

## ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง การให้คำปรึกษา

**คำชี้แจง :** ให้ผู้เรียนศึกษาใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง การให้คำปรึกษา เพื่อเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจในจรรยาบรรณของวิชาชีพทางการศึกษา (หมวด ๓ จรรยาบรรณต่อผู้รับบริการ) ข้อ ๓ “ผู้ประกอบวิชาชีพทางการศึกษา ต้องรักเมตตา เอาใจใส่ ช่วยเหลือ ส่งเสริม ให้กำลังใจแก่ศิษย์ และผู้รับบริการ ตามบทบาทหน้าที่ โดยเสมอหน้า”

**ประเด็น :** การให้คำปรึกษา

### การให้คำปรึกษา

#### ความหมายของการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษา หมายถึง กระบวนการให้ความช่วยเหลือ ติดต่อสื่อสารกันด้วยวาจาและกิริยาท่าทางที่เกิดจากสัมพันธภาพทางวิชาชีพของบุคคลอย่างน้อย ๒ คน คือ ผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาในที่นี้หมายถึง ครูที่มีคุณลักษณะที่เอื้อต่อการให้คำปรึกษา มีความรู้และทักษะในการให้คำปรึกษา ทำหน้าที่ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับคำปรึกษาหรือนักเรียน ซึ่งเป็นผู้ที่กำลังประสบความยุ่งยากใจ หรือมีความทุกข์และต้องการความช่วยเหลือให้เข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม ให้มีทักษะในการตัดสินใจ และหาทางออกเพื่อลดหรือขจัดความทุกข์ ความยุ่งยากใจด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ (George & Cristiani, ๑๙๙๕)

#### วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา

- การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยนักเรียนในเรื่องต่อไปนี้
๑. สำรวจตนเอง และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ และเข้าใจ
  ๒. ลดระดับความเครียด และความไม่สบายใจที่เกิดการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม
  ๓. พัฒนาทักษะทางด้านสังคม ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการจัดการกับปัญหาให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
  ๔. เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทิศทางที่พึงประสงค์ เช่น มีความรับผิดชอบในหน้าที่ต่างๆ มากขึ้น มีพฤติกรรมการเรียนที่ดี และสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดีขึ้น

#### ประเภทของการให้คำปรึกษา

- การให้คำปรึกษาสามารถแบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ
๑. การให้คำปรึกษารายบุคคล คือ การให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงครั้งละ ๑ คน
  ๒. การให้คำปรึกษากลุ่ม คือการให้การช่วยเหลือแก่นักเรียนจำนวนตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไป ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงในเรื่องที่คล้ายคลึงกัน หรือมีความต้องการที่จะพัฒนาตนเองในเรื่องเดียวกัน โดยใช้ความสัมพันธ์และอิทธิพลของกลุ่มในการช่วยเหลือสมาชิกในด้านกำลังใจ ความเห็นอกเห็นใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับ และข้อเสนอแนะ เพื่อให้สมาชิกเข้าใจตนเอง เข้าใจปัญหา ได้แนวทางแก้ไขปัญหา หรือพัฒนาตนจากการพูดคุยและพิจารณา ร่วมกันในกลุ่ม จำนวนสมาชิกในกลุ่มควรอยู่ระหว่าง ๘-๑๒ คน ซึ่งจะทำการให้คำปรึกษามีประสิทธิภาพ

เพราะสมาชิกมีโอกาสสร้างปฏิสัมพันธ์กันได้ทั่วถึง และมีส่วนร่วมในการรับและให้ความช่วยเหลือในกลุ่มได้อย่างเต็มที่

### ข้อควรคำนึงในการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษาแก่นักเรียนครูควรปฏิบัติดังนี้ (Faiver, Eisengart and Colonna, ๑๙๙๕)

๑. ตรงต่อเวลานัดหมายทั้งเริ่มต้น และสิ้นสุดการให้คำปรึกษา โดยทั่วไปแล้วการให้คำปรึกษาแต่ละครั้ง ควรใช้เวลา ๔๕-๕๑ นาที สำหรับการให้คำปรึกษารายบุคคล และ ๖๑-๙๑ นาที สำหรับการให้คำปรึกษากลุ่ม และควรอยู่ในช่วงระยะเวลาไม่เกิน ๓ เดือน ต่อราย หรือต่อกลุ่มรวมทั้งหลีกเลี่ยงการนัดหมายอื่นๆ

๒. ให้ความสำคัญกับภาษาท่าทางของนักเรียนให้มาก หากพบว่าคำพูดกับท่าทางของนักเรียนขัดแย้งกัน ให้เชื่อภาษาท่าทางและสะท้อนกลับให้นักเรียนรับรู้ เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจตัวเองมากขึ้น เช่น “เธอบอกว่าเธอเสียใจกับเรื่องนี้มาก แต่ขณะที่เธอพูดว่าเสียใจ ครูเห็นเธอยิ้ม จริงๆ แล้วเธอรู้สึกอย่างไร”

๓. หลีกเลี่ยงการถามข้อมูลทีละเล็กละน้อย หรือเจาะจงเกินไป เพราะอาจทำให้นักเรียนอึดอัดใจ และไม่ให้ความร่วมมือในการปรึกษาได้

๔. หลีกเลี่ยงการแนะนำให้นักเรียนปฏิบัติตามความเห็นของครู เพราะนักเรียนอาจเคยปฏิบัติในสิ่งที่ครูแนะนำมาแล้วแต่ไม่ประสบความสำเร็จ หรืออาจเป็นคำแนะนำที่นักเรียนไม่ต้องการ ซึ่งจะทำให้นักเรียนหลีกเลี่ยงที่จะมารับคำปรึกษาต่อไป

๕. หลีกเลี่ยงการเกิดอารมณ์ร่วมและการเห็นชอบกับพฤติกรรมของนักเรียนที่จะเป็นการเสริมแรงให้นักเรียนคิดและทำพฤติกรรมเหมือนเดิมทำให้นักเรียนไม่มีโอกาสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

๖. ไม่ควรรีบด่วนที่จะสรุปและแก้ปัญหา โดยที่นักเรียนไม่มีโอกาสได้สำรวจปัญหา และสาเหตุมากพอ

๗. หลังจากการให้คำปรึกษาแต่ละครั้งแล้ว ครูควรบันทึกผลการให้คำปรึกษาไว้เพื่อเป็นข้อมูลในการให้คำปรึกษาต่อไป

๘. ต้องรักษาความลับ และประโยชน์ของนักเรียน โดยต้องระมัดระวังที่จะไม่นำเรื่องราวของนักเรียนไปพูดในที่ต่างๆ แม้จะไม่เอ่ยชื่อก็ตาม เพราะคนฟังอาจปะติดปะต่อเรื่องราวเอง หรือสอบถามกันจนรู้ว่าเป็นเรื่องราวของนักเรียนคนใด ซึ่งจะส่งผลเสียหายต่อนักเรียนดังกล่าว และกระทบถึงความน่าเชื่อถือไว้วางใจของระบบการให้คำปรึกษาได้

### คุณลักษณะของครูผู้ให้คำปรึกษา

ครูผู้ที่จะทำหน้าที่ให้คำปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพควรมีลักษณะส่วนตัว ดังต่อไปนี้ (จิ้น แปรี่, ๒๕๓๘)

1. รู้จัก และยอมรับตนเอง
2. อุดหนุน ใจเย็น
3. จริงใจ และตั้งใจช่วยเหลือผู้อื่น
4. มีท่าทีที่เป็นมิตร และมองโลกในแง่ดี
5. ไวต่อความรู้สึกของผู้อื่น และช่างสังเกต
6. ใช้คำพูดได้เหมาะสม
7. เป็นผู้รับฟังที่ดี

นอกจากนี้ยังควรมีคุณลักษณะที่สำคัญ คือ มีบุคลิกภาพที่ดี และการรักษาความลับ

**กล่าวโดยสรุป** การให้คำปรึกษานักเรียนคือการให้ความช่วยเหลือนักเรียนซึ่งเป็นผู้ที่กำลังประสบความทุกข์และต้องการความช่วยเหลือ โดยการติดต่อสื่อสารกันด้วยวาจาและกิริยาท่าทาง ที่เกิดจาก

สัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน เพื่อลดหรือขจัดความทุกข์ ความยุ่งยากใจ การให้คำปรึกษาให้  
ความสำคัญกับภาษาท่าทางของนักเรียน หลีกเลี่ยงการถามข้อมูลที่มาให้นักเรียนรู้สึกอึดอัด หลีกเลี่ยงการ  
แนะนำให้นักเรียนปฏิบัติตามความเห็นของครู ไม่ด่วนสรุปปัญหาที่พบ และต้องรักษาความลับของนักเรียน

\*\*\*\*\*

### เอกสารอ้างอิง

- จิ้น แบรี่. (๒๕๓๘). **คู่มือการฝึกทักษะให้คำปรึกษา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- George, R.L., & Cristiani, S. (๑๙๙๕). *Counseling, theory and practice*. Boston: Allyn and Bacon Publishers.
- Faiver, C., Eisengart, S., & Colonna, R. (๑๙๙๕). *The counselor intern's handbook*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.