

การพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษา แก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่*

Development of Competence in Peer Counseling of Chiang Mai University Students

ปวริศา ศิรินันท์**

Pawarisa Sirinant

เสรี ใหมจันทร์***

Seri Maichan

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน และเพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษา

* วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อมหาวิทยาลัยเชียงใหม่เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

This thesis is presented in Partial Fulfilment of the Requirements for the Master of Science in Counseling Psychology at Chiang Mai University.

** นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Graduate student (Counseling Psychology), Department of Psychology, Faculty of Humanities, Chiang Mai University.

*** ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Department of Psychology, Faculty of Humanities, Chiang Mai University.

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และมีความสนใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน จำนวน 30 คน โดยใช้การสุ่มอย่างง่าย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 15 คน เพื่อเข้ารับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน และกลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การทดสอบค่าที (t -test) ผลการวิจัยพบว่า

1. โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน โดยมีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์อยู่ระหว่าง 0.67-1.00 ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนได้

2. นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3. นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนหลังการทดลองสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า การใช้โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีผลทำให้สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษาพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้นำข้อมูลเชิงคุณภาพมาอภิปรายร่วมกับผลการวิจัย เพื่อเป็นการพิสูจน์เชิงประจักษ์มากยิ่งขึ้นถึงผลของการใช้โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน

คำสำคัญ : สมรรถนะในการให้การปรึกษาเพื่อน, การพัฒนา, โปรแกรมการฝึกอบรม, นักศึกษามหาวิทยาลัย

Abstract

This research aimed to develop the peer counseling competence program, and to study the effectiveness of the peer counseling competence program for Chiang Mai University students. The research samples comprised 30 undergraduate Chiang Mai University students, who volunteered to participate in the peer counseling competence program. By employing a simple random sampling method, the subjects were divided into an experimental group and a control group; each group consisted of 15 students. Consequently, the experimental group attended the peer counseling competence program, whereas the control group did not. *t*-test was employed to analyze the data. The research results were as follows:

1. The peer counseling competence program was validated by the three experts that revealed the Item Objective Congruence between 0.67-1.00. As a result, the program could be used as the peer counseling competence program in this context.
2. The students who attended the peer counseling competence program had significantly higher competence than before attending the program at the .001 level.
3. The students who attended the peer counseling competence program had significantly higher competence than before attending in comparing with the students who did not attend at the .001 level.

In conclusion, employing the peer counseling competence program could effectively increase the Chiang Mai University students' competence in peer counseling. Moreover, the qualitative information

was discussed with the results to confirm the efficiency of the peer counseling competence program in an empirical manner.

Key Words : Peer counseling, Competence, Development, Peer counseling competence program, University students.

บทนำ

ปัจจุบันระบบการศึกษาของประเทศไทยมีปัญหามากมาย ซึ่งจะเห็นได้ว่าปัญหาส่วนใหญ่มักมีสาเหตุมาจากปัญหาเล็กๆ ที่ไม่ได้รับการแก้ไขที่ถูกต้อง เช่น เด็กไทยมีความรู้พื้นฐานต่ำกว่ามาตรฐาน ปัญหาพฤติกรรมเด็กและเยาวชน เป็นต้น การปฏิรูปการศึกษาจึงเป็นวาระเร่งด่วนของชาติ และเป็นประเด็นสำคัญที่จำเป็นต้องได้รับการปฏิรูป (เทอดศักดิ์ ไชยสมปาน, 2553) โดยเฉพาะการเน้นปฏิรูปที่ตัวบุคคล หรือนักเรียน นักศึกษา ก่อน ถึงแม้จะเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดแต่กลับมีความสำคัญยิ่ง โดยเฉพาะนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่ควรให้ความสำคัญ เนื่องจากกำลังอยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่านและเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ในอนาคตต่อไป ดังนั้น การพัฒนาประเทศจึงควรได้รับการพัฒนาควบคู่ไปกับการพัฒนาคน (อาภรณ์ รัตน์มณี, 2553) ซึ่งนอกจากวิกฤตทางการศึกษาที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นแล้ว วัยรุ่นยังเป็นช่วงวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ จึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นเกิดความสับสนในการปรับตัวที่ไม่สอดคล้องกับการยอมรับของสังคม

โดยส่วนใหญ่นักศึกษาระดับอุดมศึกษาจะมีอายุระหว่าง 17-25 ปี ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มวัยรุ่นตอนปลายไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งวัยรุ่นถือเป็นวัยที่สังคมรอบข้างมีอิทธิพลค่อนข้างสูง และนักจิตวิทยาหลายท่านให้ความเห็นว่า “วัยรุ่นเป็นวัยวิกฤตแห่งชีวิต (Critical Period)” เนื่องจากเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ (Turning Point) ของการเปลี่ยนแปลงและการค้นหา (นารี จิตรรักษา, 2549, น. 3) โดยเฉพาะการเข้ามาศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาที่นักศึกษาส่วนใหญ่เริ่มมีความเครียดเกี่ยวกับตนเองและอนาคตสูง ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ทั้งเรื่องของการปรับตัว การเรียน การใช้ชีวิต

(Abdalaheem Al- Nawayseh, 2014) และจากการศึกษาทฤษฎีพัฒนาบุคลิกภาพของ Erik Erikson นั้น Erikson ได้เปรียบเทียบระยะวัยรุ่นนี้ว่าคล้ายๆ กับระยะที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้ทดลองบทบาทต่างๆ ก่อนที่จะเริ่มเป็นผู้ใหญ่อย่างจริงจัง (Moratorium) โดยในวัยนี้พ่อแม่จะไม่ค่อยมีอิทธิพลกับวัยรุ่นเท่าไรนัก เพราะวัยรุ่นจะเริ่มไม่ยึดถือคำสั่งสอน ค่านิยม และเจตคติของพ่อแม่ แต่จะเลียนแบบคนที่มีอุดมคติตรงกับเขา หรือหันมาหาคนที่มีความเหมือนตนเองแทน ซึ่งก็คือเพื่อน (พรณทิพย์ ศิริวรรณบุญ, 2551, น. 94-101) ในช่วงวัยรุ่นนี้กลุ่มเพื่อนมีความสำคัญมาก บุคคลในวัยนี้จะเริ่มลดการเอาใจใส่กับบุคคลต่างวัยไม่ว่าเป็นผู้ใหญ่หรือเด็กกว่า เพราะรู้สึกว่าการจะเข้าใจกันได้ดีกว่ามีประสบการณ์คล้ายๆ กัน และเข้าใจกันมากกว่า ฉะนั้นอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนจึงเป็นอิทธิพลที่ทรงพลังอย่างมากของบุคคลในช่วงวัยรุ่น และมากกว่าอิทธิพลของครอบครัว (โอษฐ วาริรักษ์ และ อุษา จารุสวัสดิ์, 2545, น. 74)

ในการพูดคุยหรือการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักศึกษาหรือวัยรุ่นนั้นมีหลายวิธีด้วยกัน และหนึ่งในนั้นคือ การจัดบริการการปรึกษา เนื่องจากเป็นกระบวนการช่วยเหลือให้วัยรุ่นเข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น ช่วยให้วัยรุ่นสามารถตัดสินใจเลือกแนวทางในการแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม แต่ทั้งนี้ Halter (2002) กล่าวว่า บุคคลบางคนที่ไม่ได้รับความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาถือเป็นสัญลักษณ์ของความอ่อนแอทางอารมณ์และจิตใจ หรือสิ่งที่บ่งชี้ถึงความล้มเหลว ดังนั้นเมื่อประสบปัญหาหรือวิกฤตชีวิต บุคคลในสังคมตะวันออกจึงมักขอความช่วยเหลือจากเพื่อนที่ใกล้ชิดมากกว่า นอกจากนี้ Gans, et al (as cited in Maichan, 2005) ได้กล่าวว่า การที่บุคคลจะขอความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาเป็นเหมือนการยืนยันว่าเรื่องที่เกิดขึ้นนั้นคือปัญหา และการขอความช่วยเหลือเป็นการกระตุ้น ทำให้เกิดความอับอายและความวิตกกังวล และสืบเนื่องมาจากอิทธิพลของเพื่อนที่มีต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมากดังที่กล่าวไว้ข้างต้น ทำให้เมื่อวัยรุ่นเกิดปัญหาหรือมีความคับข้องใจจึงเลือกที่จะขอคำปรึกษาจากเพื่อนของตนก่อน ฉะนั้น การจัดบริการการปรึกษาในรูปแบบของ “เพื่อนช่วยเพื่อน” หรือ “การให้การปรึกษาแก่เพื่อน”

ที่บุคคลผู้ทำหน้าที่เป็นผู้ให้การปรึกษาแก่เพื่อนนั้นจำเป็นต้องได้รับการอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนมาก่อน จึงเป็นอีกหนทางหนึ่งที่สามารถนำมาใช้เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นได้ (สมพิศ นิชลาพันธ์, 2532, น. 279)

ดังที่ Spacapan & Oskamp (1992) กล่าวถึง การให้การปรึกษาแก่เพื่อน (Peer Counseling) ว่าหมายถึง การให้การปรึกษารูปแบบหนึ่งให้ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษามีสถานภาพ เช่น อายุ ที่เหมือนหรือใกล้เคียงกัน จึงทำให้ผู้รับการปรึกษาสามารถแลกเปลี่ยนเรื่องราว หรือพูดคุยถึงประสบการณ์ต่างๆ ของตนได้อย่างเข้าใจกันมากกว่า นอกจากนี้ กฤตวรรณ คำสม (2554) ได้กล่าวว่า การให้การปรึกษาแก่เพื่อน หมายถึง กระบวนการในการช่วยเหลือของนักศึกษาที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อช่วยเหลือเพื่อนให้เพื่อนสามารถเข้าใจปัญหาของตนเอง และแนวทางในการแก้ไขปัญหา ดังนั้น การให้การปรึกษาแก่เพื่อนนั้น หมายถึง การให้การปรึกษารูปแบบหนึ่งระหว่างผู้ให้การปรึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่ผ่านการฝึกอบรมมาแล้วกับผู้รับการปรึกษา โดยทั้งผู้ให้การปรึกษาและ ผู้รับการปรึกษานั้นมีสถานภาพ หรือลักษณะ เช่น อายุ หรือการศึกษาที่ใกล้เคียงกัน ซึ่งแนวคิดในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนนั้น เริ่มขึ้นในปี 1939 โดยสถาบันนิรนามของผู้ติดสุราเรื้อรัง (Establishment of Alcoholics Anonymous) ที่มีแนวคิดสำคัญว่าบุคคลที่จะเป็นผู้ที่สามารถช่วยเหลือผู้ที่ติดสุราเรื้อรังให้สามารถเอาชนะอาการติดสุราเรื้อรังสำเร็จได้นั้นคือ บุคคลที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับปัญหาด้านการติดสุราเรื้อรังเช่นเดียวกันกับพวกเขา (Carter, 2005 อ้างถึงใน Abdalraheem Al- Nawayseh, 2014) และจากที่กล่าวไปข้างต้นแล้วว่า วัยรุ่นหรือนักศึกษามหาวิทยาลัยเป็นวัยที่ชอบปรึกษาปัญหา หรือพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องราวต่างๆ กับเพื่อนของตนเอง ซึ่งในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ก็เช่นเดียวกัน นักศึกษาที่พักในหอพักของมหาวิทยาลัยหรือที่เรียกว่าสำนักงานหอพักนักศึกษาที่มีบทบาทสำคัญในการดูแลและช่วยเหลือแก่นักศึกษาในปัญหาต่างๆ เช่น การเงิน การเรียน เป็นต้น การบริหารสำนักงานหอพักยังมีกลไกสำคัญในการดูแลนักศึกษาคือ อาจารย์ผู้ปกครองหอพัก อาจารย์ที่ปรึกษาหอพัก ซึ่งเป็นอาจารย์จากคณะต่างๆ และกรรมการหอพักในการให้การปรึกษา นอกจากนี้สำนักงาน

หอพักนักศึกษายังได้เชิญอาจารย์จากภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ และอาจารย์จากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์มาให้การปรึกษาด้านสุขภาพจิตแก่นักศึกษาด้วย (เพ็ญสุวรรณ์ นาคะปรีชา, 2559) ซึ่งผู้วิจัยเล็งเห็นว่าการให้การปรึกษาแก่เพื่อนอาจจะเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะทำให้ นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

สำหรับการพัฒนาให้นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่เป็นบุคคลที่สามารถพูดคุยกับเพื่อนได้อย่างมีประสิทธิภาพและเหมาะสมจึงเป็นเรื่องที่จำเป็น และสามารถพัฒนาได้โดยการฝึกอบรม เพราะการให้บริการการปรึกษาทุกรูปแบบนั้น ผู้ให้การปรึกษาคควรจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ เจตคติ และทักษะที่ดีต่อกระบวนการให้การปรึกษาระดับหนึ่ง แม้จะเป็นการให้การปรึกษาแก่เพื่อนก็ตาม (Freeman, Hoikala, Ingraham, & Schwartz, 2006)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงประสงค์ที่จะพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยใช้โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนานักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมให้มีสมรรถนะในการให้การปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ดังนี้

2.1 เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ทั้งโดยรวมและรายด้าน ในระยะก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง

2.2 เพื่อเปรียบเทียบสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของ นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ทั้งโดยรวมและรายด้าน ในระยะก่อนการทดลองและ หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้ารับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะ ในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน กับกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม

นิยามปฏิบัติการ

สมรรถนะของนักศึกษาในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน หมายถึง ความสามารถในการให้การช่วยเหลือเพื่อนที่อยู่ในวัยใกล้เคียงกันของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ให้สามารถเข้าใจปัญหาและเรื่องราวของตนเอง รวมทั้งสามารถหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม ซึ่งประกอบด้วยสมรรถนะ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ในการให้การปรึกษา ด้านเจตคติในการให้การปรึกษา และด้านทักษะในการให้การปรึกษา โดยใช้แบบสอบถามสมรรถนะของนักศึกษาในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ของกฤตวรรณ คำสม (2554)

สมรรถนะด้านความรู้ในการให้การปรึกษา หมายถึง ความสามารถของ นักศึกษาในการมีความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาสาระที่เกี่ยวกับการให้การปรึกษา ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง

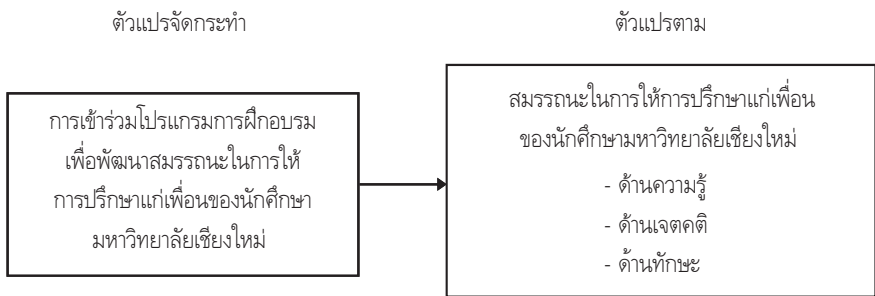
สมรรถนะด้านเจตคติในการให้การปรึกษา หมายถึง ความเชื่อ ความเข้าใจ ความรู้สึก และแนวโน้มในการประเมินค่าและแสดงออกของนักศึกษาที่ทำหน้าที่เป็น ผู้ให้การปรึกษาต่อการให้การปรึกษา ได้แก่ ความจริงแท้ การยอมรับทางบวก อย่างไม่มีเงื่อนไข และการเข้าถึงใจ

สมรรถนะด้านทักษะในการให้การปรึกษา หมายถึง ความสามารถในการใช้ทักษะ เทคนิค และวิธีการในการให้การปรึกษาของนักศึกษาที่ผ่านการอบรม มาแล้ว และสามารถนำไปใช้ในการให้การปรึกษาได้ ได้แก่ พฤติกรรมการใส่ใจ ทักษะการตั้งคำถาม ทักษะการให้กำลังใจ ทักษะการทวนสาระ ทักษะการสรุปความ และทักษะการสะท้อนความรู้สึก

**โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่** หมายถึง กระบวนการจัดทำประสบการณ์เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดความเข้าใจ และการเรียนรู้สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ในการให้การปรึกษา
ด้านเจตคติ ในการให้การปรึกษา และด้านทักษะในการให้การปรึกษา

นักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หมายถึง นักศึกษาระดับปริญญาตรี
ภาคปกติ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ลงทะเบียนเรียนกระบวนวิชาจิตวิทยาทั่วไป
(General Psychology: 013103) และกระบวนวิชาจิตวิทยากับชีวิตประจำวัน
(Psychology and Daily life: 013110) ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559

กรอบแนวคิดของการวิจัย



วิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ภาคปกติ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 22,748 คน (ข้อมูลจาก
สำนักทะเบียนและประมวลผล มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ณ วันที่ 29 พฤษภาคม 2560)

จากนั้นจึงใช้การสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling Method) (วรรัตน์ แกมเกตุ, 2555, น. 291) ในการสุ่มเลือกตอน จากที่มีทั้งหมด 15 ตอน คือ กระบวนวิชาจิตวิทยาทั่วไป จำนวน 5 ตอน และกระบวนวิชาจิตวิทยากับชีวิตประจำวัน จำนวน 10 ตอน ให้เหลือจำนวน 4 ตอน ได้แก่ กระบวนวิชาจิตวิทยาทั่วไป จำนวน 2 ตอน และกระบวนวิชาจิตวิทยากับชีวิตประจำวัน จำนวน 2 ตอน โดยผู้วิจัยได้ทำการประชาสัมพันธ์ในตอนดังกล่าว เพื่อสำรวจความสนใจในการเข้าร่วมวิจัยของนักศึกษา ทั้งนี้ มีนักศึกษาที่มีความสนใจในการเข้าร่วมวิจัยจำนวน 39 คน

จากนั้นจึงใช้การสุ่มอย่างง่ายอีกครั้ง เพื่อสุ่มกลุ่มตัวอย่างที่มีความสนใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ให้ได้จำนวน 30 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 15 คน ซึ่งเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม และกลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน ที่ไม่ได้เข้าร่วมการฝึกอบรมใดๆ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เป็นแบบสอบถามที่ใช้เพื่อเก็บข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย เพศ อายุ และคณะ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามสมรรถนะของนักศึกษาในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ผู้วิจัยได้ขออนุญาตกฤตวรรณ คำสม (2554) เจ้าของแบบสอบถามในการพัฒนาและใช้แบบสอบถามนี้ในการวิจัย โดยแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย ด้านความรู้เกี่ยวกับการให้การปรึกษา เป็นการประเมินแบบถูก-ผิด (True-False Item) จำนวน 27 ข้อ ด้านเจตคติในการให้การปรึกษา เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ จำนวน 12 ข้อ และด้านทักษะในการให้การปรึกษาเป็นแบบกำหนดสถานการณ์และให้เขียนตอบจำนวน 11 ข้อ

ส่วนที่ 3 โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นโปรแกรมที่มุ่งนำไปใช้เพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษา ซึ่งเกี่ยวข้องกับ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ในการให้การปรึกษา ด้านเจตคติในการให้การปรึกษา และด้านทักษะในการให้การปรึกษา โดยดำเนินการฝึกอบรมจำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวม 18 ชั่วโมง ดังแสดงรายละเอียดโดยสังเขปในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ครั้งที่	ประเด็นที่ต้องการพัฒนา	วัตถุประสงค์	วิธีการ/ เทคนิค
1	การปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธภาพ (rapport)	1. เพื่อชี้แจงเบื้องต้นให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมได้ทราบถึงภาพรวมของการฝึกอบรมทั้งหมด 2. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับนักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรม และระหว่างนักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมด้วยกันเอง อันจะนำไปสู่ประสิทธิภาพที่ดีในการเข้ารับการฝึกอบรม	- การให้ข้อมูล - พฤติกรรม - การใส่ใจ - ทักษะการตั้งคำถาม - ทักษะการสรุปความ

ตารางที่ 1 โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ต่อ)

ครั้งที่	ประเด็นที่ต้องการพัฒนา	วัตถุประสงค์	วิธีการ/ เทคนิค
2-3	เจตคติในการให้การปรึกษา (attitude)	1. เพื่อให้ให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเจตคติในการให้การปรึกษา 2. เพื่อให้ให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมมีเจตคติที่ดีในการเป็นผู้ให้การปรึกษาแก่เพื่อน	- การบรรยาย - การอภิปรายกลุ่ม - การระดมความคิด - ทักษะการสรุปความ - การแสดงบทบาทสมมติ
4-5	ความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษา (knowledge)	1. เพื่อให้ให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมเข้าใจและสามารถอธิบายเกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางได้ 2. เพื่อให้ให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมสามารถนำความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลางไปใช้กับกระบวนการให้การปรึกษาในสถานการณ์จำลองและสถานการณ์จริงได้	- การบรรยาย - การเรียนรู้แบบร่วมมือ (cooperative learning)

ตารางที่ 1 โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ต่อ)

ครั้งที่	ประเด็นที่ต้องการพัฒนา	วัตถุประสงค์	วิธีการ/ เทคนิค
6-11	ทักษะในการให้การปรึกษา (skill)	1. เพื่อให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมมีความสามารถในการใช้ทักษะการให้การปรึกษาต่างๆ ในการให้การปรึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ	- การบรรยาย - การอภิปรายกลุ่ม - ทักษะการตั้งคำถาม - ทักษะการสรุปความ - การแสดงบทบาทสมมติ
12	การปัจฉิมนิเทศ	1. เพื่อให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมได้ประเมินสมรรถนะของตนเองในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน 2. เพื่อเปิดโอกาสให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมได้แสดงความคิดเห็นและแสดงความรู้สึกต่อการฝึกอบรม รวมถึงต่อเพื่อนที่ร่วมเข้ารับการฝึกอบรม	- การอภิปรายกลุ่ม - ทักษะการตั้งคำถาม - ทักษะการสรุปความ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถามสมรรถนะของนักศึกษาในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (try out) กับประชากรที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นและค่าอำนาจจำแนกรายข้อ พบว่า แบบสอบถามสมรรถนะของนักศึกษาในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านความรู้ใช้สูตรครูดอร์-ริชาร์ดสัน 20 (Kuder-Richardson 20: K-R 20) ได้ค่า K-R 20 เท่ากับ 0.56 ด้านเจตคติในการให้การปรึกษา ใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่า α เท่ากับ 0.80 และด้านทักษะในการให้การปรึกษาใช้สูตร ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างผู้ตรวจ 2 คน (Rater Agreement Indexes: RAI) ได้ค่า RAI เท่ากับ 0.63 ส่วนค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ผู้วิจัยใช้การหาสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item Total Correlation) ซึ่งคำนวณได้จากสูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยแบบสอบถามสมรรถนะของนักศึกษาในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านความรู้มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.20-0.58 ด้านเจตคติในการให้การปรึกษา มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.32-0.71 และด้านทักษะในการให้การปรึกษา มีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.30-0.55

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้หาค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยพิจารณาค่าความสอดคล้องระหว่างความเหมาะสมของวัตถุประสงค์ แนวคิด ทฤษฎีที่ใช้ วิธีดำเนินการ และการประเมินผล กับความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ซึ่งค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Item Objective Congruence: IOC) ของโปรแกรมการฝึกอบรมอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 ซึ่งถือว่าผ่านเกณฑ์ ($\text{IOC} = \geq 0.50$) (บุญเชิด ภิญโญนนท์พงษ์, 2527, น. 69)

สำหรับการทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยใช้การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน (Dependent Samples *t*-test) เพื่อพิสูจน์สมมติฐานข้อที่ 1 และการทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ที่เป็นอิสระจากกัน (Independent Samples *t*-test) เพื่อพิสูจน์สมมติฐานข้อที่ 2

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถาม
สมรรถนะของนักศึกษาในการให้การศึกษาแก่เพื่อน ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n = 30 คน)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
หญิง	19	63.3
ชาย	11	36.7
รวม	30	100.0
2. อายุ		
18 ปี	4	13.3
19 ปี	16	53.3
20 ปี	4	13.3
21 ปี	4	13.3
22 ปี	2	6.7
รวม	30	100.0
3. คณะ		
วิทยาศาสตร์	9	30.0
มนุษยศาสตร์	8	26.7
ศึกษาศาสตร์	4	13.3
เศรษฐศาสตร์	4	13.3
วิจิตรศิลป์	1	3.3
วิศวกรรมศาสตร์	1	3.3
เทคนิคการแพทย์	1	3.3
เกษตรศาสตร์	1	3.3
นิติศาสตร์	1	3.3
รวม	30	100.0

ผลการทดสอบสมมติฐาน

จากการทดสอบสมมติฐานแรกที่ว่า สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม ดังตารางที่ 3

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 3 พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองจำนวน 15 คน มีค่าเฉลี่ยสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 73.33 (SD = 5.37) และมีค่าเฉลี่ยสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 83.87 (SD = 6.73) กล่าวคือ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ นักศึกษากลุ่มทดลองมีสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม ($t = 7.433$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่โดยรวมและรายด้าน ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ของกลุ่มทดลอง

สมรรถนะ	ระยะ	M	SD	t	P-value
ด้านความรู้	ก่อนการทดลอง	18.73	1.67	-4.905***	.000
	หลังการทดลอง	22.40	2.87		
ด้านเจตคติ	ก่อนการทดลอง	40.27	3.58	-.827	.422
	หลังการทดลอง	41.07	4.51		
ด้านทักษะ	ก่อนการทดลอง	14.33	2.87	-8.200***	.000
	หลังการทดลอง	20.40	2.16		
โดยรวม	ก่อนการทดลอง	73.33	5.37	-7.433***	.000
	หลังการทดลอง	83.87	6.73		

*** $p \leq .001$

หมายเหตุ สมรรถนะ หมายถึง สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

จากการทดสอบสมมติฐานข้อที่สองที่กล่าวว่า สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมสูงกว่าสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่กลุ่มควบคุม ดังตารางที่ 4

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 4 พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองจำนวน 15 คน มีค่าเฉลี่ยสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมในระยะหลังการทดลอง เท่ากับ 83.87 (SD = 6.73) ในขณะที่ นักศึกษากลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน มีค่าเฉลี่ยสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมในระยะหลังการทดลองเท่ากับ 66.87 (SD = 6.93) กล่าวคือ สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่กลุ่มทดลอง หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่สูงกว่าสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่กลุ่มควบคุม ($t = 6.818$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่โดยรวมและรายด้าน ในระยะหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

สมรรถนะ	กลุ่ม	M	SD	t	P-value
ด้านความรู้	ทดลอง	22.40	2.87	5.530***	.000
	ควบคุม	16.73	2.74		
ด้านเจตคติ	ทดลอง	41.07	4.51	2.311*	.028
	ควบคุม	37.60	3.66		
ด้านทักษะ	ทดลอง	20.40	2.16	9.206***	.000
	ควบคุม	12.53	2.50		
โดยรวม	ทดลอง	83.87	6.73	6.818***	.000
	ควบคุม	66.87	6.93		

*** $p \leq .001$

หมายเหตุ สมรรถนะ หมายถึง สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เนื่องจากผู้วิจัยใช้ความสมัครใจเป็นเกณฑ์เบื้องต้นในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยจึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่างของสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ในระยะก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมทั้งโดยรวมและรายด้าน ดังแสดงในตารางที่ 5

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามตารางที่ 5 พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองจำนวน 15 คน มีค่าเฉลี่ยสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 73.33 (SD = 5.37) ในขณะที่นักศึกษากลุ่มควบคุม จำนวน 15 คน มีค่าเฉลี่ยสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมในระยะก่อนการทดลอง เท่ากับ 68.80 (SD = 5.87) กล่าวคือ ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษากลุ่มทดลองสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม ($t = 2.207$) อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่โดยรวมและรายด้าน ในระยะก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

สมรรถนะ	กลุ่ม	M	SD	t	P-value
ด้านความรู้	ทดลอง	18.73	1.67	1.044	.305
	ควบคุม	17.87	2.75		
ด้านเจตคติ	ทดลอง	40.27	3.58	2.045*	.050
	ควบคุม	37.40	4.08		
ด้านทักษะ	ทดลอง	14.33	2.87	.818	.421
	ควบคุม	13.53	2.47		
โดยรวม	ทดลอง	73.33	5.37	2.207*	.360
	ควบคุม	68.80	5.87		

* $p \leq .05$

หมายเหตุ สมรรถนะ หมายถึง สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานงานวิจัย 2 ข้อ ซึ่งผลจากการทดสอบสมมติฐานปรากฏ ดังนี้

1) การทดสอบว่า สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม พบว่า ในระยะหลังการทดลอง กลุ่มทดลอง มีสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่โดยรวมทั้ง 3 ด้าน สูงกว่าในระยะก่อนการทดลอง ซึ่งแสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้การปรึกษา และความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบบุคคลเป็นศูนย์กลาง เพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน ดังเช่นที่ส่วนหนึ่งของผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เสนอข้อมูลเชิงคุณภาพว่า “...ได้มาเพิ่มเติมความรู้ให้ดียิ่งขึ้นไปอีก นอกจากนั้นยังสามารถนำความรู้ที่ได้ไปต่อยอดกับวิชาที่เกี่ยวข้องได้ด้วย...” ซึ่งสอดคล้องกับวัชร ทรัพย์มี (2533, น. 289-290) ที่กล่าวว่า บุคคลผู้ที่จะทำหน้าที่เป็นผู้ให้การปรึกษานั้น สามารถเพิ่มพูนความรู้ของตนได้จากการเข้าร่วมการฝึกอบรม ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะการใช้แนวคิดการเรียนรู้แบบร่วมมือ (Cooperative Learning) โดยใช้เทคนิคจิ๊กซอว์ในการฝึกอบรมสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านความรู้ อีกทั้ง ผู้วิจัยยังให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทุกคนทำแบบประเมินผลหลังการฝึกอบรมทุกครั้ง ซึ่งการได้มีโอกาสลงมือทำกิจกรรมและการทำแบบประเมินผลความรู้ของตนเองนี้ ทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความรู้และความเข้าใจที่ดียิ่งขึ้น

สำหรับผลการวัดสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านเจตคติ ถึงแม้ว่าในระยะก่อนและหลังการทดลองจะไม่แตกต่างกัน แต่ถือว่าผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีคะแนนสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านเจตคติที่เพิ่มขึ้น ดังเช่นที่

ส่วนหนึ่งของผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แสดงความคิดเห็นว่า “...ได้รู้ว่าการเป็นผู้ให้การปรึกษาที่ดีนั้น ไม่จำเป็นต้องแนะนำแนวทางให้เสมอไป การให้ผู้รับการปรึกษาได้พูดในสิ่งที่เขากังวลแล้วเราเป็นผู้รับฟังที่ดี ทำให้เขารู้ถึงความรู้สึกภายในของเขา...เราในฐานะผู้ให้การปรึกษาต้องมองว่าทุกๆ คนนั้นไม่เหมือนกัน ต้องเข้าใจเขาในมุมมองของเขาและให้เขาหาทางเลือกของตนเอง...” ซึ่งสาเหตุอาจมีอยู่หลายประการ ประการแรก อาจเป็นเพราะผู้วิจัยได้คัดเลือกเฉพาะผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่มีความสมัครใจ จึงทำให้ผู้ที่เข้ารับการฝึกอบรมส่วนใหญ่ต่างก็มีเจตคติที่ดีต่อการเป็นผู้ให้การปรึกษาแก่เพื่อนสูงตั้งแต่ในระยะก่อนการทดลองอยู่แล้ว และเมื่อผู้วิจัยทำการวัดผลในระยะหลังการทดลองอีกครั้ง ผลการวัดในระยะก่อนและหลังการทดลองจึงไม่มีความแตกต่างกันมากนัก ประการที่สอง เนื่องจากการที่บุคคลจะสามารถเปลี่ยนแปลงเจตคติต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้นั้น ย่อมเป็นเรื่องที่ต้องอาศัยระยะเวลา และไม่สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ภายในระยะเวลาที่จำกัด ซึ่งตรงตามนิยามของนพมาศ อึ้งพระ (2553, น. 301) ที่ว่า เจตคติเป็นสิ่งที่คนเรียนรู้และมีความคงทน ไม่เปลี่ยนแปลงง่ายๆ รวมถึงยังสอดคล้องกับ Maio & Haddock (2010, p. 194) ที่กล่าวว่า การจัดการกับเจตคติทั้งในเชิงความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมนั้นจำเป็นจะต้องใช้เวลามากกว่าช่วงเวลาที่ถูกจำกัดเพียงแค่นั้นๆ

ส่วนผลการวัดสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านทักษะ ในระยะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมการฝึกอบรมทำให้ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมมีทักษะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมการใส่ใจ ทักษะการตั้งคำถาม ทักษะการให้กำลังใจ ทักษะการทวนสาระ ทักษะการสรุปความ และทักษะการสะท้อนความรู้สึกเพิ่มขึ้นอย่างชัดเจน ดังเช่นที่ส่วนหนึ่งของผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แสดงข้อมูลเชิงคุณภาพว่า “...ได้เรียนรู้สิ่งที่ขาดไป ได้กลับมาฝึกฝนทักษะตัวเองให้ดียิ่งขึ้น และได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้มาสอดแทรกและเพิ่มพูนทักษะให้มากขึ้น...” ซึ่งสอดคล้องกับ Corey (2005) ที่กล่าวว่า การฝึกฝนตนเองเพื่อที่จะเป็นผู้ให้การปรึกษานั้น ผู้ให้การปรึกษามีภารกิจหลัก 3 ด้านหลัก คือ การศึกษาและฝึกทักษะการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling Skills) การศึกษาทฤษฎีการให้การปรึกษา

เชิงจิตวิทยา (Counseling Theories) และการปฏิบัติการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา (Counseling Practice) ซึ่งภารกิจทั้ง 3 ด้านไม่สามารถแยกขาดจากกันได้ นอกจากนี้ ในการฝึกอบรมสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านทักษะ ผู้วิจัยได้ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมร่วมกันแสดงบทบาทสมมติทุกครั้ง ซึ่งการแสดงบทบาทสมมติสามารถช่วยส่งเสริมให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้มีประสบการณ์ได้แสดงถึงความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของตนเอง และเป็นการฝึกเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้ทดลองรวมทั้งเรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพในสถานการณ์ที่ต้องใช้ทักษะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน

นอกจากนี้ ผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ยังสอดคล้องกับวรรณกรรมทฤษฎีวิระปรกรณ์ (2555) ที่ทำการศึกษาผลการพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนประจำในจังหวัดชลบุรี ผ่านกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา มีการทดสอบก่อน หลัง และระยะติดตามผลหลังอบรมเป็นเวลา 1 เดือน และผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้ารับการฝึกอบรม (กลุ่มทดลอง) มีคะแนนคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา ภายหลังอบรม และระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนเข้ารับการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) การทดสอบว่า สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมสูงกว่าสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่กลุ่มควบคุม พบว่า ในระยะก่อนการทดลอง สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านความรู้ และด้านทักษะระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน ส่วนสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านเจตคติของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม แสดงให้เห็นว่า ก่อนที่จะมีการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความรู้ และทักษะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนไม่แตกต่างกัน แต่มีเจตคติในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนที่แตกต่างกัน โดยที่กลุ่มทดลองมีเจตคติในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุมเพียงเล็กน้อย ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะนักศึกษา

ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมต่างมีความสมัครใจประสงค์ที่จะพัฒนาตนเองในการเป็นผู้ให้การปรึกษาแก่เพื่อน จึงทำให้มีคะแนนเจตคติในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนที่ค่อนข้างสูง แต่ที่นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนเจตคติในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนที่สูงกว่ากลุ่มควบคุมเล็กน้อย อาจเป็นเพราะนักศึกษากลุ่มทดลอง มีความรู้สึกรู้ว่าตนเองจะได้เข้าร่วมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาให้ตนเองกลายเป็นผู้ให้การปรึกษาแก่เพื่อน

ในระยะเวลาหลังการทดลอง สมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนโดยรวมทั้ง 3 ด้านของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และแสดงให้เห็นว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีความรู้เกี่ยวกับการให้การปรึกษา เจตคติในการให้การปรึกษา และทักษะในการให้การปรึกษาสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมใดๆ ซึ่งผลการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 นั้นสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Tindall & Gray (1985 อ้างถึงใน กฤตวรรณ คำสม, 2554) ที่เปรียบเทียบความสามารถในการเป็นผู้ให้การปรึกษารายบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ระหว่างนักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมทางการให้การปรึกษาและนักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมใดๆ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกอบรมในการให้การปรึกษา (กลุ่มทดลอง) มีคะแนนในการเป็นผู้ให้การปรึกษาสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมใดๆ (กลุ่มควบคุม) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ว่า การที่โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น สามารถใช้เพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น เนื่องจากปัจจัยสำคัญดังต่อไปนี้

1. นักศึกษาที่เข้าร่วมการฝึกอบรมทุกคนต่างมีความสมัครใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกอบรม จึงทำให้นักศึกษาทุกคนมีความพร้อมที่จะเรียนรู้และพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน

2. โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพและการประเมิน จากผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งผู้วิจัยได้ปรับปรุงและแก้ไข รวมทั้งได้ทำการทดลองใช้ก่อน การนำโปรแกรมมาใช้จริง เพื่อให้โปรแกรมการฝึกอบรมมีประสิทธิภาพสูงสุด

3. ผู้วิจัยได้เรียงลำดับการพัฒนาสมรรถนะทั้ง 3 ด้านให้เป็นไปตามธรรมชาติ ของการฝึกอบรม โดยเริ่มจากการสร้างสัมพันธภาพ การพัฒนาเจตคติ การพัฒนา ความรู้ และการพัฒนาทักษะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนตามลำดับ

4. สถานที่ที่ใช้ในการฝึกอบรมมีความสะดวกสบายเอื้อแก่การเรียนรู้ เนื่องจากอยู่ในบริเวณมหาวิทยาลัย อีกทั้ง ผู้วิจัยทำการฝึกอบรมในช่วงเวลาเย็น หลังเลิกเรียน จึงไม่เป็นการรบกวนเวลาเรียนของนักศึกษาที่เข้าร่วมการฝึกอบรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้ การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ นั้น สามารถนำไปใช้เป็น เครื่องมือในการวัดและพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนของนักศึกษามหาวิทยาลัยอื่นๆ ได้ โดยในการพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ของนักศึกษานั้นจำเป็นที่จะต้องพัฒนาสมรรถนะให้ครบทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ ด้านเจตคติ และด้านทักษะ อีกทั้ง ผู้ที่มีความประสงค์จะนำโปรแกรมการฝึกอบรม ไปใช้ จำเป็นจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการให้การปรึกษา และโปรแกรมการฝึกอบรมเป็นอย่างดี เนื่องจากโปรแกรมนี้เป็นโปรแกรมเฉพาะทาง ด้านจิตวิทยาการให้การปรึกษา

สำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นเกี่ยวข้องกับการให้การปรึกษา หรือ การศึกษา ควรจัดให้มีการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน

โดยใช้โปรแกรมการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เนื่องจากการจัดให้มีการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนจะเป็นการช่วยให้นักเรียนและนักศึกษาสามารถใช้การให้การปรึกษาในการช่วยเหลือแก่เพื่อนของตนเองก่อนในเบื้องต้นได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ในการวิจัยครั้งต่อไป อาจใช้เวลาในการพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนด้านเจตคติมากขึ้น เนื่องจากเจตคติเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ยาก และต้องใช้เวลานาน นอกจากนี้ การวิจัยครั้งนี้เป็นการพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน ซึ่งเป็นรูปแบบการให้การปรึกษารายบุคคล ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไปอาจจะศึกษาและพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษากลุ่มแก่เพื่อน อีกทั้งการพัฒนาในการวิจัยครั้งนี้เป็นการพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อน โดยใช้โปรแกรมการฝึกอบรม ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไปอาจเปลี่ยนรูปแบบเป็นการพัฒนาโดยใช้การให้การปรึกษากลุ่ม และควรมีการศึกษาและพัฒนาสมรรถนะในการให้การปรึกษาแก่เพื่อนในกลุ่มประชากรอื่นๆ ด้วย

บรรณานุกรม

- กฤตวรธณ คำสม. (2554). การศึกษาและการพัฒนาสมรรถนะของนักศึกษาในการให้คำปรึกษาแก่เพื่อน. (ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ)
- เกียรติสุตา ศรีสุข. (2552). **ระเบียบวิธีวิจัย**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). เชียงใหม่ : ครองช้างพริ้นติ้ง.
- เทอดศักดิ์ ไชยสมปาน. (2553). **ปัญหาการศึกษาไทยและแนวทางการแก้ไข**. สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2558 จาก <https://www.gotoknow.org/posts/409185>.
- นพมาศ อึ้งพระ. (2553). **จิตวิทยาสังคม**. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- นารี จิตรรักษา. (2549). **พัฒนาการวัยรุ่น**. เชียงราย : มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. (2527). **การทดสอบแบบอิงเกณฑ์ : แนวคิดและวิธีการ**. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุญ. (2551). **ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ**. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เพ็ญสุวรรณ์ นาคะปรีชา. สัมภาษณ์, 27 มิถุนายน 2559.
- วรรณิ์ แกมเกตุ. (2555). **วิธีวิทยาการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์** (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรากร ทรัพย์วิระพรรณ. (2555). การพัฒนาคุณลักษณะเยาวชนเพื่อนที่ปรึกษา สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในโรงเรียนประจำ จังหวัดชลบุรี. **วารสารศึกษาศาสตร์**, 23(2), 204.
- วัชร ทรัพย์มี. (2533). **ทฤษฎีและกระบวนการให้บริการปรึกษา : Theories and process of counseling**. กรุงเทพฯ : ทบวงมหาวิทยาลัย.
- วิทยากร เชียงกุล. (2552). **จิตวิทยาวัยรุ่น : ก้าวข้ามปัญหาและพัฒนาศักยภาพด้านบวก**. กรุงเทพฯ : สายธาร.
- สมพิศ นิชลานนท์, บรรณาธิการ. (2532). **เอกสารการสอนชุดวิชา พฤติกรรมวัยรุ่น**. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- อาภรณ์ รัตน์มณี. (2553). **ทำไมระบบการศึกษาไทยจึงพัฒนาช้า**. สืบค้นเมื่อ 4 มีนาคม 2558 จาก http://www.mcu.ac.th/site/articlecontent_desc.php?article_id=878&articlegroup_id=203.
- โอษฐ์ วาริรักษ์ และ อุษา จารุสวัสดิ์. (2545). **จิตวิทยาครอบครัว เล่ม 2** (พิมพ์ครั้งที่ 2). เชียงใหม่ : โรงพิมพ์แสงศิลป์.
- Abdalaheem Al- Nawayseh, F. (2014). **Measuring the Influence of Self-Efficacy, Fear of Stigma, Prior Counseling Experience, on College Students' Attitudes toward Psychological Counseling**.

Retrieved March 17, 2015 from <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:QJKabu7odX0J:www.sapub.org/global/showpaperpdf.aspx%3Fdoi%3D10.5923/j.ijap.20140405.04+&cd=1&hl=th&ct=clnk&gl=th>.

- Corey, G. (2005). **Theory and Practice of Counseling & Psychotherapy**. (7th ed). California : Thomson Brooks/Cole.
- Freeman, T., Hoikala, W., Ingraham, S., & Schwartz, R. (2006). **Peer Counseling Training**. Texas : The University of Texas at Austin.
- Halter, M. J. (2002). **The influence of stigma on help seeking attitudes for depression**. Unpublished doctoral dissertation, Duquesne University, Pittsburgh, Pennsylvania.
- Maichan, S. (2005). **Attitudes toward counseling among cabin attendants of Thai airways international airlines. A protection motivation theory approach** (Master's thesis). Assumption University, Thailand.
- Maio, G. R., & Haddock, G. (2010). **The psychology of attitudes and attitude change**. London : SAGE.
- Spacapan, S., & Oskamp, S. (eds.). (1992). **Helping and being helped : Naturalistic studies**. California : SAGE.

Translated Thai References

- A-porn Ratmanee. (2010). **Why Thai educational system develop so slowly?** Retrieved March 4, 2015 from http://www.mcu.ac.th/site/articlecontent_desc.php?article_id=878&articlegroup_id=203. [in Thai].

- Boonchoed Pinyo-arnantapong. (1984). **Criterion-referenced test: Concept and method**. Bangkok : Odeon store. [in Thai].
- Kiatsuda Srisuk. (2009). **Research methodology**. (3rd ed). Chiang Mai : Krongchang printing. [in Thai].
- Krittawan Khamson. (2011). **A study and development of student's competency in peer counseling**. (Thesis for Master's Degree, Srinakharinwirot University). [in Thai].
- Naree Jitraksa. (2006). **Adolescent development**. Chiang Rai : Chiang Rai Rajabhat University. [in Thai].
- Noppamas Ungpra. (2010). **Social psychology**. Bangkok : Thammasat University. [in Thai].
- O-sot Wareerak, & U-sa Jarusawat. (2002). **Family psychology version 2**. (2nd ed). Chiang Mai : Sangsilp Printing House. [in Thai].
- Pantip Siriwannabutr. (2008). **Developmental psychology theories**. Bangkok : Chulalongkorn University. [in Thai].
- Pensuwan Nakapreecha. Personal interview, June 27, 2016. [in Thai].
- Sompich Nichlanon. (Editor). (1989). **Handout in adolescent behavior subject**. Nonthaburi : Sukhothai Thammathirat Open University. [in Thai].
- Thoedsak Chaisompan. (2010). **Thai study problem and the solution**. Retrieved March 4, 2015 from <https://www.gotoknow.org/posts/409185>. [in Thai].
- Wanee Kamket. (2012). **Research methodology in behavioral sciences**. (3rd ed). Bangkok : Chulalongkorn University Printing House. [in Thai].

- Warakorn Subwirapakorn. (2012). Development of characteristic of youth peer counselor for lower secondary school students in a boarding school at Chonburi province. **Journal of Education.** 23(2). 204. Retrieved June 6, 2016 from Journal of Education Database, Burapha University. [in Thai].
- Watcharee Submee. (1990). **Theories and process of counseling.** Bangkok : Ministry of University Affairs. [in Thai].
- Wittayakorn Chiengkul. (2009). **Adolescent psychology: Step over the problem and develop the positive potential.** Bangkok : Sai-tarn. [in Thai].