

# คู่มืออาจารย์ที่ปรึกษา



คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก



# ส่วนที่ 1 อาจารย์ที่ปรึกษา

## บทนำ

การศึกษาเป็นปัจจัยสำคัญต่อความเจริญก้าวหน้าของบุคคล สังคม และประเทศชาติ เป็น ต้นทุนหลักต่อการดำรงชีวิตในโลกในยุควรรษที่ 21 อันเป็นยุคของการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและ ท้าทายอย่างไร้พรมแดน เมื่อบุคคลได้รับการเตรียมพร้อมให้มีความรู้เท่าทันต่อลักษณะของสังคม เทคโนโลยี และการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นจะทำให้สามารถใช้ความรู้ความสามารถในการพัฒนาตนเอง ปรับตนเอง รับผิดชอบต่อตนเองและสังคม พร้อมกับช่วยเหลือผู้อื่น สถาบันอุดมศึกษาซึ่งมีหน้าที่หลักในการพัฒนา ศักยภาพของมนุษย์ของประเทศ และสร้างพลเมืองโลก ที่ดี หากแต่การที่นักศึกษาที่เข้าสู่กระบวนการศึกษา ระดับอุดมศึกษานั้นมิใช่ทุกคนที่จะประสบ ความสำเร็จเป็นบัณฑิตเนื่องจากได้รับผลกระทบจากความ เปลี่ยนแปลงของสังคมที่เปลี่ยนผ่านจาก ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายก้าวเข้าสู่การเป็นผู้ใหญ่ซึ่งนอกจากจะมี ลักษณะการจัดการศึกษาที่ แตกต่างกัน ลักษณะกลุ่มสังคมเข้าสู่สถานศึกษาใหม่ทำให้ต้องมีการปรับตัวเข้ากับ การเรียน หรือ เพื่อนใหม่ สังคมแบบใหม่ ซึ่งนักศึกษาอาจไม่สามารถปรับตัวได้ก่อให้เกิดความคับข้องใจ เกิดปัญหา อุปสรรคต่อชีวิตและการเรียน ก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หรือเกิดการออกกลางคัน ที่ก่อให้เกิด การสูญเสียเปล่าทางการศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา และ มหาวิทยาลัยจึงตระหนักถึงความสำคัญยิ่งของ ปัจจัย ปัญหาเหล่านี้ จึงต้องจัดให้มีระบบการช่วยเหลือให้ผู้เรียนปรับตัว แนะนำการปฏิบัติตัว และ ช่วยเหลือ ให้คำแนะนำ คำปรึกษาเมื่อนักศึกษาประสบปัญหา ช่วยพัฒนาศักยภาพนักศึกษาและช่วยให้ นักศึกษาเรียน อย่างมีความสุขและจบการศึกษาอย่างมีคุณภาพ โดยเรียกว่า **ระบบอาจารย์ที่ปรึกษา**

อาจารย์ที่ปรึกษาเปรียบเสมือนผู้ปกครองของนักศึกษาเมื่อเข้าสู่รั้วมหาวิทยาลัยซึ่งนักศึกษา ที่แต่ละคนย่อมมีความแตกต่างกันไป หากอาจารย์ที่ปรึกษารู้จักและเข้าใจตลอดจนรับรู้ความเป็นไป ในวิถีชีวิตของ นักศึกษา ก็ย่อมจะช่วยชีวิตนักศึกษา และช่วยให้อาจารย์ที่ปรึกษาสามารถช่วยให้เกิดการ พัฒนาตนเองในด้าน ต่างๆ ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมและสิ่งที่สำคัญ อย่างยิ่ง คือ นักศึกษาจะรู้สึก อบอุ่นใจ ยามที่เผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคซึ่งส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตไม่ว่าจะเป็นด้านใด ก็ตามเมื่อมีอาจารย์ที่ ปรึกษาที่รับรู้ และคอยแนะนำ ให้คำปรึกษาหาทางช่วยเหลือให้นักศึกษานักศึกษา ย่อมเกิดกำลังใจว่ามีผู้ใหญ่อีกท่านหนึ่งที่ คอยดูแลและเข้าใจ

ดังนั้นเพื่อให้อาจารย์ที่ปรึกษาสามารถดูแล ให้คำแนะนำ คำปรึกษาและพัฒนา นักศึกษาได้ อย่างถูกต้อง เหมาะสมและเป็นไปตามนโยบายการจัดการศึกษาของมหาวิทยาลัยจึงมีความจำเป็น อย่างยิ่งที่อาจารย์ ต้องได้รับการเสริมสร้างความรู้ ทักษะต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติงานอาจารย์ที่ปรึกษาอันจะนำมา ซึ่งประโยชน์สูงสุดต่อนักศึกษาและการศึกษาของประเทศต่อไป

## วัตถุประสงค์ของงานอาจารย์ที่ปรึกษา

1. เพื่อให้สร้างความอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่ง และช่วยเหลือให้แก่นักศึกษาในทุกด้าน
2. เพื่อให้คำปรึกษาแนะนำด้านวิชาการและวิชาชีพซึ่งจะทำให้ นักศึกษาสามารถศึกษาจนสำเร็จครบตามหลักสูตร
3. เพื่อสนับสนุนด้านการบริหารของมหาวิทยาลัย ช่วยให้นักศึกษามีความเข้าใจกฎระเบียบ ข้อบังคับต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย รวมถึงบริการและสวัสดิการต่าง ๆ ที่มหาวิทยาลัยจัดให้กับนักศึกษา
4. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ ความเข้าใจอันดีให้เกิดขึ้นระหว่างนักศึกษา อาจารย์ และ มหาวิทยาลัย

## ความสำคัญของอาจารย์ที่ปรึกษา

การที่จะได้มาซึ่งบัณฑิตตามที่มหาวิทยาลัยมุ่งหวังนั้น จะต้องผ่านกระบวนการของการผลิต บัณฑิต ซึ่งปัจจัยหนึ่งที่สำคัญเป็นอย่างมากของกระบวนการนั้นคือ อาจารย์ เพราะบทบาทหลักของ อาจารย์คือ การสอนให้ความรู้แก่นักศึกษา แต่ยังมีบทบาทที่มีความสำคัญเช่นกันที่ส่งผลต่อนักศึกษา ด้วยเช่นกัน คือ การเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาเนื่องจากเป็นตัวแทนที่ได้รับแต่งตั้งจากมหาวิทยาลัยในการ ดูแลนักศึกษาเฉพาะกลุ่ม ซึ่งจะมีความใกล้ชิดกับนักศึกษาเป็นบทบาทที่สำคัญต่อความสำเร็จของ นักศึกษาเนื่องจากเป็นผู้ดูแลทั้งทางการศึกษาและพฤติกรรม ทักษะชีวิตโดยการดูแลให้คำปรึกษา แนะนำ ชี้แนะ ตักเตือนนักศึกษาในระหว่างที่ศึกษาอยู่เพื่อให้สามารถก้าวข้ามอุปสรรคต่าง ๆ รวมถึง สามารถเลือกหนทางต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิต ทั้งทางด้าน การเรียน การปรับตัวต่อการใช้ชีวิต ส่วนตัว และชีวิตสังคม เพื่อส่งผลต่อการใช้ชีวิตการเรียนอย่างมีความสุขประสบความสำเร็จ ตลอดจน พัฒนาตนเองให้เป็นคนที่มีสมบูรณ์ทั้งด้านความรู้ อารมณ์ ร่างกายและจิตใจตามเป้าหมายของการ พัฒนาคนของประเทศ

เนื่องจากบทบาทของอาจารย์ที่ปรึกษาส่งผลอย่างยิ่งต่อความสำเร็จของนักศึกษา ดังนั้น อาจารย์ที่ปรึกษาจึงต้องมีความตระหนักในความสำคัญของตนเองที่ส่งผลต่อนักศึกษา โดยต้องสร้าง ศักยภาพตนเองให้มีความพร้อมในการดูแลนักศึกษา โดยมีความรู้ความเข้าใจในหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ ความรู้ความเข้าใจในงาน อาจารย์ที่ปรึกษา รวมไปถึงบริบทต่าง ๆ ในการพัฒนานักศึกษา หรือ ให้บริการนักศึกษาที่มีอยู่ในกระบวนการผลิตบัณฑิตของมหาวิทยาลัย นอกจากการมีความรู้ในหน้าที่ งานแล้วยังต้องมีคุณลักษณะที่เหมาะสมเนื่องจากเป็นต้นแบบในการประพฤติปฏิบัติให้แก่ศึกษา เพื่อให้อาจารย์สามารถให้คำปรึกษา แนะนำ ดูแล กำกับให้ นักศึกษาได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ซึ่ง ส่งผลให้นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตในการเรียนได้ดีและทำให้การจัดการศึกษาของมหาวิทยาลัย ได้ผลสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

## คุณลักษณะอาจารย์ที่ปรึกษา

การที่อาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้ที่มีส่วนพัฒนานักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษาเป็นคนที่สมบูรณ์ ทั้งสติปัญญา อารมณ์ ร่างกายและจิตใจ รวมถึงการอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ความใกล้ชิดและ สัมพันธภาพที่มีต่อนักศึกษาทำให้อาจารย์ที่ปรึกษาส่งผลกระทบต่อ นักศึกษา ดังนั้นอาจารย์ที่ปรึกษา จึงพึงมีคุณลักษณะที่เหมาะสม เพื่อส่งผลที่ดีต่อการพัฒนาตนเองของนักศึกษาในการดูแล แบ่งเป็น 2 ประเด็นหลัก ดังนี้

### ด้านบุคลลิกภาพ

- เป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี เป็นกัลยาณมิตรใจกว้าง จริ่งใจมีอารมณ์มั่นคง เสียสละ เอา ใจใส่ ทำให้นักศึกษาเกิดความ อุ่นใจและไว้นือเชื่อใจ
- ขยันขันแข็ง อุทิศตนและเสียสละเวลาให้กับการเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ปฏิบัติตนตาม ระเบียบหน้าที่ และจรรยาบรรณของอาจารย์ที่ปรึกษามีจิตสำนึกของความเป็นอาจารย์มืออาชีพ
- ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและสามารถรับรู้ความรู้สึกของนักศึกษาได้ดี
- รับฟัง และวิเคราะห์ปัญหาด้วยความ เป็นกลาง กระจือหรือรับในการให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ มีเจตคติที่ดีในการช่วยเหลือ นักศึกษามีความคิดในเชิงบวก
- ให้ความเสมอภาคเท่าเทียมกันแก่นักศึกษาในความรับผิดชอบ
- เป็นบุคคลที่ยอมรับและพยายามแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองและพัฒนาตนเองใน การปฏิบัติงาน อย่างสม่ำเสมอ

### ด้านความรู้ความสามารถ

- เป็นผู้ที่มีความรู้อย่างกว้างขวางเข้าใจด้านวิชาการ โดยมีความรู้เกี่ยวกับกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ การลงโทษเบียนและด้านการเรียนของนิสิตนักศึกษา เรื่องหลักสูตรและเกณฑ์การสำเร็จตาม หลักสูตรและแผนการเรียน และระเบียบข้อบังคับประกาศหรือคำสั่งที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา กิจกรรม วินัย นักศึกษาและอื่นๆที่เกี่ยวข้อง
- มีความเข้าใจบทบาทหน้าที่ของอาจารย์ที่ปรึกษา/ขอบเขตความรับผิดชอบในการ ปฏิบัติงานอาจารย์ที่ปรึกษา
- เป็นคนที่สนใจเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอยู่เสมอทันต่อเหตุการณ์/มีความรู้และ ความเข้าใจสภาพสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมและการเมืองการปกครองมีความรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยี สารสนเทศและการสื่อสารทันสมัย
- มีทักษะในการสื่อสาร มีความสามารถในการใช้หลักจิตวิทยาความเป็นเหตุ เป็นผล เพื่อให้คำปรึกษา รู้กระบวนการ เข้าใจแนวคิดและมีทักษะการใช้เทคนิคการให้คำปรึกษา
- มีความรู้และความเข้าใจธรรมชาติของนิสิตนักศึกษา
- สามารถดูแลให้ความช่วยเหลือแก่นิสิตนักศึกษาเมื่อมีปัญหา มีความรู้เกี่ยวกับแหล่ง บริการต่าง ๆ ที่สามารถติดต่อขอความช่วยเหลือให้แก่ นักศึกษา

## จรรยาบรรณของอาจารย์ที่ปรึกษา

ในการให้คำปรึกษา แนะนำ ชี้แนะแนวทาง ช่วยเหลือ อบรมดูแลนักศึกษา มีหลักแห่ง จรรยาบรรณที่พึงปฏิบัติของอาจารย์ที่ปรึกษาดังนี้

- คำนึงถึงสวัสดิภาพและสิทธิประโยชน์ของนิสิตนักศึกษา
- พยายามช่วยเหลือนิสิตนักศึกษาด้วยความมีเมตตา กรุณา จริงใจและเต็มใจให้จนสุด ความสามารถ ให้เกียรติ ให้กำลังใจ
- รักษาความลับซึ่งข้อมูลส่วนตัวของนักศึกษา
- ยึดมั่นในหลักการที่ต้องปฏิบัติด้วยความเสมอภาคต่อนักศึกษาทุกคน ไม่ใช่ อำนาจครอบงำผิดทำนองคลองธรรมต่อนักศึกษา
- มีปัญหาเกินความสามารถที่จะช่วยเหลือได้ ดำเนินการส่งต่อนักศึกษาไปยัง ผู้เชี่ยวชาญทางด้านนั้น โดยตรง
- มีความรับผิดชอบต่อองค์กรโดยไม่วิพากษ์วิจารณ์ทั้บถม หรือพูดจาในทางก่อให้เกิด ความเสื่อมเสียแก่บุคคล สถาบันหรือก่อให้เกิดความแตกร้างระหว่างบุคคลและสถาบันให้นักศึกษา รับทราบ
- พึ่งมีจรรยาบรรณต่อตนเอง มีศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความ ซื่อสัตย์สุจริตและพัฒนาตนเพื่อปฏิบัติหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล
- เป็นแบบอย่างในการประพฤติตนเป็นคนดี มีศีลธรรมจรรยาที่ดั่งงามเหมาะสมกับ วิชาชีพครู และปฏิบัติตนด้วยความรับผิดชอบต่อตนเอง ผู้อื่น สังคม และประเทศชาติ

## บทบาทหน้าที่ของอาจารย์ที่ปรึกษา

การปฏิบัติงานอาจารย์ที่ปรึกษาในการดูแลนักศึกษาในความรับผิดชอบตามที่ได้รับ มอบหมาย พึ่งปฏิบัติต่อนักศึกษาในด้านวิชาการ และด้านการใช้ชีวิต ดังนี้

ด้านวิชาการอาจารย์ที่ปรึกษามีหน้าที่ ดังนี้

1. อธิบายหลักสูตรแผนการเรียน ให้คำแนะนำและวิเคราะห์ผลการเรียนและให้ คำปรึกษาเกี่ยวกับการลงทะเบียนเรียน การเลือกวิชาเรียน การเพิ่ม-ถอนรายวิชา การย้ายสาขาวิชาเรียน และการตรวจสอบรายวิชาให้ครบหลักสูตรตามกฎระเบียบที่ถูกต้องของ สถาบัน
2. ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเรียน วิธีการเรียน การศึกษาค้นคว้า การจัดเวลาเรียน และพฤติกรรมกรเรียนรวมถึงการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในการศึกษาตามสภาพความเป็นจริงภายใต้ ความถูกต้องตามกฎระเบียบ ข้อบังคับ
3. มีความรู้ เข้าใจและแนะนำที่ถูกต้องเกี่ยวกับระบบ ระเบียบการลงทะเบียนรายวิชา เรียน การวัดผล ประเมินผล การคิดเกรดเฉลี่ย ระเบียบ ข้อบังคับอื่นๆ เกี่ยวกับหลักสูตรและวิชาการ
4. ให้ความดูแลใส่ใจกับผลการเรียนของนักศึกษาอย่างใกล้ชิด และให้คำปรึกษาเป็นพิเศษสำหรับผู้ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมต่ำกว่า 2.00
5. ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น และแนะนำเกี่ยวกับอาชีพ การเตรียมอาชีพ ข้อมูลแหล่งวิทยาการอาชีพที่ทันสมัย

6. พิจารณาคำร้องเกี่ยวกับงานวิชาการด้วยความเป็นธรรมและรวดเร็วโดยคำนึงถึง ประโยชน์แก่นักศึกษา
7. จัดเวลาการเข้าพบเพื่อให้คำปรึกษาด้านวิชาการในช่วงแห่งการลงทะเบียนรายวิชา เรียน เพิ่ม-ถอนรายวิชา หรือจัดตารางเวลานัดพบในแต่ละภาคเรียน

ด้านการใช้ชีวิตอาจารย์ที่ปรึกษามีหน้าที่ ดังนี้

1. ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหา/การปรับตัว ให้คำปรึกษาเบื้องต้นทางด้านสุขภาพ ร่างกายและจิตใจ และการดำเนินชีวิตอย่างปลอดภัย
2. ปัญหาใดที่เกินความสามารถที่จะช่วยเหลือได้ก็ควรส่งต่อนิสิตนักศึกษาไปรับบริการ จากผู้เชี่ยวชาญทางด้านนั้นโดยตรง
3. ให้คำปรึกษาแนะนำทางด้านคุณธรรมจริยธรรมตาม การพัฒนาศักยภาพของ นักศึกษาปรัชญาของ มหาวิทยาลัย และดูแลความประพฤติของนักศึกษาและพิจารณาตักเตือนนิสิต นักศึกษาที่มีความประพฤติไม่เหมาะสม
4. ให้ข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่เป็นประโยชน์และจรรยาบรรณแห่งวิชาชีพที่ศึกษา
5. ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เพื่อการพัฒนานักศึกษา
6. ประสานงานกับผู้ปกครองนิสิตนักศึกษาเมื่อนิสิตนักศึกษา มีปัญหา

## ส่วนที่ 2 จิตวิทยาเบื้องต้นและเทคนิคการให้คำปรึกษา

ผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาและลักษณะพฤติกรรมของนักศึกษารุ่นใหม่ การเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาเรียกได้ว่าเป็นการจัดการศึกษาให้กับคนที่กำลังจะเป็นผู้ใหญ่ หรือ เป็นผู้ใหญ่แล้ว (อายุ 20 ปีขึ้นไป) โดยช่วงของอายุที่ผู้กำลังศึกษาอยู่ในสถาบัน ระดับอุดมศึกษาใช้เวลาศึกษาอยู่ในสถาบันประมาณ 4 หรือ 5 ปีตามกำหนดเวลาของหลักสูตรจนจบ หลักสูตร จึงอยู่ในช่วงอายุ 17 - 22 ปีขึ้นไป นับได้ว่าเป็นผู้ใหญ่พอสมควรแล้ว การศึกษาในระดับอุดมศึกษาจึงเป็นช่วงที่สำคัญอย่างยิ่งต่อการสร้างและพัฒนาคนให้เป็นคนที่สมบูรณ์ของสังคม เพราะครอบคลุมตั้งแต่ช่วงการเริ่มต้นเป็นผู้ใหญ่ และช่วงการพัฒนาเข้าสู่การเป็นผู้ใหญ่เต็มที่ ซึ่งวัยของผู้เรียนเรียกได้ว่าช่วงวัยรุ่น (ช่วงอายุ 12 - 21 ปี) ซึ่งวัยนี้เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งร่างกาย อารมณ์-สังคมและสติปัญญาอย่างชัดเจน เป็นวัยที่เป็นการพัฒนาเข้าสู่แบบบุคลิกภาพ เฉพาะตน โดยช่วงอายุ 18 - 21 ปีนี้เป็นช่วงวัยรุ่นตอนปลาย การพัฒนาจะช้าหรือเร็วนั้นขึ้นอยู่กับ พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมของแต่ละบุคคล วัยนี้จะมีพัฒนาการด้านอารมณ์-สังคม ที่พยายามในการ ค้นหาความต้องการ ความสามารถที่แท้จริงของตน ทำให้มีลักษณะนิสัยชอบอิสระ ชอบทดลอง เป็น ตัวของตัวเอง ดังนั้นสิ่งแวดล้อมด้านสังคม ด้านการจัดการเรียนการสอน และการพัฒนาผู้เรียนจึง ส่งผลต่อพฤติกรรมความคิดของผู้ที่ศึกษาเป็นอย่างยิ่ง

เมื่อศึกษาถึงพฤติกรรมของกลุ่มคนอายุช่วงนี้เพื่อสามารถทราบและเข้าใจถึงแนวความคิด การมองโลก พฤติกรรม ประสบการณ์ทางสังคม มุมมอง ค่านิยม ทักษะคิด และแนวโน้มการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะ ให้เข้าใจในวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยของการค้นหาเอกลักษณ์ของตนเอง และต้องการการยอมรับ เพื่อสามารถ จะได้เข้าใจพัฒนาการด้านอารมณ์ และสังคม ทำให้สามารถปรับทัศนคติที่มีต่อกันเพื่อลดความขัดแย้งจากพฤติกรรมที่ต่างรุ่นกัน รวมถึงทำให้เข้าใจธรรมชาติของนักศึกษาให้มากยิ่งขึ้น จะพบลักษณะ พฤติกรรมแยกตาม Generation ได้ดังนี้



# มาดูกัน... คน 8 เจเนอเรชัน คุณอยู่ในกลุ่มไหนนะ?

ปีเกิด

คนที่เกิดปี พ.ศ. 2426-2443

## 1. Lost Generation

เป็นยุคสงครามโลกครั้งที่ 1 ปัจจุบันคนกลุ่มนี้เสียชีวิตไปหมดแล้ว



คนที่เกิดปี พ.ศ. 2444-2467

## 2. Greatest Generation

คือยุคก่อนสงครามโลกครั้งที่ 2 เป็นยุคในการฟื้นฟูและพัฒนาเศรษฐกิจ ผู้คนในยุคนี้ จะมีความเป็นทางการสูง



คนที่เกิดปี พ.ศ. 2468-2488

## 3. Silent Generation

เป็นช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 พ่อติคนรุ่นนี้มีความจงรักภักดีต่อนายจ้าง และประเทศชาติสูง ผู้หญิงเริ่มออกมาทำงาน นอกบ้านกันมากขึ้น



คนที่เกิดปี พ.ศ. 2489 - 2507

## 4. Baby Boomer

ยุคสิ้นสุดสงครามโลกครั้งที่ 2 คนยุคนี้คือคนที่มียายุตั้งแต่ 49 ปีขึ้นไป เป็นคนที่มีชีวิตเพื่อการทำงาน ประหยัด อุดออม รอบคอบ



คนที่เกิดปี พ.ศ. 2508-2522

## 5. Generation X

เป็นยุคที่โลกมั่งคั่งแล้ว เป็นคนวัยทำงาน โดดเด่นกับการพัฒนาของวิดีโอเกม, คอมพิวเตอร์, เพลงฮิปฮอป และอาจทันดูทีวีจอขาวดำด้วย ชอบอะไรๆ ง่ายๆ ไม่ต้องเป็นทางการ เป็นตัวของตัวเองสูง มีความคิดสร้างสรรค์



คนที่เกิดปี พ.ศ. 2523-2540

## 6. Generation Y

เป็นยุคที่เทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ตเจริญรุ่งเรือง คนกลุ่มนี้ชอบงานด้านไอที มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถทำอะไรหลายๆ อย่างได้ในเวลาเดียวกัน เป็นคนมองโลกในแง่ดี ไม่ค่อยมีความอดทน



คนที่เกิดปี พ.ศ. 2540 ขึ้นไป

## 7. Generation Z

คือวัยของเด็กๆ นั่นเอง จะเติบโตมาพร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกมากมาย ที่อยู่แวดล้อม มีความสามารถในการใช้งานเทคโนโลยีต่างๆ และเรียนรู้ได้เร็ว



## 8. Generation C

คือกลุ่มคนยุคใหม่ที่ไม่ได้แบ่งตามอายุ

เหมือน 7 เจเนอเรชันข้างบน แต่จัดกลุ่มตามพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ตและโซเชียลเน็ตเวิร์ก มีพฤติกรรมเสพติดการเชื่อมต่อ/แชร์ได้ทุกเมื่อ



## พฤติกรรมของนักศึกษาที่อาจารย์ที่ปรึกษาควรใส่ใจเป็นพิเศษ

การดูแลนักศึกษาในที่ปรึกษาพึงดำเนินการตามขั้นตอนและการปฏิบัติที่พึงกระทำอย่างเสมอภาคและทั่วถึงกัน ไม่เลือกปฏิบัติต่อผู้ใดผู้หนึ่ง หากแต่อาจารย์ที่ปรึกษาอาจจะต้องสังเกตใน พฤติกรรมของนักศึกษาโดยรวมและหากพบพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป ที่เป็นสัญญาณให้ควรรหาโอกาส พูดคุย และช่วยเหลือให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาได้ทันเวลา อันจะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักศึกษาเป็นอย่างยิ่ง

สัญญาณที่อาจารย์ที่ปรึกษาควรสังเกตในตัวนักศึกษาคือ พฤติกรรมตลอดจนบุคลิกภาพบางอย่างที่ผิดไปจากเดิม ที่จะแสดงถึงภาวะจิตใจได้ในระดับหนึ่งแต่ไม่ทั้งหมดเช่น

- นักศึกษานั่งท้ายห้องเรียนคนเดียวเดินคนเดียวเกือบตลอดเวลา
- นักศึกษาผลการเรียนต่ำลง หรือขาดเรียน อย่างผิดปกติ
- นักศึกษามีสีหน้าเศร้าอยู่ตลอด ไม่ยิ้มแย้มแจ่มใส
- นักศึกษาไม่สนใจดูแลสุขอนามัยของตนเอง เช่น ผมเผ้ายุ่งเหยิง เสื้อผ้ายับยู่ยี่ ฯลฯ
- นักศึกษาไม่กล้าสบตาหรือประสานสายตา เวลาที่พูดคุยด้วย
- เพื่อนนักศึกษามาเล่าให้ฟังถึงความผิดปกติ หรือความเปลี่ยนไป
- นักศึกษามีความคิดแปลกไปจากคนอื่น เช่น รู้สึกว่าเพื่อนคนอื่นคิดไม่ดีกับตน มี เพื่อนนินทาตนเอง

## การให้คำปรึกษา

เมื่อบุคคลประสบภาวะที่มีปัญหาและไม่สามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้ส่งผลให้แสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสม มีความกังวล คับข้องใจ ซึ่งจะทำให้ความสามารถในการใช้เหตุผล การคิดและ การตัดสินใจลดลง การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการหนึ่งในการช่วยเหลือให้สามารถค้นพบทางออก หรือช่วยให้ภาวะปัญหาที่เกิดขึ้นคลี่คลายลง ดังนั้นผู้ทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษาจึงต้องมีความรู้และ ทักษะขั้นพื้นฐานที่จำเป็นในการให้คำปรึกษา เพื่อให้สามารถบรรลุเป้าประสงค์แห่งการให้คำปรึกษา

ขอบข่ายการให้คำปรึกษา ขอบข่ายของการให้คำปรึกษแก่นักศึกษาในที่ปรึกษาจะครอบคลุม 3 ด้าน คือ

ปัญหาทางด้านการศึกษา เพื่อช่วยให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ แนวทาง การศึกษา ตัดสินใจเลือกทางแก้ปัญหาการเรียนได้อย่างเหมาะสม พัฒนาการการเรียนดีขึ้น รวมไปถึง วางอนาคตทางการศึกษา การประกอบอาชีพ การเลือกวิชาเรียนเหมาะสมกับความสนใจ ความสามารถ ความถนัดของแต่ละคน

ปัญหาทางอาชีพ เพื่อช่วยให้เข้าใจโลกของงานอาชีพดียิ่งขึ้น เข้าใจโอกาสการ ประกอบอาชีพ การเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับคุณลักษณะและคุณสมบัติของตนเอง รวมไปถึงความสุข ใจในการประกอบอาชีพ

ปัญหาทางด้านส่วนตัวและสังคม เพื่อช่วยให้ปรับตัวการดำเนินชีวิตอยู่ใน ครอบครัว ในสถานศึกษา ในกลุ่มเพื่อนดีขึ้นและเกิดความเข้าใจตนเองด้านบุคลิกภาพ ค่านิยม ความ เชื่อ ให้เกิดการยอมรับตนเองและยอมรับผู้อื่นได้ สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดีทำงานร่วมกับผู้อื่นมี ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

การสร้างความสัมพันธ์ภาพที่ดีกับนักศึกษา สัมพันธภาพคือความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล อันจะก่อให้เกิดความรักความนับถือ ความร่วมมือ ที่จะสามารถทำให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข เทคนิคที่ใช้ในการการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างอาจารย์ที่ปรึกษาและนักศึกษาคือบทบาทของอาจารย์ที่ปรึกษาจะเป็นเพียงผู้ที่พร้อมจะรับฟังปัญหา ไม่มีการลงโทษ หรือ ตำหนิ เทคนิคนี้จะเป็นการสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความอบอุ่น ให้ความสนใจ ให้ ความเมตตา กรุณา และยอมรับในคุณค่าและความแตกต่างระหว่างบุคคล พยายามทำความเข้าใจ ปัญหา ความต้องการและความรู้สึกของนักศึกษานักศึกษา แสดงความจริงใจ และให้ความช่วยเหลือ อย่างเต็มใจเมื่อนักศึกษานักศึกษามาขอรับคำปรึกษา

### รูปแบบการให้คำปรึกษา

**การให้ปรึกษาแบบไม่นำทาง(Non Directive Counseling)** หรือแบบผู้รับ คำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง (Client Centered Counseling)นิยมใช้กับการให้คำปรึกษาที่เกี่ยวข้องกับ อารมณ์ ความรู้สึก โดยผู้ให้คำปรึกษาเพียงรับฟังและกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหา เข้าใจ ตนเอง เข้าใจสภาพแวดล้อม เพื่อให้เขาสามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง และพร้อมรับผิดชอบ การตัดสินใจของตนเอง

**การให้คำปรึกษาแบบนำทาง(Directive Counseling)** เป็นวิธีการที่นิยมใช้กับ ปัญหาที่ผู้รับคำปรึกษาไม่มีข้อมูลเพื่อการตัดสินใจหรือไม่สามารถวางแผนในการแก้ปัญหาของตนเองได้ วิธีการนี้ผู้ให้คำปรึกษากระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจในตนเอง เข้าใจปัญหาและเข้าใจสิ่งแวดล้อม โดย ผู้ให้คำปรึกษาต้องมีข้อมูล ความรู้กว้างขวางรวมถึงต้องรู้จักข้อมูลของผู้รับคำปรึกษาเป็นอย่างดี จึง จะสามารถช่วยให้คำแนะนำวางแผนการแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

**การให้คำปรึกษาแบบสายกลางหรือแบบผสม (Eclectic Counseling)** เป็นการนำวิธีแบบนำทางและไม่นำทางมาผสมกัน การใช้วิธีนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถ อยู่ในระดับสูง มีความรู้ความเข้าใจในทฤษฎีการให้คำปรึกษา และสามารถเลือกสรรเทคนิคที่เหมาะสมมาใช้กับแต่ละสถานการณ์ได้ดี วิธีการคือ ผู้ให้การปรึกษามีความยืดหยุ่นในการให้คำปรึกษา

สามารถพิจารณาเลือกวิธีการเลือกเทคนิคการให้คำปรึกษาให้เหมาะสมกับบุคคลที่ให้คำปรึกษาแต่ละคน หรือบุคคลเดิมแต่เป็นวิธีการใหม่ที่เหมาะสมต่อสถานการณ์

## เทคนิคการให้คำแนะนำและการให้คำปรึกษา

การให้คำแนะนำ (Advising) เป็นวิธีการที่อาจารย์ที่ปรึกษาใช้มากที่สุดสำหรับการช่วยเหลือให้นักศึกษานักศึกษา โดยสิ่งที่แนะนำนักศึกษาคือเป็นเรื่องกฎ ระเบียบ หรือวิธีปฏิบัติที่ ต้องดำเนินการอยู่เป็นประจำ เช่น การลงทะเบียนรายวิชาเรียน การเพิ่ม-ถอนรายวิชาเรียน หรือ ปัญหาอื่น ๆ ที่อาจารย์ที่ปรึกษาซึ่งเป็นผู้ที่มีประสบการณ์และวุฒิภาวะมากกว่าสามารถช่วยนักศึกษาได้

การให้คำปรึกษา (Counseling) เป็นกระบวนการในการให้ความช่วยเหลือให้ นักศึกษาเข้าใจตนเอง สภาพแวดล้อมและปัญหาที่เผชิญอยู่ เพื่อให้สามารถใช้ความเข้าใจมาแก้ปัญหา หรือตัดสินใจเลือกเป้าหมายในการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง เทคนิคสำคัญที่อาจารย์ที่ปรึกษา ควรทราบเพื่อใช้ในการให้คำปรึกษามีดังนี้

การฟัง เป็นเทคนิคที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับการรวบรวมข้อมูล เพื่อให้เกิด ความเข้าใจปัญหาและผู้รับ คำปรึกษา โดยต้องฟังด้วยความสนใจ จดจ่อในทุกคำพูดและฟังให้เข้าใจ หากไม่แน่ใจให้ตรวจสอบด้วยการ ชักถามเพื่อให้เกิดความเข้าใจให้ถูกต้อง ต้องฟังอย่างเปิดใจ ไม่มี อคติ ไม่ตัดสิน

การสังเกตโดยการสังเกตผู้ที่มีปัญหาจากการแสดงออกทางสีหน้า แววตา หรือกริยาท่าทางจะทำให้ผู้ ให้คำปรึกษาเข้าใจผู้รับคำปรึกษามากกว่าการรับฟังข้อมูลเพียงอย่างเดียว

การแสดงความคิดเห็นหรือความใส่ใจ เป็นการแสดงความกระตือรือร้นที่ จะช่วยเหลือ โดยแสดงออกได้ ทั้งคำพูดตอบรับการฟัง หรือแสดงออกด้วยท่าทางเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษา เกิดความรู้สึกได้รับความสนใจจากผู้ ให้คำปรึกษา

การนำ เป็นการกระตุ้นเพื่อให้นักศึกษาได้เกิดการสำรวจและกล้า แสดงออก ถึงความรู้สึก เจตคติ ค่า นิยมหรือการกระทำของตนเอง

การถาม เป็นเทคนิคที่เกิดประโยชน์กับทั้ง 2 ฝ่าย คือ ทำให้เกิดความ เข้าใจระหว่างกัน จากการ อธิบายปัญหาที่เกิดขึ้น โดยผู้ให้คำปรึกษาสามารถเข้าใจเรื่องราวได้อย่าง ถูกต้อง ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจปัญหา ของตนเองมากขึ้น เนื่องจากในการตอบคำถามจะเป็นการทบทวน เรื่องราวไปด้วย และควรใช้คำถามปลายเปิด เช่น อะไร อย่างไร เมื่อไร เป็นต้น

การเผชิญหน้า เป็นเทคนิคที่จะใช้ในกรณีที่อาจารย์ที่ปรึกษาพบว่า นักศึกษามีความขัดแย้งกัน ใน ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม โดยนำความขัดแย้งที่ พบมา นำเสนอในรูปแบบการบอกเล่าและใช้คำว่า “และ” เชื่อมระหว่างความขัดแย้ง 2 ประเด็น ซึ่งใน เทคนิคนี้ห้ามใช้คำว่า “แต่” ในการเชื่อมระหว่างประโยค อย่างเด็ดขาดเนื่องจากจะกลายเป็นการ ตำหนิ

การให้ความมั่นใจ เป็นวิธีการพูดส่งเสริมและสนับสนุนในสิ่งที่ผู้รับ คำปรึกษาคิดหรือปฏิบัติ เพื่อให้ผู้ รับคำปรึกษาเกิดความมั่นใจในตนเอง ผ่อนคลายความวิตกกังวล

การให้ข้อมูลเป็นการให้ข้อมูลต่างๆ ด้านการศึกษา อาชีพและ สภาพแวดล้อมทางสังคม เพื่อช่วยให้นักศึกษานักศึกษาสามารถตัดสินใจหรือเห็นลู่ทางในการ แก้ปัญหา

การทำให้กระจ่าง เป็นการที่ผู้ให้คำปรึกษาเรียบเรียงคำพูดของผู้รับ คำปรึกษาที่ยังมีความสับสน วกวนให้เกิดความชัดเจนเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจตนเองมาก ยิ่งขึ้น

การสรุปความ คือ การที่ผู้ให้คำปรึกษาสรุปข้อมูล เนื้อหาต่าง ๆ ที่ผู้รับ คำปรึกษาพูดให้ฟังเป็นระยะ หรือในตอนท้ายของการให้คำปรึกษา เพื่อให้ทั้ง 2 ฝ่ายเข้าใจเรื่องราว ทั้งหมดอย่างถูกต้อง ชัดเจน และเข้าใจตรงกัน

### การให้ความช่วยเหลือด้านการปรับตัวและสังคม

การให้ความช่วยเหลือด้านการปรับตัวและสังคมแก่นักศึกษาประจำกลุ่ม ที่ปรึกษานั้นอาจ เป็นรายคน เป็นกลุ่มในชั่วโมงโฮมรูมหรือการประชุมกลุ่มที่ปรึกษาแล้วอบรม แนะนำตักเตือนฝึก ปฏิบัติในทักษะหรือ เรื่องราวต่าง ๆ ที่จำเป็น หรือกิจกรรมต่าง ๆ ของสาขาวิชา เช่น

1. การอบรมในเรื่องกิริยามารยาทและคุณธรรม
2. การอบรมให้รู้จักหน้าที่และความรับผิดชอบต่อตนเองและต่อผู้อื่น
3. การแนะนำในเรื่องการแต่งกายให้เหมาะสม
4. การแนะนำในเรื่องการคบเพื่อน
5. การแนะนำในเรื่องการปรับปรุงบุคลิกภาพ
6. การแนะนำในเรื่องการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
7. การแนะนำเกี่ยวกับการรู้จักฝึกฝนตนเองให้เป็นคนอดทนและเสียสละเพื่อส่วนรวม
8. การแนะนำเกี่ยวกับการฝึกตนเองให้เป็นคนรู้จักคิด ช่างสังเกต และมีเหตุผล
9. การแนะนำและช่วยแก้ปัญหาด้านความประพฤติ
10. การแนะนำช่วยเหลือในการแก้ปัญหาด้านสุขภาพกายและ สุขภาพจิต
11. การแนะนำและช่วยแก้ปัญหาทางการเงินโดยการติดต่อขอทุนการศึกษา หรือการช่วยหา งานให้ทำระหว่างเวลาว่างจากการเรียน หรือช่วงปิดภาคการศึกษา
12. การให้คำแนะนำในเรื่องข้อควรปฏิบัติในการใช้บริการต่าง ๆ ของ มหาวิทยาลัย เช่น สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ การขอทุน เป็นต้น
13. การแนะนำในเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งในและนอก มหาวิทยาลัย
14. การทำหน้าที่สื่อกลางเพื่อสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างผู้บริหาร คณาจารย์ และ นักศึกษา
15. การวางแผนงานร่วมกับอาจารย์ผู้สอนเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา
16. การมีส่วนร่วมในการกำหนดหัวข้อเรื่องที่จะประชุมนักศึกษาในชั่วโมงโฮมรูม
17. การมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรให้แก่นักศึกษา
18. การติดต่อกับผู้ปกครองของนักศึกษา
19. การจัดทำโครงการพิเศษเฉพาะกลุ่ม เพื่อช่วยเหลือนักศึกษาในกลุ่ม ตามความต้องการ

20. อาจารย์ที่ปรึกษาควรส่งเสริม สนับสนุนให้นักศึกษาทำกิจกรรมชมรม ชุมนุม ตามกลุ่ม ความสนใจและการทำกิจกรรมองค์การนักศึกษาจะช่วยให้นักศึกษาทำงานเข้ากับคนอื่นได้ดี และยังช่วยพัฒนาทักษะทางสังคมได้เพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นช่องทางใน การประกอบอาชีพต่อไปด้วย

ภาคผนวก

### แบบบันทึกการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา (สำหรับอาจารย์ที่ปรึกษา)

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก

ภาคการศึกษาที่.....ปีการศึกษา.....

วันที่..... เดือน..... พ.ศ.....

ชื่อ - สกุล (นาย/นาง/นางสาว)..... เพศ..... อายุ..... ปี

สาขาวิชา..... ชั้นปีที่.....

หมายเลขโทรศัพท์..... E-Mail..... เข้ารับการปรึกษาครั้งที่.....

วิธีการติดต่อกับอาจารย์ที่ปรึกษา

( ) มาพบด้วยตนเอง

( ) โทรศัพท์

( ) อื่นๆ ระบุ.....

ปัญหา

( ) ปัญหาการเรียน

( ) ปัญหาส่วนตัว

( ) อื่นๆ ระบุ.....

ปัญหา/เรื่องที่ขอคำปรึกษา	การให้การปรึกษา/การช่วยเหลือ	สรุปการให้คำปรึกษา/ ประเมินผลการให้คำปรึกษา

การวางแผน/การนัดหมายครั้งต่อไป.....

ลงชื่อ .....

(.....)

นักศึกษา/ผู้ขอคำปรึกษา

(...../...../.....)

ลงชื่อ .....

(.....)

อาจารย์ผู้ให้คำปรึกษา

(...../...../.....)



รายละเอียดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาของอาจารย์

เรื่อง /รายละเอียดการให้คำปรึกษา	เรื่อง /รายละเอียดการให้คำปรึกษา
แนะนำหลักสูตร และ/หรือการลงทะเบียน	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหาครอบครัว
แนะนำ และ/หรือให้คำปรึกษาเรื่องการเพิ่ม/ถอน รายวิชา	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหาการปรับตัว
ติดตามผลการเรียนของนักศึกษา	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหาการคบเพื่อน
แนะนำหรือตักเตือนเมื่อผลการเรียนตกต่ำ	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพกาย
ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการคิดคะแนนเฉลี่ย	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพจิต
พิจารณาคำร้องต่าง ๆ	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม/โครงการต่างๆ
แนะนำเกี่ยวกับแนวทางการศึกษาต่อในระดับสูง	ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ
ตักเตือนเมื่อทำผิดระเบียบวินัย	ให้คำปรึกษาด้านวิชาการ
รับรองความประพฤติ หรือผลการเรียน	แนะนำและ/หรือ ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับวิธีการเรียน
ให้ความรู้เกี่ยวกับระเบียบข้อบังคับต่างๆ ของวิทยาลัย	อื่น ๆ
การโอนย้ายสาขาวิชาที่เรียน	
การใช้ชีวิต/การปรับตัวในวิทยาลัย	
การทำงานพิเศษหลัง/นอกเวลาเรียน	