

## บทคัดย่อ

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับสุวคนธบำบัด  
ต่อระดับความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง  
ชื่อผู้เขียน นางสาวสุภาพร เจริญพานิชยกุล  
ชื่อปริญญา วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต  
สาขาวิชา จิตวิทยาการให้คำปรึกษา  
ปีการศึกษา 2547

### คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริบูรณี สายโกสุม ประธานกรรมการ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. จรณิต แก้วกังวาล
3. ดร. จงกชพร พินิจอักษร

**T 166548**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับสุวคนธบำบัดต่อระดับความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2547 คณะศึกษาศาสตร์ สาขาจิตวิทยา จำนวน 21 คน ซึ่งมีระดับความเครียดจากแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองของกรมสุขภาพจิต ตั้งแต่ 18 คะแนนขึ้นไปและสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง กลุ่มตัวอย่างถูกสุ่มแยกเป็น 3 กลุ่มย่อย โดยมีสมาชิก 7 คนต่อกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองสองกลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพียงอย่างเดียว กลุ่มที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับสุวคนธบำบัด และกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองทั้งสองกลุ่มได้รับการให้คำปรึกษาตามแนวของโรเจอร์ส 3 วันครั้ง ครั้งละ 90 นาที จำนวน 8 ครั้ง เฉพาะกลุ่มที่ 2 ได้รับสุวคนธบำบัดระหว่างที่ให้คำปรึกษาทุกครั้งโดยการสุดคมกลืนกุหลาบผ่านเครื่องพ่นไอน้ำ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบประเมินและ

## **T166548**

วิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทย ของกรมสุขภาพจิต สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คือการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวและค่า t และทดสอบความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า

นักศึกษากลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพียงอย่างเดียวและกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับสุวคนธบำบัดมีระดับความเครียดภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองและต่ำกว่ากลุ่มควบคุม แต่ไม่พบความแตกต่างระหว่างระดับความเครียดภายหลังการทดลองของกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาเพียงอย่างเดียวกับกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับสุวคนธบำบัด



## **TE 166548**

instrument used for collecting the data was a Thai Stress Self-Analysis Test.

One-way analysis of variance and t-test was computed to analyze the data.

Results of the study were:

The first and second experimental groups had significantly lower stress scores on the posttest than those on the pretest and the control group at the .05 level of confidence. And there was no significant difference in stress levels between the two experimental groups.