



## คู่มือการปฏิบัติงาน

เรื่อง การให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์

สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

นายศุภกิจ วงษ์เจริญผล

ตำแหน่ง นักวิชาการ หลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์

สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี

มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์



## คู่มือการปฏิบัติงาน

เรื่อง การให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์  
สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

นายศุภกิจ วงษ์เจริญผล  
ตำแหน่ง นักวิชาการ หลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์

สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี  
มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

## คำนำ

คู่มือการปฏิบัติงานฉบับนี้ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติงาน การให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปีตรีเคมีและพอลิเมอร์ และวิธีการเก็บข้อมูลของ นักศึกษา เพื่อให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาในหลักสูตรฯ ส่งผลให้สามารถดูแลสนับสนุนนักศึกษาได้อย่าง ถูกต้อง นอกจากนี้คู่มือฉบับนี้สามารถใช้เป็นเอกสารสำหรับบุคลากรใหม่ที่ทำหน้าที่ในการปฏิบัติงาน ในการดูแลสนับสนุนนักศึกษาได้ โดยเนื้อหาภายในคู่มือปฏิบัติงานเล่มนี้จะประกอบด้วยหลักเกณฑ์ การปฏิบัติงาน วิธีการปฏิบัติงาน เป้าหมายในการปฏิบัติงาน เทคนิคในการวางแผน/แผนกลยุทธ์ใน การปฏิบัติงาน เทคนิคการประเมินผลการปฏิบัติงาน เทคนิคการทำให้ผู้รับบริการพึงพอใจ จรรยาบรรณ/คุณธรรม/จริยธรรมในการปฏิบัติงาน ปัญหา อุปสรรค แนวทางการแก้ไข การพัฒนา และข้อเสนอแนะ ซึ่งครอบคลุมทุกมิติของการปฏิบัติงานแล้ว

ทั้งนี้ผู้เขียนคู่มือการปฏิบัติงานฉบับนี้คาดหวังว่าผู้อ่านทุกท่านจะนำเนื้อหาภายในคู่มือไป ปฏิบัติงานจริงได้ และมีการต่อยอดพัฒนาระบบงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นต่อไป

นายศุภกิจ วงษ์เจริญผล  
22 พฤษภาคม 2564

## สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
สารบัญตาราง	ง
สารบัญภาพ	จ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ที่มาและความสำคัญ	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการจัดทำคู่มือ	3
1.3 ประโยชน์ของการศึกษา	3
1.4 ขอบเขตของการศึกษา	3
1.5 คำนิยาม/คำจำกัดความ	3
บทที่ 2 หน้าที่ความรับผิดชอบและโครงสร้างการบริหารจัดการ	6
2.1 หน้าที่ความรับผิดชอบ	6
2.2 ลักษณะงานที่ปฏิบัติ	7
2.3 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์	7
2.4 โครงสร้างการบริหารจัดการ	10
บทที่ 3 หลักเกณฑ์ วิธีการปฏิบัติงานและเงื่อนไข	14
3.1 หลักเกณฑ์การปฏิบัติงาน	14
3.2 วิธีการปฏิบัติงาน	15
3.3 เงื่อนไข/ข้อสังเกต/ข้อควรระวัง/สิ่งที่ควรคำนึงถึงในการปฏิบัติงาน	22
3.4 แนวคิด/งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
บทที่ 4 เป้าหมายและเทคนิคในการปฏิบัติงานแบบมุ่งผลสัมฤทธิ์	41
4.1 เป้าหมายในการปฏิบัติงาน (ตัวชี้วัดในการปฏิบัติงาน)	41
4.2 เทคนิคในการวางแผน/แผนกลยุทธ์ในการปฏิบัติงาน	42
4.3 เทคนิคการปฏิบัติงานแต่ละขั้นตอนการปฏิบัติงาน (รวมทั้งผังการปฏิบัติงาน (Flow Chart))	44
4.4 เทคนิคการประเมินผลการปฏิบัติงาน	55
4.5 เทคนิคการทำให้ผู้รับบริการพึงพอใจ	57
4.6 จรรยาบรรณ/คุณธรรม/จริยธรรมในการปฏิบัติงาน	57
บทที่ 5 ปัญหา อุปสรรค แนวทางการแก้ไข การพัฒนาและข้อเสนอแนะ	59
5.1 ปัญหาและอุปสรรค แนวทางการแก้ไข ในการปฏิบัติงาน	59

5.2 การพัฒนาและข้อเสนอแนะ	
บรรณานุกรม	
ประวัติผู้เขียน	

## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 จำนวนบุคลากร ปีงบประมาณ 2564	10
ตารางที่ 2 จำนวนบุคลากรสายวิชาการที่ดำรงตำแหน่งทางวิชาการ ปีงบประมาณ 2564	10
ตารางที่ 3 แบบประเมินอาการของโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม	19
ตารางที่ 4 การแปลผลอาการของโรคซึมเศร้า	20
ตารางที่ 5 แบบประเมินความเสี่ยงการฆ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม	20
ตารางที่ 6 การแปลผลความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	21
ตารางที่ 7 แสดงคะแนนประเมินตนเองด้านต่าง ๆ ของนางสาว บ	25
ตารางที่ 8 แสดงคะแนนประเมินตนเองด้านต่าง ๆ ของนางสาว ว	27
ตารางที่ 9 เป้าหมายในการปฏิบัติงานรวมถึงตัวชี้วัด	41
ตารางที่ 10 ช่วงเวลาในการลงทะเบียนเพิ่มรายวิชา ช่วงวันทำการเปลี่ยนกลุ่ม ช่วงวันทำการลด ถอนรายวิชาของภาคการศึกษาที่ 1-3/2563	43
ตารางที่ 11 ความหมายของสัญลักษณ์ในผังการปฏิบัติงาน (Flow Chart)	45
ตารางที่ 12 แผนผังขั้นตอนการปฏิบัติงาน (Work Flow)	46

## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 โครงสร้างองค์กร (Organization Chart)	11
ภาพที่ 2 โครงสร้างการบริหาร (Administration Chart)	11
ภาพที่ 3 โครงสร้างการปฏิบัติการ (Activity Chart)	13
ภาพที่ 4 แผนภาพสมดุลชีวิต	16
ภาพที่ 5 แผนภาพสมดุลชีวิตของ นางสาว บ ประจําภาคการศึกษาที่ 1/2563	22
ภาพที่ 6 คะแนนประเมินตนเองด้านต่าง ๆ ของนางสาว บ	26
ภาพที่ 7 แผนภาพสมดุลชีวิตของ นางสาว ว ประจําภาคการศึกษาที่ 1/2563	27
ภาพที่ 8 ผังการปฏิบัติงาน (Flow Chart)	44

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ที่มาและความสำคัญ

การศึกษาในระดับอุดมศึกษาเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญต่อการพัฒนาประเทศ เนื่องจากการศึกษาเป็นกระบวนการที่มีบทบาทโดยตรงในการพัฒนาทรัพยากรบุคคล ให้มีคุณภาพและคุณสมบัติที่ตรงต่อความต้องการในการพัฒนาประเทศ ดังนั้นมหาวิทยาลัยจึงต้องให้ความสำคัญกับนักศึกษาทุกคนในมหาวิทยาลัยของตน โดยจะต้องมีการจัดการเรียนการสอนและมีระบบสนับสนุนให้นักศึกษาสามารถสำเร็จการศึกษาได้อย่างมีคุณภาพไม่มีการตกออกระหว่างการเรียน ซึ่งการตกออกของนักศึกษาในระหว่างการเรียนนั้นถือเป็นการสูญเสีย เป็นต้นทุนที่เสียเปล่า นักศึกษาที่ตกออกนั้นจะต้องสูญเสียเงินเป็นจำนวนมากอันไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ใด ๆ เลย นอกจากนี้เป้าหมายของมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์คือมหาวิทยาลัยจะต้องไม่มีนักศึกษาตกออกเลย กลายมาเป็นภารกิจสำคัญที่สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยีให้ความสำคัญ ดังนั้นหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์จึงต้องดำเนินการดูแลนักศึกษาให้นักศึกษาสามารถเรียนและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข ไม่เกิดการตกออก ซึ่งจากการสอบถามนักศึกษาที่ตกออกไปพบว่าจริง ๆ แล้วนักศึกษาทุกคนต้องการที่จะศึกษาให้สำเร็จตลอดหลักสูตรแต่ก็มักจะมีอุปสรรคต่าง ๆ ทำให้ไม่สามารถประสบความสำเร็จได้ตามความคาดหวัง โดยปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพการศึกษาและการตกออกของนักศึกษานั้น นอกจากจะขึ้นอยู่กับระบบการเรียนการสอนของอาจารย์ และสติปัญญาของนักศึกษาเองแล้ว ยังมีปัจจัยที่ไม่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาและระบบการเรียนการสอนของอาจารย์ เช่น สภาพทางสังคม บุคลิกภาพ ความสนใจ และพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมาจากความนึกคิดของตัวนักศึกษาเอง อันจะส่งผลกระทบต่อเจตคติ ความคิด ความรู้สึก และความเข้าใจต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัว และส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (Anastasi, 1990) คุณลักษณะที่กล่าวมาข้างต้น เมื่อรวมกับนิสัยและการกระทำต่าง ๆ จะเป็นพื้นฐานที่ส่งผลให้เกิดเป็นระบบแบบแผนที่เรียกว่า ภาวะบุคลิกภาพ คือ ความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง ที่เรียกว่า มโนภาพแห่งตน หรืออัตมโนทัศน์ (Self-Concept) (Bartussek, 1972.) จากการศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์ระหว่างอัตมโนทัศน์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนพบว่านักศึกษามีอัตมโนทัศน์ที่ดีจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี ส่วนนักศึกษามีอัตมโนทัศน์ที่ไม่ดีจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ไม่ดี (Purkey, 1971; Henien, 1978) ซึ่งปัจจัยต่าง ๆ ที่อยู่นอกเหนือจากสติปัญญาของนักศึกษานั้นไม่อาจวัดได้จากผลการเรียน รวมทั้งหากนักศึกษาไม่แจ้งแก่อาจารย์ที่ปรึกษาว่าขณะนี้ตนกำลังประสบปัญหาอะไรหลักสูตรฯ จะไม่ทราบถึงปัญหาต่าง ๆ เหล่านั้นเลย ทำให้การรับทราบปัญหาและการเตรียมการให้การสนับสนุนแก่นักศึกษาเป็นไปอย่างล่าช้าและไม่ทันการณ์ นอกจากนี้การรอให้นักศึกษาเกิดปัญหาก่อนจึงจะมาแจ้งแก่ที่ปรึกษาเป็นการสนับสนุนที่ไม่มีประสิทธิภาพ ดังนั้นหลักสูตรฯ จึงจำเป็นต้องมีระบบการจัดการสนับสนุนดูแลนักศึกษาที่มี



ประสิทธิภาพและสามารถตอบสนองต่อนักศึกษาได้อย่างทันท่วงที หลักสูตรฯ จึงให้มีการเก็บข้อมูลของนักศึกษาเพื่อให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาที่ต้องการความช่วยเหลือและทราบถึงปัญหาของนักศึกษาที่กำลังประสบปัญหาต่าง ๆ ในการเรียนหรือการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย วิธีการสำรวจข้อมูลดังกล่าวของนักศึกษานั้นหลักสูตรฯ ใช้การสัมภาษณ์ร่วมกับแผนภาพสมดุลชีวิตให้นักศึกษาทำการประเมินตนเอง โดยข้อมูลที่ได้มานั้นนอกจากจะสามารถเข้าใจสภาวะปัจจุบันของนักศึกษว่านักศึกษากำลังมีปัญหาอะไรหรือต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมจากหลักสูตรฯ ในด้านใดบ้างหรือต้องการคำปรึกษาในเรื่องใดบ้างแล้วนั้น ยังสามารถใช้เป็นข้อมูลประกอบเบื้องต้นในการคัดกรองนักศึกษาที่อาจจะมีภาวะซึมเศร้าได้ เนื่องจากภาวะซึมเศร้าเป็นหนึ่งในปัญหาสุขภาพจิตที่พบบากที่สุดในช่วงวัยรุ่นและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (World Health Organization [WHO], 2014, 2017) อีกทั้งยังเป็นหนึ่งในปัจจัยที่ส่งผลให้มีการฆ่าตัวตาย การทำร้ายตัวเอง หรือการใช้สารเสพติด การที่นักศึกษามีภาวะซึมเศร้านั้นอาจนำไปสู่ปัญหาทางด้านการเรียน ด้านสุขภาพกาย และสภาพจิตใจที่รุนแรงมากยิ่งขึ้น

สำหรับแผนภาพสมดุลชีวิต (Byrne, 2005) เป็นเครื่องมือที่ใช้สำหรับการประเมินตนเองในองค์ประกอบต่าง ๆ 8 ด้าน คือ ด้านการงานอาชีพ ด้านการเงิน ด้านสุขภาพ ด้านครอบครัวและเพื่อน ด้านความสัมพันธ์และความรัก ด้านการพัฒนาตนเอง ด้านความสุขและการใช้ชีวิตเต็มที่ สุดท้ายคือด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ซึ่งด้านต่าง ๆ เหล่านี้ของแผนภาพสมดุลชีวิตถือเป็นด้านอัตมโนทัศน์หรือด้านอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาของนักศึกษา โดยการประเมินตนเองทางด้านต่าง ๆ เหล่านี้จะช่วยให้นักศึกษาสามารถประเมินสภาวะของตนเองได้ว่า ตนเองมีสภาวะอย่างไร รู้สึกไม่พร้อมหรือมีความกังวลในด้านใด หรือกำลังต้องการสิ่งใด

ดังนั้นการใช้แผนภาพสมดุลชีวิตร่วมกับการสัมภาษณ์แบบตัวต่อตัวโดยใช้ข้อมูลที่ได้จากแผนภาพสมดุลชีวิตเป็นข้อมูลประกอบการสัมภาษณ์ เพื่อเก็บข้อมูลเพิ่มเติมของนักศึกษาในหลักสูตรปีโตเรคมีและพอลิเมอร์ นอกจากจะเป็นการประเมินความเสี่ยงว่านักศึกษาในหลักสูตรเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้าหรือไม่ และนักศึกษามีความกังวลหรือต้องการความช่วยเหลือในด้านใดบ้าง ข้อมูลดังกล่าวนี้จะเห็นเหตุผลประกอบที่สำคัญในการกำกับดูแลให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาทั้งด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหรือการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ว่าในช่วงเวลาดังกล่าวนักศึกษามีปัจจัยใดที่อาจจะส่งผลกระทบต่อผลการเรียนหรือการใช้ชีวิตของนักศึกษาหรือไม่อันจะเป็นเหตุผลอันก่อให้เกิดการตกออกของนักศึกษาทั้งสิ้น การให้นักศึกษาประเมินตนเองและสัมภาษณ์แบบตัวต่อตัวนั้นจะทำให้ผู้ปฏิบัติงานทราบข้อมูลที่อาจจะก่อให้เกิดการตกออกของนักศึกษาล่วงหน้าและสามารถป้องกันโดยการให้คำปรึกษาแนะนำแก่นักศึกษาได้อย่างทันท่วงที ทั้งนี้ผู้ปฏิบัติงานได้มีการสำรวจเก็บข้อมูลของนักศึกษาทุกภาคการศึกษาและมีการจัดทำและเก็บรวบรวมข้อมูลไว้เป็นรายบุคคล แบ่งประเภทตามคะแนนมากน้อยในด้านต่าง ๆ เพื่อจะได้ทราบการเปลี่ยนแปลงด้านปัจจัยต่าง ๆ ของนักศึกษาได้อย่างเป็นปัจจุบัน ทำให้สามารถป้องกันสาเหตุที่จะทำให้เกิดการตกออกของนักศึกษา และเพื่อให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สุดท้ายเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ที่มาปฏิบัติหน้าที่แทน ผู้ปฏิบัติงานจึงได้เขียนคู่มือการปฏิบัติงานการให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาไว้เป็นแนวทางในการปฏิบัติงานดูแลสนับสนุนนักศึกษา ให้นักศึกษามีการตกออกน้อยที่สุดและเป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาในด้านการเรียนและ

การใช้ชีวิตของนักศึกษาในหลักสูตรฯ เพื่อให้ นักศึกษาสามารถเรียนและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างราบรื่นที่สุด

## 1.2 วัตถุประสงค์ของการจัดทำคู่มือ

- 1) เพื่อใช้เป็นคู่มือในการปฏิบัติงานการให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์
- 2) เกิดความรู้ความเข้าใจเพื่อปฏิบัติงานทดแทนได้

## 1.3 ประโยชน์ของการศึกษา

- 1) ผู้ปฏิบัติงานสามารถให้คำปรึกษาคูแอสสนับสนุนนักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์
- 2) ผู้ปฏิบัติงานเกิดความรู้ความเข้าใจในใช้แผนภาพสมดุลชีวิตร่วมกับการสัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูล
- 3) ผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ในการเก็บข้อมูลและให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาในหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์สามารถทำงานแทนกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 1.4 ขอบเขตของการศึกษา

นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยลักษณะ

## 1.5 คำนิยาม/คำจำกัดความ

Pennock และ Alberts (2016) ได้ให้นิยามของคำไว้ดังนี้

**แผนภาพสมดุลชีวิต** หมายถึง แผนภาพที่ใช้สำหรับให้นักศึกษาประเมินตนเอง เพื่อใช้ประกอบการวิเคราะห์ห่อत्मโนทัศน์ของนักศึกษา ซึ่งมีองค์ประกอบ 8 ด้าน โดยในแต่ละด้านนักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้เต็ม 10 คะแนน โดยหากนักศึกษาประสบปัญหาหรือมีเรื่องติดขัดในด้านใด ๆ สามารถที่จะให้คะแนนลดหลั่นลงมาได้ ซึ่งคะแนนต่ำสุดที่ใช้ประเมินตนเองได้คือ 1 คะแนน

**ด้านการงานอาชีพ** หมายถึง การประเมินตนเองด้านความรู้สึก หรือสภาวะ ปัจจุบันที่เกี่ยวกับการเป็นนักศึกษา เช่น สถานะทางการเรียน การมีความเข้าใจในเนื้อหาที่เรียน ปัญหาหรืออุปสรรคที่อาจจะส่งผลกระทบต่อ การเรียน เป็นต้น โดยนักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากรู้สึกว่าการใช้ชีวิตด้านนี้ได้ อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากรู้สึกว่าการใช้ชีวิตด้านการเป็นนักศึกษาของตนกำลังประสบปัญหา

**ด้านการเงิน** หมายถึง การประเมินตนเองทางการเงินในทุกมิติ ที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษา เช่น มีรายรับที่พอกับรายจ่ายหรือไม่ รายรับที่ได้ต้องใช้จ่ายอย่างประหยัดจึงจะเพียงพอ หรือเมื่อเงินหมดสามารถขอผู้ปกครองเพิ่มเติมได้หรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากมีความรู้สึกว่าจะสามารถทางการเงินทำให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากรู้สึกว่าจะสถานะด้านการเงินของตนเองส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตและการเรียนของนักศึกษา

**ด้านสุขภาพ** หมายถึง การประเมินตนเองทางด้านสุขภาพว่า ณ ปัจจุบันนี้ ตนเองมีปัญหาสุขภาพที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวันหรือไม่ นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากมีความรู้สึกว่าจะสุขภาพของตนเองไม่ส่งผลกระทบต่อเรียน และสามารถให้ใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากรู้สึกว่าจะสุขภาพของตนเองไม่ปกติ ส่งผลกระทบต่อเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวัน

**ด้านครอบครัวและเพื่อน** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตนเองกับครอบครัว และความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและเพื่อน ว่าบุคคลต่าง ๆ เหล่านั้นส่งผลกระทบต่อเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวันของเราในทิศทางที่ดีหรือไม่อย่างไร เช่น มีปัญหาครอบครัว หรือปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนน หากความสัมพันธ์ของครอบครัวและเพื่อนไม่ได้ส่งผลกระทบต่อเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวัน และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากนักศึกษามีความรู้สึกว่าความสัมพันธ์ของครอบครัวและเพื่อนมีผลกระทบต่อเรียนและการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษา

**ด้านความสัมพันธ์และความรัก** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับความสัมพันธ์ด้านความรักของตัวเองไม่ว่าความสัมพันธ์นั้นจะอยู่ในรูปแบบ ผู้ชายกับผู้ชาย ผู้ชายกับผู้หญิง หรือผู้หญิงกับผู้หญิง ว่าความสัมพันธ์ในรูปแบบดังกล่าวนี้ส่งผลกระทบต่อเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษาหรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากความสัมพันธ์นั้นไม่ได้ส่งผลกระทบต่อเรียนหรือการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษานักศึกษา และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากมีผลกระทบต่อเรียนหรือการใช้ชีวิตของนักศึกษา

**ด้านการพัฒนาตนเอง** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองทางด้านใดด้านหนึ่งที่ทำให้นักศึกษารู้สึกได้เรียนรู้ หรือมีความสามารถด้านใดด้านหนึ่งเพิ่มมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นด้านงานอดิเรกหรือด้านที่เกี่ยวกับการเรียนก็ตามหรือนักศึกษามีแผนที่จะพัฒนาตนเองในด้านใดบ้าง หากนักศึกษามีความรู้สึกว่าตนเองได้มีการพัฒนาตนเองแล้วหรือมีแผนที่จะพัฒนาตนเองสามารถให้คะแนนเต็ม 10 คะแนนได้ แต่หากนักศึกษารู้สึกว่าไม่ได้มีการพัฒนาตนเองหรือไม่ได้มีแผนการที่จะพัฒนาตนเองก็สามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน

**ด้านความสุขและการใช้ชีวิตเต็มที่** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในภาพรวมว่าช่วงเวลานี้มีความสุข และสนุกในการใช้ชีวิตหรือไม่ มีเรื่องใด ๆ มาเป็นอุปสรรคขัดขวางการใช้ชีวิตหรือไม่ นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากนักศึกษารู้สึกว่าช่วงนี้การใช้ชีวิตมีความสุขและมีความสุขในการใช้ชีวิต และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากนักศึกษารู้สึกว่าการใช้ชีวิตมีอุปสรรคใช้ชีวิตได้ไม่สนุกสนาน

**อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับสถานที่และสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของนักศึกษาว่าที่อยู่อาศัยปัจจุบันนั้นส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้หรือการใช้ชีวิตหรือไม่ เช่น ที่อยู่อาศัยอยู่ใกล้แหล่งบันเทิง หรือ เพื่อนบ้านข้างเคียง ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันหรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเอง 10 คะแนนหากบ้านและสภาพแวดล้อมไม่ได้ส่งผลกระทบต่อนักศึกษา และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาถึง 1 คะแนน หากบ้านและสภาพแวดล้อมส่งผลกระทบในเชิงลบต่อนักศึกษาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง

**อัตมโนทัศน์** หมายถึง ระบบแบบแผน กระบวนบุคลิกภาพที่เกิดจากปัจจัยอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้อง กับสติปัญญา เช่น สภาพทางสังคม บุคลิกภาพ ความสนใจ เป็นต้น และพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงออกมาจากความนึกคิดของตัวเอง ซึ่งจะส่งผลต่อเจตคติ ความคิด ความรู้สึก และความเข้าใจต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัว (Bartussek, 1972)

**การใช้ข้อมูลจากแผนภาพสมดุลงานชีวิตเป็นข้อมูลประกอบการสัมภาษณ์** หมายถึง เมื่อนักศึกษาให้คะแนนประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ ตั้งแต่ 1-10 คะแนนแล้วนั้น ผู้สัมภาษณ์จะต้องใช้ข้อมูลจากแผนภาพสมดุลงานชีวิตมาเป็นข้อมูลประกอบการสัมภาษณ์เพื่อให้เกิดข้อมูลเพิ่มเติม เช่น นักศึกษาให้คะแนนด้านการเงิน 5 คะแนนจากคะแนนเต็ม 10 คะแนน ผู้สัมภาษณ์สามารถนำข้อมูลดังกล่าวมาใช้ เพื่อตั้งคำถามสำหรับการสัมภาษณ์หาสาเหตุว่าทำไมนักศึกษาถึงให้คะแนนประเมินตนเองในด้านการเงินเพียงแค่ 5 คะแนน หลังจากนั้นเมื่อนักศึกษาให้ข้อมูลเพิ่มเติม ผู้สัมภาษณ์จะต้องบันทึกผลเพื่อเก็บข้อมูลสำหรับนำไปประมวลผลต่อไป และใช้กระบวนการเดียวกันกับผลการประเมินตนเองของนักศึกษาด้านอื่น

## บทที่ 2

### หน้าที่ความรับผิดชอบและโครงสร้างการบริหารจัดการ

#### 2.1 หน้าที่ความรับผิดชอบ

นายศุภกิจ วงษ์เจริญผล ตำแหน่ง นักวิชาการ สาขา/หลักสูตร ปีโตรเคมีและพอลิเมอร์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ มีขอบเขตภาระงานตามเอกสารแนบท้ายสัญญาดังต่อไปนี้

- 1) สนับสนุนงานประกันคุณภาพของสาขาวิชาและสำนักวิชา
- 2) ประสานงานการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กิจกรรมนักศึกษา บริการวิชาการ สหกิจศึกษา และกิจกรรมอื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย
- 3) พัฒนา และสนับสนุนระบบสารสนเทศของสาขาวิชา การสร้างเว็บไซต์ การจัดทำฐานข้อมูล
- 4) สนับสนุนการดำเนินงานและเขียนโครงการภายใต้งบประมาณของสำนักวิชาฯ
- 5) จัดทำรายงานการประชุมของสาขาวิชาหรือหลักสูตรฯ
- 6) งานอื่น ๆ ตามที่อาจารย์ หัวหน้าสาขา รองคณบดี หรือคณบดีมอบหมาย
- 7) เข้าร่วมโครงการอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพการทำงาน

ทั้งนี้เมื่อมาปฏิบัติหน้าที่จริงได้มีการปรับเปลี่ยนขอบเขตของภาระงานให้เหมาะสมตามเป้าหมายภารกิจของหลักสูตรฯ ให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของสำนักวิชาฯ โดยได้มีหน้าที่ความรับผิดชอบดังต่อไปนี้

- 1) สนับสนุนงานประกันคุณภาพของสาขาวิชาและสำนักวิชา
- 2) พัฒนา และสนับสนุนระบบสารสนเทศของสาขาวิชา การสร้างเว็บไซต์ การจัดทำฐานข้อมูลเพื่อการประชาสัมพันธ์หลักสูตรและการรับนักศึกษา
- 3) สนับสนุนการดำเนินงานและเขียนโครงการภายใต้งบประมาณของสำนักวิชา
- 4) สนับสนุนให้คำปรึกษาแนะนำนักศึกษาในด้านต่าง ๆ
- 5) งานอื่น ๆ ตามที่อาจารย์ หัวหน้าสาขา รองคณบดี หรือคณบดีมอบหมาย
- 6) จัดทำรายงานการประชุมของสาขาวิชาฯ หรือหลักสูตรฯ
- 7) เข้าร่วมโครงการอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพการทำงาน
- 8) ช่วยเหลืองานสำนักวิชาและสนับสนุนคณะทำงานตามที่สำนักวิชาฯ มอบหมาย

## 2.2 ลักษณะงานที่ปฏิบัติ

1) สนับสนุนงานประกันคุณภาพของสาขาวิชา และสำนักวิชา มีหน้าที่ในการสนับสนุนข้อมูลต่าง ๆ รวมทั้งการจัดเตรียมหรือรวบรวมข้อมูลหลักฐานต่าง ๆ เพื่อให้อาจารย์สามารถเขียนรายงานการประกันคุณภาพของหลักสูตรฯ ได้อย่างสะดวกเรียบร้อย

2) พัฒนา และสนับสนุนระบบสารสนเทศของสาขาวิชา การสร้างเว็บเพจ การจัดทำฐานข้อมูลเพื่อการประชาสัมพันธ์หลักสูตรฯ และการรับนักศึกษา มีหน้าที่ในการรวบรวมกิจกรรมนักศึกษา กิจกรรมของคณาจารย์ในหลักสูตรฯ ข้อมูลทุนการศึกษา รวมถึงข้อมูลการสมัครเรียนเพื่อจัดทำสื่อประชาสัมพันธ์ให้แก่บุคคลทั้งภายในและภายนอกสถาบัน มีการติดตามนักเรียนที่สมัครเพื่อเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรฯ เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับหลักสูตรฯ เพิ่มเติมแก่นักเรียนที่สนใจ

3) สนับสนุนการดำเนินงานและเขียนโครงการภายใต้งบประมาณของสำนักวิชา มีการจัดทำแผนการจัดโครงการต่าง ๆ ร่วมกับคณาจารย์ในหลักสูตรฯ เพื่อวางแผนการจัดการงบประมาณ รวมถึงการติดต่อดูแลวิทยากรจากภายนอก และทำสรุปโครงการต่าง ๆ พร้อมข้อเสนอแนะร่วมกับคณาจารย์เพื่อพัฒนาการจัดกิจกรรมในครั้งต่อไป

4) สนับสนุนให้คำปรึกษาแนะนำนักศึกษาในด้านต่าง ๆ มีการสัมภาษณ์นักศึกษาเพื่อเก็บข้อมูลของนักศึกษารวมถึงข้อเสนอแนะ และความต้องการที่นักศึกษาอยากได้รับการสนับสนุนเพิ่มเติมจากทางหลักสูตรฯ สรุปปัญหาของนักศึกษาที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลให้คณาจารย์เพื่อหาแนวทางช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาต่อไป

5) งานอื่น ๆ ตามที่อาจารย์ หัวหน้าสาขา รองคณบดี หรือคณบดีมอบหมาย มีหน้าที่ในการสนับสนุนกิจกรรมอื่น ๆ ตามที่ได้รับมอบหมายเพิ่มเติมตามภารกิจต่าง ๆ ของสำนักวิชา หรือสาขาวิชา ให้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์

6) การจัดทำรายงานการประชุมของสาขาวิชาหรือหลักสูตร มีหน้าที่สนับสนุนจัดทำวาระการประชุมร่วมกับหัวหน้าสาขาวิชา เพื่อการจัดการวางแผนกิจกรรมต่าง ๆ ภายในสาขาวิชา

7) การเข้าร่วมโครงการอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพการทำงาน มีหน้าที่ในการพัฒนาศักยภาพในการทำงานโดยในแต่ละปีงบประมาณต้องผ่านการอบรมในเรื่องใดก็ได้ที่สนใจอย่างน้อย 1 โครงการ

8) ช่วยเหลืองานสำนักวิชา และสนับสนุนคณะทำงานตามที่สำนักวิชา มอบหมาย มีหน้าที่สนับสนุนกลุ่มคณะทำงานที่ตนเองสังกัด เพื่อตอบสนองนโยบายและเป้าหมายของคณะทำงานให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

## 2.3 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์

ข้อมูลทั่วไปของสาขาจะอ้างอิงมาจาก กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา แห่งชาติ หลักสูตรระดับปริญญาตรี หลักสูตรวิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ.2563 มีรายละเอียดดังต่อไปนี้ (มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี หลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์, 2563)

### 2.3.1 ประวัติความเป็นมาของหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และวิศวกรรมวัสดุ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ได้เปิดหลักสูตรวิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์และวิศวกรรมวัสดุ (Materials Science and Engineering) ในปีการศึกษา 2546 และได้ปรับปรุงหลักสูตรครั้งแรกในปีการศึกษา 2549 เพื่อปรับจากหน่วยกิตมาเป็นหน่วยวิชา และได้ปรับรายวิชาให้ทันสมัย และได้ทำการปรับปรุงครั้งที่ 2 ในปีการศึกษา 2555 เพื่อให้สอดคล้องกับมาตรฐานตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2552 และได้ปรับเป็นวิศวกรรมวัสดุ (Materials Engineering) โดยมีวิชาเรียนตาม มคอ.1 วิศวกรรม สาขาวิศวกรรมวัสดุ ต่อมาในปีการศึกษา 2560 ได้มีการปรับปรุงหลักสูตรครั้งที่ 3 โดยปรับเป็นวิศวกรรมพอลิเมอร์ (Polymer Engineering) เพื่อความชัดเจนและเฉพาะเจาะจงในศาสตร์ที่ศึกษา โดยมุ่งเน้นไปที่วิชาด้านพอลิเมอร์ตามความต้องการของผู้เรียนและตลาดแรงงาน และปรับจากหน่วยวิชากลับมาเป็นหน่วยกิต

และในปีการศึกษา 2563 เป็นการปรับปรุงหลักสูตรอีกครั้ง โดยปรับเป็นปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ (Petrochemical and Polymer) เพื่อให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 เพื่อพัฒนาบัณฑิตที่มีความรู้และสามารถบูรณาการความรู้ทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี กระบวนการทางวิศวกรรม และคณิตศาสตร์ ตอบสนองต่อ 10 อุตสาหกรรมเป้าหมายเพื่อขับเคลื่อนเศรษฐกิจประเทศ และรองรับการเติบโตของอุตสาหกรรมในภาคใต้ตอนบนตามแผนพัฒนาพื้นที่ระเบียงเศรษฐกิจภาคใต้ กระบวนการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาคุณภาพบัณฑิต โดยมุ่งเน้นการจัดการเรียนการสอนแบบ Active Learning อาจารย์ผ่านการอบรมตามมาตรฐาน United Kingdom Professional Standard Frameworks (UKPSF) เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ศึกษาจากชิ้นตัวอย่างผลิตภัณฑ์ และได้มีโอกาสเยี่ยมชมภาคอุตสาหกรรม หลักสูตรมีการจัดการเรียนการสอนที่เน้นพัฒนาทักษะความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษ ทั้งในหมวดวิชาศึกษาทั่วไป และหมวดวิชาเฉพาะ โดยจะมีรายวิชาของสาขาที่จะมีการเรียนการสอนเป็นภาษาอังกฤษเพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้เรียน นอกจากนี้จะมีการทดสอบก่อนสำเร็จการศึกษา โดยเป็นการสอบประมวลความรู้ (Comprehensive Exit Exam) ของหลักสูตรเอง และมีนักวิจัยจาก สวทช. ร่วมเป็นคณะกรรมการ

ในด้านระบบอาจารย์ที่ปรึกษาทางวิชาการ อาจารย์จะดูแลนักศึกษาอย่างใกล้ชิด และมีคู่มืออาจารย์ที่ปรึกษา

นอกจากนี้ สาขาวิชายังมีความร่วมมือกับต่างประเทศ เช่น มหาวิทยาลัยในยุโรป แคนาดา เป็นต้น มีการแลกเปลี่ยนนักศึกษาในภาคฤดูร้อนมีความร่วมมือด้านงานวิจัย

### 2.3.2 ปรัชญา และความสำคัญของหลักสูตร

หลักสูตรวิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ มีความมุ่งมั่นในการปฏิบัติภารกิจให้เป็นไปตามปรัชญาของสำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ มีความมุ่งมั่นในการผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพ รวมทั้งประกอบด้วยจริยธรรม คุณธรรม และความรับผิดชอบต่อสังคมในการส่งเสริมและยกระดับโครงสร้างพื้นฐานของประเทศ โดยมุ่งเน้นให้นักศึกษาสามารถแก้ปัญหาบนพื้นฐานของทฤษฎี และสามารถเลือกใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม

### 2.3.3 จุดเด่นของหลักสูตร

หลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์มีวิชาบังคับที่จำเป็นทางด้านวิศวกรรมเคมี วิศวกรรมปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ รวมทั้งมีวิชาเลือกทางด้านยางพาราซึ่งเป็นอุตสาหกรรมที่มีมูลค่าสูงในภาคใต้ และมีวิชาที่ทันสมัย เช่นวิชาด้านวัสดุนาโน วัสดุกักเก็บพลังงานและนำไฟฟ้า รวมทั้งพอลิเมอร์ทางชีวการแพทย์ เป็นต้น อีกทั้งนักศึกษาจะได้ทำโครงการในชั้นปีที่ 4 ซึ่งโครงการหลายเรื่องเป็นโจทย์จากภาคอุตสาหกรรม ในบางรายวิชาจะมีการเรียนการสอนแบบ active learning แทรกเข้าไป เช่น การนำตัวอย่างผลิตภัณฑ์จริงมาให้นักศึกษาวิเคราะห์ในห้องเรียน การเรียนเสริมผ่านสื่อ online ต่าง ๆ การพานักศึกษาไปดูงานในสถานประกอบการในบางรายวิชา รวมทั้งการดูงานในตอนปิดภาคการศึกษา เป็นต้น

นอกจากนี้ นักศึกษาจะได้เรียนรายวิชาในชั้นปีที่ 2 ถึง 4 เป็นภาษาอังกฤษไม่น้อยกว่า 2 รายวิชา (รวม 8 หน่วยกิต) และในชั้นปีที่ 4 นักศึกษาทุกคนจะได้ไปสหกิจศึกษาในภาคการศึกษาที่ 2

### 2.3.4 บุคลากร

สาขาวิชาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ มีจำนวนบุคลากรรวม 9 คน สามารถจำแนกตามประเภทของของบุคลากร (ตารางที่ 1) จำนวนบุคลากร และ (ตารางที่ 2) จำนวนบุคลากรที่ดำรงตำแหน่งทางวิชาการ ปีงบประมาณ 2564 ดังนี้

#### ตารางที่ 1 จำนวนบุคลากร ปีงบประมาณ 2564

ประเภท	จำนวน (คน)
บุคลากรสายวิชาการ	8
บุคลากรสายสนับสนุน	1
รวม	9



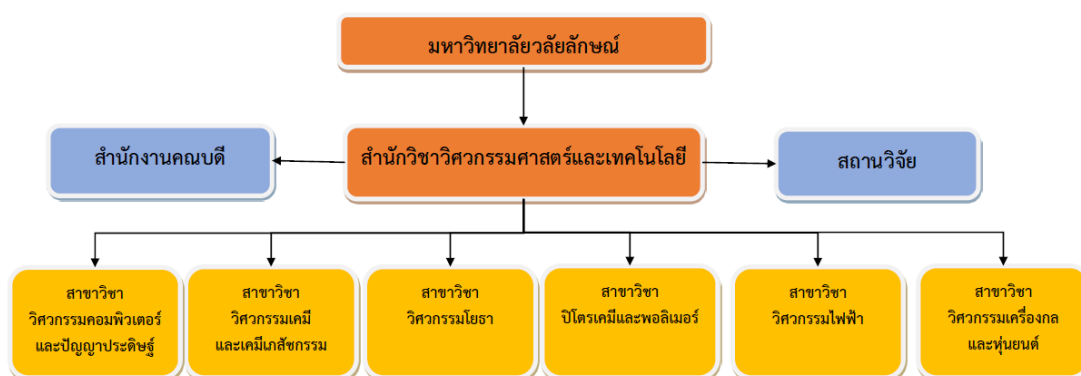
ตารางที่ 2 จำนวนบุคลากรสายวิชาการที่ดำรงตำแหน่งทางวิชาการ ปีงบประมาณ 2564

ตำแหน่ง	จำนวน (คน)
รองศาสตราจารย์	3
ผู้ช่วยศาสตราจารย์	4
อาจารย์	1
รวม	8

## 2.4 โครงสร้างการบริหารจัดการ

### 2.4.1 โครงสร้างองค์กร (Organization Chart)

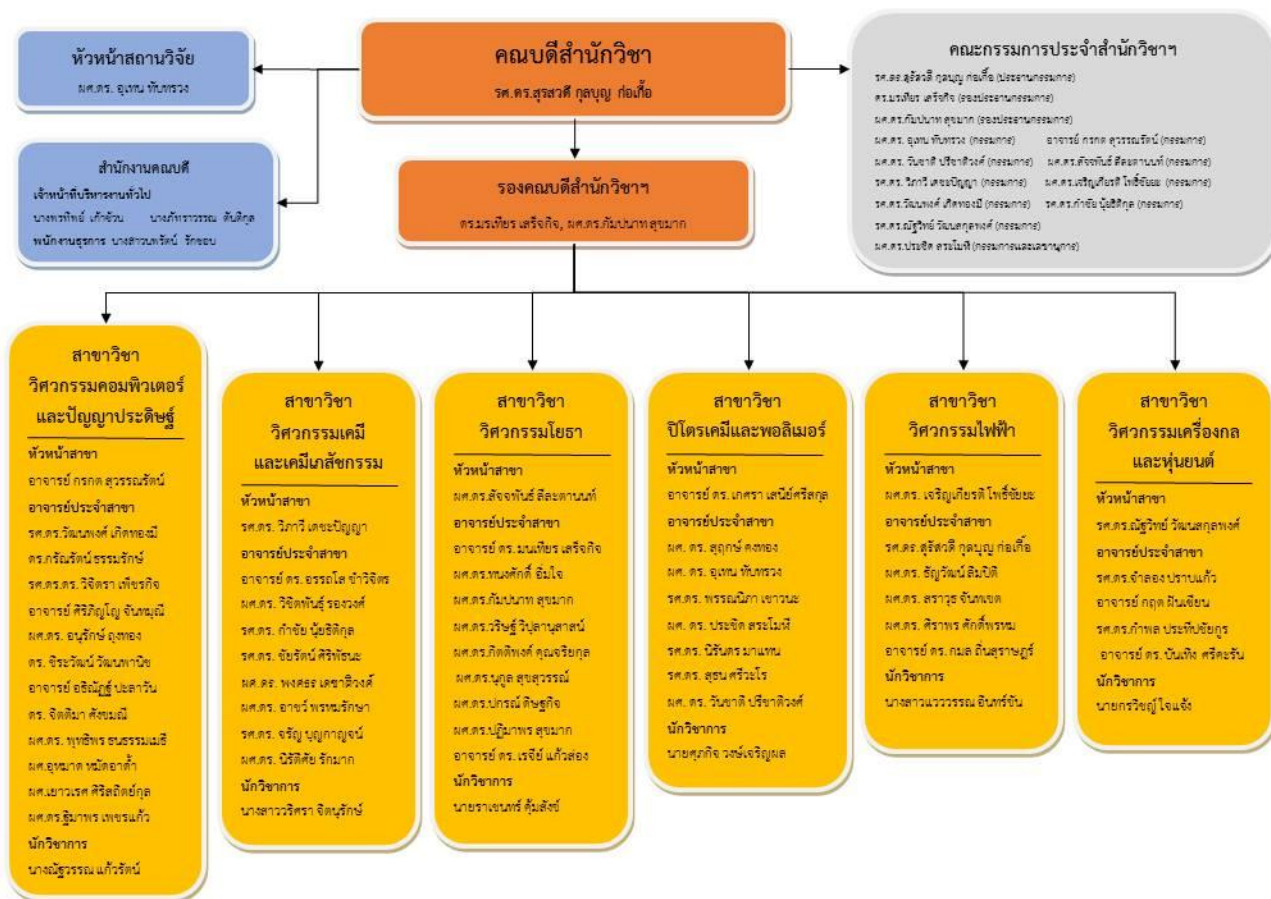
สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี ปฏิบัติงานภายใต้การกำกับดูแลของคณบดี สำนักวิชา โดยมีรองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ และอธิการบดีของมหาวิทยาลัย เป็นผู้บังคับบัญชา ตามลำดับชั้นดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 โครงสร้างองค์กร (Organization Chart)

### 2.4.2 โครงสร้างการบริหาร

สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ได้แบ่งส่วนงานเพื่อใช้ในการบริหารงาน ที่ประกอบด้วยสำนักงานคณบดี สถานวิจัย และ 6 สาขาวิชา ดังแสดงในภาพที่ 2

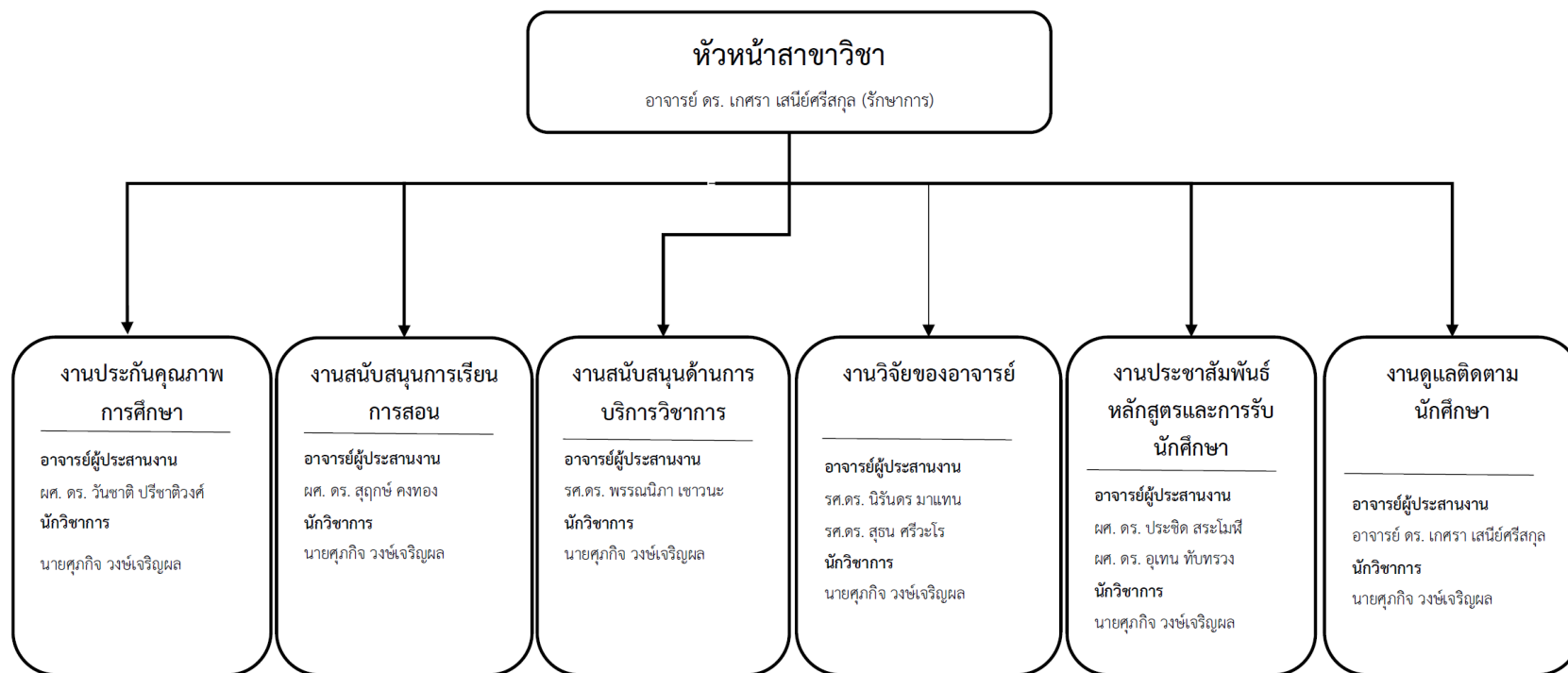


ภาพที่ 2 โครงสร้างการบริหาร (Administration Chart)

### 2.4.3 โครงสร้างการปฏิบัติการ (Activity Chart)

โครงสร้างการปฏิบัติการของสาขาวิชาปิโตรเคมี แสดงตามภาพที่ 3 โดยในปัจจุบันปีการศึกษา 2564 มี ดร.เกศรา เสนีย์ศรีสกุล เป็นหัวหน้าสาขาวิชา มีอาจารย์ประจำสาขาวิชาอีก 7 ท่าน คือ รศ.ดร.นิรันดร มาแทน รศ.ดร.สุชน ศรีวะโร รศ.ดร.พรรณนิภา เขาวนะ ผศ.ดร.อุเทน ทับทรวง ผศ.ดร.สุฤกษ์ คงทอง ผศ.ดร.ประชิด สระโมฬี, ผศ.ดร.วันชาติ ปรีชาติวงศ์ โดยมี นายศุภกิจ วงษ์เจริญผล เป็นนักวิชาการประจำสาขาวิชาฯ สำหรับการกำกับดูแลงานของสาขาวิชาฯ จะมีคณบดี สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งจะรับนโยบายด้านการบริหารจัดการมาจากอธิการบดี หรือรองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มามอบหมายหน้าที่หรือภารกิจให้แก่หัวหน้าสาขาวิชาฯ ซึ่งหัวหน้าสาขาวิชาฯ จะเป็นผู้กำกับดูแลการดำเนินงานกิจกรรมของสาขาวิชาฯ ในทุกมิติ เช่น การประกันคุณภาพ การศึกษา การสนับสนุนด้านการเรียนการสอน การสนับสนุนด้านการบริการวิชาการ งานวิจัยของ คณาจารย์ กิจกรรมนักศึกษา การดูแลติดตามนักศึกษาในมิติต่าง ๆ การประชาสัมพันธ์หลักสูตร เป็นต้น ซึ่งการดำเนินงานต่าง ๆ เหล่านี้หัวหน้าสาขาจะมอบหมายให้คณาจารย์ร่วมกับ นักวิชาการประจำสาขาเป็นผู้รับผิดชอบตามความเหมาะสมของงาน เพื่อให้กิจกรรมต่าง ๆ เหล่านี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

หลังจากงานต่างๆ ที่ได้รับมอบหมายได้สำเร็จลุล่วงไปแล้วนั้น ผู้ที่รับผิดชอบในงานต่าง ๆ จะต้องทำการสรุปผลการปฏิบัติงาน ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในระหว่างปฏิบัติงานให้หัวหน้าสาขาทราบเพื่อที่หัวหน้าสาขาจะได้นำปัญหาและอุปสรรคเหล่านั้นแจ้งแก่คณบดีต่อไป เพื่อให้เกิดการพัฒนาและป้องกันการเกิดปัญหาขึ้นอีกในอนาคต



ภาพที่ 3 โครงสร้างการปฏิบัติการ (Activity Chart)

## บทที่ 3

### หลักเกณฑ์ วิธีการปฏิบัติงานและเงื่อนไข

#### 3.1 หลักเกณฑ์การปฏิบัติงาน

การให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาในหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ จะเริ่มจากการประยุกต์ใช้แผนภาพสมดุลชีวิต เพื่อเก็บข้อมูลด้านอัตมโนทัศน์ (Self-Concept) ของนักศึกษาเพื่อนำข้อมูลที่ได้จากการประเมินตนเองของนักศึกษามาประกอบการสัมภาษณ์นักศึกษาแบบตัวต่อตัว เพื่อให้ได้ข้อมูลสำหรับการจัดการวางแผนการดูแลแนะนำให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาเพิ่มเติมจากภารกิจการเรียนการสอน ทั้งการประเมินความเสี่ยงภาวะโรคซึมเศร้า หรือปัจจัยด้านอื่น ๆ นอกเหนือจากด้านสติปัญญาที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ของนักศึกษา ซึ่งอาจเป็นสาเหตุของการตกออกของนักศึกษาได้ ดังนั้นการเก็บข้อมูลพร้อมกับการสัมภาษณ์นั้นจะใช้เวลาในช่วง 2 สัปดาห์แรกหลังเปิดภาคการศึกษาของทุกภาคการศึกษา เนื่องจากยังเป็นระยะต้นของภาคการศึกษาที่ทางหลักสูตรฯ ยังสามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมแผนการดูแลนักศึกษาได้อย่างทันท่วงทีและสามารถตอบสนองต่อความต้องการของนักศึกษาได้อย่างตรงจุด ดังนั้นผู้ปฏิบัติงานที่รับผิดชอบเรื่องการเก็บข้อมูลด้านนี้จะต้องมีความเข้าใจ และต้องมีคุณสมบัติหรือคุณลักษณะที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติงาน ดังต่อไปนี้

3.1.1 เข้าใจแผนภาพสมดุลชีวิตทั้ง 8 ด้านว่าแต่ละด้านมีความหมายว่าอย่างไร และผลการประเมินตนเองของนักศึกษามีแนวโน้มเป็นเช่นไร

3.1.2 มีความเข้าใจในการประเมินความเสี่ยงภาวะเป็นโรคซึมเศร้า โดยอ้างอิงข้อมูลชุดคำถามจากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์, 2560)

3.1.3 สามารถเป็นผู้ฟัง และสามารถเก็บความลับส่วนบุคคลได้ดี

3.1.4 สามารถให้คำปรึกษาแก่ผู้อื่นได้ดี

3.1.5 ไม่มีอคติ หรือชอบนำความคิดเห็นตนเองไปตัดสินผู้อื่นในเรื่องต่าง ๆ

3.1.6 มีไหวพริบ ปฏิภาณ ในการถามคำถามหรือแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าได้ดี

3.1.7 มีทักษะด้านการสื่อสาร ไม่ให้เกิดความสับสนขณะสัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูลเพิ่มเติมจากนักศึกษา

3.1.8 สามารถบันทึกและจัดการกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ได้อย่างเหมาะสมถูกต้อง

3.1.9 สามารถวิเคราะห์ แยกแยะได้ถึงปัญหาที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ หรือการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนักศึกษา จากข้อมูลการสัมภาษณ์ และการประเมินตนเองของนักศึกษาได้

3.1.10 สามารถสรุป ประมวลผลจากข้อมูลที่ได้รับจากการสัมภาษณ์ และการประเมินตนเองของนักศึกษาเพื่อรายงานให้หัวหน้าสาขา อาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์ในหลักสูตรรับทราบเพื่อที่จะได้วางแผนการสนับสนุนการเรียนการสอน หรือการใช้ชีวิตของนักศึกษาต่อไป

### 3.2 วิธีการปฏิบัติงาน (Work Instruction, WI)

สำหรับวิธีการปฏิบัติงานการให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ มีวิธีการปฏิบัติในแต่ละกระบวนการดังต่อไปนี้

#### 3.2.1 การเก็บข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา

ข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษาที่จะต้องบันทึกไว้ประกอบด้วย

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 1. ชื่อ – นามสกุล   | 12. ภูมิแพ้ หรือสิ่งที่แพ้                     |
| 2. ชื่อเล่น         | 13. งานอดิเรก                                  |
| 3. อายุ             | 14. สำเร็จการศึกษา จากโรงเรียนอะไร จังหวัดอะไร |
| 4. รหัสนักศึกษา     | 15. ชื่อผู้ปกครอง                              |
| 5. เลขบัตรประชาชน   | 16. เบอร์โทรติดต่อผู้ปกครอง                    |
| 6. กรุ๊ปเลือด       | 17. ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้                  |
| 7. วัน-เดือน-ปีเกิด | 18. ชื่อ-สกุล เพื่อนสนิทในมหาวิทยาลัย          |
| 8. ศาสนา            | 19. เบอร์โทรติดต่อเพื่อนสนิทในมหาวิทยาลัย      |
| 9. เบอร์โทรศัพท์    | 20. ชื่อ-สกุล เพื่อนสนิทในสาขา                 |
| 10. ห้อง / หอพัก    | 21. เบอร์โทรติดต่อเพื่อนสนิทในสาขา             |
| 11. โรคประจำตัว     | 22. ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาในมหาวิทยาลัย          |

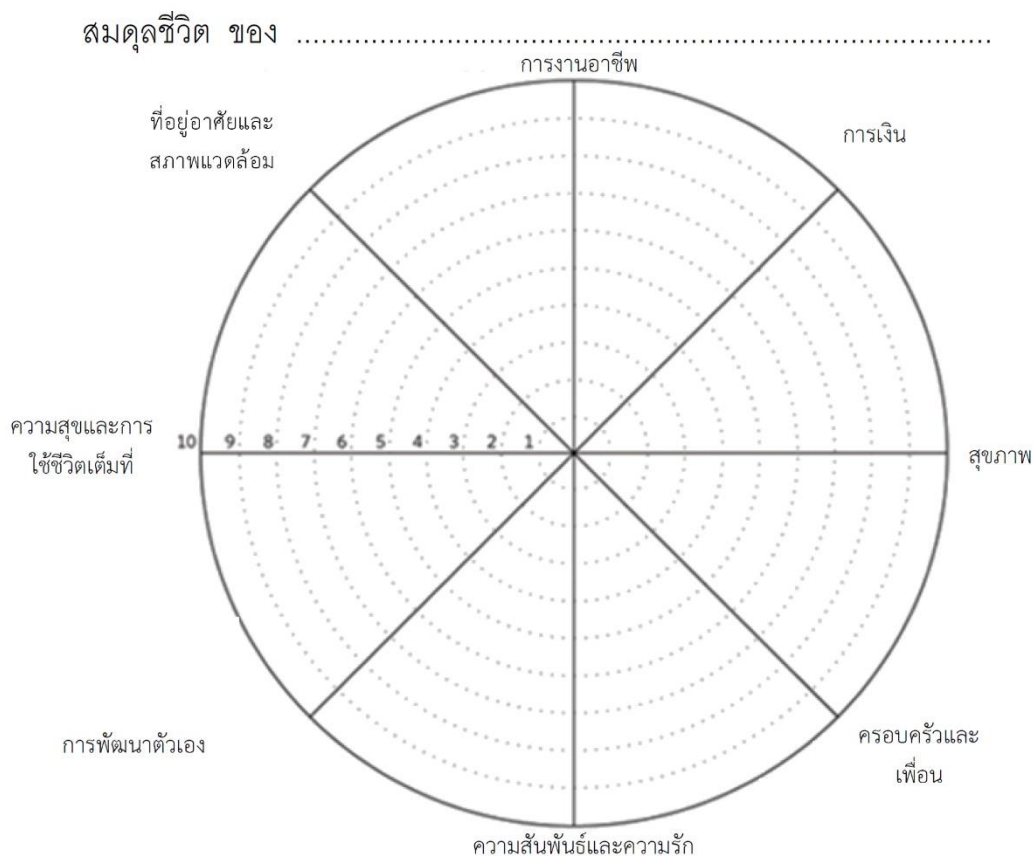
ซึ่งในส่วนของข้อมูลส่วนตัวเหล่านั้นนั้นจำเป็นต้องเน้นย้ำนักศึกษาให้มีความซื่อสัตย์ในการกรอกข้อมูลตามความเป็นจริงและให้ครบถ้วนทุกข้อเพื่อประโยชน์ของตนเอง

#### 3.2.2 การใช้แผนภาพสมดุลชีวิต เพื่อเก็บข้อมูลด้านอัตมโนทัศน์ของนักศึกษา

สำหรับแผนภาพสมดุลชีวิตนั้นจะประกอบด้วยหัวข้อด้านอัตมโนทัศน์ทั้งสิ้น 8 ด้าน คือ

- |                          |                                     |
|--------------------------|-------------------------------------|
| 1. ด้านการงานอาชีพ       | 5. ด้านความสัมพันธ์และความรัก       |
| 2. ด้านการเงิน           | 6. ด้านการพัฒนาตนเอง                |
| 3. ด้านสุขภาพ            | 7. ด้านความสุขและการใช้ชีวิตเต็มที่ |
| 4. ด้านครอบครัวและเพื่อน | 8. ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม   |

โดยก่อนที่จะให้นักศึกษาทำแบบประเมินตนเองนั้น ผู้ปฏิบัติงานหรือบุคลากรที่ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบด้านการเก็บข้อมูล จำเป็นที่จะต้องอธิบายและทำความเข้าใจกับนักศึกษาว่า แผนภาพสมดุลชีวิตในแต่ละด้านนั้นหมายถึงอะไร มีวิธีการประเมินตนเองอย่างไร เพื่อนักศึกษาจะได้เกิดความเข้าใจและสามารถทำแบบประเมินได้อย่างถูกต้องซึ่งแผนภาพสมดุลชีวิตทั้ง 8 ด้านมีลักษณะดังแสดงในภาพที่ 4



ภาพที่ 4 แผนภาพสมดุลชีวิต

ที่มา: (Byrne, 2005)

ขั้นตอนการอธิบายและแนะนำให้นักศึกษาประเมินตนเองด้วยแผนภาพสมดุลชีวิตมีดังนี้

(1) อธิบายลักษณะแผนภาพสมดุลชีวิต

ผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำการเก็บข้อมูลจะต้องอธิบายให้นักศึกษาเห็นภาพว่าแผนภาพสมดุลชีวิตมีลักษณะเป็นแผนภาพใยแมงมุม (Radar Chart) หัวข้อด้านต่าง ๆ ที่นักศึกษาจะประเมินตนเองนั้นจะเปรียบเสมือนด้านประกอบของรูปวงกลม โดยที่ด้านประกอบนั้นจะเกิดจากการลากจุดเชื่อมต่อกันตามคะแนนการประเมินตนเองในแต่ละด้านของนักศึกษา ซึ่งลักษณะของวงกลมที่เกิดขึ้นนั้นจะสะท้อนสถานะในปัจจุบันของนักศึกษา หากลากเส้นเชื่อมต่อแล้วรูปที่ได้มีลักษณะเหมือนรูปวงกลมขนาดใหญ่ แสดงว่าในช่วงเวลานั้นนักศึกษามีปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของตนเองน้อย แต่หากรูปที่ได้มีลักษณะไม่ใกล้เคียงวงกลมหรือได้วงกลมขนาดเล็กแสดงว่าในช่วงนี้นักศึกษาอาจจะมีปัจจัยภายนอกอื่น ๆ มากระทบต่อการใช้ชีวิตและอาจจะส่งผลกระทบต่อการศึกษาได้ ทั้งนี้จะต้องใช้ระดับคะแนนการประเมินตนเองในแต่ละด้านของนักศึกษามาประกอบการวิเคราะห์ด้วย ซึ่งคะแนนการประเมินตนเองในแต่ละด้านมีคะแนนเต็ม 10 คะแนน ซึ่งระดับคะแนนจะบ่งบอกว่านักศึกษามีความรู้สึกต่อตนเองในด้านนั้น ๆ อย่างไร หากรู้สึกว่าคุณด้านนั้นๆ ดีไม่มีปัจจัยเชิงลบใด ๆ มาส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตในด้านนั้น ๆ นักศึกษาอาจจะให้คะแนนประเมินตนเอง 10 คะแนน แต่

หากคิดว่าด้านนั้นมีบางปัจจัยที่อาจจะส่งผลกระทบต่อนักศึกษาไม่ว่าจะมากหรือน้อย นักศึกษาอาจจะให้คะแนนการประเมินตนเองในด้านนั้น ๆ ลดหลั่นลงมา ซึ่งคะแนนที่น้อยที่สุดที่สามารถใช้ประเมินตนเองได้คือ 1 คะแนน

(2) อธิบายความหมายขององค์ประกอบของแผนภาพสมดุลชีวิต 8 ด้าน

หลังการอธิบายคุณลักษณะทั่วไปของแผนภาพสมดุลชีวิตให้นักศึกษาเข้าใจแล้วผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำการเก็บข้อมูลจะต้องอธิบายต่อไปว่า หัวข้อด้านต่าง ๆ ที่นักศึกษาจะต้องทำการประเมินตนเองนั้นหมายถึงอะไรเพื่อป้องกันการเข้าใจคลาดเคลื่อนอันจะส่งผลให้เกิดการประเมินตนเองผิดพลาดไปจากวัตถุประสงค์ สำหรับความหมายในแต่ละด้านที่นักศึกษาต้องประเมินตนเองนั้นประกอบด้วย

**ด้านการงานอาชีพ** หมายถึง การประเมินตนเองด้านความรู้สึก หรือสภาวะปัจจุบันที่เกี่ยวกับการเป็นนักศึกษา เช่น สถานะทางการเรียน การมีความเข้าใจในเนื้อหาที่เรียน ปัญหาหรืออุปสรรค ที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการศึกษา เป็นต้น โดยนักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากรู้สึกว่าคุณสามารถใช้ชีวิตด้านนี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากรู้สึกว่าการใช้ชีวิตด้านการเป็นนักศึกษาของตนกำลังประสบปัญหา

**ด้านการเงิน** หมายถึง การประเมินตนเองทางการเงินในทุกมิติ ที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษา เช่น มีรายรับที่พอกับรายจ่ายหรือไม่ รายรับที่ได้ต้องใช้จ่ายอย่างไร ประหยัดจึงจะเพียงพอ หรือเมื่อเงินหมดสามารถขอกู้ยืมเพิ่มเติมได้หรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากมีความรู้สึกว่าคุณสามารถทางการเงินทำให้สามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากรู้สึกว่าสภาวะด้านการเงินของตนเองส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตและการเรียนของนักศึกษา

**ด้านสุขภาพ** หมายถึง การประเมินตนเองทางด้านสุขภาพว่า ณ ปัจจุบันนี้ ตนเองมีปัญหาสุขภาพที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการศึกษาหรือการใช้ชีวิตประจำวันหรือไม่ นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากมีความรู้สึกว่าคุณสุขภาพของตนเองไม่ส่งผลกระทบต่อการศึกษา และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากรู้สึกว่าสุขภาพของตนเองไม่ปกติ ส่งผลกระทบต่อการศึกษาหรือการใช้ชีวิตประจำวัน

**ด้านครอบครัวและเพื่อน** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตนเองกับครอบครัว และความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและเพื่อน ว่าบุคคลต่างๆ เหล่านี้ส่งผลกระทบต่อการศึกษาหรือการใช้ชีวิตประจำวันของเราในทิศทางที่ดีหรือไม่อย่างไร เช่น มีปัญหาครอบครัว หรือปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนหรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนน หากความสัมพันธ์ของครอบครัวและเพื่อนไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการศึกษาหรือการใช้ชีวิตประจำวัน และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากนักศึกษามีความรู้สึกว่าคุณความสัมพันธ์ของครอบครัวและเพื่อนมีผลกระทบต่อการศึกษาและการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษา

**ด้านความสัมพันธ์และความรัก** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับความสัมพันธ์ด้านความรักของตัวเองไม่ว่าความสัมพันธ์นั้นจะอยู่ในรูปแบบ ผู้ชายกับผู้ชาย ผู้ชายกับผู้หญิง หรือผู้หญิงกับผู้หญิง ว่าความสัมพันธ์ในรูปแบบดังกล่าวนี้ส่งผลกระทบต่อการศึกษาหรือการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษาหรือไม่ นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหาก



ความสัมพันธ์นั้นไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้หรือการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษา และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากมีผลกระทบต่อการเรียนรู้หรือการใช้ชีวิตของนักศึกษา นักศึกษา

**ด้านการพัฒนาตนเอง** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองทางด้านใดด้านหนึ่งที่ทำให้นักศึกษารู้สึกได้เรียนรู้ หรือมีความสามารถด้านใดด้านหนึ่งเพิ่มมากขึ้น ไม่ว่าจะ เป็นด้านงานอดิเรกหรือด้านที่เกี่ยวกับการเรียนก็ตาม หรือนักศึกษามีแผนที่จะพัฒนาตนเองในด้านใดบ้าง หากนักศึกษารู้สึกว่าตนเองได้มีการพัฒนาตนเองแล้วหรือมีแผนที่จะพัฒนาตนเอง สามารถให้คะแนนเต็ม 10 คะแนนได้ แต่หากนักศึกษารู้สึกว่าไม่ได้มีการพัฒนาตนเองหรือไม่ได้มีแผนการที่จะพัฒนาตนเองก็สามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน

**ด้านความสนุกและการใช้ชีวิตเต็มที่** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในภาพรวมว่าช่วงเวลานี้มีความสุข และสนุกในการใช้ชีวิตหรือไม่ มีเรื่องใด ๆ มาเป็นอุปสรรคขัดขวางการใช้ชีวิตหรือไม่ นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเองได้ 10 คะแนนหากนักศึกษารู้สึกว่าช่วงนี้การใช้ชีวิตมีความสุขและมีความสุขในการใช้ชีวิต และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากนักศึกษารู้สึกว่าการใช้ชีวิตมีอุปสรรคใช้ชีวิตได้ไม่สนุกสนาน

**ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม** หมายถึง การประเมินตนเองเกี่ยวกับสถานที่และสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของนักศึกษา ว่าที่อยู่อาศัยปัจจุบันนั้นส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้หรือการใช้ชีวิตหรือไม่ เช่น ที่อยู่อาศัยอยู่ใกล้แหล่งบันเทิง หรือ เพื่อนบ้านข้างเคียง ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันหรือไม่ เป็นต้น นักศึกษาสามารถให้คะแนนตนเอง 10 คะแนนหากบ้านและสภาพแวดล้อมไม่ได้ส่งผลกระทบในเชิงลบต่อนักศึกษา และสามารถให้คะแนนลดหลั่นลงมาจนถึง 1 คะแนน หากบ้านและสภาพแวดล้อมส่งผลกระทบในเชิงลบต่อนักศึกษาไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง

### (3) ทบทวนความเข้าใจและทำแบบประเมิน

หลังจากการชี้แจงดังข้อ (1) และ (2) แล้วผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจะต้องมีการถามย้่านักศึกษาถึงความเข้าใจในการทำแบบประเมินตนเองอีกครั้ง ก่อนจะให้นักศึกษาเริ่มทำแบบประเมินตนเอง เนื่องจากความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนในการทำแบบประเมินตนเองของนักศึกษาจะส่งผลกระทบต่อสาระสำคัญของการเก็บข้อมูล อันเป็นต้นเหตุให้เกิดการวิเคราะห์และประเมินผลผิดพลาดได้

### 3.2.3 การสัมภาษณ์นักศึกษาโดยใช้ข้อมูลจากแผนภาพสมมูลชีวิตเพื่อเก็บข้อมูลเชิงลึกของนักศึกษา

หลังจากที่นักศึกษาทำการประเมินตนเองนั้น จะทราบได้เพียงแค่ผลการประเมินจากคะแนนที่นักศึกษาประเมินตนเองมาในแต่ละด้าน ซึ่งจะยังไม่ทราบถึงต้นตอปัญหา หรือสาเหตุของการให้คะแนนในระดับนั้น ๆ ของนักศึกษา เพียงแต่คาดคะเนได้ว่านักศึกษาคนใดกำลังมีปัญหาในด้านใด ๆ จากระดับคะแนนสูงต่ำ ดังนั้นจึงต้องสัมภาษณ์นักศึกษาต่อแบบตัวต่อตัวเป็นรายบุคคล เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่อาจจะส่งผลกระทบต่อนักศึกษาทั้งในด้านการเรียนและการใช้ชีวิต ซึ่งการสัมภาษณ์นั้นจะใช้หัวข้อด้านต่าง ๆ ของแผนภาพสมมูลชีวิตเป็นคำถามให้นักศึกษาได้

กล่าวถึงเหตุผลหรือความรู้สึกขณะให้คะแนนประเมินตนเองในขณะนั้น โดยมีรายละเอียดการสัมภาษณ์ดังต่อไปนี้

เมื่อผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำการสัมภาษณ์เห็นระดับคะแนนของนักศึกษาที่ทำการประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะคะแนนจะสูงหรือต่ำให้ผู้สัมภาษณ์ถามนักศึกษากว่า สาเหตุที่นักศึกษาให้คะแนนตนเองในระดับนี้นั้นเป็นเพราะอะไร หลังจากนั้นผู้ที่ทำการสัมภาษณ์จะต้องทำการบันทึกข้อมูลเพื่อเป็นเหตุผลประกอบการให้คะแนนประเมินตนเองของนักศึกษาในด้านนี้ ซึ่งอาจจะสะท้อนปัญหา หรืออุปสรรคที่นักศึกษากำลังพบเจอในปัจจุบัน หลังจากนั้นผู้สัมภาษณ์จะต้องถามนักศึกษาถึงความต้องการได้รับการช่วยเหลือและการสนับสนุน เพิ่มเติมจากทางสาขาในด้านที่สาขาสามารถสนับสนุน หรือหาแนวทางแก้ไขได้ โดยข้อคิดเห็นด้านนี้ของนักศึกษาจะสะท้อนสิ่งที่นักศึกษาต้องการให้ทางมหาวิทยาลัย หรือทางสาขาช่วยสนับสนุนอันจะส่งผลให้นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหรือการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งการสัมภาษณ์นั้นจะต้องสัมภาษณ์ไปที่ละด้านจนครบทั้ง 8 ด้าน ซึ่งในขณะที่กำลังสัมภาษณ์ในด้านความสนุกและการใช้ชีวิตเต็มที่ ผู้สัมภาษณ์ต้องถามคำถามสอดแทรก 2 คำถาม เพื่อคัดกรองโรคซึมเศร้าซึ่ง เรียกว่าคำถาม 2Q สำหรับคัดกรองนักศึกษาที่อาจจะป่วยเป็นโรคซึมเศร้าด้วยคำถามที่ว่า (1) ช่วงนี้นักศึกษามีความไม่สบายใจ เช่น ทุกข์ใจ เศร้า ท้อแท้ ซึม เหงาหงอยหรือไม่ และ (2) นักศึกษามีอาการเบื่อ ไม่อยากพูด ไม่อยากทำอะไร หรือทำอะไรไม่สนุกเพลิดเพลินเหมือนเดิมหรือไม่ หากนักศึกษาตอบว่าไม่มีในทั้ง 2 คำถามจะถือว่านักศึกษาปกติไม่เสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า แต่ถ้านักศึกษาตอบว่ามีข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใด ๆ ในคำถามที่ (1) หรือ (2) ) หมายถึง เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้าให้ผู้สัมภาษณ์จดบันทึกและให้ทำการประเมินนักศึกษา ด้วยแบบประเมินอาการโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม ต่อไป

### 3.2.4 การประเมินนักศึกษาที่มีความเสี่ยงโรคซึมเศร้าด้วยแบบประเมิน 9Q

หลังจากการคัดกรองนักศึกษาด้วยคำถาม 2Q และพบว่านักศึกษาเป็นผู้มีความเสี่ยงหรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้าแล้วนั้น ให้ผู้สัมภาษณ์ให้นักศึกษาทำการประเมินอาการของโรคซึมเศร้า ด้วยคำถาม 9 คำถาม ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แบบประเมินอาการของโรคซึมเศร้าด้วย 9 คำถาม (9Q)

ลำดับ คำถาม	ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาพร้อมทั้งวันนี้ท่านมีอาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน	ไม่มีเลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย > 7 วัน	เป็น ทุกวัน
1	เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร	0	1	2	3
2	ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้	0	1	2	3
3	หลับยาก หรือหลับ ๆ ตื่น ๆ หรือหลับมากไป	0	1	2	3
4	เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง	0	1	2	3
5	เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป	0	1	2	3

ลำดับ คำถาม	ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาพร้อมทั้งวันนี้ท่านมี อาการเหล่านี้บ่อยแค่ไหน	ไม่มีเลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย > 7 วัน	เป็น ทุกวัน
6	รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลว หรือ ทำให้ตนเอง หรือครอบครัวผิดหวัง	0	1	2	3
7	สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่น ดูดทบทศน์ ฟัง วิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ	0	1	2	3
8	พูดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่งได้ เหมือนเคยเป็น	0	1	2	3
9	คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี	0	1	2	3

ที่มา: (กรมสุขภาพจิต, 2552)

หลังจากนักศึกษาที่มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคซึมเศร้าทำแบบประเมินอาการโรคซึมเศร้า ด้วย 9 คำถามข้างต้นเสร็จ ให้ผู้สัมภาษณ์สรุปคะแนนเพื่อแปลผลต่อไป สำหรับตารางแปลผล คะแนนนั้นสามารถแปลผลได้ตามตารางที่ 4 เมื่อแปลผล และปรากฏว่านักศึกษามีคะแนนรวมมากกว่า 7 คะแนน ให้ผู้สัมภาษณ์ทำการประเมินการฆ่าตัวตาย ด้วยแบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม

ตารางที่ 4 การแปลผลอาการของโรคซึมเศร้า

ระดับคะแนน	การแปลผล
<7	ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้า
7-12	มีอาการของโรคซึมเศร่าระดับ น้อย
13-18	มีอาการของโรคซึมเศร่าระดับ ปานกลาง
≥19	มีอาการของโรคซึมเศร่าระดับ รุนแรง

ที่มา : (กรมสุขภาพจิต, 2552)

### 3.2.5 การประเมินนักศึกษาที่มีความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายด้วยแบบประเมิน 8Q

เมื่อแปลผลการประเมินอาการของโรคซึมเศร้า และปรากฏว่านักศึกษามีคะแนนรวมมากกว่า 7 คะแนน ซึ่งแสดงว่านักศึกษาผู้นั้นมีอาการของโรคซึมเศร้าแล้วนั้นผู้สัมภาษณ์จะต้องทำการประเมินความเสี่ยงของการฆ่าตัวตายด้วยคำถาม 8 คำถามดังตารางที่ 5 หลังจากนักศึกษาทำแบบประเมินความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายเสร็จเรียบร้อย ผู้สัมภาษณ์ทำการแปลผลตามตารางที่ 6 ไม่ว่านักศึกษามีแนวโน้มการฆ่าตัวตายหรือไม่ แต่ถ้านักศึกษามีความเสี่ยงในการเป็นโรคซึมเศร้าผู้สัมภาษณ์จะต้องทำการบันทึกการแปลผลตั้งแต่ข้อ 3.2.4 - 3.2.5 และแนะนำให้นักศึกษาไปพบ

แพทย์เพื่อทำการรักษาโรคซึมเศร้า หลังจากนั้นผู้ที่ทำการสัมภาษณ์จะต้องส่งข้อมูลของนักศึกษาที่มีความเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้านี้ให้แก่หัวหน้าสาขา เพื่อที่จะได้มีการดูแลสนับสนุนและติดตามผลต่อไป

**ตารางที่ 5** แบบประเมินความเสี่ยงการฆ่าตัวตายด้วย 8 คำถาม (8Q) (กรมสุขภาพจิต, 2552)

คำถามที่	ระยะเวลา	ท่านมีอาการเหล่านี้หรือไม่	ไม่มี	มี
1	ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา	คิดอยากตาย หรือคิดว่าตายไปจะดีกว่า	0	1
2		อยากทำร้ายตัวเอง หรือทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	0	2
3		คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	0	6
		(ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ) ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิด อยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้หรือไม่ว่าคงจะไม่ทำตาม ความคิดนั้นในขณะนี้	ได้	ไม่ได้
4		มีแผนที่จะฆ่าตัวตาย	0	8
5		ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเอง หรือเตรียมการจะฆ่า ตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริง ๆ	0	9
6		ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บแต่ไม่ได้ตั้งใจที่จะทำให้ เสียชีวิต	0	4
7		ได้พยายามฆ่าตัวตายโดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะให้ตาย	0	10
8	ตลอดชีวิตที่ผ่านมา	ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	0	4

ที่มา : (กรมสุขภาพจิต, 2552)

**ตารางที่ 6** การแปลผลความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย

ระดับคะแนน	การแปลผล
0	ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน
1-8	มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน น้อย
9-16	มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ปานกลาง
≥17	มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน รุนแรง

ที่มา : (กรมสุขภาพจิต, 2552)

### 3.2.6 การจัดทำข้อมูลจากการประเมินตนเองและการสัมภาษณ์นักศึกษา

หลังการสัมภาษณ์และการเก็บข้อมูลของนักศึกษานั้น ผู้ที่ได้รับมอบหมายจะต้องทำการประมวลผลข้อมูลโดยสรุปว่า นักศึกษาแต่ละคนที่ให้การประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ นั้นมีคะแนน

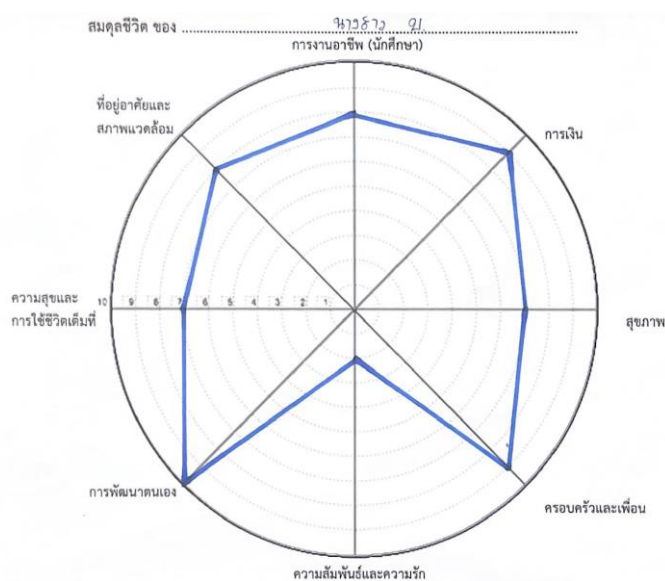
เท่าไร และเมื่อเฉลี่ยคะแนนในทุก ๆ ด้านแล้ว คะแนนเฉลี่ยของนักศึกษาอยู่ที่เท่าไร ซึ่งระดับคะแนนเฉลี่ยจะบอกสถานะโดยรวมของนักศึกษา โดยที่ถ้าเฉลี่ยแล้วมีคะแนนระดับ 9-10 คะแนน จะถือว่า นักศึกษาอยู่ในเกณฑ์ดีมาก 7-8 คะแนนอยู่ระดับดี 5-6 คะแนนอยู่ระดับพอใช้ 3-4 คะแนนอยู่ระดับระดับแย่ และ 1-2 คะแนนอยู่ระดับ แย่มาก ระดับคะแนนโดยเฉลี่ยนี้ใช้ได้เพียงแค่บอกสถานะโดยรวมของนักศึกษา ซึ่งจำเป็นต้องใช้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ประกอบการประเมิน นอกจากนี้ผู้ สัมภาษณ์จะต้องบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ว่านักศึกษามีปัญหาและอุปสรรค หรือความ ต้องการความช่วยเหลือหรือการสนับสนุนจากสาขาเพิ่มเติมในเรื่องใด และหากพบนักศึกษาที่มี แนวโน้มจะเป็นโรคซึมเศร้าจะต้องจัดทำรายงานระดับความรุนแรง และแนวโน้มการฆ่าตัวตายของ นักศึกษาเพื่อเสนอต่อหัวหน้าสาขาเพื่อเกิดกระบวนการดูแลสนับสนุนในการปรึกษาและพบแพทย์ใน ลำดับต่อไป

### 3.3 เงื่อนไข/ข้อสังเกต/ข้อควรระวัง/สิ่งที่ควรคำนึงถึงในการปฏิบัติงาน

สำหรับเงื่อนไข ข้อสังเกต ข้อควรระวัง และสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการปฏิบัติงาน ทางผู้เขียนจะ ขอใช้ตัวอย่างจากการปฏิบัติงานจริง ในการอธิบายเพิ่มเติม ประกอบคำแนะนำ ข้อสังเกต ข้อควร ระวัง และสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการปฏิบัติงาน เพื่อให้ผู้อ่านจะได้เข้าใจและเห็นภาพรวมมากยิ่งขึ้น

#### 3.3.1 ตัวอย่างแผนภาพสมดุลของชีวิตและการสัมภาษณ์ นางสาว บ หลังจากระเมินตนเอง

จากแผนภาพสมดุลชีวิตประจำภาคการศึกษาที่ 1/2563 ของนางสาว บ แสดงดังภาพที่ 5 หากพิจารณาจากรูปแผนภาพสมดุลชีวิตเพียงอย่างเดียวโดยไม่มีการสัมภาษณ์เพิ่มเติม จะพบว่า คะแนนสมดุลชีวิตในด้านต่าง ๆ ที่ นางสาว บ ทำการประเมินตนเองมานั้น นอกจากด้านความสัมพันธ์ และความรักแล้วด้านอื่น ๆ อยู่ในเกณฑ์ดี แสดงว่าเบื้องต้นนั้นให้เราตั้งข้อสังเกตได้เลยว่า นางสาว บ อาจประสบปัญหาบางอย่างในด้านความสัมพันธ์และความรัก



ภาพที่ 5 แผนภาพสมดุลชีวิตของ นางสาว บ ประจำภาคการศึกษาที่ 1/2563

ซึ่งหากอ้างอิงจากคะแนนในด้านความสัมพันธ์และความรักดังที่นางสาว บ ประเมินตนเองมานั้น ปัญหาที่เกิดขึ้นอาจจะส่งผลกระทบต่อ การเรียนและการใช้ชีวิตประจำวัน เนื่องจากคะแนนในด้านนี้ต่ำมาก ดังนั้นเราจะต้องทำการสัมภาษณ์เพื่อหาข้อมูลเพิ่มเติม ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ นางสาว บ เพิ่มเติมในแต่ละด้านมีดังนี้

(1) ด้านการงานและอาชีพ คะแนนประเมินตนเองในด้านนี้ของนางสาว บ มีคะแนนประเมินตนเอง 8 คะแนนซึ่งอยู่ในเกณฑ์ดี แต่ผู้สัมภาษณ์ต้องสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมว่าเพราะเหตุใดนักศึกษาถึงประเมินตนเองในด้านนี้มา 8 คะแนน มีอะไรติดขัดหรือไม่ ทำไม่ถึงยังไม่ให้คะแนนตนเอง 10 คะแนน ซึ่งหลังจากการสัมภาษณ์ในด้านนี้ผู้สัมภาษณ์พบว่า ความกังวลที่นางสาว บ มีเกี่ยวกับการงานชีพที่เป็นนักศึกษา คือ การเรียนในวิชาภาษาไทย เนื่องจากนางสาว บ มีความรู้สึกว่าตนเองนั้นไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้ ส่วนการเรียนในวิชาอื่น ๆ นั้นนางสาว บ มีความมั่นใจและยังไม่รู้สึกว้าวในทอมนี้เรียนหนักแต่อย่างไร และเมื่อถามว่าต้องการให้ทางสาขาสับสนุนเพิ่มเติมอย่างไรบ้างนางสาว บ ตอบว่าไม่ได้ต้องการความช่วยเหลืออะไรเพิ่มเติมจากสาขา ดังนั้นสิ่งที่เราจะบันทึกในข้อมูลเพื่อดูแลสนับสนุน นางสาว บ ในข้อนี้ นั่นเบื้องต้นจะต้องบันทึกลงไปว่าไม่ต้องการการสนับสนุนด้านการเรียนเพิ่มเติม แต่มีความกังวลในการเรียนวิชาภาษาไทย ดังนั้นถึงแม้ว่านางสาว บ บอกว่าไม่ได้ต้องการการดูแลอะไรในด้านนี้เพิ่มเติมจากสาขา แต่เมื่อเราทราบความกังวลของ นางสาว บ เกี่ยวกับรายวิชาภาษาไทย เราก็ต้องมีกระบวนการดูแลติดตามนางสาว บ โดยอาจจะมีการประเมินจากคะแนนสอบหรืองานต่าง ๆ ผ่านอาจารย์ผู้สอนในรายวิชานั้นๆ เพื่อประเมินต่อไปว่านางสาว บ จะประสบปัญหาหรือไม่ หากมีปัญหาจะได้ติดตามดูแลได้อย่างทันที่ต่อไป ข้อสังเกตจากการประเมินตนเองในด้านนี้ของนางสาว บ จะเห็นว่า ถึงแม้ว่านักศึกษามีการประเมินตนเองด้านนี้มากถึง 8 คะแนน แต่ก็ยังมีบางส่วนที่นักศึกษากังวลในด้านนี้ ดังนั้นผู้ที่ทำการสัมภาษณ์จะต้องมีไหวพริบในการจับประเด็น จะยึดแต่คะแนนการประเมินตนเองไม่ได้ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องใช้คะแนนการประเมินตนเองประกอบกับการสัมภาษณ์เพื่อที่จะได้ทราบปัญหา หรืออุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นกับนักศึกษาได้อย่างถูกต้อง

(2) ด้านการเงิน จากการสัมภาษณ์ประกอบกับคะแนนประเมินตนเองด้านการเงินของนางสาว บ พบว่า สภาพทางด้านการเงินไม่ได้ส่งผลกระทบต่อ ใดๆ ต่อนางสาว บ ซึ่งจากการสอบถามเพิ่มเติมได้ข้อมูลว่า นางสาว บ นั้นได้รับทุนการศึกษาประเภททุนอัจฉริยภาพของทางสาขาและได้รับเงินประจำสัปดาห์สัปดาห์ละ 2,000 บาท ซึ่งเพียงพอต่อการใช้ชีวิตประจำวันและหากไม่พอใช้นั้นสามารถขอเพิ่มเติมได้จากทางครอบครัว

(3) ด้านสุขภาพ จากการสัมภาษณ์ประกอบกับคะแนนประเมินตนเองด้านสุขภาพของนางสาว บ นั้น นางสาว บ ไม่ได้มีความกังวลใด ๆ ในด้านนี้เลย สามารถใช้ชีวิตได้ตามปกติยังไม่พบปัญหาสุขภาพใด ๆ

(4) ด้านครอบครัวและเพื่อน จากการสัมภาษณ์ประกอบกับคะแนนประเมินตนเองด้านครอบครัวและเพื่อนของนางสาว บ นั้นพบว่านางสาว บ มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว พ่อแม่อยู่ด้วยกันเป็นปกติ ครอบครัวไม่ได้กดดันอะไร สามารถที่จะตัดสินใจในเรื่องการใช้ชีวิตของตนเองได้อย่างอิสระ นอกจากนั้นความสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ ก็เป็นไปในทิศทางที่ดีมีการปรับตัวเข้าหากันได้ดี มีการช่วยเหลือกันในด้านต่างๆ นอกจากนี้ในการสัมภาษณ์ผู้สัมภาษณ์จะต้องถามเพิ่มเติมถึงเพื่อนสนิท

ในสาขาตามที่นางสาว บ ระบุมาในระเบียบประวัติ ว่าคิดว่าความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและเพื่อนสนิทหรือไม่ หรือเพื่อนสนิทของเรามีปัญหาอะไร หรือคิดว่าเพื่อนต้องการให้สาขานับสนุนช่วยเหลือเพิ่มเติมในด้านใดบ้างหรือไม่ เนื่องจากนางสาว บ อาจจะมีมุมมองและทราบถึงปัญหาและอุปสรรคที่เพื่อนสนิทของนางสาว บ กำลังพบเจอ ซึ่งข้อมูลเพิ่มเติมตรงนี้จะช่วยให้เราได้ทราบข้อมูลเพิ่มมากขึ้น และจากการถามเพิ่มเติมไปในส่วนนี้ทำให้ทราบว่า เพื่อนสนิทของนางสาว บ นั้นกำลังประสบปัญหาทางด้านครอบครัว อยู่ในช่วงที่พ่อแม่กำลังจะแยกทางกัน นอกจากนี้ยังพบว่าเพื่อนสนิทของนางสาว บ มีปัญหาทางการเงินที่อาจจะใช้จ่ายไม่เพียงพอ ดังนั้นผู้สัมภาษณ์จะต้องบันทึกข้อมูลตรงนี้ไว้เพื่อไปสัมภาษณ์ข้อมูลเพิ่มเติมจากเพื่อนของนางสาว บ ว่าต้องการความช่วยเหลือเพิ่มเติมอย่างไรและทางสาขาจะช่วยเหลืออะไรได้บ้าง

(5) ด้านความสัมพันธ์และความรัก ในด้านนี้เมื่อดูจากคะแนนการประเมินตนเองนั้นนางสาว บ ประเมินตนเองมาต่ำมาก และจากการสัมภาษณ์เชิงลึกเมื่อถามว่าทำไมนางสาว บ นั้นให้คะแนนตัวเองในด้านนี้เพียงแค่ 2 คะแนน มีปัญหาอะไรเกิดขึ้นที่อาจจะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตหรือไม่ นางสาว บ ได้ตอบมาว่าไม่มีปัญหาอะไรเกิดขึ้น เพียงแต่การที่ให้คะแนนตัวเองเพียงแค่ 2 คะแนนนั้นเนื่องจากว่า นางสาว บ เห็นเพื่อนในกลุ่มตัวเองนั้นมีแฟนกันหมดแล้ว แต่ตัวเองยังไม่มีแฟนเลยให้คะแนนประเมินตนเองในข้อนี้เพียงแค่ 2 คะแนน และทางผู้สัมภาษณ์จึงได้ถามต่อไปว่าแล้วการไม่มีแฟนนั้นส่งผลกระทบต่อการเรียนและการใช้ชีวิตประจำวันหรือไม่ นางสาว บ ได้ตอบว่าไม่มีผลกระทบต่อการใช้ชีวิตใด ๆ ดังนั้นการบันทึกผลในด้านนี้ ของนางสาว บ อาจจะบันทึกได้ว่านางสาว บ ไม่ได้มีปัญหาด้านความสัมพันธ์และความรัก นอกจากนี้เนื่องจากการประเมินตนเองของนางสาว บ ที่ประเมินมาต่ำมาก ๆ นั้นผู้สัมภาษณ์สามารถเอาข้อมูลด้านนี้ไปถามเพื่อนสนิทในสาขาที่นางสาว บ ได้ให้ข้อมูลไว้ในระเบียบประวัติ แต่มีข้อควรระวังคือ การนำข้อมูล ๆ ไปถามเพื่อนสนิทของนักศึกษา นั้นจะต้องเป็นไปอย่างแนบเนียน ไม่ให้เกิดความอึดอัดและเสียบรรยากาศในการสัมภาษณ์

(6) ด้านการพัฒนาตนเอง ในด้านนี้นางสาว บ ประเมินตนเองมากถึง 10 คะแนน หลังจากการสัมภาษณ์พบว่าที่นางสาว บ ให้คะแนนตนเองมากถึง 10 คะแนนนั้นเนื่องมาจากนางสาว บ มีความรู้สึกว่าการที่ตนเองได้เริ่มศึกษาภาษาจีนเพิ่มเติมส่งผลให้เกิดความภาคภูมิใจและคิดว่าตนเองสามารถพัฒนาตนเองได้ดี

(7) ด้านความสุขและการใช้ชีวิตเต็มที่ในด้านนี้นางสาว บ ให้คะแนนตนเองมา 7 คะแนน ซึ่งก็อยู่ในเกณฑ์ที่ดี และหลังจากการสัมภาษณ์พบว่าที่นางสาว บ ให้คะแนนตนเอง 7 คะแนนนั้นเนื่องมาจากมีความรู้สึกที่ตนเองมีการแบ่งเวลาอย่างไม่เหมาะสม ทำให้การใช้ชีวิตยังไม่ราบรื่นและคิดว่าจะต้องมีการจัดสรร เวลาให้เหมาะสมมากกว่านี้ ซึ่งในหัวข้อนี้ ทางผู้สัมภาษณ์ห้ามถามคำถามสำหรับคัดกรองสภาวะโรคซึมเศร้าเพิ่มเติมเข้าไปในขณะสัมภาษณ์ด้วย ซึ่งจากการสัมภาษณ์นี้นางสาว บ ไม่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า

(8) ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ในด้านนี้นางสาว บ ประเมินตนเอง 8 คะแนน และจากการสัมภาษณ์นางสาว บ ไม่พบว่าด้านนี้ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตแต่อย่างไร และเมื่อถามว่าทำไมให้คะแนน 8 คะแนนไม่ได้ให้เต็ม 10 คะแนน นางสาว บ กล่าวว่าชีวิตหอพักสภาพความเป็นอยู่ไม่เหมือนที่บ้าน แต่ไม่ได้มีปัญหาแต่อย่างใดสามารถปรับตัวได้

หลังจากการสัมภาษณ์เรียบร้อยแล้ว ลำดับถัดไปผู้ทำการสัมภาษณ์จะต้องทำการสรุปข้อมูลเพื่อที่จะทำการรายงานต่อหัวหน้าสาขาซึ่งอาจจะสรุปข้อมูลเป็นตารางดังแสดงตารางที่ 7 หรือสรุปข้อมูลเป็นกราฟแท่งดังภาพที่ 6 เพื่อให้ง่ายต่อการนำเสนอ

ตารางที่ 7 แสดงคะแนนประเมินตนเองด้านต่างๆ ของนางสาว บ

ชื่อสกุล	สมศ.ชีวิต 8 ด้าน								ค่าเฉลี่ย
	ภาคการศึกษาที่ 1-2563								
	บ้านและสภาพแวดล้อม	การทำงานอาชีพ	เงิน	สุขภาพ	ครอบครัวและเพื่อน	ความสัมพันธ์และความรัก	การพัฒนาตนเอง	ความสุขและการใช้ชีวิตเต็มที่	
นางสาว บ	8	8	9	7	9	2	10	7	7.5

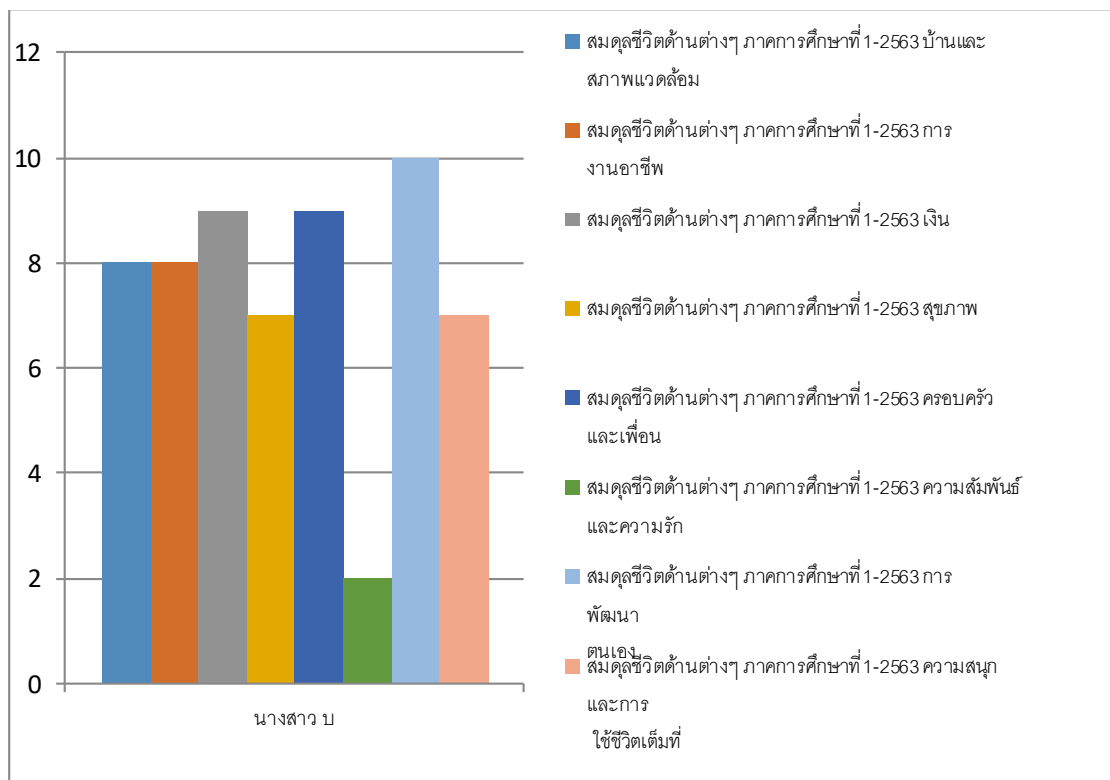
นอกจากนี้ผู้สัมภาษณ์จะต้องบันทึกข้อมูลเพิ่มเติมที่ได้จากการสัมภาษณ์ลงไปเพื่อประกอบการรายงานผล เพื่อให้ผู้บังคับบัญชาทราบถึงข้อเสนอแนะและความต้องการการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ ที่นักศึกษาต้องการให้ทางสาขาหรือมหาวิทยาลัยสนับสนุนเพิ่มเติม ซึ่งจากการสัมภาษณ์นางสาว บ นั้นจะบันทึกข้อมูลเพิ่มเติมได้ว่านางสาว บ มีค่าเฉลี่ยการประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ อยู่ที่ 7.5 ซึ่งถือว่าอยู่ในเกณฑ์ดีประกอบกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ พบว่านางสาว บ มีความกังวลด้านการเรียนวิชาภาษาไทย ไม่ได้ต้องการการสนับสนุนใด ๆ เพิ่มเติมจากทางสาขา แต่มีข้อสังเกตจากนางสาว บ ถึงเพื่อนสนิทที่ชื่อ นางสาว ว ว่านางสาว ว กำลังประสบปัญหาทางด้านครอบครัว อยู่ในช่วงที่พ่อแม่กำลังจะแยกทางกัน นอกจากนี้ยังพบว่าเพื่อนสนิทของนางสาว บ มีปัญหาทางการเงินที่อาจจะใช้จ่ายไม่เพียงพอ

ซึ่งจากข้อสังเกตของนางสาว บ ที่กล่าวมาเมื่อนำไปประกอบกับการประเมินตนเองของนางสาว ว จากแผนภาพสมศ.ชีวิตในภาพที่ 7 และเมื่อนำคะแนนการประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ ของนางสาว ว มาหาค่าเฉลี่ยพบว่าได้ 6.5 คะแนน ซึ่งอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ดังแสดงในตารางที่ 8 ผู้สัมภาษณ์ทำการประเมินเบื้องต้นได้แล้วว่านางสาว ว อาจจะมีปัญหาหรืออุปสรรคที่อาจจะส่งผลต่อการใช้ชีวิต หรืออาจจะส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

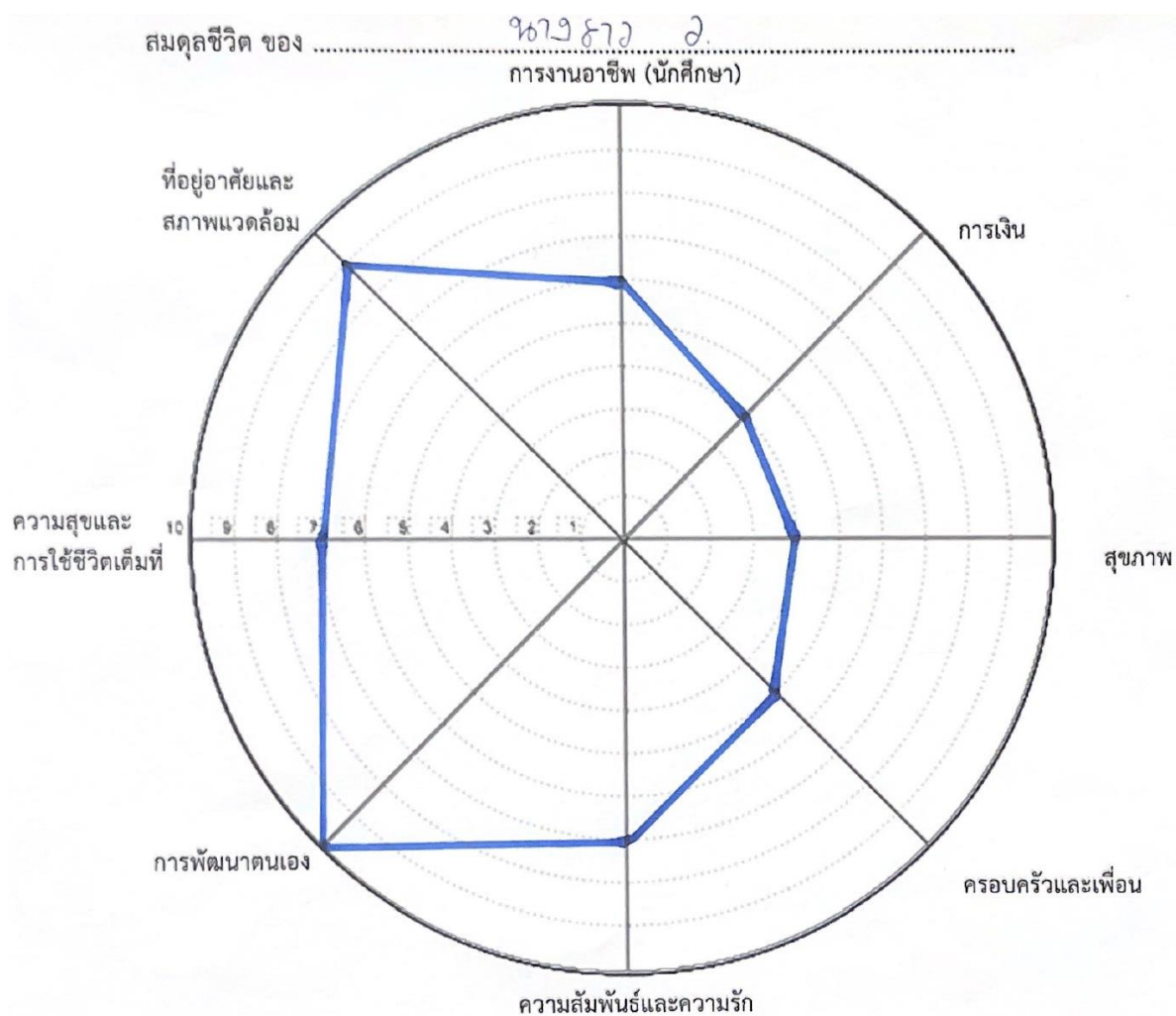
จากการสัมภาษณ์นางสาว ว เพิ่มเติมได้ข้อมูลว่านางสาว ว มีความกังวลด้านการเรียนในรายวิชาแคลคูลัส ต้องการให้ทางสาขาจัดติวเพิ่มเติม มีปัญหาทางด้านการเงินคือได้ค่าใช้จ่ายสัปดาห์ละ 500-700 บาท และไม่สามารถขอเพิ่มเติมจากครอบครัวได้ทำให้ใช้จ่ายไม่พอ หากต้องมีการซื้ออุปกรณ์การเรียนเพิ่มเติม ได้รับทุนการศึกษาคือทุนพัฒนาบัณฑิตศตวรรษที่ 21 สนับสนุนเฉพาะค่าเทอมไม่ได้สนับสนุนค่าครองชีพ สุขภาพเป็นโรคภูมิแพ้แต่มียาประจำตัว ด้านครอบครัว พ่อแม่แยกทางกันนางสาว ว อยู่กับแม่โดยแม่ส่งเสียเลี้ยงดูคนเดียว และพ่อไม่ได้ช่วยเหลือแต่อย่างใด ความสัมพันธ์และความรัก มีแฟนแต่อยู่คนละจังหวัด ไม่ได้ส่งผลต่อการใช้ชีวิต ชอบเดินเล่นแบบดาราเกาหลีทำให้พัฒนาตนเองได้ดี โดยรวมยังสามารถใช้ชีวิตได้อย่างเต็มที่และสนุกสนานไม่มีสภาวะเป็นโรคซึมเศร้า พักอยู่หอในมหาวิทยาลัยไม่ได้มีปัญหาแต่อย่างใด จากข้อมูลการสัมภาษณ์ จะเห็นว่ามีข้อสังเกตจากนางสาว บ มีความน่าเชื่อถือ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากนางสาว บ ตรงกับข้อมูลที่สัมภาษณ์จาก



นางสาว ว จะเห็นได้ว่าข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้ทั้งจากระเบียบประวัติ คะแนนการประเมินตนเอง และข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ล้วนมีประโยชน์ทั้งสิ้น ทั้งนี้ผู้สัมภาษณ์ต้องมีไหวพริบในการเชื่อมโยง และสังเกตพฤติกรรมขณะสัมภาษณ์ซึ่งอาจจะต้องอาศัยประสบการณ์ความชำนาญและจากการที่นางสาว ว ต้องการการสนับสนุนด้านการเรียนวิชาแคลคูลัสนั้น ผู้สัมภาษณ์จะต้องนำเสนอข้อมูลให้หัวหน้างานทราบและผลักดันให้เกิดโครงการต่างๆ อันจะทำให้เกิดผลด้านการดูแลนักศึกษาเพิ่มเติมซึ่งหากเก็บข้อมูลเพียงอย่างเดียวโดยไม่ผลักดันให้เกิดโครงการต่างๆ อันจะเป็นการสนับสนุนนักศึกษา การเก็บข้อมูลนี้ก็อาจจะไม่ได้เกิดประโยชน์เต็มที่



ภาพที่ 6 คะแนนประเมินตนเองด้านต่าง ๆ ของนางสาว บ



ภาพที่ 7 แผนภาพสมดุคชีวิตของนางสาว ว ประจำภาคการศึกษาที่ 1/2563

ตารางที่ 8 แสดงคะแนนประเมินตนเองด้านต่างๆ ของนางสาว ว

ชื่อสกุล	สมดุคชีวิต 8 ด้าน								ค่าเฉลี่ย
	ภาคการศึกษาที่ 1-2563								
	บ้านและสภาพแวดล้อม	การงานอาชีพ	เงิน	สุขภาพ	ครอบครัวและเพื่อน	ความสัมพันธและความรัก	การพัฒนาตนเอง	ความสุขและการใช้ชีวิตเต็มที่	
นางสาว ว	9	6	4	4	5	7	10	7	6.5

จากการสัมภาษณ์นางสาว ว เพิ่มเติมได้ข้อมูลว่านางสาว ว มีความกังวลด้านการเรียนในรายวิชาแคลคูลัส ต้องการให้ทางสาขาจัดติวเพิ่มเติม มีปัญหาทางด้านการเงินคือได้ค่าใช้จ่ายสัปดาห์ละ 500-700 บาท และไม่สามารถขอเพิ่มเติมจากครอบครัวได้ทำให้ใช้จ่ายไม่พอ หากต้องมีการซื้ออุปกรณ์การเรียนเพิ่มเติม ได้รับทุนการศึกษาคือทุนพัฒนาบัณฑิตศตวรรษที่ 21 สนับสนุนเฉพาะค่าเทอมไม่ได้สนับสนุนค่าครองชีพ สุขภาพเป็นโรคมุมิแพ้แต่มียาประจำตัว ด้านครอบครัว พ่อแม่แยกทางกันนางสาว ว อยู่กับแม่โดยแม่ส่งเสียเลี้ยงดูคนเดียว และพ่อไม่ได้ช่วยเหลือแต่อย่างใด ความสัมพันธ์และความรัก มีแฟนแต่อยู่คนละจังหวัด ไม่ได้ส่งผลต่อการใช้ชีวิต ชอบเดินเล่นแบบดาราเกาหลีทำให้พัฒนาตนเองได้ดี โดยรวมยังสามารถใช้ชีวิตได้อย่างเต็มที่และสนุกสนานไม่มีสภาวะเป็นโรซึมเศร้า พักอยู่หอในมหาวิทยาลัยไม่ได้มีปัญหาแต่อย่างใด จากข้อมูลการสัมภาษณ์ จะเห็นว่าการสังเกตจากนางสาว บ มีความน่าเชื่อถือ ซึ่งข้อมูลที่ได้จากนางสาว บ ตรงกับข้อมูลที่สัมภาษณ์จากนางสาว ว จะเห็นได้ว่าข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้ทั้งจากระเบียบประวัติ คณะกรรมการประเมินตนเอง และข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ล้วนมีประโยชน์ทั้งสิ้น ทั้งนี้ผู้สัมภาษณ์ต้องมีไหวพริบในการเชื่อมโยง และสังเกตพฤติกรรมขณะสัมภาษณ์ซึ่งอาจจะต้องอาศัยประสบการณ์ความชำนาญและจากการที่นางสาว ว ต้องการการสนับสนุนด้านการเรียนวิชาแคลคูลัสนั้น ผู้สัมภาษณ์จะต้องนำเสนอข้อมูลให้หัวหน้างานทราบและผลักดันให้เกิดโครงการต่าง ๆ อันจะให้เกิดผลด้านการดูแลนักศึกษาเพิ่มเติมซึ่งหากเก็บข้อมูลเพียงอย่างเดียวโดยไม่ผลักดันให้เกิดโครงการต่าง ๆ อันจะเป็นการสนับสนุนนักศึกษา การเก็บข้อมูลนี้ก็อาจจะไม่ได้เกิดประโยชน์เต็มที่

ในหัวข้อนี้เราสามารถสรุปได้ว่า ผู้สัมภาษณ์ควรมีทักษะต่างและข้อควรปฏิบัติต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- (1) ผู้สัมภาษณ์จะต้องแก้ปัญหาเฉพาะหน้าด้วยตนเองเนื่องจากนักศึกษาแต่ละคนจะมีลักษณะนิสัยไม่เหมือนกัน มีความต้องการที่แตกต่างกัน
- (2) ผู้สัมภาษณ์ต้องใช้ความเข้าใจในบริบทนั้น ๆ ของนักศึกษา ห้ามเอาอารมณ์ของตัวเองไปเกี่ยวข้องเป็นผู้ฟังที่ดี
- (3) ผู้สัมภาษณ์จะต้องมีทักษะการสังเกตและความฉลาดในการถามคำถามให้เกิดประโยชน์ มิใช่ฟังเรื่องราวโดยการขาดการวิเคราะห์
- (4) ผู้สัมภาษณ์ต้องหาช่วงเวลาในการสัมภาษณ์ให้สอดคล้องกับการวางแผนกิจกรรมการดูแลนักศึกษา และต้องระวังอย่างยิ่งในเรื่องของการถามเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว หรือเรื่องที่จะส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของนักศึกษา
- (5) ผู้สัมภาษณ์ต้องมีการแจ้งนักศึกษาหากนักศึกษาไม่ต้องการตอบคำถามต่าง ๆ ก็สามารถที่จะไม่ตอบได้ แต่หากการสัมภาษณ์ครั้งแรกผ่านไปได้ด้วยดี การสัมภาษณ์นักศึกษาในครั้ง

ถัดไปจะง่ายขึ้น เนื่องจากนักศึกษาจะถือว่าได้เปิดใจคุยกับผู้สัมภาษณ์ในครั้งแรกไปแล้ว ดังนั้นข้อมูลในครั้งถัดมาจะมีความแม่นยำ และมีบรรยากาศการสัมภาษณ์ที่ดียิ่งขึ้น

(6) ผู้สัมภาษณ์ต้องมีทักษะการสรุปใจความสำคัญเพื่อที่จะจดบันทึกข้อเสนอแนะและความต้องการของนักศึกษา ต่อผู้บังคับบัญชาได้อย่างถูกต้อง ตรงประเด็น

(7) ผู้สัมภาษณ์นอกจากจะต้องทำการสัมภาษณ์และเก็บข้อมูลต่าง ๆ ของนักศึกษาแล้ว ต้องสามารถให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาได้อย่างถูกต้อง ซึ่งเทคนิคในการให้คำปรึกษานั้นทางผู้เขียนจะกล่าวถึงในบทถัดไป

หมายเหตุ สำหรับกรณีศึกษาของนางสาว บ และ ว ดังกล่าวได้ทำการขออนุญาตเปิดเผยข้อมูลโดยไม่ระบุตัวตน จากเจ้าของกรณีไว้เป็นลายลักษณ์อักษรแล้ว

### 3.4 แนวคิด/งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 3.4.1 แนวคิดการให้คำปรึกษา

แนวคิดการให้คำปรึกษา มีรายละเอียดดังนี้ (แก้วตา ผู้พัฒนาพงศ์, 2543)

##### 3.4.1.1 แนวคิดทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษา

แนวคิดทฤษฎีและกระบวนการให้คำปรึกษาทฤษฎีหรือแนวคิดการให้คำปรึกษามีหลายวิธี ซึ่งแนวคิดเหล่านี้ขึ้นอยู่กับความเข้าใจในการฟัง ความพยายามเตรียมให้ข้อมูล ข้อเสนอควรเป็นอย่างไร ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำความเข้าใจ แต่สิ่งแรกที่ผู้ให้คำปรึกษาพบคือความยุ่งยากของปัญหา หลายครั้งปัญหาที่เกิดขึ้นไม่สามารถแก้ไขได้โดยง่ายเพราะเป็นปัญหาที่อาจจะเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์หรือความขัดแย้งที่มากับอารมณ์รุนแรง เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล หรือความแค้น เกลียดชัง เป็นต้น ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเรียนรู้และใช้ทฤษฎีและแนวคิดที่เหมาะสมกับสถานการณ์นั้น ๆ ผู้ที่ให้คำปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพจะอาศัยความยืดหยุ่นในการใช้ทฤษฎี หรือแนวคิด กับผู้ขอคำปรึกษา แนวคิดหรือทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบ่งได้ดังนี้

(1) แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบนำทาง (Directive Counseling Approach) เป็นการให้คำปรึกษาแบบผู้ให้คำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ซึ่งแนวคิดนี้มีความเชื่อว่า “คนสามารถแก้ปัญหา และตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพหากเขาได้รู้จักและเข้าใจตนเอง” ในการให้คำปรึกษาแบบนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ ต้องผ่านการฝึกอบรมเนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบนำทางจะต้องใช้สถานที่ ที่เหมาะสมในการเผชิญหน้ากันระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้ขอรับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาสามารถควบคุมการเล่าเรื่องของผู้ขอคำปรึกษา เพื่อที่จะสามารถวิเคราะห์ปัญหา พร้อมให้คำแนะนำ และเสนอทางเลือก โดยเป็นการบอกถึงข้อดีและข้อเสียในแต่ละข้อของคำแนะนำ ซึ่งผู้ขอคำแนะนำจะต้องตัดสินใจเอง ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำให้ผู้ขอรับคำปรึกษาได้เรียนรู้ตนเองในด้านต่างๆ เช่น สติปัญญา ความสามารถ ความสนใจ ความถนัด บุคลิกภาพและความรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม เมื่อผู้ขอคำแนะนำรู้จักตนเองมากขึ้นย่อมทำให้เขาสามารถปรับตัว และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสม ส่งผลให้สามารถดำเนินชีวิตภายใต้สภาวะแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้ การให้คำปรึกษาแบบนำทางจะช่วยทำลายปัญหาความคับข้องใจ หรือความขัดแย้งของผู้

ขอคำปรึกษาได้ สำหรับการให้คำปรึกษาแบบนำทางนิยมใช้กับปัญหาการขาดข้อมูล การเลือกอาชีพ ระเบียบและวิธีการปฏิบัติงาน ความขัดแย้ง เป็นต้น

(2) แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง (Nondirect Counseling Approach) การให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง เป็นการให้คำปรึกษาแบบผู้ขอรับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ซึ่งแนวคิดนี้มีความเชื่อว่า “คนสามารถแก้ปัญหาและตัดสินใจได้ด้วยตนเอง” แต่เมื่อเผชิญปัญหา ทำให้เกิดความวิตกกังวลไม่สามารถเข้าใจตนเอง ไม่เข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้ไม่สามารถแก้ปัญหาได้ อาจจะทำให้เกิดการตัดสินใจผิดพลาดและไม่สมเหตุผล ซึ่งการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางผู้ให้คำปรึกษาจะให้คำปรึกษาได้มีอิสระในการพูดสามารถพูดระบายความรู้สึก พูดถึงปัญหา ผู้ให้คำปรึกษารับฟังอย่างเห็นใจ และเข้าใจโดยไม่มีการวิพากษ์วิจารณ์ การประเมินผลเกี่ยวกับปัญหา ไม่เน้นการให้ข้อมูลแก่ผู้ขอคำปรึกษา แต่จะใช้เทคนิคการสะท้อนกลับในสิ่งที่ผู้ขอคำปรึกษาพูดและรู้สึก เช่น อะไรที่เขาพูด อะไรที่เขาไม่ได้พูด หรือการสร้างบรรยากาศให้ผู้ขอคำปรึกษาไม่มีความวิตกกังวล ความกลัว ขจัดความตึงเครียด เป็นต้น สำหรับการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง ผู้ให้คำปรึกษาควรสะท้อนความรู้สึกของผู้ขอคำปรึกษาโดยให้เขารู้สึกผ่อนคลาย เช่น ถ้าผู้ขอคำปรึกษามีความเห็นว่าหลายสถานการณ์ที่แสดงถึงอารมณ์ที่ถูกกระทำอย่างไม่ยุติธรรม ผู้ให้คำปรึกษาอาจจะถามว่า คุณรู้สึกว่าคุณถูกกระทำโดยไม่ยุติธรรม หรือ ใช้คำถามกระตุ้นให้ผู้ขอคำปรึกษาได้กล่าวถึงขอบเขตของปัญหา ช้อย่งยากให้กว้างยิ่งขึ้น ไม่ควรใช้คำถามที่ต้องตอบว่า ใช่ หรือ ไม่ใช่ ผู้ให้คำปรึกษาควรแสดงออกในสีหน้าและท่าทางที่เหมาะสม เป็นต้น การให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางนี้ ต้องการให้ผู้ขอคำปรึกษาปลดปล่อยความรู้สึกที่อยู่ภายใน มากกว่าการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เนื่องจากปัญหาที่เกิดขึ้น ต้องแก้ไขและตัดสินใจโดยผู้ขอคำปรึกษาเอง ผู้ให้คำปรึกษาเพียงแค่ออกความคิดเห็นว่าผู้ขอคำปรึกษามีความเครียดและความคับข้องใจลดลงหรือไม่ เพื่อที่ผู้ขอคำปรึกษาจะสามารถแก้ไขปัญหาและตัดสินใจได้ด้วยตนเองอย่างมีเหตุผล สำหรับการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางมักใช้กับปัญหาเรื่องการปรับตัว อารมณ์ และสังคม

(3) แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบมีส่วนร่วม (Participative Counseling Approach) การให้คำปรึกษาแบบมีส่วนร่วมเป็นแนวคิดการให้คำปรึกษาแบบผสมรวมกันระหว่างแนวคิดการให้คำปรึกษาแบบนำทางและแนวคิดการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบเดียวอาจจะจำกัดเกินไป ไม่ได้ก่อให้เกิดประโยชน์เท่าที่ควร การใช้หลายวิธีร่วมกันอาจจะดีกว่า ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบมีส่วนร่วม ผู้ให้คำปรึกษาจะใช้แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบใดก่อนแบบใดหลังก็ได้ ขึ้นอยู่กับปัญหาและความเหมาะสมของปัญหาที่แต่ละคนมี เช่น ผู้ให้คำปรึกษาเริ่มให้คำปรึกษาแบบไม่นำทางก่อน เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ขอคำปรึกษาได้บอกเล่าถึงปัญหา หรือเป็นการระบายอารมณ์ความรู้สึก ความต้องการ เป็นต้น ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรับฟังอย่างสนใจและวิเคราะห์ว่าสิ่งใดคือปัญหา ถ้าผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้บังคับบัญชา และผู้ขอคำปรึกษาเป็นผู้ใต้บังคับบัญชา ผู้ให้คำปรึกษาต้องทบทวนข้อโจมตีข้อควร พึงงานคนอื่น หรือแม้แต่ตนเอง ซึ่งจำเป็นต้องฟังอย่างสงบ เมื่อผู้ขอคำปรึกษาอารมณ์เย็นลงการโจมตีที่รุนแรงลดลง และกลับสู่การปรึกษาที่มีประโยชน์ต่อไป เมื่อรับรู้ความจริง ผู้ขอคำปรึกษาจะมีความรู้สึกที่เปลี่ยนไป ผู้ให้คำปรึกษานำแนวคิดการให้คำปรึกษาแบบนำทางมาใช้ โดยพิจารณาว่าปัญหาคืออะไร หาข้อสรุป หาทางเลือกในการแก้ปัญหาหลาย ๆ ทางเท่าที่เป็นไปได้ระบุ ข้อดีและข้อเสีย เพราะผู้ขอคำปรึกษาอาจจะต้องการขอเสนอแนะและข้อมูลต่าง ๆ จากผู้ให้คำปรึกษา หรืออาจจะต้องการให้ผู้ให้คำปรึกษาร่วมคิดวางโครงการ แต่การตัดสินใจนั้นผู้ขอคำปรึกษาจะต้องแก้ไขปัญหาและวางโครงการด้วยตนเองให้มากที่สุด เนื่องจากบางครั้งปัญหาเป็น

เรื่องละเอียดอ่อนที่มาจากสาเหตุภายนอกองค์กร เช่น ปัญหาครอบครัว เป็นต้น ผู้ให้คำปรึกษาควรจะรับฟังเท่านั้น หลีกเลี่ยงการให้คำแนะนำที่ดีที่สุด แต่ถ้าปัญหาของผู้ขอคำปรึกษามีแนวโน้มที่รุนแรง ต้องมีการส่งต่อให้นักจิตวิทยาต่อไป

#### 3.4.1.2 ประเภทของการให้คำปรึกษา

สำหรับประเภทของการให้คำปรึกษานั้นสามารถแบ่งได้ 2 ประเภท คือ

(1) การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล (Individual Counseling) การให้คำปรึกษาประเภทนี้ได้รับความนิยม และมักถูกนำมาใช้ในหน่วยงานต่าง ๆ การให้คำปรึกษาประเภทนี้จะเป็นการพบกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษา 1 คน กับผู้ขอคำปรึกษา 1 คน การให้คำปรึกษาแบบนี้มีจุดประสงค์เพื่อช่วยให้ผู้ขอรับคำปรึกษาสามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ทำให้เข้าใจความสำคัญของทัศนคติ ความเชื่อ แรงจูงใจ และพฤติกรรมต่าง ๆ เข้าใจความสำคัญของการเสริมแรงและการต่อต้านการเปลี่ยนแปลง สามารถกำหนดเป้าหมายและประพฤติปฏิบัติของตนเองได้

(2) การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) การให้คำปรึกษาประเภทนี้ เป็นกระบวนการที่บุคคลที่มีความต้องการหรือปัญหาที่คล้ายคลึงกันหรือเหมือนกัน ต้องการปรับปรุงตนเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือต้องการแก้ปัญหาร่วมกัน รวมกันเป็นกลุ่มเพื่อปรึกษาหารือ โดยมีผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ช่วยเหลือกลุ่ม สมาชิกในกลุ่มมีจำนวน 7-9 คน ต่อผู้ให้คำปรึกษา 1 คน สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้กำหนดปัญหา แสดงความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน เป็นการได้ระบายความรู้สึกและความคิดเห็นของแต่ละคน ได้ระบายความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในจิตใจ ได้สำรวจตนเอง ได้ฝึกการยอมรับตนเอง กล้าที่จะเผชิญกับปัญหาและได้ใช้ความคิดในการแก้ปัญหา หรือพัฒนาตนเอง ได้รับฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของผู้อื่น ได้ทราบว่าผู้อื่นก็มีความขัดแย้งหรือความคิดเห็นเช่นเดียวกับตนไม่ใช่เราคนเดียวที่มีปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ข้อพิจารณา ให้คำแนะนำเพื่อให้กลุ่มเข้าใจปัญหาที่เป็นอยู่ ช่วยกันคิดปรึกษาหารือเลือกแนวทางในการแก้ไข ซึ่งทางกลุ่มจะต้องตัดสินใจทางเลือกในการแก้ปัญหาเอง วิธีให้คำปรึกษาแบบนี้สมาชิกของกลุ่มจะต้องร่วมกันคิด แลกเปลี่ยนข้อมูล เพื่อให้เกิดความคิดเห็นและการกระทำต่างกัน การใช้วิธีนี้จะเป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนได้เสนอแนวคิดต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้เกิดความภาคภูมิใจว่าตนสามารถให้เกิดข้อคิดเห็นอันเป็นประโยชน์ต่อกลุ่มได้

#### 3.4.1.3 กระบวนการให้คำปรึกษา

กระบวนการให้คำปรึกษาคือขั้นตอนของการให้คำปรึกษาที่จะต้องดำเนินการตามลำดับก่อนและหลัง ต้องมีการวางแผนและเตรียมการในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา เช่น การกำหนดเป้าหมาย การรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ค้นหาสาเหตุของปัญหา การให้คำปรึกษา การประเมินผล เป็นต้น

(1) การกำหนดวัตถุประสงค์และเป้าหมาย (Objective) การให้คำปรึกษาจำเป็นต้องกำหนดวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา เพื่อจะได้ทราบว่าให้คำปรึกษาเพื่ออะไร ต้องการให้ผู้ปรึกษาบรรลุวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายอะไร เช่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกที่ไม่ดีให้ดีขึ้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเอง ผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม หรือช่วยให้ผู้ขอคำปรึกษาสามารถตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำแนวทางของการตัดสินใจไปใช้ได้อย่างเหมาะสม เป็นต้น

(2) การรวบรวมข้อมูล (Data Collecting) ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผู้ขอคำปรึกษาเพื่อให้ทราบข้อมูลเบื้องต้น ทราบพื้นฐานของครอบครัว ความรู้ ความสามารถ ประวัติการทำงาน ประสบการณ์ต่างๆ โดยใช้วิธีการทางจิตวิทยา เช่น การสังเกต การศึกษาประวัติ หรือ การสัมภาษณ์ เป็นต้น

(3) การวิเคราะห์ปัญหา/สาเหตุ (Cause Analysis) หลังจากการรวบรวมข้อมูล ผู้ให้คำปรึกษาจะนำข้อมูลเบื้องต้นมาวิเคราะห์เพื่อวินิจฉัยปัญหา การค้นหาสาเหตุของปัญหา การคาดคะเนพฤติกรรมเพื่อให้ทราบที่มาของปัญหาของผู้ขอคำปรึกษา เช่น ผู้ขอคำปรึกษามีความกังวลใจ ความขัดแย้งในใจ ไม่ทราบว่าทำอะไรก่อนหลัง ทำให้ไม่สามารถทำงานได้สำเร็จตามเป้าหมาย เป็นต้น จาก การวิเคราะห์ปัญหาโดยข้อมูลของผู้ขอคำปรึกษาทำให้ทราบว่า ผู้ขอคำปรึกษาขาดข้อมูลเกี่ยวกับงานที่ ทำ ทำให้เกิดความล้าละ ตัดสินใจไม่ถูก

(4) การให้คำปรึกษา (Counseling) ขั้นตอนนี้เป็นการพบกันระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้ขอคำปรึกษา เพื่อร่วมมือกันค้นหาวิธีแก้ปัญหา หรือเลือกตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม โดยผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ขอคำปรึกษา เพื่อให้เกิดความร่วมมือที่ดีต่อกัน ผู้ให้คำปรึกษาต้องให้เกียรติผู้ขอคำปรึกษา แสดงความเป็นมิตร เพื่อให้ผู้ขอคำปรึกษาเกิดความอุ่นใจ ขณะเดียวกันต้องรักษาความลับได้ เมื่อเกิดความคุ้นเคยและไว้วางใจกันแล้ว การให้คำปรึกษาก็จะเกิดขึ้น ทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับสภาพของปัญหาของผู้ขอคำปรึกษา ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะเลือกใช้วิธีการให้คำปรึกษาแบบใดมาใช้ เช่น การให้คำปรึกษาแบบนำทาง เหมาะกับผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับการตัดสินใจ ไม่เข้าใจตนเอง สำหรับการให้คำปรึกษาแบบไม่นำทาง เหมาะสำหรับผู้ที่มีปัญหาทางอารมณ์ หรือการให้คำปรึกษาแบบมีส่วนร่วม เป็นต้น เป็นการใช้วิธีทั้งสองข้างต้นร่วมกัน เมื่อเกิดกรณีปัญหาที่ผู้ขอคำปรึกษาต้องการให้ช่วยเหลือเกินขอบเขตความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา ก็จำเป็นต้องอธิบายให้ผู้ขอคำปรึกษาทราบและส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญต่อไป ดังนั้นการให้คำปรึกษาเป็นการรับฟังอย่างเห็นใจ เข้าใจ วินิจฉัยปัญหาให้ฟัง เสนอแนะพร้อมชี้แจงเหตุผล ส่วนการตัดสินใจเป็นของผู้ขอคำปรึกษาที่จะต้องตัดสินใจเอง

(5) การประเมินผล (Evaluation) เมื่อการให้คำปรึกษาสิ้นสุดลง ผู้ให้คำปรึกษาจำเป็นต้องตรวจสอบผลของการให้คำปรึกษา รวมทั้งการให้ความช่วยเหลือว่าบรรลุวัตถุประสงค์ หรือ เป้าหมายที่ตั้งไว้เพียงใด หากพบข้อบกพร่องต้องนำไปปรับปรุงแก้ไขวิธีการให้คำปรึกษาให้ดียิ่งขึ้น แต่ ถ้าการให้คำปรึกษาบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ก็สามารถนำไปเป็นแบบอย่างใช้กับผู้ขอคำปรึกษาที่มีปัญหาใกล้เคียงกันได้ การประเมินผลการให้คำปรึกษา หรือผู้ให้คำปรึกษาก็ได้ หรือ อาจจะประเมินทั้งสองกรณี ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการประเมิน

#### 3.4.1.4 คุณสมบัติของผู้ให้คำปรึกษา

(1) ด้านความรู้ความสามารถ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นผู้ที่รู้หลักการและเทคนิคในการให้คำปรึกษา ความรู้เกี่ยวกับธรรมชาติของคน ความต้องการของคน พฤติกรรมศาสตร์ แรงจูงใจ เพื่อที่จะได้นำมาใช้ในการให้คำปรึกษาแก่ผู้ขอคำปรึกษาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

(2) ด้านมนุษยสัมพันธ์ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีเพราะเป็นงานที่ต้องติดต่อกับผู้คน การสร้างความสัมพันธ์อันดีกับผู้ขอคำปรึกษาจะช่วยให้คำปรึกษาเกิดความร่วมมือในการหาหนทางในการแก้ปัญหาาร่วมกัน

(3) ด้านจริยธรรม ผู้ให้คำปรึกษาต้องรับรู้ปัญหาของบุคคลอื่นเป็นจำนวนมาก ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรักษาความลับของผู้ขอคำปรึกษา และการให้คำปรึกษาต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของหลักวิชาการไม่นำเรื่องส่วนตัวมาเกี่ยวข้อง วางตัวเป็นกลางอยู่บนหลักการและเหตุผล มีจรรยาบรรณทางวิชาชีพ การปฏิบัติเป็นธรรมไม่ว่าผู้ขอคำปรึกษาจะเป็นใคร มีพฤติกรรมเช่นไร ซึ่งจะนำไปสู่ความรู้สึกปลอดภัยและเต็มใจเปิดเผยข้อมูลสำคัญๆ ของผู้ขอคำปรึกษาให้แก่ผู้ให้คำปรึกษา

#### 3.4.1.5 บทบาทหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษา

(1) ทำหน้าที่ให้บริการ ในการปฏิบัติงานของผู้ให้คำปรึกษา จะให้คำปรึกษาแก่ผู้บริหาร ผู้ใต้บังคับบัญชา หรือบุคคลอื่น ๆ ในเรื่องกฎระเบียบ ขั้นตอนการปฏิบัติงาน การจัดหาข้อมูล การวางแผน ข้อร้องทุกข์ ความขัดแย้ง ปัญหาส่วนตัว ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัว

(2) ทำหน้าที่ผู้ไกล่เกลี่ย ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องแสดงบทบาทของการไกล่เกลี่ยให้เกิดความสัมพันธ์ของกลุ่มคนหรือบุคคล การให้คำปรึกษาเพื่อลดปัญหา ข้อร้องทุกข์ และลดความขัดแย้งในหน่วยงาน เพื่อให้เกิดความเรียบร้อย ประองคองกัน ระงับข้อขัดข้องหมองใจ ความไม่เข้าใจกัน

(3) หน้าที่ผู้ประสานงาน ผู้ให้คำปรึกษาทำงานเกี่ยวข้องกับคนจำนวนมากต้องแสดงบทบาทของผู้ประสานในเรื่องความสัมพันธ์ของบุคคลทุกระดับ ให้เกิดความเข้าใจและให้คนในองค์กรสามารถทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุข

คุณสมบัติและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาตามที่กล่าวมาข้างต้นนั้นเป็นองค์ประกอบที่ผู้ให้คำปรึกษาต้องมี ขณะเดียวกันนั้นผู้ให้คำปรึกษาควรจัดตารางเวลาให้คำปรึกษาตามความสามารถของตนเองเพื่อให้การปฏิบัติงานเกิดประสิทธิภาพสูงสุด เพราะผู้ให้คำปรึกษามีขีดจำกัดในการให้คำปรึกษาแตกต่างกัน การให้คำปรึกษาในแต่ละบุคคลไม่ควรใช้เวลาเกิน 45-50 นาที และควรเป็นการให้คำปรึกษาในสถานที่ไม่ควรรบกวนสถานที่ ดังนั้นผู้ให้คำปรึกษาต้องพิจารณาว่าตนเองมีความพร้อมในด้านร่างกาย จิตใจ ที่จะให้ความช่วยเหลือผู้ขอคำปรึกษาอย่างเต็มความสามารถและมีประสิทธิภาพ บางปัญหาที่ไม่ตรงกับความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา จะต้องส่งผู้ขอคำปรึกษาไปยังผู้เชี่ยวชาญต่อไป โดยคำนึงถึงผลประโยชน์สูงสุดที่ผู้ขอคำปรึกษาจะได้รับ

การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่มีปัญหา โดยการเปิดโอกาสให้บุคคลนั้นได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น และความต้องการอื่น ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎีการให้คำปรึกษา ประเภทของการให้คำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษา การประเมินผลการให้คำปรึกษา คุณสมบัติและบทบาทของผู้ให้คำปรึกษา กิจกรรมต่าง ๆ จะช่วยให้บุคคลที่มีปัญหาเข้าใจและเกิดการยอมรับตนเองจนสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ

#### 3.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

นรินทร์ สังข์รักษา (2552) ได้ศึกษามโนภาพแห่งตนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยใช้แบบสอบถามสำหรับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 306 คน เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1-4 ของแต่ละสาขาซึ่งทำการศึกษามโนภาพแห่งตนในด้านต่างๆ คือ 1) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและคุณลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง 2) มโนภาพแห่งตนภาพรวมและรายได้ของกลุ่มตัวอย่าง 3) ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนบุคคล มโนภาพแห่งตนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง ผลจากการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการ



เรียนระดับปานกลาง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับสูงมีจำนวนใกล้เคียงกัน คือร้อยละ 51 ร้อยละ 49 ตามลำดับซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 20-25 ปี มีรายได้ระดับพอเพียง มีภูมิลำเนาที่อยู่อาศัยในต่างจังหวัด มีสมาชิกครอบครัว 1-2 คน มีสถานภาพเป็นบุตรคนโตกำลังศึกษาในสาขาภาษาไทยและจิตวิทยาการแนะแนว ในระดับชั้นปีที่ 1 และ 2 ถึงแม้ว่าค่าเฉลี่ยมโนภาพแห่งตนของกลุ่มตัวอย่างจะมีระดับสูง ซึ่งจะเป็นมโนภาพแห่งตนด้านอื่น ๆ ยกเว้นด้านการเรียนและด้านกิจกรรมทั่วไปในมหาวิทยาลัยจะมีระดับต่ำสุด ด้านความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรนั้น จากการศึกษาพบว่า ตัวแปรคุณลักษณะส่วนบุคคลของนักศึกษา คือ เพศ ความพอเพียงของรายได้ ภูมิลำเนาเดิม ลำดับที่และจำนวนสมาชิกภายในครอบครัว และตัวแปรมโนภาพแห่งตนอันได้แก่ มโนภาพแห่งตนภาพรวม ความสามารถทางด้านร่างกาย ลักษณะทางกายภาพ ความสัมพันธ์กับเพื่อน ความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง ความสามารถในการอ่าน ความสามารถทางการศึกษา การเรียนและกิจกรรมทั่วไปในมหาวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

อัญชลี จันทรเสม, นันทนา วงษ์ไทย และ สุภตรา วงสกุล (2563) ได้ศึกษาหลักการเบื้องต้นของแนวคิดอัตมโนทัศน์ สำหรับนำไปประยุกต์ใช้เพื่อศึกษาด้านการเรียนการสอน ด้านการสื่อสาร และการบริหารทรัพยากรมนุษย์ ซึ่งพบว่าอัตมโนทัศน์เป็นแนวคิดพื้นฐานที่มีความสำคัญ และจำเป็นกับการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ โดยในด้านความสัมพันธ์ของแนวคิดอัตมโนทัศน์กับการเรียนการสอน พบว่าเมื่อนักเรียนมีอัตมโนทัศน์ที่ดี จะส่งผลต่อแรงจูงใจ เห็นว่าการเรียนมีคุณค่า ซึ่งจะนำไปสู่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี ในด้านการสื่อสารพบว่าอัตมโนทัศน์ของคู่สนทนาที่มีต่อตนเองนั้นจะส่งผลต่อลักษณะการสื่อสาร นอกจากนี้การสื่อสารที่เกิดขึ้นระหว่างคู่สนทนา จะส่งผลต่อการสร้างหรือมีการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ที่มีต่อตนเองได้เช่นกัน ส่วนในด้านการบริการจัดการทรัพยากรมนุษย์ แนวคิดด้านอัตมโนทัศน์จะทำให้เกิดความเข้าใจถึงพฤติกรรมของบุคคลากร ว่ามีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งจะทำให้องค์กรสามารถจัดกิจกรรมและสร้างบรรยากาศการทำงาน ที่จะส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการทำงาน อันจะส่งผลให้บุคลากรเต็มใจทำงานให้กับองค์กรอย่างเต็มความสามารถ

ณรงค์เดช สกกุลดำรงเกียรติ (2558) ได้ศึกษาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนวัยรุ่น และศึกษาผลของการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนวัยรุ่นโดยให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สำหรับการวิจัยเพื่อศึกษาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนนั้นทำการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 420 คน สุ่มมาจากประชากรจำนวนทั้งสิ้น 2,663 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 3 อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี โดยทำการศึกษาองค์ประกอบ 5 ด้านคือ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ด้านการยอมรับตนเอง ด้านความพอใจในตนเอง ด้านการยอมรับจากสังคม และด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ผลจากการศึกษาพบว่านักเรียนวัยรุ่นมีคะแนนอัตมโนทัศน์โดยรวมอยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาองค์ประกอบในแต่ละด้านก็มีคะแนนอยู่ในระดับสูงเช่นกัน ซึ่งวัยรุ่นเป็นวัยที่จะอยู่ในช่วงการค้นหาตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสภาพแวดล้อม มีการปรับพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นจริงและการยอมรับจากสังคม ซึ่งวัยรุ่นเป็นช่วงที่แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของอัตมโนทัศน์ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบอย่างชัดเจน

การที่นักเรียนรู้สึกเกี่ยวกับตนเองว่าเป็นอย่างไรไม่ว่าจะเป็นเชิงบวกหรือเชิงลบ จะส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมในลักษณะต่าง ๆ โดยนักเรียนที่รู้สึกเกี่ยวกับตนเองในเชิงบวกก็จะมีความรู้สึก

นึกคิดที่ดีต่อตนเองซึ่งจะช่วยให้เป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียนและด้านสังคม แต่ นักเรียนที่มีความรู้สึกนึกคิดต่อตนเองในเชิงลบมักจะมองว่าตนเองไม่มีความสามารถ ทำให้ไม่เกิดความกระตือรือร้น ไม่มีความรับผิดชอบอันจะนำไปสู่ความล้มเหลว และจากการศึกษาผลของการพัฒนาออตมโนทัศน์ของนักเรียนวัยรุ่นโดยให้คำปรึกษาแบบกลุ่มนั้น ทางผู้วิจัยจัดการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มทั้งหมด 8 ครั้ง โดยครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศน์ ผู้วิจัยนำทักษะและเทคนิคพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมาใช้ ครั้งที่ 2 ออตมโนทัศน์ (ตัวตนของฉัน) ผู้วิจัยนำเทคนิคการให้การบ้าน “การรับรู้ตนเอง”(Self-awareness) ครั้งที่ 3 การเห็นคุณค่าในตนเอง นำแนวคิดเรื่องการค้นหาความหมายตามทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบออตทิวนิยมมาใช้ ครั้งที่ 4 ความพอใจในตนเอง ผู้วิจัยใช้เทคนิคการเสริมแรงและเทคนิคการสะท้อน ครั้งที่ 5 การยอมรับตนเอง นำทักษะและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมาใช้ ครั้งที่ 6 การยอมรับจากสังคม นำทฤษฎีและทักษะการให้คำปรึกษากลุ่มแบบออตทิวนิยมใช้ในการพัฒนาร่วมกับกิจกรรมการวิเคราะห์ตนเอง ครั้งที่ 7 ความเชื่อมั่นในตนเองนำทฤษฎีและทักษะการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง ร่วมกับกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนเองด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ครั้งที่ 8 ยุติให้คำปรึกษานำทักษะและเทคนิคการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางมาใช้ในการพัฒนา และให้ทำแบบทดสอบอีกครั้ง พบว่านักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาออตมโนทัศน์โดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีคะแนนออตมโนทัศน์ทั้งแบบโดยรวมและคะแนนออตมโนทัศน์ในแต่ละด้านเพิ่มมากขึ้น และสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้มีการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม สำหรับองค์ประกอบทั้ง 5 ด้าน ด้านการเห็นคุณค่าในตนเองมีระดับออตมโนทัศน์ของนักเรียนไม่แตกต่างกัน แม้ว่าค่าเฉลี่ยของของคะแนนออตมโนทัศน์ด้านการเห็นคุณค่าของนักเรียนวัยรุ่นหลังเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสูงกว่าก่อนเข้ารับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม เนื่องจากองค์ประกอบด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นลักษณะของความคิดและความรู้สึกที่อยู่ภายในจิตใจ ต้องใช้ระยะเวลาเพื่อที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน การพัฒนาออตมโนทัศน์ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ต้องให้เวลาสำหรับนักเรียนวัยรุ่นได้มีการลงมือทำหรือปฏิบัติกิจกรรม เพื่อให้ผลของกิจกรรมเป็นตัวสะท้อนให้นักเรียนวัยรุ่นรับรู้ถึงคุณค่าของตนเอง ส่วนด้านความพอใจในตนเอง ด้านการยอมรับจากสังคม และด้านความเชื่อมั่นในตนเอง มีระดับคะแนนแตกต่างกันระหว่างนักเรียนทั้งสองกลุ่ม แสดงให้เห็นว่าการพัฒนาออตมโนทัศน์ของนักเรียนวัยรุ่นด้วยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถทำให้ทำให้นักเรียนวัยรุ่นเกิดการรับรู้เกี่ยวกับตนเองตรงตามสภาพความเป็นจริง และเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น การที่นักเรียนวัยรุ่นกลุ่มทดลองได้มีโอกาสเข้าร่วมการโปรแกรมการพัฒนาตนเอง ทำให้นักเรียนกลุ่มนี้ต้องการที่จะค้นหาตัวตนที่แท้จริงและอยากจะพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ผู้วิจัยพบว่าเหตุผลและความต้องการที่นักเรียนต้องการเข้าร่วมกลุ่มการพัฒนาตนเองนั้นเนื่องจากได้มีโอกาสค้นหา พิจารณาทั้งตัวตน ความคิด อารมณ์ความรู้สึกและพฤติกรรมของตนเอง สำนวญสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น และได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองและเพื่อนสมาชิก ได้มีการแลกเปลี่ยนแนวทางในการจัดการแก้ปัญหาาร่วมกัน ประกอบกับทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบออตทิวนิยม และเทคนิคพื้นฐานในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ซึ่งคือ การฟังอย่างตั้งใจ ทักษะการตั้งคำถาม การทวนความ การทำให้เกิดความกระจ่าง การเชื่อมโยงอย่างอิสระ การสะท้อนความรู้สึก การเสริมแรง เทคนิคการตีความ การให้

กำลังใจ และการสรุปความ ร่วมกับกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงอัตมโนทัศน์ในเชิงบวก ซึ่งต่างกับนักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มไม่ได้เกิดการพัฒนา จึงทำให้นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มนั้นเกิดการพัฒนาด้านอัตมโนทัศน์เพิ่มสูงขึ้นและดีขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่ม และนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกลุ่มการพัฒนาตนเองนั้นเกิดการรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักปรับตัว รู้จักเกี่ยวกับตนเองในทางบวก รู้จักในความคิดหรือความต้องการของตนเอง ตระหนักเห็นคุณค่าของตนเองและสามารถนำประโยชน์ที่ได้จากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

วงศ์กร จันทระ, กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ และ ณิชภัทร วุฒิวงศา (2561) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการคิดเชิงบวก อัตมโนทัศน์ และพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคมของนักศึกษาปริญญาบัณฑิตสาขาอุตสาหกรรมบริการ และศึกษาอิทธิพลของการคิดเชิงบวกที่มีต่อพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคม เมื่อมีอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรส่งผ่าน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยคือนักศึกษาระดับปริญญาบัณฑิตสาขาอุตสาหกรรมบริการ 497 คน จากการเลือกแบบหลายขั้นตอนโดยใช้แบบสอบถามประเภทให้เลือกตอบและมาตราประเมินค่า จากผลการศึกษาพบว่า การคิดเชิงบวกมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับอัตมโนทัศน์และพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคม และอัตมโนทัศน์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญ และการคิดเชิงบวกมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคมเมื่อมีอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรส่งผ่าน

สุวรี ปิ่นเจริญ (2558) ศึกษาอัตมโนทัศน์และการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต โดยใช้กลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ ศูนย์รังสิต ปีการศึกษา 2555 จำนวน 274 คน ใช้แบบสอบถามอัตมโนทัศน์และแบบสอบถามการปรับตัว พบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนอัตมโนทัศน์โดยรวมและรายด้านของนักศึกษาระดับปริญญาตรีอยู่ในระดับดีทั้งหมด แสดงว่านักศึกษามีความรู้สึกรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นไปในทางที่ดีและเมื่อคุณผลคะแนนค่าเฉลี่ยรายข้อของแบบสอบถามอัตมโนทัศน์พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ดี ซึ่งสรุปเพิ่มเติมได้ว่าบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ที่ดี นั้นเป็นบุคคลที่เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง อัตมโนทัศน์ด้านครอบครัวของนักศึกษาที่มีลักษณะการสมรสของผู้ปกครอง แบบอยู่ด้วยกันจะทำให้นักศึกษามีการรับรู้เกี่ยวกับสัมพันธ์ภายในครอบครัว การได้รับการยอมรับจากสมาชิกภายในครอบครัว อันจะมีผลต่อการรับในคุณค่าและความพึงพอใจของบุคคลดีกว่านักศึกษาที่มีลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบแยกกันอยู่และหย่า อัตมโนทัศน์ด้านการตัดสินใจแก้ไขปัญหากับลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบอยู่ด้วยกันจะทำให้นักศึกษามีขั้นตอนและเหตุผล ในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาและการยอมรับในสิ่งที่ได้ตัดสินใจไปแล้ว ในด้านความถูกต้องหรือความผิดพลาดได้ดีกว่านักศึกษาที่มีลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบแยกกันอยู่ และหมายถึงอัตมโนทัศน์ด้านความเชื่อมั่นในการสร้างสัมพันธ์กับผู้อื่นกับรายได้ของครอบครัวที่มีรายได้มากกว่า 30,001 บาท ทำให้นักศึกษามีความมั่นใจในตนเองที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น การเป็นมิตร การให้ความสนใจ เอาใจใส่ต่อบุคคล ได้ดีกว่านักศึกษาที่มีรายได้ของครอบครัว 10,001-20,000 บาท เนื่องจากสภาพทางสังคมในปัจจุบัน เป็นสังคมที่ให้ความสำคัญต่อวัตถุมาก ผู้ที่มีฐานะดีจะได้รับการยอมรับจากบุคคลต่างๆ ในสังคมมากกว่าบุคคลที่มีฐานะด้อยกว่า อัตมโนทัศน์ด้านการตัดสินใจแก้ปัญหากับรายได้ของนักศึกษาต่อเดือนที่มีรายได้ 5,001-8,000 บาท/เดือน ทำให้นักศึกษามี

ขั้นตอนและเหตุผลในการตัดสินใจแก้ปัญหา และการยอมรับในสิ่งที่ได้ตัดสินใจไปแล้ว ในด้านความถูกต้องหรือความผิดพลาดได้ดีกว่านักศึกษาที่มีรายได้ 3,001-5,000 บาท/เดือน เนื่องจากในปัจจุบันมีค่าครองชีพที่สูงขึ้น ทำให้นักศึกษาที่มีรายได้น้อยต้องพิจารณาในการใช้จ่ายอย่างมาก และจากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านการปรับตัวโดยรวมและรายด้านของนักศึกษพบว่าอยู่ในระดับปานกลางเนื่องมาจากนักศึกษายังมีความไม่แน่ใจว่าตนเองจะสามารถปรับตัวได้มากนักน้อยเพียงใด ซึ่งจากการศึกษาคะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวโดยรวมกับอายุจะพบว่านักศึกษาที่มีอายุ 22 ปีขึ้นไป จะมีการปรับตัวดีกว่า 16-18 ปีเนื่องจาก นักศึกษาที่มีอายุ 22 ปีผ่านการเรียนรู้และมีประสบการณ์ในมหาวิทยาลัยมาแล้วหลายปี คะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่กับอายุ พบว่านักศึกษานักศึกษาที่มีอายุ 22 ขึ้นไปจะมีประสบการณ์ทางสังคม และการเผชิญกับปัญหาจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันมากกว่านักศึกษาที่มีอายุ 16-18 ปี และ 19-21 ปี คะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวโดยรวมกับลักษณะการสมรสของผู้ปกครองพบว่าการปรับตัวโดยรวมกับลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบอยู่ด้วยกัน ทำให้นักศึกษามีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาที่มีลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบแยกกันอยู่และหย่า คะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวด้านร่างกายกับลักษณะการสมรสของผู้ปกครอง พบว่าการปรับตัวด้านร่างกายกับลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบอยู่ด้วยกันส่งผลให้นักศึกษามีปฏิกริยาที่บุคคลตอบสนองต่อสิ่งเร้าได้ดีกว่านักศึกษาที่มีลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบหย่า คะแนนการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่กับลักษณะการสมรสของผู้ปกครอง แยกกันอยู่ทำให้นักศึกษาปรับตัวในบทบาทหน้าที่เพื่อให้เกิดความมั่นคงและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุขเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้ดีกว่านักศึกษาที่มีลักษณะการสมรสของผู้ปกครองแบบหย่า คะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวโดยรวมกับชั้นปีศึกษาพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีการปรับตัวโดยรวมดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีการปรับตัวโดยรวมดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2 และนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เนื่องจากนักศึกษาในชั้นปีที่ 4 และ 3 มีประสบการณ์ทางสังคมในมหาวิทยาลัยที่จะต้องพบกับผู้คนมากมาย ทั้งเพื่อนในชั้นเรียน อาจารย์ รวมทั้งเจ้าหน้าที่และบุคลากร ทำให้เกิดการเรียนรู้เรื่องการปรับตัวและการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 คะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวด้านร่างกายกับชั้นปีศึกษาพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีการปรับตัวด้านร่างกายดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ต้องปรับตัวในส่วนของที่อยู่อาศัย อาหาร และระยะเวลาในการเดินทางที่อาจจะไม่เหมือนสภาพแวดล้อมเดิม คะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่กับชั้นปีศึกษาพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2 และนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 สามารถเรียนรู้พฤติกรรมของบุคคล ต่อบทบาทหน้าที่ในสังคม บทบาทการเป็นสมาชิกในครอบครัว บทบาทการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และบทบาทหน้าที่ในการมีส่วนร่วมการทำกิจกรรมในสังคมได้มากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 ที่ต้องปรับตัวกับสภาพแวดล้อมภายนอกในสังคมอุดมศึกษาที่มีกลุ่มเพื่อนหลากหลายจากต่างถิ่น การเรียนการสอนในระดับมหาวิทยาลัยที่เปิดกว้างและอิสระ การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ที่อาจจะยังไม่มากนักเพราะขาดประสบการณ์โดยตรง คะแนนความแตกต่างระหว่างการปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกันกับชั้นปีศึกษาพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีการปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกันดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีการปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกัน

ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2 และ 1 เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 สามารถเรียนรู้ความเหมาะสมของพฤติกรรมของบุคคลในการที่จะพึ่งพาตนเอง และการพึ่งพาผู้อื่นได้มากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 2 เพราะนักศึกษาได้ผ่านประสบการณ์ตรงในการเรียนระดับอุดมศึกษา การคบเพื่อน การปรับตัวเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนทำให้เกิดการเรียนรู้ กลั่นกรองความสามารถของตนเองให้เกิดการยอมรับในความสามารถที่ต่างจากตนในมุมมองการศึกษา การแก้ปัญหา การใช้ชีวิตทั้งในแง่บวกและแง่ลบ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้มีข้อเสนอแนะว่า ควรมีการจัดกิจกรรมวิชาการ ศิลปวัฒนธรรม และกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อให้นักศึกษาจะได้เรียนรู้การทำงานและการปรับตัว ร่วมกับเพื่อนและชุมชนโดยมีอาจารย์ผู้สอนให้คำปรึกษาและช่วยเหลือ อันเป็นผลให้นักศึกษามีประสบการณ์ในแง่บวก เช่น ความมั่นใจในการทำงาน ที่สามารถแก้ปัญหาได้ สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และชุมชนโดยตนเป็นที่ยอมรับและมีคุณค่า เป็นต้น

กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ (2558) ได้พัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของสุขภาวะทางจิตที่มีอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรส่งผ่าน และเปรียบเทียบประสิทธิภาพทางตรงและทางอ้อมของการคิดเชิงบวก และภูมิหลังของนักศึกษา ได้แก่ เพศและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่มีผลต่อสุขภาวะทางจิต เมื่อมีอัตมโนทัศน์เป็นตัวส่งผ่าน โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ จำนวน 407 คน โดยใช้แบบสอบถามแบบเลือกตอบเป็นเครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วยแบบวัดการคิดเชิงบวก แบบวัดอัตมโนทัศน์ และแบบวัดสุขภาวะทางจิต ผลจากการวิจัยพบว่า โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของสุขภาวะทางจิตที่มีอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรส่งผ่านสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ผลการเปรียบเทียบประสิทธิภาพของการคิดเชิงบวกและภูมิหลังของนักศึกษาที่มีผลต่อสุขภาวะทางจิตผ่านอัตมโนทัศน์ และมีค่าสูงกว่าภูมิหลังทั้งทางตรงและทางอ้อมและอัตมโนทัศน์เป็นตัวแปรส่งผ่านบางส่วนระหว่างการคิดเชิงบวกกับสุขภาวะทางจิตเท่านั้น

กนกรัตต์ ต่วนพะเอม (2561) ได้ศึกษาลักษณะบุคลิกภาพของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา ในวิทยาเขตภาคกลาง เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของบุคลิกภาพโดยรวมและรายด้านของนักศึกษาจำแนกตามเพศ และอายุของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 370 คน แบ่งออกเป็นนักศึกษาชาย 245 คน นักศึกษาหญิง 125 คน นักศึกษามีอายุระหว่าง 18-30 ปี ใช้แบบสำรวจบุคลิกภาพแบบ PAC เป็นเครื่องมือในการวิจัย ซึ่ง P คือสถานะความเป็นพ่อแม่ A คือ สถานะความเป็นผู้ใหญ่ และ C คือ สถานะความเป็นเด็ก โดยสถานะความเป็นพ่อแม่จำแนกเป็นสถานะความเป็นพ่อแม่แบบปกป้องคุ้มครอง และสถานะความเป็นพ่อแม่แบบบังคับควบคุม สถานะความเป็นเด็กจำแนกเป็นสถานะความเป็นเด็กที่ปรับตัวได้ สถานะความเป็นเด็กที่เป็นอิสระตามธรรมชาติ และสถานะความเป็นเด็กสร้างสรรค์ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาทั้งหมดมีบุคลิกภาพโดยรวมไม่แตกต่างกันโดยมีบุคลิกภาพของความเป็นผู้ใหญ่สูงที่สุด รองลงมาคือบุคลิกภาพของความเป็นเด็ก และบุคลิกภาพของความเป็นพ่อแม่ตามลำดับ นักศึกษาชายมีบุคลิกภาพความเป็นผู้ใหญ่แตกต่างจากนักศึกษาหญิงโดยนักศึกษาชายมีบุคลิกภาพของความเป็นผู้ใหญ่สูงกว่าของนักศึกษาหญิง นักศึกษาทั้งหมดมีบุคลิกภาพของความเป็นผู้ใหญ่แบบบังคับควบคุมสูงกว่าแบบปกป้องคุ้มครอง นักศึกษาชายมีบุคลิกภาพของความเป็นผู้ใหญ่แบบปกป้องคุ้มครอง แบบบังคับควบคุม และบุคลิกภาพของความเป็นเด็กแบบเด็กที่ปรับตัวได้และแบบเด็กสร้างสรรค์สูงกว่านักศึกษาหญิง อายุของนักศึกษาที่แตกต่างกันไม่เป็นผลต่อบุคลิกภาพโดยภาพรวมและรายด้านของนักศึกษา

วิมลวรรณ ปัญญาอ่อน, รัตนศักดิ์ สันติธราภกุล และ โชชิตา ภาวสุทธิไพศิฐ (2563) ได้สำรวจความชุกของสภาวะซึมเศร้าและความคิดฆ่าตัวตายของวัยรุ่นไทยในโรงเรียนโดยสำรวจในภาพรวมของประเทศและ 13 เขตสุขภาพ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ วัยรุ่นอายุ 11-19 ปีที่ศึกษาในโรงเรียนตัวแทน 13 จังหวัด จาก 13 เขตสุขภาพทั่วประเทศ โดยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นฉบับภาษาไทย พบว่ากลุ่มตัวอย่าง 5,345 คน มีวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าร้อยละ 17.5 และมีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อยร้อยละ 49.8 โดยเขตสุขภาพที่พบวัยรุ่นมีภาวะซึมเศร้านามากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ เขตสุขภาพที่ 5 เขตสุขภาพที่ 7 และเขตสุขภาพที่ 13 พบวัยรุ่นที่มีความคิดอยากตายร้อยละ 20.5 มีความคิดฆ่าตัวตายเป็นร้อยละ 5.1 และเคยพยายามฆ่าตัวตาย ร้อยละ 6.4 จากวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงฆ่าตัวตายทั้งหมดร้อยละ 22.5 มีวัยรุ่นที่มีความเสี่ยงสูงร้อยละ 2.2 ทั้งนี้วัยรุ่นที่มีความเสี่ยงฆ่าตัวตายมีโอกาสที่จะมีภาวะซึมเศร้านากกว่าวัยรุ่นที่ไม่มีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย 9.8 เท่า สรุปผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นถึงขนาดของปัญหาภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นในบริบทโรงเรียนซึ่งควรได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน ซึ่งชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของระบบคัดกรองด้านสุขภาพจิตในโรงเรียนและการส่งต่อสถานบริการสาธารณสุขในพื้นที่ใกล้เคียง

ธนัท ตันติวงศ์โกสิย (2561) ได้ศึกษาเพื่อทำความเข้าใจในเหตุปัจจัยที่ทำให้ นักศึกษามหาวิทยาลัยกลายเป็นโรคซึมเศร้า และเพื่อให้เข้าใจการจัดการโรคซึมเศร้าของนักศึกษามหาวิทยาลัย ซึ่งสรุปได้ว่าผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่จะกล่าวถึงสาเหตุของการเจ็บป่วยโรคซึมเศร้าแยกได้เป็น 4 ประเด็น คือ ปัญหาครอบครัว ปัญหาความสัมพันธ์ ปัญหาการเรียน ปัญหาการใช้สื่อออนไลน์ และการจัดการอาการของนักศึกษาประกอบด้วยการจัดการอาการตั้งแต่ตัดสินใจอมรับเข้าการรักษา รับประทานยาเพื่อบรรเทาอาการ จนไปถึงเริ่มใช้การจัดการอาการด้วยตนเองหลังรับประทานยา ซึ่งการจัดการตนเองของนักศึกษาประกอบด้วย 3 ประเด็นหลัก คือ การเข้ารับการรักษาจากจิตแพทย์ การสร้างระยะห่างทางความสัมพันธ์ และการจัดการอาการซึมเศร้าด้วยตนเอง ซึ่งผู้ให้สัมภาษณ์สามารถเลือกวิธีการจัดการตัวเองที่เกิดขึ้นได้อย่างหลากหลาย โดยไม่ได้มีข้อจำกัดตนเองเพื่อป้องกันหรือชะลออาการของตนเองที่เกิดขึ้น จนเกิดการเรียนรู้ที่จัดการกับภาวะทางอารมณ์ของตนเองเมื่อมีภาวะซึมเศร้าเกิดขึ้น ถึงแม้ผู้ให้สัมภาษณ์จะกล่าวว่าการกระทำเหล่านั้นไม่ได้ช่วยให้โรคนั้นหายขาด แต่เป็นเสมือนการป้องกันการกลับมาของอาการซึมเศร้าได้ช่วงระยะเวลาหนึ่ง ถือเป็นพักความคิดทางลบของตนเองและหาสิ่งอื่นเข้ามาทำแทนในช่วงเวลาดังกล่าว สิ่งเหล่านี้เกิดจากการกระทำที่พยายามค้นหาวิธีการจัดการภาวะทางอารมณ์ของตน จนสามารถตกผลึกทางความคิดที่จะสามารถบรรเทาอาการเหล่านั้นได้ และนำไปสู่การจัดการอาการเมื่อเจ็บป่วย อย่างไรก็ตามแม้ว่าผู้ให้สัมภาษณ์จะมีวิธีการจัดการกับอาการซึมเศร้าที่หลากหลาย แต่สิ่งสำคัญในการจัดการอาการเหล่านั้น คือ การยอมรับและเลือกที่จะเข้ารับรักษาที่จิตแพทย์ ผู้ให้สัมภาษณ์ต้องเปิดใจยอมรับว่าตนเองเป็นโรคซึมเศร้ายอมรับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเจ็บป่วย ซึ่งเมื่อผู้ให้สัมภาษณ์ยอมรับความเจ็บป่วยของตนได้ จึงนำไปสู่การแก้ไขสิ่งที่เป็นอยู่ และดำเนินชีวิตต่อไปได้ด้วยความหวังที่จะกลับมาเป็นปกติ

ดังนั้นจากงานวิจัยต่าง ๆ ข้างต้นจะเห็นว่าอัตมโนทัศน์ของตัวนักศึกษาจะส่งผลกับนักศึกษาทั้งในเรื่องผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน รวมถึงทัศนคติต่าง ๆ ในการใช้ชีวิตนอกจากนี้จากงานวิจัยจะพบว่าอัตมโนทัศน์นั้นสามารถพัฒนาให้ดีขึ้นได้ จากการให้คำปรึกษาและนำรวมทั้งการจัด

กิจกรรมส่งเสริมให้นักศึกษาเห็นคุณค่าของตนเอง มีความเข้าใจในตนเองมากขึ้นดังนั้นเมื่อผู้ปฏิบัติงานสัมภาษณ์เก็บข้อมูลนักศึกษาเรียบร้อยแล้วนั้น จะต้องมีการนำเสนอกิจกรรมโครงการต่าง ๆ ที่มีผลในการพัฒนาอัตมโนทัศน์ของนักศึกษา ให้นักศึกษาเกิดการยอมรับ ความเข้าใจตนเอง นอกจากนี้การที่นักศึกษาเกิดความเข้าใจ ยอมรับตนเองจะทำให้การเกิดภาวะซึมเศร้าเกิดขึ้นได้ยาก หรือถึงแม้จะเกิดภาวะซึมเศร้าแต่หากนักศึกษาสามารถเข้าใจและยอมรับในตนเองได้ การจะพานักศึกษาเข้าพบจิตแพทย์เพื่อรับการรักษาก็จะไม่ใช่เรื่องยากและเรื่องที่น่ากลัวต่อไป

## บทที่ 4

### เป้าหมายและเทคนิคในการปฏิบัติงานแบบมุ่งผลสัมฤทธิ์

#### 4.1 เป้าหมายในการปฏิบัติงาน (ตัวชี้วัดในการปฏิบัติงาน)

เป้าหมายในการปฏิบัติงานรวมถึงตัวชี้วัดสามารถแสดงได้ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 เป้าหมายในการปฏิบัติงานรวมถึงตัวชี้วัด

การปฏิบัติงาน	เป้าหมาย	ตัวชี้วัด
การให้คำแนะนำ ปรึกษาแก่นักศึกษาใน หลักสูตรฯ	1. เพื่อสนับสนุนนักศึกษาใน ด้านการ เรียน ด้านชีวิตความเป็นอยู่ ด้าน ความสัมพันธ์อื่น ๆ หรือเรื่องอื่น ๆ ที่ นักศึกษาต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติม	หลังจากนักศึกษาให้ข้อมูลและได้ ผ่านกระบวนการให้คำแนะนำ ปรึกษาร่วมกับการให้การสนับสนุน ด้านต่าง ๆ ที่นักศึกษาต้องการแล้ว นั้นนักศึกษาต้องมีคะแนนการ ประเมินอัตมโนทัศน์ของตนเองอยู่ ระดับที่ดีขึ้นกว่าภาคการศึกษา ก่อนหน้า
	2. ให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาเพื่อ 2.1 นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตใน มหาวิทยาลัยได้เป็นปกติ 2.2 นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตรงตามที่นักศึกษาคาดหวัง	1. นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตใน มหาวิทยาลัยได้อย่างเป็นปกติไม่มี เรื่องร้องเรียน 2. นักศึกษาได้ผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนตามที่ตนเองคาดหวังไว้ในแต่ ละภาคการศึกษา
	3. สามารถคัดกรองนักศึกษาที่มีความ เสี่ยงในการเป็นโรคซึมเศร้า เพื่อที่ทาง สาขาวิชาสามารถจัดระบบการดูแล นักศึกษาได้อย่างเหมาะสม	นักศึกษามีแนวโน้มมีภาวะ ซึมเศร้าได้รับการดูแลจากแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญทุกคน
	4. นักศึกษาประเมินความพึงพอใจ ในการให้ความช่วยเหลือ ดูแล สนับสนุน และให้คำปรึกษาแก่นัก ศึกษาของหลักสูตรฯ ว่าเกิด ประโยชน์ต่อนักศึกษาจริงหรือไม่	คะแนนเฉลี่ยความพึงพอใจของ นักศึกษาต้องไม่น้อยกว่า 4.00 คะแนน



## 4.2 เทคนิคในการวางแผน/แผนกลยุทธ์ในการปฏิบัติงาน

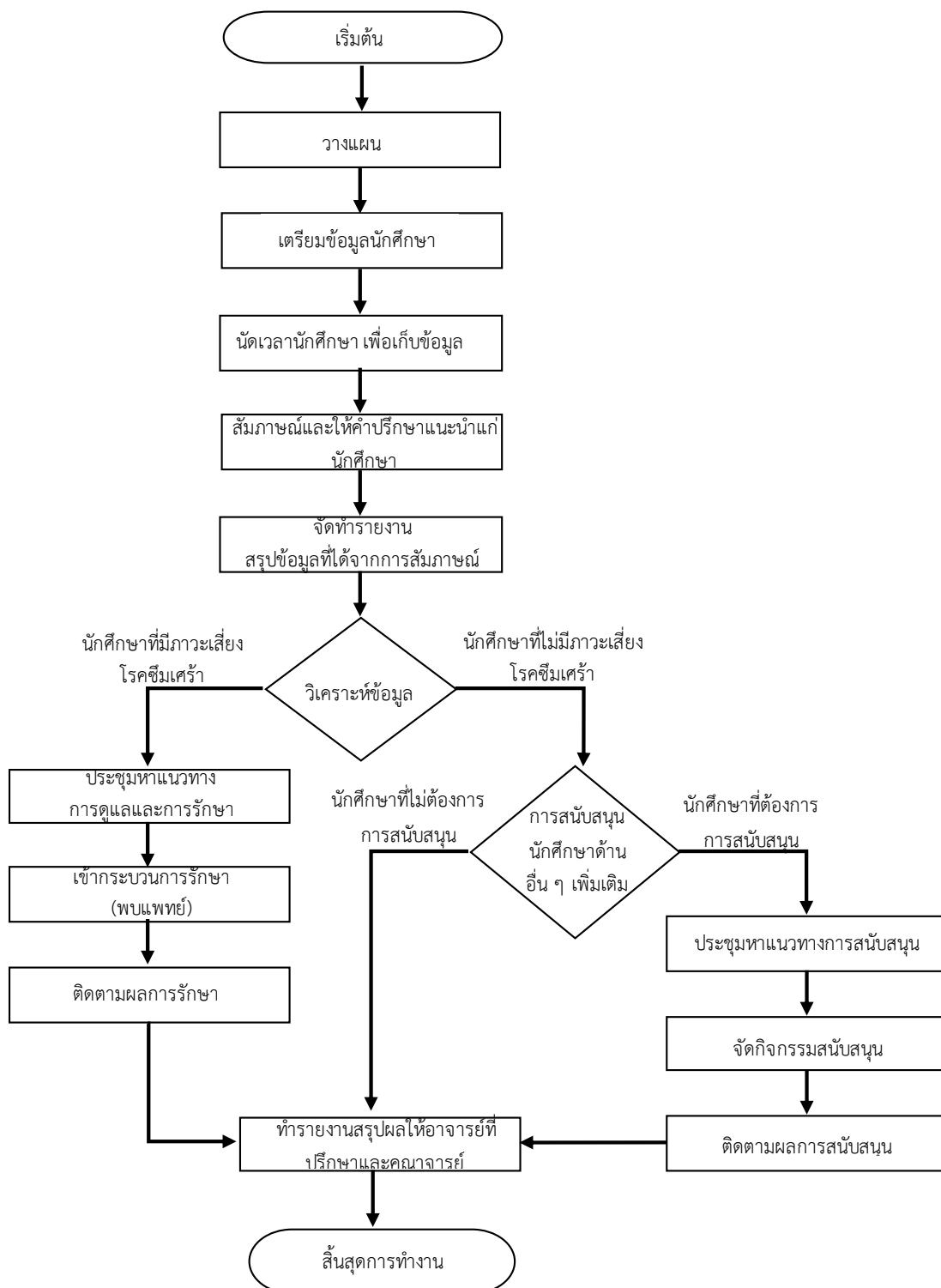
เทคนิคการวางแผนสำหรับการให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษา โดยเริ่มจากการให้นักศึกษาทำแบบประเมินอัตมโนทัศน์ของตนเองโดยใช้แผนภาพสมดุลชีวิตร่วมกับการสัมภาษณ์นั้น ช่วงเวลาสำหรับการทำแบบประเมินและการสัมภาษณ์มีความสำคัญอย่างยิ่งอันจะส่งผลต่อการสนับสนุน ดูแลนักศึกษา โดยช่วงเวลาดังกล่าวนั้นจะต้องมีความสัมพันธ์กับช่วงเวลาในการเพิ่มถอนรายวิชาและการเปลี่ยนกลุ่มเรียน เนื่องจากเมื่อนักศึกษาต้องการการช่วยเหลือในด้านการวางแผนการเรียน หรือเมื่อผู้สัมภาษณ์ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้านการเรียนของนักศึกษาแล้วพบว่านักศึกษาทำการลงทะเบียนมากเกินไป หรือน้อยเกินไป ผู้สัมภาษณ์สามารถแนะนำให้นักศึกษาสามารถปรับเปลี่ยนแผนการลงทะเบียนได้ สำหรับข้อสังเกตคือช่วงเวลาดังกล่าวนี้จะอยู่หลังจากเปิดภาคการศึกษาไม่เกิน 2 สัปดาห์ ดังนั้นผู้ทำการสัมภาษณ์สามารถทำการนัดเวลากับนักศึกษาล่วงหน้าได้ ตัวอย่างช่วงเวลาในการลงทะเบียนเพิ่มรายวิชา ช่วงเวลาทำการเปลี่ยนกลุ่ม ช่วงเวลาในการลดการถอนรายวิชาของภาคการศึกษาที่ 1-3/2563 ดังแสดงในตารางที่ 10 นอกจากนี้ข้อดีอีกประการในการให้นักศึกษาทำแบบประเมินตนเอง และสัมภาษณ์ในช่วงเวลาดังกล่าวคือเมื่อนักศึกษาต้องการการสนับสนุนด้านการเรียนหรือด้านกิจกรรมอื่น ๆ นั้น ทางสาขาวิชาจำเป็นต้องมีเวลาในการเตรียมกิจกรรมรวมถึงการเขียนโครงการเพื่อขออนุมัติจากผู้บังคับบัญชา เพื่อให้เกิดกระบวนการสนับสนุนดูแลนักศึกษา ดังนั้นการให้นักศึกษาทำแบบประเมินตนเองและสัมภาษณ์ในช่วงเวลาดังกล่าวนั้น ทำให้ทางสาขามีเวลาในการสรุปความต้องการ และเตรียมกิจกรรมสำหรับสนับสนุนนักศึกษาได้อย่างถูกต้อง ไม่ล่าช้าเกินไป ซึ่งหากกระบวนการประเมินตนเองและการสัมภาษณ์ ไม่สามารถทำในช่วงเวลาดังกล่าวได้นั้นจะทำให้เกิดผลกระทบซึ่งเกิดจากข้อจำกัดในการปฏิบัติตามกฎระเบียบของมหาวิทยาลัย อันจะส่งผลให้ทางสาขาช่วยเหลือนักศึกษาไม่ได้ เช่น หากนักศึกษาต้องการเรียนกลุ่มเดียวกับเพื่อน ๆ ในสาขาและทำการปรึกษาวิธีการย้ายกลุ่มจากผู้ทำการสัมภาษณ์แต่เนื่องจากการนัดทำแบบประเมินตนเองร่วมกับการสัมภาษณ์หลังจากช่วงดังกล่าวนี้ ทำให้ถึงแม้ผู้สัมภาษณ์จะแนะนำแนวปฏิบัติให้อย่างถูกต้องแก่นักศึกษาได้ แต่นักศึกษาก็ไม่สามารถกระทำการใด ๆ ได้แล้ว เนื่องจากเลยช่วงเวลาของการเปลี่ยนกลุ่มเรียนของนักศึกษาอันอาจจะส่งผลให้นักศึกษาไม่ตั้งใจเรียนเนื่องจากไม่มีเพื่อนของตนร่วมเรียนอยู่ในกลุ่มดังกล่าวด้วย ส่งผลกระทบเชิงลบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาได้ เป็นต้น ดังนั้นในการวางแผนการสำหรับการให้นักศึกษาประเมินตนเองร่วมกับการสัมภาษณ์นั้นจะต้องกระทำในช่วงเวลาที่เหมาะสมดังข้อสังเกตที่กล่าวไปข้างต้นเพื่อที่จะให้เกิดผลที่ดีที่สุดในการสนับสนุน ดูแลนักศึกษาให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการปฏิบัติงาน และนักศึกษาจะได้ไม่รู้สึกเสียเวลาในการทำแบบประเมินร่วมกับการให้สัมภาษณ์ เนื่องจากทางสาขาสามารถตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ตารางที่ 10 ช่วงเวลาในการลงทะเบียนเพิ่มรายวิชา ช่วงวันทำการเปลี่ยนกลุ่ม ช่วงวันทำการลด ถอนรายวิชาของภาคการศึกษาที่ 1-3/2563

รายการ	วันเริ่มต้น	วันสุดท้าย
<b>ภาคการศึกษาที่ 1/2563</b>		
วันเปิดภาคการศึกษา	13 ก.ค. 63	
ช่วงวันทำการเพิ่มรายวิชา	13 ก.ค. 63	19 ก.ค. 63
ช่วงวันทำการเปลี่ยนกลุ่ม	13 ก.ค. 63	19 ก.ค. 63
ช่วงเวลาการลด-ถอนรายวิชา	13 ก.ค. 63	2 ส.ค. 63
<b>ภาคการศึกษาที่ 2/2563</b>		
วันเปิดภาคการศึกษา	26 ต.ค. 63	
ช่วงวันทำการเพิ่มรายวิชา	26 ต.ค. 63	1 พ.ย. 63
ช่วงวันทำการเปลี่ยนกลุ่ม	26 ต.ค. 63	1 พ.ย. 63
ช่วงเวลาการลด-ถอนรายวิชา	26 ต.ค. 63	15 พ.ย. 63
<b>ภาคการศึกษาที่ 3/2563</b>		
วันเปิดภาคการศึกษา	8 ก.พ. 64	
ช่วงวันทำการเพิ่มรายวิชา	8 ก.พ. 64	14 ก.พ. 64
ช่วงวันทำการเปลี่ยนกลุ่ม	8 ก.พ. 64	14 ก.พ. 64
ช่วงเวลาการลด-ถอนรายวิชา	8 ก.พ. 64	28 ก.พ. 64

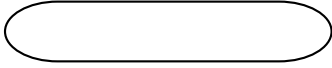

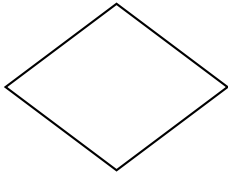
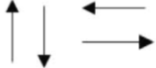
ที่มา : (มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ศูนย์บริการการศึกษา, 2564)

#### 4.3 เทคนิคการปฏิบัติงานแต่ละขั้นตอนการปฏิบัติงาน (รวมทั้งผังการปฏิบัติงาน (Flow Chart))



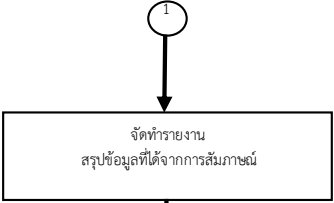
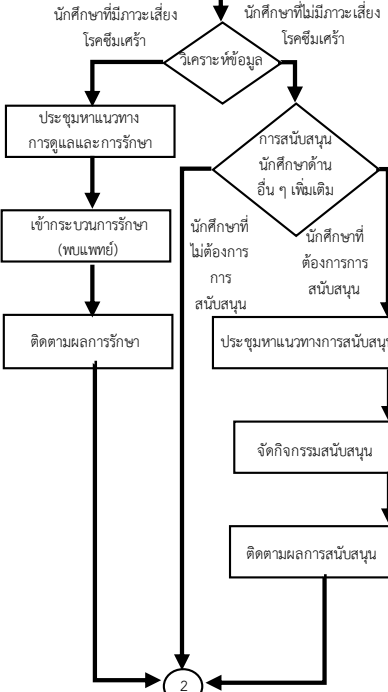
ภาพที่ 8 ผังการปฏิบัติงาน (Flow Chart)

ตารางที่ 11 ความหมายของสัญลักษณ์ในผังการปฏิบัติงาน (Flow Chart)

สัญลักษณ์	ความหมาย
	จุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดของกระบวนการทำงาน
	การปฏิบัติงาน หรือจุดที่มีการปฏิบัติงานแต่ไม่มีการตัดสินใจและการอนุมัติ
	กระบวนการทำงานที่มีการตัดสินใจ ทางเลือก หรือการอนุมัติอย่างใดอย่างหนึ่ง
	ทิศทางของขั้นตอนการดำเนินงาน ซึ่งปฏิบัติต่อเนื่องไปตามหัวลูกศร

ตารางที่ 12 แผนผังขั้นตอนการปฏิบัติงาน (Work Flow) การให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและพอลิเมอร์

ลำดับที่	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ผู้รับผิดชอบ	ระยะเวลา	สิ่งที่ต้อง ควบคุม	การติดตาม ประเมินผล	เอกสารที่ เกี่ยวข้อง	หมายเหตุ
1.		-	-	-			-	-
2.		วางแผนการปฏิบัติงาน	ผู้ได้รับ มอบหมายให้ ปฏิบัติงานตาม คู่มือการ ปฏิบัติงาน	1 วัน	ความเหมาะสม ของระยะเวลา ในการ ปฏิบัติงาน		-	ตรวจสอบช่วงเวลากับปฏิทิน การศึกษา
3.		เตรียมข้อมูลเบื้องต้นของนักศึกษา สำหรับนักศึกษาที่เคยผ่านการให้ คำปรึกษาแล้ว	ผู้ได้รับ มอบหมายให้ ปฏิบัติงาน	1 วัน			รายงานผลการ สัมภาษณ์และ การให้ คำปรึกษาของ นักศึกษาราย นั้น ๆ ในเทอม ก่อนหน้า	สำหรับนักศึกษาที่สัมภาษณ์ ครั้งแรกให้เตรียมข้อมูล เบื้องต้นเกี่ยวกับโรงเรียนที่ นักศึกษามา และเกรดเฉลี่ย ที่ผ่านมา
4.		นัดเวลานักศึกษาเพื่อทำการเก็บ ข้อมูล	ผู้ได้รับ มอบหมายให้ ปฏิบัติงาน	1 วัน	ช่วงเวลาในการ สัมภาษณ์ต้องไม่ เกิน 2 สัปดาห์ หลังจากเปิดภาค การศึกษา		-	ผ่าน google calendar หรือ อื่น ๆ
5.		สัมภาษณ์นักศึกษาเพื่อเก็บข้อมูล เชิงลึกพร้อมทั้งให้คำปรึกษาแก่นัก ศึกษา	ผู้ได้รับ มอบหมายให้ ปฏิบัติงาน	40 นาที / คน	การประเมิน นักศึกษาที่มี ภาวะซึมเศร้า ต้องเป็นไปอย่าง ถูกต้องตามหลัก ของสาธารณสุข		แผนภาพสมุด ชีวิต และ แบบสอบถาม 2Q 8Q 9Q	ช่วงเวลาในการสัมภาษณ์ นักศึกษาควรอยู่ในช่วง 1-2 สัปดาห์หลังเปิดภาคการศึกษา

ลำดับที่	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ผู้รับผิดชอบ	ระยะเวลา	สิ่งที่ต้อง ควบคุม	การติดตาม ประเมินผล	เอกสารที่ เกี่ยวข้อง	หมายเหตุ
6.		จัดทำรายงานข้อมูลของนักศึกษาที่ได้จากการสัมภาษณ์	ผู้ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงาน	1 วัน			-	-
7.		<p>1. นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์มาแบ่งประเภทโดยแบ่งเป็นนักศึกษาที่มีปัญหาด้านภาวะซึมเศร้า นักศึกษาที่ต้องการการสนับสนุนด้านอื่น ๆ เพิ่มเติม และนักศึกษาที่ไม่ต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติมหลังจากนั้นนำเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้เข้าที่ประชุมต่อไป</p> <p>2. สำหรับนักศึกษาที่มีภาวะเป็นโรคซึมเศร้าต้องจัดให้นักศึกษาพบแพทย์และได้รับการรักษาอย่างถูกต้องและมีการประเมินผลหลังการเข้ารับการรักษา</p> <p>3. สำหรับนักศึกษาที่ต้องการศึกษาการสนับสนุนด้านอื่น ๆ เพิ่มเติมนั้นในการประชุมจะต้องจัดลำดับการให้การสนับสนุนที่จัดการได้ทันทีให้จัดการก่อน และมีการติดตามผลการให้การสนับสนุนว่าได้ผลมากน้อยเพียงใด</p>	ผู้ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงาน	ตามระยะเวลาโครงการดูแลรักษา นักศึกษาตามแพทย์ผู้เชี่ยวชาญแนะนำ	ขอบเขตความสามารถในการช่วยเหลือ นักศึกษาของหลักสูตร	1. นักศึกษามีอาการดีขึ้นโดยติดตามได้จากผลการรักษาจากแพทย์ที่ดูแลนักศึกษา 2. มีการจัดกิจกรรมและประเมินผลกิจกรรมที่นักศึกษาต้องการการสนับสนุนจากแบบสอบถามและแบบประเมินต่าง ๆ	แบบประเมินโครงการที่จัดขึ้นเพื่อสนับสนุนนักศึกษาในด้านต่าง ๆ	<p>1. จัดลำดับความสำคัญและความสามารถในการให้การสนับสนุนของหลักสูตรเรื่องใดให้การสนับสนุนได้ทันทีให้รายงานเข้าที่ประชุมก่อนเรื่องที่ต้องมีการเตรียมการและติดต่อประสานให้ไว้ลำดับถัดมา</p> <p>2. ต้องมีการดูแลนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าอย่างใกล้ชิดมีการติดตามในเรื่องการเรียนและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่อง</p> <p>3. สำหรับกิจกรรมที่ไม่ได้ให้การสนับสนุนได้ทันทีต้องมีการวางแผนและหาวิธีเพิ่มเติมเพื่อให้การสนับสนุนในเรื่องนั้นๆ เกิดขึ้นได้</p>

ลำดับที่	ผังกระบวนการ	รายละเอียดงาน	ผู้รับผิดชอบ	ระยะเวลา	สิ่งที่ต้อง ควบคุม	การติดตาม ประเมินผล	เอกสารที่ เกี่ยวข้อง	หมายเหตุ
8		จากผลการติดตามนักศึกษาที่มีภาวะโรคซึมเศร้า หรือนักศึกษาที่ต้องการการสนับสนุนเพิ่มเติมในเรื่องอื่น ๆ นำผลมาสรุปการดำเนินการให้คณาจารย์รับทราบ	ผู้ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงาน	ตามระยะเวลาโครงการสนับสนุนต่างๆ	ความลับของนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้า	-	-	-
9		-	-	-	-	-	-	-

จากแผนผังขั้นตอนการปฏิบัติงาน (Work Flow) สามารถแจกแจงกระบวนการทำงานได้ดังต่อไปนี้

#### 1. ขั้นตอนการวางแผน

ขั้นตอนนี้ผู้ปฏิบัติงานต้องมีการวางแผนในภาพรวมของการปฏิบัติงาน เช่น จำนวนของนักศึกษาที่ต้องทำการสัมภาษณ์ ระยะเวลาที่ใช้ การจัดลำดับความสำคัญของการติดตามดูแลนักศึกษา เป็นต้น นักศึกษาที่ต้องมีการติดตามดูแลอย่างต่อเนื่องใกล้ชิดต้องจัดลำดับการสัมภาษณ์ก่อน

#### 2. ขั้นตอนการเตรียมข้อมูลนักศึกษา

ขั้นตอนนี้ผู้ปฏิบัติงานจะต้องเตรียมข้อมูลของนักศึกษาที่ได้จากการสัมภาษณ์ในภาคการศึกษาก่อนหน้า ข้อมูลเกรดภาคการศึกษาก่อนหน้า เกรดเฉลี่ย และข้อมูลที่อยู่ในทะเบียนประวัติเพื่อนำมาประกอบการสัมภาษณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลเป็นปัจจุบันที่สุด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ที่ยังไม่มีข้อมูลการสัมภาษณ์ในภาคการศึกษาก่อนหน้า ผู้ปฏิบัติงานเตรียมข้อมูลพื้นฐานที่นักศึกษาได้ใส่ไว้ในระบบของศูนย์บริการการศึกษาได้

#### 3. นัดเวลานักศึกษาเพื่อเก็บข้อมูล

ขั้นตอนนี้ผู้ปฏิบัติงานอาจจะใช้โปรแกรม Google Calendar หรือวิธีการใดก็ได้ที่ผู้ปฏิบัติงานสามารถปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม แต่ทางผู้เขียนเลือกใช้การนัดเวลานักศึกษาผ่านโปรแกรม Google Calendar เนื่องจากนักศึกษาสามารถเลือกเวลาในช่วงที่นักศึกษาสะดวกและนักศึกษาคนอื่น ๆ สามารถเห็นตารางเวลาที่มีการนัดหมายไว้แล้วทำให้นักศึกษาสามารถวางแผนในการเข้ารับการสัมภาษณ์ได้อย่างสะดวก

#### 4. สัมภาษณ์นักศึกษาและให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา

ขั้นตอนนี้ให้ผู้ปฏิบัติงานปฏิบัติตามขั้นตอนในบทที่ 3 หลักเกณฑ์ วิธีการปฏิบัติงานและเงื่อนไข

#### 5. จัดทำรายงานวิเคราะห์สรุปข้อมูลและให้การดูแลสนับสนุนนักศึกษา

ขั้นตอนนี้ผู้ปฏิบัติงานต้องมีการประมวลผลข้อมูล แยกประเภทนักศึกษาที่มีปัญหาเร่งด่วน เช่น ภาวะซึมเศร้า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่เป็นที่พึงพอใจ กิจกรรมที่นักศึกษาต้องการให้ทางหลักสูตรจัด หรือกระบวนการสนับสนุนต่าง ๆ ที่นักศึกษาต้องการ เป็นต้น

สำหรับนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้า ผู้ปฏิบัติงานรายงานผู้บังคับบัญชาและประชุมร่วมกับคณาจารย์ในหลักสูตรเพื่อนำนักศึกษาเข้าสู่กระบวนการรักษาโดยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ มีการติดตามกระบวนการรักษาอย่างต่อเนื่องจนนักศึกษามีอาการที่ดีขึ้น



สำหรับนักศึกษาที่ต้องการการสนับสนุนต่าง ๆ เพิ่มเติมจากทางหลักสูตรให้ผู้ปฏิบัติงาน นำข้อเสนอเหล่านั้นของนักศึกษาประชุมร่วมกับคณาจารย์ในหลักสูตรถึงความเหมาะสมและความเป็นไปได้ในการจัดกิจกรรมกิจกรรมหากมีความเหมาะสมให้จัดกิจกรรมพร้อมติดตามประเมินผลต่อไป หากไม่เหมาะสมให้ประชุมหารือถึงกิจกรรมอื่น ๆ ที่มีความเหมาะสมมากกว่า

#### 6. ทำสรุปผลการจัดกิจกรรมและการติดตามดูแลนักศึกษา

หลังจากการติดตามดูแลนักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้า และการกิจกรรมดูแลสนับสนุนนักศึกษาเสร็จเรียบร้อย หรืออยู่ในกระบวนการผู้ปฏิบัติงานต้องมีการรายงานความคืบหน้ารวมถึงผลการปฏิบัติงานให้แก่คณาจารย์ในหลักสูตรเพื่อจะได้มีการปรับปรุงและพัฒนาการทำงานต่อไป

4.3.1 เทคนิคการวางแผน เทคนิคการวางแผนเพื่อการปฏิบัติงาน ผู้เขียนจะขอแยกย่อยออกมาเป็น

(1) การเตรียมข้อมูล ผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ทำการปฏิบัติงานจะต้องทำการเตรียมข้อมูลเบื้องต้นของนักศึกษา หากเป็นนักศึกษาที่เคยผ่านการสัมภาษณ์มาแล้วต้องเตรียมข้อมูลอัตมโนทัศน์ ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ ระเบียบประวัติ รวมถึงเกรดเฉลี่ยของนักศึกษาในปีการศึกษาที่ผ่านมา ข้อมูลการลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษาปัจจุบัน และแผนการศึกษาของนักศึกษาตามมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาเพื่อที่ผู้ปฏิบัติงานจะได้มีความพร้อมในการเก็บข้อมูลรวมถึงการให้คำแนะนำแก่นักศึกษาได้อย่างถูกต้องตรงประเด็น สำหรับนักศึกษาที่ไม่เคยผ่านการสัมภาษณ์มาก่อน (นักศึกษาปี 1) ผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่จะต้องเตรียมข้อมูลทั่วไป เช่น ชื่อโรงเรียนที่นักศึกษาจบมา เกรดเฉลี่ยก่อนเข้าศึกษาเพื่อเป็นข้อมูลประกอบการสัมภาษณ์ เป็นต้น

(2) การนัดเวลาเพื่อเก็บข้อมูล ในส่วนนี้นั้นผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่จะต้องทราบกำหนดการของมหาวิทยาลัย ในส่วนของการลด เพิ่ม เปลี่ยนกลุ่ม การลงทะเบียนเรียนของนักศึกษา เนื่องจากผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงานจำเป็นต้องทำการสำรวจ และเก็บข้อมูลของนักศึกษาในช่วงเวลาก่อนหมดเขตการลด เพิ่ม เปลี่ยนกลุ่ม การลงทะเบียนเรียนของนักศึกษา เนื่องจากนักศึกษาอาจจะต้องการคำแนะนำเกี่ยวกับด้านการเรียน ดังนั้นหากมีการนัดเก็บข้อมูลหลังจากช่วงเวลาดังกล่าวอาจจะส่งผลให้ไม่สามารถให้คำแนะนำและสนับสนุนนักศึกษาในเรื่องนั้น ๆ ได้

4.3.2 เทคนิคการเก็บข้อมูลระเบียบประวัติของนักศึกษา เมื่อนักศึกษาทำการกรอกประวัติของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้ที่ได้รับมอบหมายจำเป็นต้องอ่านข้อมูลในระเบียบประวัติ ให้นักศึกษาฟังอีกครั้งเพื่อเป็นการยืนยันความถูกต้องของข้อมูล นอกจากนั้นจะต้องดูให้แน่ใจว่านักศึกษากรอระเบียบประวัติตามความเป็นจริง และกรอกข้อมูลครบทุกข้อ ในส่วนของระเบียบประวัตินั้น ผู้ที่ได้รับมอบหมายจำเป็นต้องสอบถามนักศึกษาใหม่ทุกครั้งก่อนทำการเก็บข้อมูลด้านอัตมโนทัศน์ของนักศึกษาเพื่อเป็นการปรับปรุง ข้อมูลของนักศึกษาในภาคการศึกษานั้น ๆ

4.3.3 เทคนิคการสัมภาษณ์ เพื่อเก็บข้อมูลด้านอัตมโนทัศน์ของนักศึกษา ส่วนนี้ถือเป็นส่วนที่สำคัญที่สุดในการปฏิบัติงานเนื่องจากเป็นหัวใจหลักของการรวบรวมข้อมูล รวมทั้งการสนับสนุน

นักศึกษาให้เกิดผล ล้วนเกิดจากการเก็บข้อมูลในส่วนนี้ ซึ่งความสำเร็จในส่วนนี้จะมากจะน้อยเกิดจากเทคนิคการให้คำปรึกษา ได้แก่ เทคนิคการฟัง เทคนิคการพูด และการให้คำแนะนำอื่น ๆ

(1) เทคนิคการฟัง การเป็นผู้ฟังที่ดีนั้นผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ดังนี้

(2) มีการสร้างบรรยากาศให้ผู้ที่เราทำการสัมภาษณ์มีโอกาสในการพูดอย่างอิสระ ไม่มีสิ่งใดรบกวน ไม่มีการแทรกแซงจากสภาวะแวดล้อม เช่น อุณหภูมิของห้องที่ใช้ในการสัมภาษณ์ไม่เย็นหรือร้อนเกินไป เก้าอี้ไม่เหมาะสม กลิ่น เสียง การเคาะโต๊ะ กระจกแตก หรือผู้ปฏิบัติหน้าที่ไม่อยู่ในสถานะที่เอื้อต่อการฟัง เป็นต้น ควรหลีกเลี่ยงสิ่งต่าง ๆ ข้างต้น อันจะส่งผลให้การฟังไม่มีประสิทธิภาพ

(3) มีการตั้งใจฟังอย่างสุภาพ ฟังความคิดเห็นของผู้ให้การสัมภาษณ์ ทำความเข้าใจเรื่องที่เขาพูดตามที่ตนคิดของเขา ต้องสนใจจับประเด็นของแนวคิดที่ได้รับฟังมาเพื่อนำไปวิเคราะห์ต่อไป ห้ามด่วนสรุปหรือมีอคติในการฟัง

(4) มีความอดทนและฟังจนจบ ถึงแม้ว่าผู้ที่ได้รับการสัมภาษณ์จะมีคำพูดยืดเยื้อ หรือพูดเรื่องที่ขัดแย้งกับผู้ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ ห้ามวิพากษ์วิจารณ์ อดทนฟังจนจบประเด็นต่างๆ

(5) ควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติ ต้องมีสมาธิในการฟัง หากได้ยินแต่เสียงของตนเองจงหยุดพูด

(6) ต้องมีการตรวจสอบความเข้าใจโดยการถามกลับ ว่าผู้ให้การสัมภาษณ์หมายความว่าอย่างนั้น ใช่หรือไม่ โดยใช้การทบทวนคำพูดที่ผู้ให้การสัมภาษณ์กล่าวไว้ เพื่อความเข้าใจตรงกัน

เทคนิคการพูด การพูดถือเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ เป็นการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกโดยใช้ภาษาสื่อสาร จากคนหนึ่งไปยังอีกคนหนึ่ง เพื่อให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน การเป็นผู้ให้คำปรึกษานั้นคือการที่เราจะสามารถช่วยเหลือผู้ที่ให้การสัมภาษณ์ด้วยคำพูด การใช้คำพูดของผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงานนั้นต้องพูดให้ตรงจุด เข้าถึงจิตใจของผู้ให้สัมภาษณ์ ไม่มีการพูดพาล่าม ยาวไป จนทำให้ผู้ให้การสัมภาษณ์เกิดความเบื่อหน่าย ไม่สนใจฟัง พูดไม่รู้เรื่อง พูดสับสนวุ่นวาย พูดไม่ชวนฟัง และพูดสั้นไปจนขาดสาระความสำคัญ ซึ่งการพูดนั้นจะมีวัตถุประสงค์ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

(1) พูดเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ การพูดลักษณะนี้มีวัตถุประสงค์ให้ผู้ฟังได้รับข้อมูลและเกิดความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่ผู้พูดต้องการสื่อความหมาย เช่น การบรรยายของครู อาจารย์ การประชุมต่าง ๆ เป็นต้น

(2) พูดเพื่อให้เกิดการจูงใจ ถือเป็นารพูดโดยมีวัตถุประสงค์ให้ผู้ฟังยอมรับความคิดเห็นของผู้พูดโดยแบ่งเป็น

การพูดแสดงเหตุผล ผู้พูดต้องการให้ผู้ฟังเปลี่ยนความคิดหรือทัศนคติ ดังนั้นการพูดจึงต้องพูดด้วยความจริงใจ อ่อนน้อมถ่อมตน ควรใช้คำพูดที่กินใจ ให้ผู้ที่ฟังรู้สึกว่าคุณพูดเห็นแก่ประโยชน์ของผู้ฟังเป็นหลัก อย่าแสดงอารมณ์หรือแสดงอำนาจเด็ดขาด ให้ใช้วิธีพูดโดยแสดงเหตุผล พร้อมข้อมูลข้อเท็จจริงเพื่อให้ผู้ฟังเกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง

การพูดปลุกเร้าให้กำลังใจ ผู้พูดต้องการพูดปลุกเร้าให้แก่ผู้พลาดหวัง สิ้นหวัง ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง มีพฤติกรรมแยกจากจากสังคม หากทางออกโดยการทำร้ายตนเอง ดังนั้นการพูดโดยการปลุกเร้านี้ผู้พูดต้องแสดงให้เห็นว่าเรื่องที่เกิดขึ้นนั้นเป็นธรรมดาที่ใครก็ประสบได้ ยังมีโอกาส

หน้าที่จะฟื้นฟูปรับปรุงแก้ไขได้ ทำเรื่องใหญ่ให้กลายเป็นเรื่องเล็ก ต้องใช้คำพูดให้กำลังใจให้เห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเองมากขึ้น ตั้งสติได้และพร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรคต่อไป สำหรับการใช้อ้อยคำตอกย้านั้นบางครั้งอาจทำให้เกิดแรงผลักดันอย่างแรงได้ แต่ไม่ใช่วิธีการที่ถูกต้องและได้ผลเสมอไป

การพูดให้ปฏิบัติตาม เป็นการพูดชักนำให้เกิดการปฏิบัติตามยอมรับและเห็นด้วยกันสิ่งที่ผู้พูดเสนอ ดังนั้นผู้พูดจะต้องนำเสนอให้ได้ว่าข้อปฏิบัติงานนั้นมีประโยชน์อย่างไร หาข้อสนับสนุนข้อปฏิบัตินั้นได้อย่างเหมาะสม ขณะเดียวกันต้องเข้าใจธรรมชาติของบุคคลว่าแต่ละชอบอะไร ไม่ชอบอะไร ซึ่งจะเป็นการเพิ่มความน่าเชื่อถือ และแรงจูงใจให้เกิดการปฏิบัติตามผู้พูดได้มากยิ่งขึ้น

การพูดจะต้องมีลักษณะที่สำคัญต่าง ๆ ดังนี้

(1) มีเนื้อหาสาระดี การพูดต้องพูดจากข้อมูลที่ต้องการ มีเหตุมีผล บนหลักการของความ เป็นจริง ซึ่งอาจจะมาจากประสบการณ์ การเรียนรู้ และอาจจะมาจากการศึกษาของผู้พูดได้เช่นกัน

(2) มีวาทศิลป์ ผู้พูดต้องมีความสามารถในการแสดงออก มีการสร้างความน่าเชื่อถือ ความพอใจและความเข้าใจให้แก่ผู้ฟังได้ ผ่านการใช้อ้อยคำสุภาพและเหมาะสมกับผู้ฟัง โดยมีการพิจารณาว่าพูดให้ใครฟัง ต้องพูดแบบชัดถ้อยชัดคำ เข้าใจง่าย ไม่พูดจาประชดประชัน เสียสติ แดกดัน นินทาหรือมีการพูดให้ผู้อื่นเสียหาย ไม่ใช่อารมณ์ พูดด้วยเหตุผล ห้ามพูดขณะผู้อื่นยังพูดไม่จบ

(3) มีบุคลิกดี ผู้พูดควรมีท่าทางสุภาพ หน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส แต่งกายสุภาพเหมาะสม ซึ่งจะส่งผลให้ผู้ฟังมีความเชื่อถือในคำพูด

(4) มีความจริงใจ ผู้พูดจะต้องมีความจริงใจ ซื่อสัตย์ต่อผู้ฟังเพราะผู้ฟังถือเป็นบุคคลสำคัญ เรื่องที่พูดต้องเป็นประโยชน์ ต้องพูดให้เกิดการสร้างสรรคและมีคุณค่า มีจรรยาบรรณ หรือ จริยธรรม ไม่หลอกลวง

4.3.4 เทคนิคการให้คำปรึกษา การให้คำปรึกษาเป็นการให้ความช่วยเหลือผู้ให้การสัมภาษณ์ที่มีลักษณะเป็นผู้ขอคำปรึกษาในการแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยการเสนอทางเลือกต่าง ๆ ซึ่งการให้คำปรึกษานั้นมีหลักเกณฑ์ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

(1) หลีกเลี่ยงการให้คำปรึกษา ในกรณีที่ไม่มีการขอคำปรึกษาเนื่องจากการเรียนรู้และตัดสินใจได้ด้วยตนเองย่อมดีกว่าการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น

(2) การให้คำปรึกษาควรอยู่ในรูปแบบของความเคารพยกย่อง ทำให้ผู้ขอคำปรึกษายินดี และเต็มใจนำไปปฏิบัติ เราสามารถให้คำปรึกษาโดยการสมมติให้ตัวเองไปอยู่สถานการณ์นั้น ว่าเราจะทำอย่างไรหากเราอยู่ในสถานการณ์นั้นๆ ส่วนผู้ขอคำปรึกษาจะนำไปปฏิบัติหรือไม่สำคัญ

(3) หลีกเลี่ยงการพูดซ้ำ เนื่องจากผู้ขอคำปรึกษาอาจจะตกอยู่ในสภาวะวิตกกังวล คำพูดของผู้ให้คำปรึกษามีโอกาสที่จะส่งผลต่อการตัดสินใจของผู้ขอคำปรึกษาอย่างมาก ต้องมีการให้เวลาคิดแก่ผู้ขอคำปรึกษาอย่างเหมาะสม

(4) มีการเสนอทางเลือก หรือโอกาสที่ดีที่สุด และทางเลือกที่เป็นไปได้ รวมถึงแนวทางที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ขอคำปรึกษา และต้องกล่าวถึงผลดีผลเสียของแต่ละทางเลือก

(5) การแสดงท่าทางประกอบคำปรึกษา ควรเป็นไปในแนวทางบวกและมองโลกในแง่ดี ชี้ให้เห็นผลดีหรือประโยชน์ที่ได้รับเมื่อปฏิบัติตามคำปรึกษา

(6) การเลือกช่วงเวลาและจังหวะในการให้คำปรึกษา เนื่องจากคำปรึกษาที่ดีต้องอยู่ในสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสม ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ขอคำปรึกษาอยู่ในอิริยาบถง่าย ๆ กำลังผ่อนคลายเวลาที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้ขอคำปรึกษากำลังเหนื่อยหรือหงุดหงิดถือเป็นช่วงเวลาที่ไม่เหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับการให้คำปรึกษา

(7) การให้คำปรึกษาควรเป็นเรื่องส่วนตัว ไม่ควรแนะนำต่อหน้าผู้คนจำนวนมากซึ่งอาจจะส่งผลให้ผู้ขอปรึกษาไม่สบายใจ หรือเกิดความไม่พอใจได้

(8) ไม่ควรผูกมัด หรือ ชี้นำต่อท้ายคำปรึกษาใด ๆ เนื่องจากการให้คำปรึกษาแตกต่างจากการออกคำสั่ง หรือหากผู้ขอคำปรึกษาไม่นำคำปรึกษาไปปฏิบัติ ไม่ควรพูดหรือกล่าวซ้ำเติมว่า ฉันบอกคุณแล้ว ควรพูดในเชิงบวกเมื่อผู้ขอคำปรึกษาต้องตัดสินใจเลือกวิธีการ เช่น ฉันรู้ดีว่ามีอีกหลายสิ่งที่คุณสามารถทำได้ และฉันมั่นใจว่าคุณจะสามารถเลือกคำตอบได้อย่างถูกต้อง

นอกจากนี้ผู้เขียนได้สรุปกรณีตัวอย่างของการให้คำปรึกษาและแนวทางการให้คำปรึกษาจากปฏิบัติงานจริงได้ 2 กรณีคือ

กรณีที่ 1 ผู้ขอคำปรึกษามีปัญหาเกี่ยวกับการตัดสินใจ ในการที่คนเราจะตัดสินใจเรื่องราวต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพได้นั้นบุคคลนั้นจะต้องมีความรู้จักตนเอง รู้ขอบเขตความสามารถ สติปัญญา ความสนใจ ความถนัดรวมถึงสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ของตนเอง ดังนั้นแนวทางการให้คำปรึกษาคือ

(1) ผู้ให้คำปรึกษาต้องกำหนดวัตถุประสงค์ของการให้คำแนะนำ เพื่อให้ผู้ขอคำปรึกษาเข้าใจตนเอง รู้จักตนเองในด้านต่าง ๆ จนสามารถเลือกตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง

(2) ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผู้ขอคำปรึกษา เช่น ความถนัด ความสนใจ ประวัติ การเรียน สุขภาพ ลักษณะอารมณ์ การปรับตัวทางสังคม เป็นต้น ซึ่งในส่วนนี้ผู้เขียนรวบรวมผ่านระเบียบประวัติร่วมกับแผนภาพสมดุลชีวิต แล้วนำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์เพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษาได้ทำความเข้าใจกับผู้ขอคำปรึกษาและส่งผลให้ผู้ขอคำปรึกษาได้รู้จักตนเองมากขึ้น

(3) ผู้ให้คำปรึกษาวินิจฉัยสาเหตุ ปัญหาว่าเกิดขึ้นเพราะอะไร เช่น เมื่อผู้ขอคำปรึกษาเป็นคนที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นเสมอ มีความขัดแย้งในใจ มีความกังวลในการตัดสินใจสูง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ เป็นต้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องหาสาเหตุและปัญหา และหาวิธีแก้ปัญหาหรือคาดคะเนการตัดสินใจที่เหมาะสมแก่ผู้ขอคำปรึกษา

(4) การให้คำปรึกษา เบื้องต้นผู้ให้คำปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพกับผู้ขอคำปรึกษา เพื่อให้เกิดความคุ้นเคยและไว้วางใจในการที่จะร่วมมือทำความช่วยเหลือกัน นอกจากนี้ผู้ให้คำปรึกษาต้องทำให้ผู้ขอคำปรึกษาเข้าใจตนเอง รู้ขอบเขตความสามารถของตนเอง ความถนัด ความสนใจและสถานะของตนเอง ช่วยให้คำแนะนำวางโครงการในการตัดสินใจหรือวินิจฉัยปัญหาของผู้ขอคำปรึกษาเสนอแนะวิธีการแก้ปัญหา ข้อดีข้อเสียของแนวทางการแก้ปัญหาแต่ละทางและการตัดสินใจเลือกแนวทางต้องเป็นของผู้ขอคำปรึกษา ถ้าปัญหาหรือสิ่งที่ผู้ขอคำปรึกษาต้องการความช่วยเหลืออยู่นอกเหนือจากขอบข่ายและความสามารถของผู้ให้คำปรึกษา อาจจะต้องมีการส่งตัวไปรับคำปรึกษาจากบุคคลากรผู้เชี่ยวชาญ เช่น แพทย์ จิตแพทย์ นักกฎหมาย เป็นต้น

กรณีที่ 2 ผู้ขอคำปรึกษามีปัญหาด้านอารมณ์ และการปรับตัว ซึ่งเกิดมาจากการไม่สามารถเข้าใจตนเองได้อย่างถ่องแท้ ไม่เข้าใจปัญหาของตนเองได้อย่างกระจ่าง ซึ่งมีกระบวนการให้คำปรึกษาดังต่อไปนี้

(1) ผู้ให้คำปรึกษากำหนดวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาเพื่อให้ผู้ขอคำปรึกษาสามารถพัฒนาตนเองตามวุฒิภาวะ ยอมรับตนเอง รับรู้ประสบการณ์ของตนเองตามความเป็นจริง

(2) การรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผู้ขอคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องใช้วิธีการรับฟังโดยให้ผู้ขอคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึก กล่าวถึงปัญหาของตนเอง ซึ่งการทำแบบนี้ไม่เน้นการให้ข้อมูลต่าง ๆ แก่ผู้ขอคำปรึกษาแต่จะเน้นการรับรู้ของผู้ขอคำปรึกษาที่มีต่อข้อมูลนั้น ๆ หรือต่อสภาพแวดล้อม และอาศัยที่ความรู้สึกนึกคิดของผู้ขอคำปรึกษาที่มีต่อตนเอง ซึ่งในกระบวนการสัมภาษณ์ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำความเข้าใจเนื้อหาต่าง ๆ ที่ผู้ขอคำปรึกษาเล่าให้ฟัง ตลอดจนความรู้สึกนึกคิดของผู้ขอคำปรึกษา และต้องแสดงให้เห็นให้ผู้มาขอคำปรึกษาเห็นว่าผู้ให้คำปรึกษาสามารถแก้ปัญหาให้ตนเองได้

(3) ผู้ให้คำปรึกษาวินิจฉัยปัญหาและคาดคะเนพฤติกรรม ว่าเกิดจากสาเหตุใด เช่น อารมณ์ ความวิตกกังวล เป็นต้น สนใจที่ตัวบุคคลมากกว่าปัญหา สนใจความรู้สึก อารมณ์ จิตใจ มิใช่เนื้อหาของเรื่อง สนใจสภาพการณ์ปัจจุบันมากกว่าอดีตและอนาคต ผู้ให้คำปรึกษาต้องอดทนต่อพฤติกรรมของผู้ขอคำปรึกษา เช่น การโจมตีบุคคล องค์กร หรือแม้กระทั่งตัวผู้ให้คำปรึกษาเอง

(4) การให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องให้อิสระอย่างเต็มที่แก่ผู้ขอคำปรึกษาในการแสดงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อผู้ขอคำปรึกษาได้ระบายอารมณ์เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด จะทำให้ผู้ขอคำปรึกษาสบายใจขึ้น ผ่านการเล่าเรื่องระบายความคับข้องใจที่มีอยู่ ได้บอกเล่าปัญหาอย่างอิสระ ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องแสดงความเป็นกันเอง อดทน จริงใจ รักษาความลับ ยอมรับและเคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ฟังมากกว่าพูด ไม่แนะนำการแก้ปัญหา ไม่แสดงอาการตกใจในสิ่งที่ได้รับรู้ แสดงการสนับสนุนให้กำลังใจโดยการพูดและท่าทาง ผู้ให้คำปรึกษาต้องแสดงให้เห็นให้ผู้ขอคำปรึกษารู้สึกว่าเขาสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง ซึ่งผู้ขอคำปรึกษาจะเกิดความเข้าใจตนเอง และสามารถมองเห็นทางแก้ปัญหาหลังจากได้แสดงความรู้สึก เมื่อผู้ขอคำปรึกษาเห็นปัญหาของตนเองได้อย่างชัดเจนแล้ว จะสามารถตั้งเป้าหมายและลงมือปฏิบัติตามแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ หากปัญหาที่เกิดขึ้นรุนแรงและเกินความสามารถของผู้ให้คำปรึกษาต้องส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญ เช่น แพทย์ จิตแพทย์ เป็นต้น

4.3.5 เทคนิคการจัดทำข้อมูลเพื่อเสนอผู้บังคับบัญชา หลังจากผู้ที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ทำการสัมภาษณ์ ให้คำปรึกษา และเก็บข้อมูลเสร็จแล้วต้องนำข้อมูลของนักศึกษา มาจำแนกประเภท และจัดหมวดหมู่นักศึกษาคนใดต้องการ การสนับสนุนในเรื่องเดียวกัน ให้เข้ามาไว้ในกลุ่มเดียวกัน และนักศึกษาคนใดมีปัญหาในด้านเดียวกัน ก็จัดไว้หมวดหมู่เดียวกัน การจัดการแบบนี้จะช่วยให้เกิดความสะดวกในการลำดับความสำคัญของการจัดกิจกรรมสนับสนุน และเกิดความสะดวกในการดูแลติดตามนักศึกษานักศึกษา โดยผู้ปฏิบัติงานสามารถจะบันทึกข้อมูลลงในโปรแกรม Microsoft Word หรือ โปรแกรมอื่น ๆ ตามที่ผู้ปฏิบัติงานมีความถนัด

4.3.6 เทคนิคการรายงานผู้บังคับบัญชา เมื่อผู้ปฏิบัติงานสรุปข้อมูลเสร็จแล้วในขั้นตอนการรายงานผู้บังคับบัญชาเพื่อจัดการดูแลนักศึกษานั้น ผู้ปฏิบัติงานต้องเรียงลำดับความสำคัญของเรื่องที่

นักศึกษาต้องการการสนับสนุนดูแลจากทางสาขาวิชา หรือทางมหาวิทยาลัยนอกจากการเรียงลำดับความสำคัญแล้วผู้ปฏิบัติงานต้องจัดลำดับด้วยว่าเรื่องใดสามารถทำได้ทันที หรือเรื่องใดต้องใช้ระยะเวลาและทำการขออนุมัติจากผู้บังคับบัญชาเพื่อเริ่มการจัดกิจกรรม การดูแลนักศึกษาให้ตรงตามความต้องการของนักศึกษาต่อไป หากเรื่องใดที่ทางสาขาวิชาไม่สามารถให้ความช่วยเหลือ หรือให้การสนับสนุนได้ เช่น เรื่องครอบครัว เป็นต้น ทางสาขาวิชาจะต้องมีการติดตามดูแล นักศึกษาเพิ่มเติมอย่างใกล้ชิด

#### 4.4 เทคนิคการประเมินผลการปฏิบัติงาน

การประเมินผล (Evaluation) เป็นกระบวนการในการวัดเกี่ยวกับคุณค่าของงานที่ได้กระทำว่าสามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้หรือไม่ นอกจากนี้ยังสามารถนำผลการประเมินมาใช้เป็นแบบอย่างในการดำเนินการต่อไปได้ หรือควรจะมีการปรับปรุงแก้ไขในขั้นตอนใดเพื่อให้การปฏิบัติงานในครั้งต่อไปมีประสิทธิภาพมากขึ้น

การประเมินผลทำให้คำปรึกษา เป็นการประเมินผลว่าคำปรึกษานั้นสามารถช่วยให้นักศึกษาสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้หรือไม่ หรือปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่นั้นมีความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นการประเมินผลในส่วนนี้จึงเป็นการวัดผลว่า การให้คำปรึกษาหรือเทคนิควิธีการมีความเหมาะสมหรือไม่ นำไปเป็นแบบอย่างได้หรือไม่ หากผลการประเมินออกมาในทางลบสามารถนำไปปรับปรุงแก้ไขข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นได้ เพื่อให้การให้คำปรึกษาในโอกาสต่อไปมีประสิทธิภาพมากขึ้น สำหรับการประเมินผลทำให้คำปรึกษาสามารถแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ

4.4.1 การประเมินผลทำให้คำปรึกษา การพิจารณาว่าการให้คำปรึกษาประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงไร ผ่านการตอบคำถามของตนเอง ของผู้สัมภาษณ์หรือผู้รับการสัมภาษณ์ ตามรายละเอียดคำถามดังต่อไปนี้

##### คำถามสำหรับผู้สัมภาษณ์

ท่านพอใจกับงานที่ทำหรือไม่

ท่านได้สร้างความสัมพันธ์ระหว่างท่านกับนักศึกษาตั้งแต่เริ่มการสัมภาษณ์หรือไม่

ท่านเป็นผู้ฟังมากกว่าผู้พูดใช่หรือไม่

ท่านใช้เทคนิคความเงียบ เป็นเทคนิคในการสัมภาษณ์ได้ผลหรือไม่

มีผู้อื่นเห็นว่านักศึกษา ได้ปรับตัวดีขึ้นในหลาย ๆ ทางหรือไม่

ท่านคิดว่านักศึกษาปรับตัวได้ดีขึ้นหลังจากแก้ปัญหาแล้วหรือไม่

ท่านช่วยให้นักศึกษาได้เรียนรู้ในการเลือกตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเองหรือไม่

ท่านได้นำปัญหาย่อย ๆ มาพิจารณา และสามารถช่วยแก้ไขปัญหานั้นได้หรือไม่

ท่านคิดว่านักศึกษาได้เห็นข้อเท็จจริงของปัญหาของตนเองได้อย่างถ่องแท้หรือไม่

ท่านคิดว่าผู้ขอคำปรึกษาจะแนะนำผู้อื่นให้มาหาท่าน ถ้ามีปัญหาก็เกิดขึ้นหรือไม่

##### คำถามสำหรับนักศึกษา

ท่านรู้สึกสบายใจในฐานะผู้รับการสัมภาษณ์หรือไม่

ท่านคิดว่าผู้สัมภาษณ์พูดมากเกินไปหรือไม่

ท่านคิดว่าความสัมพันธ์ระหว่างผู้สัมภาษณ์กับท่านเกิดขึ้นตั้งแต่เริ่มการสัมภาษณ์หรือไม่

ท่านได้รับการอธิบาย ชี้แจง ถึงเหตุผลการสัมภาษณ์ชัดเจนดีหรือไม่  
 ท่านรู้สึกว่าคุณได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวของคุณเองเพิ่มขึ้นหรือไม่  
 ท่านรู้สึกว่าตัวคุณปรับตัวได้ดีขึ้นหลังจากแก้ปัญหาแล้วหรือไม่  
 ท่านรู้สึกว่าตัวคุณปรับตัวของคุณได้ดีขึ้นทั้งในด้านส่วนตัว การงาน การศึกษาและอื่น ๆ  
 บ้างหรือไม่

ท่านคิดว่าผู้สัมภาษณ์ยินยอมให้ท่านมีส่วนร่วมในความรับผิดชอบในการแก้ปัญหาความ  
 ยุ่งยากของท่านหรือไม่

ท่านคิดว่าการสัมภาษณ์ช่วยให้ท่านมองเห็นช่องทางที่จะแก้ปัญหาคำปรึกษาของคุณได้หรือไม่

ท่านจะแนะนำผู้อื่น ให้มาปรึกษากับผู้สัมภาษณ์คนนี้ถ้ามีปัญหาคำปรึกษาเกิดขึ้นหรือไม่

4.4.2 การประเมินผลผู้ให้คำปรึกษาเป็นการประเมินผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาว่า ได้แสดง  
 บทบาทและหน้าที่ความรับผิดชอบได้เหมาะสมเพียงไร และช่วยให้ผู้ขอคำปรึกษาสามารถตัดสินใจ  
 แก้ปัญหาได้มากน้อยเพียงใด เข้าใจธรรมชาติและความรู้สึกของผู้ขอคำปรึกษาหรือไม่ ทั้งนี้จะใช้  
 วิธีการประเมินผลด้วยตนเองจากแบบสอบถามหรือการประเมินผลจากผู้ขอคำปรึกษาได้ ทั้งนี้เพื่อนำ  
 ผลการประเมินผลการปรับปรุงและแก้ไขบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาให้เหมาะสมยิ่งขึ้นไป

ถ้าต้องการทราบว่าท่านจะเป็นผู้ให้คำปรึกษาได้หรือไม่ ต้องตอบคำถามต่อไปนี้

ท่านสามารถมองเห็นสิ่งที่ดีของผู้อื่น พุศยภย่องสิ่งดีเหล่านั้นให้บ่อยครั้งได้หรือไม่แม้จะ  
 มองเห็นจุดบกพร่องที่ควรแก้ไข

ท่านสามารถทำให้ผู้อื่นมองว่าเป็นคนที่เขาไว้วางใจ เชื่อถือได้หรือไม่

ท่านยอมรับผู้อื่น อย่างที่เขาเป็นได้หรือไม่

ท่านเข้มแข็งพอที่จะแยกความรู้สึกของตัวเอง ออกจากผู้อื่นได้หรือไม่

ท่านสามารถแสดงความเข้มแข็งทางจิตใจ โดยไม่อยู่ใต้อิทธิพลของผู้ขอคำปรึกษาได้  
 หรือไม่ ไม่ว่าจะด้วยความสงสาร ความหวาดกลัว ความต้องการพึ่งพา

ท่านจะสามารถช่วยผู้ขอคำปรึกษาจากการที่ผู้อื่นช่วยตัดสินใจได้หรือไม่

ท่านสามารถเคารพความรู้สึก และความต้องการของท่าน และผู้ขอคำปรึกษาในเวลา  
 เดียวกันได้หรือไม่

#### ขั้นตอนการประเมินผลการให้คำปรึกษา

1. กำหนดวัตถุประสงค์ของการประเมินผลว่าต้องการประเมินอะไร และเอาผลการ  
 ประเมินไปใช้ประโยชน์อะไรบ้าง

2. กำหนดข้อมูลว่าเป็นข้อมูลประเภทใด เป็นลักษณะเชิงปริมาณ หรือคุณภาพและจะ  
 เก็บข้อมูลจากใคร

3. กำหนดวิธีการเก็บและรวบรวมข้อมูล เช่น การสังเกต การสัมภาษณ์ การตอบ  
 แบบสอบถาม เป็นต้น

4. กำหนดระยะเวลาของการปฏิบัติงาน โดยเรียงลำดับก่อนหลัง

5. กำหนดงบประมาณค่าใช้จ่ายตลอดการประเมินผล

6. ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากข้อ 3

7. สรุปผลจากการประเมินและนำผลการประเมินไปใช้ตามวัตถุประสงค์โดยคำนึงถึงจริยธรรมด้านการเผยแพร่ข้อมูลส่วนบุคคลเป็นหลัก

### ความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการสัมภาษณ์และการให้คำปรึกษา

การสัมภาษณ์และการให้คำปรึกษาเป็นการช่วยเหลือแบบหนึ่งที่ถูกนำมาใช้ในการช่วยเหลือสนับสนุนนักศึกษาเนื่องจากนักศึกษาที่มีปัญหาสามารถสื่อสารให้อาจารย์หรือนักวิชาการทราบ ผ่านการแสดงความคิดเห็นจากการพูด การเขียน หรือวิธีการอื่น ๆ ซึ่งการให้คำปรึกษาจะประสบความสำเร็จหรือไม่ สามารถทราบได้จากการติดตามและการประเมินผลการสัมภาษณ์และการให้คำปรึกษา ถ้าเทคนิคและวิธีการที่นำมาใช้มีความเหมาะสมตามขั้นตอน และกระบวนการของการให้คำปรึกษา การให้คำปรึกษานั้นจะประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ผู้บริหารหรือคณาจารย์ของสาขาวิชาหรือหน่วยงานต้องให้ความสำคัญต่อปัญหาของนักศึกษาเพราะถึงแม้ว่าการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาจะไม่ประสบความสำเร็จ หรือไม่เป็นที่พึงพอใจแต่การที่ผู้บริหารหรือคณาจารย์ได้รับทราบปัญหาที่เกิดขึ้นและได้ร่วมหาทางออกและกำหนดแนวทางป้องกัน การเกิดปัญหาเดิมซ้ำ โดยมีนักวิชาการ อาจารย์ที่ปรึกษา หัวหน้าสาขาวิชา หัวหน้าหน่วย คณบดีคอยติดตามดูแลผลการดำเนินการอย่างเป็นระบบและในบางกรณีอาจต้องส่งไปปรับการดูแลรักษาโดยผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง

### 4.5 เทคนิคการทำให้ผู้รับบริการพึงพอใจ

สำหรับการปฏิบัติงานตามคู่มือปฏิบัติงานนี้นั้นจะเกี่ยวข้องกับการสัมภาษณ์และการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา ดังนั้นความพึงพอใจผู้รับบริการส่วนใหญ่จะเกิดจากผู้สัมภาษณ์หรือผู้ให้คำปรึกษาโดยตรง ซึ่งเทคนิคการทำให้ผู้รับบริการพึงพอใจนั้น ผู้สัมภาษณ์หรือผู้ให้คำปรึกษาดำเนินการดังนี้

1. ต้องยึดหลักการของการให้คำปรึกษาที่สำคัญเป็นแนวทางในการให้คำปรึกษา
2. ต้องมีความไวต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของนักศึกษาที่มาสัมภาษณ์และขอคำปรึกษา
3. ต้องสามารถช่วยให้นักศึกษาเข้าใจและเกิดการยอมรับตนเอง เนื่องจากการยอมรับตนเองไม่ว่าจะด้านดีหรือร้ายของตนเองให้ได้นั้น นักศึกษาจึงจะสามารถเริ่มต้นเปลี่ยนแปลงตนเองได้
4. ต้องเข้าใจว่าปัญหาส่วนบุคคล ไม่สามารถแก้ไขได้จากคนอื่น การแก้ปัญหาจะต้องเกิดจากตัวนักศึกษาเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะไม่สามารถตัดสินใจแทนนักศึกษาได้ ให้ได้แค่เพียงแนวทาง พร้อมข้อดีและข้อเสีย หากปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำ
5. ต้องรับฟังปัญหาได้ทุกเรื่องมีความอดทนและรักษาความลับได้

หากผู้ปฏิบัติงานสามารถปฏิบัติได้ตามข้อปฏิบัติข้างต้นจะส่งผลให้ผู้รับบริการหรือนักศึกษาเกิดความเข้าใจตนเองและรู้สึกว่าคุณสัมภาษณ์สามารถช่วยให้คำแนะนำในการแก้ปัญหาของตนเองได้ก็จะเกิดความพึงพอใจในการบริการต่อไป



#### 4.6 จรรยาบรรณ/คุณธรรม/จริยธรรมในการปฏิบัติงาน

ในการปฏิบัติงานตามคู่มือคู่มือการปฏิบัติงานเรื่อง การให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษา หลักสูตรปีโตเรเคมีและพอลิเมอร์ ยึดจริยธรรม คุณธรรม และจรรยาบรรณ ตามข้อบังคับ มหาวิทยาลัยมหาวิทยาลัวยลัยลักษณ์ ว่าด้วยประมวลจริยธรรมและธรรมาภิบาลนายคสภามหาวิทยาลัย กรรมการสภามหาวิทยาลัย ผู้บริหาร บุคลากร ผู้เรียนของมหาวิทยาลัยยลัยลักษณ์ พ.ศ. 2565 ลักษณะที่ 2 ประมวลจริยธรรมและหลักธรรมาภิบาล ส่วนที่ 4 จริยธรรมและจรรยาบรรณของบุคลากร ซึ่งประกอบด้วย

- 1) ยืนหยัดกระทำในสิ่งที่ถูกต้องและเป็นธรรม
- 2) มีจิตสำนึกที่ดี รับผิดชอบต่อหน้าที่ เสียสละ ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความรวดเร็ว โปร่งใส ตรวจสอบได้และคุ้มค่า
- 3) แยกเรื่องส่วนตัวออกจากตำแหน่งหน้าที่ และยึดถือประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าเป็นประโยชน์ส่วนตัวและประโยชน์ส่วนบุคคล
- 4) ไม่ใช้ตำแหน่งหน้าที่แสวงหาผลประโยชน์โดยมิชอบ และไม่กระทำการอันเป็นการขัดกันระหว่างผลประโยชน์ส่วนตนและประโยชน์ส่วนรวม รวมทั้งกระทำในลักษณะผลประโยชน์ทับซ้อน
- 5) เคารพและปฏิบัติตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับ และมติสภามหาวิทยาลัยอย่างครบถ้วนตรงไปตรงมา
- 6) ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต เป็นกลางทางการเมือง ให้บริการแก่ประชาชนโดยมีอัธยาศัยที่ดี และมีความเป็นธรรม
- 7) มุ่งผลสัมฤทธิ์ของงาน รักษาคุณภาพและมาตรฐานแห่งวิชาชีพโดยเคร่งครัด
- 8) เป็นแบบอย่างที่ดีในการดำรงตน รักษาชื่อเสียงและภาพลักษณ์ของมหาวิทยาลัยโดยรวม
- 9) ต้องไม่ปฏิบัติงานข้ามชั้นตามลำดับชั้นการบังคับบัญชาโดยไม่ได้รับอนุญาตไม่ปิดบังซ่อนเร้นข้อราชการอันอาจก่อให้เกิดความเสียหายต่อมหาวิทยาลัย รวมทั้งไม่ละเมิดหรือละเว้นการปฏิบัติหน้าที่โดยมิชอบ
- 10) ไม่ยินยอมให้ผู้อื่นใช้หน้าที่หรืออำนาจของตนแสวงหาผลประโยชน์อันมิชอบ
- 11) ละเว้นการให้สัมภาษณ์ การอภิปราย การปาฐกถา การบรรยาย หรือการวิพากษ์ วิจาร์ณ ในลักษณะเลือกข้าง อันอาจก่อให้เกิดความเสียหายต่อมหาวิทยาลัย ราชการ หรือความเป็นกลางทางการเมือง เว้นแต่เป็นการแสดงความคิดเห็นตามหลักวิชาการอันสุจริต
- 12) ไม่คัดลอก หรือขโมยผลงานของผู้อื่นมาเป็นของตนโดยเจตนา
- 13) ต้องส่งเสริม รักษาชื่อเสียงและภาพลักษณ์ของมหาวิทยาลัย

## บทที่ 5

### ปัญหา อุปสรรค แนวทางการแก้ไข การพัฒนาและข้อเสนอแนะ

ในบทนี้ผู้เขียนจะกล่าวถึง ปัญหาอุปสรรค แนวทางการแก้ปัญหา การพัฒนาและ ข้อเสนอแนะที่ผู้เขียนพบในการปฏิบัติงานการให้คำแนะนำปรึกษาแก่นักศึกษาหลักสูตรปิโตรเคมีและ พอลิเมอร์

#### 5.1 ปัญหาและอุปสรรค แนวทางการแก้ไข ในการปฏิบัติงาน

ลำดับ ที่	ปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไขปัญหา
1.	นักศึกษาไม่สามารถให้คะแนนตนเองใน แผนภูมิสมดุลชีวิตในด้านต่าง ๆ ของตนเองได้ เนื่องจากยังไม่รู้จักตัวตนของตนเอง หรือยังไม่ เคยสำรวจตัวตนของตนเองทำให้การทำแบบ ประเมินตนเองทำได้อย่างยากลำบาก	ผู้ปฏิบัติงานจะต้องทำการอธิบายความหมายและคำ นิยามของแผนภูมิสมดุลชีวิตในด้านต่างๆ ให้แก่นักศึกษา พร้อมยกตัวอย่างให้นักศึกษาเห็นภาพ เมื่อ ทำการอธิบายเสร็จจำเป็นต้องถามทวนเพื่อให้ นักศึกษาอธิบายให้ผู้ปฏิบัติงานฟังเพื่อให้เกิด ความ เข้าใจตรงกันก่อนเริ่มทำแบบประเมินทุกครั้ง
2.	นักศึกษายังไม่กล้าที่จะให้ข้อมูล หรือกล่าวถึง ปัญหาและอุปสรรคในการเรียนหรือการใช้ชีวิต ในมหาวิทยาลัยอาจจะเนื่องมาจากนักศึกษายัง ไม่มีความไว้วางใจต่อผู้สัมภาษณ์	ผู้ปฏิบัติงานจะต้องสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเองไม่มี สภาวะกดดัน ต้องแสดงให้เห็นว่าการศึกษาที่ นักศึกษาให้ข้อมูลแก่ผู้ปฏิบัติงานนั้นจะส่งผลดีต่อตัว นักศึกษาในด้านการสนับสนุนการเรียน และการใช้ ชีวิตได้จริง หรือผู้ปฏิบัติงานจะต้องทราบว่านักศึกษา ในสาขาวิชาที่มีเพื่อนสนิทในสาขาวิชาคือใครและใน กระบวนการสัมภาษณ์อาจจะต้องสอบถามข้อมูล เพิ่มเติมจากเพื่อนสนิทของนักศึกษา เพื่อให้ได้ข้อมูล ประกอบเพิ่มเติมเพื่อใช้ในการดูแลสนับสนุน นักศึกษาได้ดียิ่งขึ้น
3.	คำถามบางคำถามระหว่างการสัมภาษณ์อาจ เป็นคำถามที่สร้างความอ่อนไหวต่อความรู้สึก ของนักศึกษา เช่น คำถามเกี่ยวกับครอบครัว การเงิน ความสัมพันธ์ และความรัก เป็นต้น ซึ่ง อาจจะก่อให้เกิดการกระทบกระเทือนจิตใจ นักศึกษา ทำให้บรรยากาศของการสัมภาษณ์ เปลี่ยนไป	ก่อนมีการถามคำถามต่าง ๆ จำเป็นที่ต้องแจ้งให้ นักศึกษาทราบว่าในทุก ๆ คำถามนั้นนักศึกษา สามารถเลือกที่จะตอบหรือไม่ก็ได้ หรือหากไม่ได้แจ้ง แต่เมื่อเห็นท่าทางที่อึดอัดของนักศึกษาจากการ พุดคุยถึงประเด็นนั้นผู้ปฏิบัติงานจะต้องไม่มีการจี้ เพื่อให้ได้มาซึ่งคำตอบจากการสัมภาษณ์นั้นๆ เพื่อให้ นักศึกษารู้สึกปลอดภัยและไม่อึดอัดใจในการให้

ลำดับ ที่	ปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไขปัญหา
		คำตอบ ดังนั้นให้ผู้ปฏิบัติงานเข้าไปพูดคุยหัวข้ออื่นก่อนและเมื่อเห็นว่านักเรียนรู้สึกไว้วางใจและไม่มีท่าทางอึดอัดจากการให้ข้อมูลแก่ผู้ปฏิบัติงานแล้วจึงกลับมาถามถึงเรื่องที่ทำให้นักเรียนไม่สะดวกที่จะให้คำตอบในตอนแรก ซึ่งหลังจากนักเรียนรู้สึกปลอดภัยที่คุยกับผู้ปฏิบัติงานนักเรียนก็จะให้ข้อมูลเพิ่มเติมในส่วนที่ข้ามไปตอนแรก
4.	การประเมินความเสี่ยงของนักเรียนที่มีแนวโน้มเป็นโรคซึมเศร้าจากคำถาม 2Q ที่ว่า (1) ช่วงนี้นักเรียนมีความไม่สบายใจ เศร้า ทุกข์ใจ เศร้า ท้อแท้ ซึม หงอยหรือไม่ และ (2) นักเรียนมีอาการเบื่อ ไม่อยากพูด ไม่อยากทำอะไร หรือทำอะไรไม่สนุกเพลิดเพลินเหมือนเดิมหรือไม่ หากนักเรียนตอบว่าไม่มีในทั้ง 2 คำถามจะถือว่านักเรียนปกติไม่เสี่ยงต่อการเป็นโรค ซึมเศร้า แต่ถ้านักเรียนตอบว่ามีข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใดๆ ในคำถาม ที่ (1) หรือ (2) ) หมายถึง เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า นั้นไม่สอดคล้องกับผลจากการทำแบบประเมินความเสี่ยงจากการเป็นโรคซึมเศร้าจากแบบทดสอบ 9Q จากส่วนกลางของมหาวิทยาลัย คือเมื่อใช้ คำถาม 2Q นั้นนักเรียนทุกคนไม่มีภาวะเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า แต่เมื่อทำแบบทดสอบ 9Q พบว่ามีภาวะเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้า	สำหรับการแก้ไขปัญหาคือให้นักเรียนทำแบบประเมินความรุนแรงของโรคซึมเศร้า 9Q เลยโดยไม่ต้องผ่านคำถามคัดกรอง 2Q เนื่องจากในแบบประเมินความรุนแรงของโรคซึมเศร้า 9Q นั้นหากนักเรียนมีคะแนนประเมินตั้งแต่ 1-7 คะแนนนั้น จะถือว่านักเรียนไม่ได้เป็นโรคซึมเศร้าซึ่งผลการประเมินทับซ้อนกับแบบประเมิน 2Q อยู่แล้ว นอกจากนี้แบบประเมิน 9Q นั้นมีความละเอียดและสามารถคัดกรองนักเรียนที่มีภาวะซึมเศร้าได้ดีว่าแบบประเมิน 2Q
5.	นักเรียนมีความเข้าใจเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าผิดคิดว่าโรคซึมเศร้าเป็นอาการทางจิต ทั้ง ๆ ที่ในความเป็นจริงโรคซึมเศร้าเป็นอาการผิดปกติที่เกิดจากสารเคมีในสมองผิดปกติทำให้ไม่ยอมรับการรักษา หรือรู้สึกลำบากใจที่จะไปพบจิตแพทย์	ก่อนทำแบบสอบถามเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าผู้ปฏิบัติงานต้องอธิบายเกี่ยวกับโรคซึมเศร้าให้นักเรียนเกิดความเข้าใจถูกต้อง เนื่องจากเมื่อพบว่านักเรียนมีความเสี่ยงในการเป็นโรคซึมเศร้าต้องหาแนวทางในการปรึกษา การรักษา การพบแพทย์ต่อไป

ลำดับ ที่	ปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไขปัญหา
6.	การดูแลสนับสนุนนักศึกษาที่มีปัญหาเรื่องค่าครองชีพ เป็นไปอย่างไม่ทั่วถึงเนื่องจากไม่มีงบประมาณในการดูแลนักศึกษาได้อย่างทั่วถึง	สรุปข้อมูลหลังจากการสัมภาษณ์นักศึกษาที่มีปัญหาทางด้านการเงิน รายงานผู้บังคับบัญชาเพื่อวางแผนในการสนับสนุนค่าครองชีพผ่านการช่วยทำงานวิจัยหรืองานอื่น ๆ ของอาจารย์ภายในสาขา
7.	การให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาอาจจะไม่ตรงกับวัตถุประสงค์ของผู้ปกครองของนักศึกษาทำให้การสนับสนุนเป็นไปได้อย่างยากลำบาก เช่น นักศึกษามีฐานะยากจนครอบครัวมีความลำบากในการชำระค่าเล่าเรียน ผู้ปฏิบัติงานแนะนำให้นักศึกษาทำการกู้ กยศ. เนื่องจาก กยศ. มีการชำระค่าเล่าเรียนและค่าครองชีพรายเดือนให้ แต่เมื่อนักศึกษานำไปปรึกษากับผู้ปกครอง ผู้ปกครองไม่เห็นด้วยหากนักศึกษาจะต้องการกู้ กยศ. กลัวเป็นภาระหนี้ผูกพันกับนักศึกษาในอนาคต เป็นต้น	ผู้ปฏิบัติงานจะต้องชี้แจงข้อดีและข้อเสียของการปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำว่าจะส่งผลกระทบต่อนักศึกษาบ้าง โดยไม่นำอารมณ์หรือทัศนคติของผู้ปฏิบัติงานเข้ามาเกี่ยวข้อง เพียงชี้ให้เห็นถึงข้อดีและข้อเสียเพื่อให้นักศึกษาเกิดการพิจารณาให้เห็นถึงข้อดีและข้อเสียดังที่กล่าวไปและสามารถสื่อสารกับครอบครัวของนักศึกษาได้อย่างถูกต้อง หลังจากนั้นนักศึกษาก็จะเลือกปฏิบัติแบบใดก็ได้ที่ตัวนักศึกษา ให้ผู้ปฏิบัติงานสนับสนุนนักศึกษาในเรื่องอื่น ๆ ต่อไปตามความเหมาะสม
8.	นักศึกษาบางรายไม่ตระหนักถึงหน้าที่ของการเป็นนักศึกษา เช่น ไม่เข้าเรียน ขาดส่งงาน หรือแม้จะมีการสอนเพิ่มเติมในรายวิชาต่าง ก็ไม่เข้าเรียน แม้จะผ่านกระบวนการให้แนะนำปรึกษาไปแล้ว เป็นต้น	พูดคุยกับนักศึกษาเพื่อถามถึงปัญหาว่าเพราะเหตุใดถึงไม่เข้าเรียน มีปัญหาอย่างไร มีการพูดคุยถึงผลกระทบที่ตามมาหากนักศึกษายังปฏิบัติตัวเช่นนั้น เช่นการติด F หรืออาจจะถูกรีไทร์ ได้อันจะส่งผลกระทบต่อนักศึกษาเอง หลักการพูดคุยมีการติดตามว่านักศึกษาได้ปรับปรุงตัวแล้วหรือไม่ หากยังไม่ปรับปรุงตัวต้องติดต่อผู้ปกครองของนักศึกษาเพื่อช่วยดูแลกับก้านักศึกษา
9.	ผู้ปฏิบัติงานอาจจะนำชุดความคิดหรือมุมมองของตนเองมาตัดสินการใช้ชีวิตหรือการปฏิบัติตนของนักศึกษา เนื่องจากผู้ปฏิบัติงานอาจจะมียุและประสบการณ์มากกว่านักศึกษาอันอาจจะเกิดผลเชิงลบในการให้คำแนะนำหรือการให้คำปรึกษาได้	ผู้ปฏิบัติงานต้องพึงระลึกเสมอว่าเราเพียงแต่ทำหน้าที่ในการให้คำแนะนำหรือให้คำปรึกษาเท่านั้น ห้ามนำอารมณ์ หรือประสบการณ์ของตนเองไปชี้นำให้นักศึกษาต้องปฏิบัติอย่างนี้หรืออย่างนั้น ทำเพียงแค่เสนอให้เห็นข้อดีและข้อเสียหากไม่ปฏิบัติตามคำแนะนำและนักศึกษาจำเป็นต้องเลือกเองว่าจะปฏิบัติตามคำแนะนำหรือไม่
10.	ปัญหาบางประเภทเกินอำนาจของผู้ปฏิบัติงานในการให้คำแนะนำหรือให้คำปรึกษา เช่น นักศึกษามีประวัติการฆ่าตัวตาย ทำร้าย	ปรึกษาผู้บังคับบัญชาและส่งนักศึกษาต่อให้ผู้เชี่ยวชาญ เช่น แพทย์ จิตแพทย์ นักกฎหมาย ตำรวจ เป็นต้น หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อไป

ลำดับ ที่	ปัญหาและอุปสรรค	แนวทางการแก้ไขปัญหา
	ร่างกาย และอื่น ๆ ที่ไม่ได้อยู่ในขอบเขตความ รับผิดชอบของผู้ปฏิบัติงาน เป็นต้น	

## 5.2 การพัฒนาและข้อเสนอแนะ

ลำดับที่	สิ่งที่ปฏิบัติอยู่ในปัจจุบัน	การพัฒนาและข้อเสนอแนะ
1.	การนัดเวลาทำแผนภาพสมดุลชีวิต ร่วมกับการสัมภาษณ์ นักศึกษาทำการ นัดผู้ปฏิบัติงานผ่านช่องทางเฟสบุ๊ก หรือทางไลน์ ทำให้นักศึกษาคนอื่นไม่ สามารถเห็นช่วงเวลาของผู้ปฏิบัติงาน สะดวกได้	ให้นักศึกษาทำการนัดผู้ปฏิบัติงานผ่านทาง Google Calendar เพื่อที่จะได้มีการจัดการเวลาได้สะดวกยิ่งขึ้น และนักศึกษาคนอื่นจะสามารถเห็นช่วงเวลาการปฏิบัติงาน ของผู้ปฏิบัติงานได้
2.	การสัมภาษณ์ในปัจจุบันเป็นแบบ face to face คือนักศึกษาต้องมาพบ ผู้ปฏิบัติงานที่สำนักงาน	ใช้โปรแกรมประชุมออนไลน์ เช่น Zoom, Google Meeting เพื่อความสะดวกและลดการเดินทาง
3.	แผนภาพสมดุลชีวิตใช้เป็นแบบ Hard Copy	ให้นักศึกษาทำแผนภาพสมดุลชีวิตผ่าน Google Form เพื่อความสะดวกในอนาคต
4.	การสนับสนุนการเรียนและการใช้ชีวิต ของนักศึกษามาจากฝั่งคณาจารย์และ บุคลากรของสาขาอย่างเดียว	มีการวางแผนใช้ระบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อให้นักศึกษามี ส่วนร่วมในการสนับสนุนการเรียนและการใช้ชีวิตของ นักศึกษาด้วยกันเองเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพในการ ทำงานให้ดีขึ้น
5.	ผู้ปฏิบัติงานเป็นบุคลากรของ มหาวิทยาลัยเพียงฝ่ายเดียว	มีการจัดอบรมให้พี่ดูแลน้อง ให้มีรุ่นพี่เข้าร่วมการสัมภาษณ์ ร่วมกับผู้ปฏิบัติงานจากทางสาขา เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพใน การดูแลนักศึกษา

## บรรณานุกรม

- กนกรัษต์ ต่วนชะเอม. (2561). การศึกษาบุคลิกภาพของนักศึกษาสถาบันพลศึกษาในวิทยาเขตภาคกลาง: ตามหลักทฤษฎีการวิเคราะห์สัมพันธภาพระหว่างบุคคล. **วารสารสถาบันการพลศึกษา**, 10(3), 23-37.
- กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์. (2558). บทบาทการส่งผ่านของอัตมโนทัศน์ในการศึกษาอิทธิพลของการคิดเชิงบวกและภูมิหลังของนักศึกษาที่มีต่อสุขภาวะทางจิต. **วารสารวิธีวิทยาการวิจัย**, 28(1), 49-73.
- แก้วตา ผู้พัฒน์พงศ์. (2543). **การให้คำปรึกษาและแนะนำ**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ณรงค์เดช สกกุลดำรงเกียรติ. (2558). การพัฒนาอ้อมมโนทัศน์ของนักเรียนวัยรุ่นด้วยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม. **รายงานการประชุมวิชาการและนำเสนอผลการวิจัย ระดับชาติและนานาชาติ กลุ่มระดับชาติ ด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**, 2(6), 194-203.
- ธันท์ ต้นติววงศ์โกสิย. (2561). **การจัดการโรคซึมเศร้าด้วยตนเองของนักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐ (รายงานการศึกษาเฉพาะบุคคล)**. กรุงเทพฯ: ภาควิชามนุษยวิทยา คณะโบราณคดี มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นรินทร์ สังข์รักษา. (2552). การศึกษามโนภาพแห่งตนกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. **วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย ฉบับปฐมฤกษ์**, 1(1), 16-21.
- แนวทางการดูแลผู้ป่วยโรคซึมเศร้าระดับจังหวัด ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 4 พ.ศ. 2560. (2560)**. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี. (2563). **รายงานการประเมินตนเอง (Self-Assessment Report : SAR) ระดับสำนักวิชา ตามเกณฑ์ WUQA-S สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี ปีการศึกษา 2562**. นครศรีธรรมราช: สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี สาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์. (2563). **รายละเอียดของหลักสูตรระดับปริญญาตรี หลักสูตรวิศวกรรมศาสตร์บัณฑิต สาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ (หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2563) (มคอ.2)**. นครศรีธรรมราช: สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ศูนย์บริการการศึกษา. (2564). **ปฏิทินการศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์**. สืบค้นจาก <https://ces.wu.ac.th/registrar/calendar.asp?avs500050587=3>
- มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ส่วนนิติการ. (2563). **คำสั่งมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ที่ 178/2563 เรื่อง โครงสร้างการสั่งการและกำกับดูแลหน่วยงาน**. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. สืบค้นจาก <https://dla.wu.ac.th/wp-content/uploads/2020/02/1782563.pdf>

- วงศ์กร จันทระ. กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์ และ ฌภัทร วุฒิวงศา. (2561). การคิดเชิงบวก อัจฉริยะ และพฤติกรรมจริยธรรมทางสังคม ของนักศึกษาปริญญาบัณฑิตสาขาศาสนาพุทธสาขาศาสนาพุทธบริการ. **รายงานการประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ “GRADUATE SCHOOL MINI-CONFERENCE 2018”**, 1(1), 885-895.
- วิมลวรรณ ปัญญาอ่อน. รัตนศักดิ์ สันติธราภกุล และ โชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ. (2563). ความชุกของภาวะซึมเศร้าและความเสี่ยงฆ่าตัวตายในวันรุ่งขึ้นไทย: การสำรวจโรงเรียนใน 13 เขตสุขภาพ. **วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย**, 28(2), 136-149.
- สุวรี ปิ่นเจริญ. (2558). การศึกษาอัตมโนทัศน์และการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ศูนย์รังสิต). **วารสารวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**, 9(1), 173-183.
- อัญชลี จันทระ, นันทนา วงษ์ไทย และ สุภพรา วงสกุล, (2563). แนวคิดอัตมโนทัศน์กับการประยุกต์. **วารสารมนุษยศาสตร์ปริทัศน์**, 42(1), 55-66.
- Anastasi, A. (1990). **Psychological testing** (7th ed.). London, England: The Macmillan.
- Bartussek, B. (1972). Self-concept. **Encyclopedia of Psychology III**
- Byrne, U. (2005). Wheel of life: Effective steps for stress management. **Business Information Review**, 22(2), 123-130.
- Henien, R.A. (1978). Self-concept as a predictor of academic achievement and education attainment. **Dissertation Abstracts International**, 38, 347-A.
- Pennock, S. F. & Alberts, H. (2016). **The wheel of life positive psychology practitioner’s toolkit**. Retrieved from [www.positivepsychologyprogram.com](http://www.positivepsychologyprogram.com)
- Purkey, W. W. (1971). **Self-concept and School Achievement**. Englewood Cliff, NJ: Prentice Hall.
- World Health Organization. (2014). **Health for the world’s adolescents: A second chance in the second decade**. Retrieved from <https://apps.who.int/adolescent/second-decade/>
- World Health Organization. (2017). **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล (ภาษาไทย) ศุภกิจ วงษ์เจริญผล  
(ภาษาอังกฤษ) Supakit Vongcharoenpon

### ตำแหน่งและหน่วยงานที่สังกัด

ตำแหน่ง นักวิชาการ

สังกัด สาขาปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ 222 ตำบลไทยบุรี อำเภอท่าศาลา จังหวัดนครศรีธรรมราช 80160

สถานที่อยู่ 581/150 หมู่ 5 ตำบลปากพูน อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช 80000

หมายเลขโทรศัพท์ 094-6938666

Email : supakit.vo@wu.ac.th

### ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2561 วิศวกรรมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิศวกรรมวัสดุ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

พ.ศ. 2554 วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมเคมีและกระบวนการ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

### ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2561 – ปัจจุบัน นักวิชาการ สาขา ปิโตรเคมีและพอลิเมอร์ สำนักวิชาวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

พ.ศ. 2561-พ.ศ. 2561 นักวิชาการ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย

พ.ศ. 2556 – 2561 ผู้ช่วยวิจัย ศูนย์ความเป็นเลิศด้านวัสดุ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์