

การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว
ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

พิชญ์ พรหมวาทย์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
ปีการศึกษา 2557
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

**THE DEVELOPMENT OF GUIDENCE ACTIVITIES
BASED ON CONTEMPLATIVE EDUCATION TO
ENHANCE THE EMOTIONAL QUOTIENT OF
MATTAYOM 3 STUDENTS**

PISANU PROMWAT

**A thesis submitted in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education program in Curriculum and Instruction
Academic Year 2014**


Copyright of Bansomdejchaopraya Rajabhat University

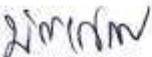
ชื่อเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิด
 จิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
ชื่อผู้วิจัย พิชณุ พรหมวาทย์
สาขาวิชา หลักสูตรและการสอน
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม รองศาสตราจารย์ ดร.วิโทภูฏ์ วัฒนานิมิตกุล

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาอนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน


..... คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อารีวรรณ เอี่ยมสะอาด)

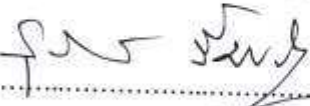
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุศักดิ์ หลาบมาลา)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิโทภูฏ์ วัฒนานิมิตกุล)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิเชษฐ อินทรสมพันธ์)


..... กรรมการและเลขานุการ
(รองศาสตราจารย์สุกรณ์ ลิมบริบูรณ์)

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

ชื่อเรื่อง	การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาด ทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ชื่อผู้วิจัย	พิชญ พรหมวาทย์
สาขาวิชา	หลักสูตรและการสอน
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม	รองศาสตราจารย์ ดร.วิโพภรณ์ วัฒนานิมิตกุล
ปีการศึกษา	2557

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และ 2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลังที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า

1) รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มี 5 องค์ประกอบ คือ (1) หลักการ/แนวคิด (2) ขอบข่าย (3) วัตถุประสงค์ (4) กระบวนการจัดการเรียนการสอนและ (5) ผลที่จะได้รับ ในส่วนกระบวนการจัดการเรียนการสอนใช้กระบวนการ 6 ต เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ ด้านเก่ง ด้านดี และด้านสุข

2) หลังได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: กิจกรรมแนะแนว จิตตปัญญาศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์

Title **The Development of Guidance Activity Based on Contemplative Education to Enhance the Emotional Quotient of Matthayomsuksa 3 Students**

Author **Pisanu Promwat**

Program **Curriculum and Instruction**

Major Advisor **Associate Professor Dr.Bang-orn Sereerat**

Co-advisor **Associate Professor Dr.Wirot Wattananimitkul**

Academic Year **2014**

ABSTRACT

The purposes of this research were 1) to develop the guidance activity based on contemplative education to enhance the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students and 2) to compare the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students between before and after attending guidance activity based on contemplative education. The sample included 16 Matthayomsuksa 3 students from Wat Thabunturngtham School in Nontaburi Province. Data was statistically analyzed in percentage, mean, standard deviation, and t-test.

The findings revealed as follows:

1. The guidance activity based on contemplative education to enhance the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students delineated 5 components: (1) principle/concept (2) limitations (3) objectives (4) instructional process and (5) learning outcomes. The following steps were adopted for instruction: preparation, self-realization, fulfillment, reflection, decoration, and follows in order to enhance the students' emotional quotient in 3 aspects i.e. competency, virtue, and happiness.

2. After attending the guidance activity based on contemplative education, the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students was significantly higher than the previous one at .01 level.

Keywords: Guidance Activity, Contemplative Education, Emotional Quotient

กิตติกรรมประกาศ

ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สำเร็จลุล่วงด้วยดี ได้รับความกรุณาอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และรองศาสตราจารย์ ดร.วิโพธิ์ วัฒนานิมิตกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้ให้ความรู้ อบรมสั่งสอน ให้คำชี้แนะ คำปรึกษาและให้กำลังใจเสมอมา ทำให้งานวิจัยเล่มนี้ มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณผู้เชี่ยวชาญที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมสุรีย์ เชื้อมทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมหมาย มหาบรรณพต ผู้เชี่ยวชาญด้านการแนะแนวการศึกษาและจิตวิทยาการศึกษาและอาจารย์ทวิศักดิ์ จงประดับเกียรติ ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผลทางการศึกษา

ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการสุเวทย์ ต่อโชติ ผู้อำนวยการโรงเรียน คณะครูและนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดท่าบ้นเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี ที่กรุณาให้ทดลอง เครื่องมือวิจัยและให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณอาจารย์ศศลักษณ์ สมชื่อและอาจารย์ปัทมา ชัดติยะ ที่กรุณาให้คำแนะนำที่ดี ในการปรับปรุงแก้ไขแผนการจัดการเรียนการสอนให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณ คุณอำภา พรหมวาทย์และน้องภูมิ พรหมวาทย์ ที่เป็นแรงกระตุ้นและ เสริมสร้างพลังให้สนใจเรื่องจิตตปัญญาศึกษาและความฉลาดทางอารมณ์ อีกทั้งช่วยเหลือในสิ่งต่างๆ จนทำให้งานวิจัยสำเร็จลงได้

พิชญ์ พรหมวาทย์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ข
กิตติกรรมประกาศ.....	ค
สารบัญ.....	ง
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญภาพ.....	ช
บทที่ 1	
บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	6
ประโยชน์ที่ได้รับจากงานวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	9
บทที่ 2	
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	11
แนวคิด/ทฤษฎีการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน.....	17
การจัดกิจกรรมแนะแนว ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551.....	24
การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์.....	26
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	33

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3	
วิธีดำเนินการวิจัย.....	45
ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	47
ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน.....	47
ขั้นตอนที่ 3 การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	48
ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน.....	53
ขั้นตอนที่ 5 การประเมินรูปแบบการเรียนการสอน.....	55
บทที่ 4	
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
ตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	57
ตอนที่ 2 ผลของการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิด จิตตปัญญาศึกษา.....	61
ตอนที่ 3 ผลของการทดลองใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	63
บทที่ 5	
สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	65
สรุปผลการวิจัย.....	66
อภิปรายผล.....	67
ข้อเสนอแนะ.....	70
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก.....	75
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ.....	76
ภาคผนวก ข หนังสือราชการ.....	78
ภาคผนวก ค ผลการวิเคราะห์เครื่องมือ.....	83
ภาคผนวก ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	100
ภาคผนวก จ แบบตอบรับและบทความวิจัย.....	247
ประวัติผู้วิจัย.....	258

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	การวิเคราะห์แผนการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	49
2	แสดงกราฟความฉลาดทางอารมณ์.....	53
3	รูปแบบการวิจัย.....	54
4	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในระดับประเทศ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2556	59
5	คะแนนเฉลี่ยของการสอบระดับนานาชาติ(OECD)ของประเทศไทยเมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนเฉลี่ยทุกชาติที่ร่วมทดสอบ.....	59
6	การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังได้รับการเรียนการสอนตามรูปแบบกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	64
7	การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (ค่า IOC) ของแผนการจัดการเรียนรู้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	84
8	การวิเคราะห์รูปแบบการเรียนการสอนตามองค์ประกอบของรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	85
9	คะแนนของนักเรียนระหว่างที่ได้รับการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	86
10	คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนได้รับการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 3	97

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
11	คะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังได้รับการเรียนการสอนกิจกรรม แนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	98
12	ผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม SPSS.....	99

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดการวิจัย.....	10
2	ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	46

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาใหญ่ที่สุดของโลกปัจจุบัน คือ มนุษย์กำลังสนใจสิ่งที่อยู่ด้านนอกตัว หรือสิ่งที่เป็นรูปธรรมเท่านั้นและละทิ้งสิ่งที่เป็นนามธรรมไป คุณค่าของความเป็นมนุษย์จึงถูกลดทอนลง โดยกระบวนการเรียนรู้แบบแยกส่วน โดยเฉพาะวิทยาศาสตร์ที่ให้ความสนใจกับความแม่นยำ (Precision) และการผลิตซ้ำ (Reproductively) ของวัตถุการศึกษาที่เน้นการมองออกนอกตัว และขาดความเชื่อมโยง ทำให้มนุษย์หลงลืมที่จะพัฒนาคุณภาพด้านในของตนเอง สนใจแต่สิ่งภายนอก เช่น การสร้างมูลค่าส่วนเกินหรือกำไร การเสพสุขตามแนวคิดบริโภคนิยม ระบบต่างๆ ในสังคมถูกบิดเบือนไป การเปรียบเทียบแข่งขันจึงดิ้นรนกลายเป็นค่านิยมที่ได้รับการส่งเสริมแทนการเกื้อกูล โอบอ้อมอารีต่อกัน ทำให้โลกขาดสันติ ขาดความสุขที่แท้จริง เกิดความแปลกแยกของคนในสังคม และระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (ชนา นิลชัย โกวิท และอดิศร จันทรสุษ, 2551, น.1) และในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 สะท้อนให้เห็นว่า ประเทศไทยยังต้องเผชิญกระแสการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในและภายนอกประเทศที่ผันผวน ซับซ้อน และคาดการณ์ ผลกระทบได้ยาก แม้ว่าในภาพรวมสังคมไทยมีภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้น และมีภูมิคุ้มกันที่แข็งแกร่งแตกต่างกันไปทั้งในระดับปัจเจก ครอบครัว ชุมชน และสังคม แต่ยังไม่พอเพียงที่จะรองรับสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ประเทศต้องเผชิญกับความเสี่ยงในหลายมิติ โดยเฉพาะความเสี่ยงจากการบริหารภาครัฐที่อ่อนแอ โครงสร้างทางเศรษฐกิจที่ไม่รองรับการเจริญเติบโตอย่างยั่งยืน ทั้งความเสื่อมถอยของค่านิยมที่ดีงามในสังคมไทย ความเสื่อมโทรมของฐานทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และความเสี่ยงของความมั่นคงของประเทศ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554, น.๑) และจากผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับวัยรุ่นไทย อายุ 13-16 ปี ในโครงการวิเคราะห์สุขภาพของเด็กและวัยรุ่นไทย พบว่า วัยรุ่นเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมส่วนตัว อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงของสภาพเศรษฐกิจและสังคม การย้ายถิ่นฐานจากชนบทเข้าสู่เมืองใหญ่ ครอบครัวมีขนาดเล็กลงเป็นครอบครัวเดี่ยว และการออกไปทำงานนอกบ้านของพ่อแม่ ยิ่งทำให้วัยรุ่นเสี่ยงต่อการขาดความรัก ความอบอุ่น และขาดการดูแลเอาใจใส่ ด้านพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นซึ่งมีความเสี่ยง ดังนี้

พฤติกรรมเสี่ยงด้านจราจร พฤติกรรมเสี่ยงด้านการทะเลาะวิวาท พฤติกรรมเสี่ยงด้านภาวะการฉีกรักษาและฆ่าตัวตาย พฤติกรรมเสี่ยงด้านการใช้สารเสพติด และพฤติกรรมเสี่ยงด้านการมีเพศสัมพันธ์ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ, 2552, น.168-169) นอกจากนี้ แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาคอนไว้ ในยุทธศาสตร์ การพัฒนาคอนผู้สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่ยั่งยืน มุ่งเตรียมคนให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงโดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกช่วงวัยให้มีภูมิคุ้มกัน เพื่อเข้าสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่ยั่งยืน ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาเสริมสร้างศักยภาพของคนในทุกมิติ ให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง มีสติปัญญาที่รอบรู้ และมีจิตใจที่สำนึกในคุณธรรม จริยธรรม มีความเพียร และรู้คุณค่าของความเป็นไทย มีโอกาสและสามารถเรียนรู้ตลอดชีวิต ควบคู่กับการเสริมสร้างสภาพแวดล้อมในสังคมและสถาบันทางสังคมให้เข้มแข็งและเอื้อต่อการพัฒนาคอน รวมทั้งส่งเสริมการพัฒนาชุมชนท้องถิ่นให้เข้มแข็ง และสามารถสร้างภูมิคุ้มกันให้คนในชุมชน และเป็นพลังทางสังคมในการพัฒนาประเทศ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554, น.23)

สำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 กล่าวถึงการเตรียมคนออกไปทำงานในสายพานการผลิตแบบอุตสาหกรรมไว้ว่า การศึกษาในศตวรรษที่ 21 ต้องเตรียมคนออกไปทำงานที่ใช้ความรู้ (knowledge Worker) และพร้อมที่จะเรียนรู้ (Learning Person) ลักษณะการเรียนรู้จะเป็นในลักษณะที่ไม่ใช่ครูสอนความรู้ แต่ผู้เรียนจะต้องแสวงหาวิธีการเรียนรู้ด้วยตนเอง หรือพูดใหม่ว่าครูต้องไม่สอน แต่ต้องเป็นผู้ออกแบบการเรียนรู้และอำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ ให้นักเรียนมีโอกาสในการลงมือทำ แล้วการเรียนรู้จะเกิดขึ้นภายในใจและสมองของตนเอง การศึกษาที่มีคุณภาพจะต้องเปลี่ยนรูปแบบการเรียนรู้ของศิษย์ไปอย่างสิ้นเชิง และบทบาทของครูก็ต้องเปลี่ยนไปอย่างสิ้นเชิง (วิจารณ์พานิช, 2555, น.15) ซึ่งเป้าหมายที่แท้จริงของการจัดการศึกษา คือการเปลี่ยนผู้เรียนจากผู้ไม่รู้สู่ผู้รู้ ที่เห็นได้จากการมีวิถีคิด จิตสำนึกที่เปลี่ยนแปลงไปจากเมื่อตอนที่ยังไม่รู้และเกิดพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม แต่ก็เป็นที่น่าเสียดายว่าการศึกษาที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนั้น สร้างผู้เรียนให้เป็นเพียงผู้จำ ล้วนเป็นเพียงการจำเพื่อไปสอบ สร้างให้ผู้เรียนมีสภาพเป็นตำราที่เดินได้ โดยไม่ได้นำเอากระบวนการการเปลี่ยนคนสร้างสรรค์สังคมมาเป็นเป้าหมายสำคัญของการศึกษา และการจัดการศึกษาในปัจจุบันมีลักษณะการเรียนรู้แบบแยกส่วน เน้นการมองออกนอกตัวและขาดความเชื่อมโยง ส่งผลให้โลกขาดสันติสุขและคุณค่าของมนุษย์ถูกลดทอนลง (ประเวศ วะสี, 2550, น.ก)

นอกจากนี้ ในการศึกษาสภาพปัญหาที่พบจากการจัดการเรียนการสอนของครูผู้สอน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2553, น.9) พบว่า ครูส่วนใหญ่ยังจัดการเรียนการสอนแบบดั้งเดิม ยังไม่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ยังใช้เอกสารตำราเรียนโดยไม่ยึดมาตรฐานการเรียนรู้เป็นหลัก และยังไม่

เข้าถึงมาตรฐานการเรียนรู้อย่างแท้จริง ครูผู้สอนไม่ได้วิเคราะห์หลักสูตรที่จะนำไปใช้ในชั้นเรียน รวมถึงการวิเคราะห์มาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นและมาตรฐานการเรียนรู้รายปี เพื่อกำหนดสาระการเรียนรู้รายชั้น ครูขาดความรู้ความเข้าใจในการใช้เครื่องมือและวิธีการวัดที่หลากหลาย บางส่วนไม่ได้จัดการเรียนการสอนตามแผนการสอน ทำให้ครูผู้สอนไม่สามารถจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ได้ รวมถึงบูรณาการระหว่างกระบวนการเรียนการสอนกับการประเมินผลตามสภาพจริงให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ส่วนด้านนักเรียนพบว่า นักเรียนไม่ได้ลงมือปฏิบัติภาระงานจริง ขาดการเชื่อมโยงในการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ไม่เกิดการสร้างองค์ความรู้ที่ลึกซึ้งในชั้นสูง นอกจากนี้ปัญหาที่เกิดจากตัวผู้เรียน ครอบครัว สิ่งแวดล้อม สภาพสังคม และผู้ปกครอง ก็มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ด้านทัศนคติของผู้ปกครองที่คิดว่าการจัดการเรียนการสอนเป็นเรื่องของครูเท่านั้น ไม่ส่งเสริมและเห็นความสำคัญของการศึกษาเท่าที่ควร และจากการวิเคราะห์ถึงคุณภาพการศึกษาในกระแสของการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมไทย (สุมน อมรวิวัฒน์, 2549, น.11) พบว่า เกิดภาวะล่าช้าทางการศึกษา (Education Lag) อย่างชัดเจน และกระบวนการจัดการเรียนการสอนส่วนใหญ่เป็นการบรรยาย อ่าน เขียนตามหนังสือ นักเรียนคุ้นเคยกับวิธีการฟังและจดสิ่งที่ครูพูด และถูกวัดประเมินผลการเรียนที่เน้นทางด้านเนื้อหาสาระเป็นอันดับแรก ทางด้านปฏิบัติเป็นอันดับรอง ส่วนด้านการวัดการคิดวิเคราะห์ วิธีตัดสินใจการแก้ปัญหา สุนทรียภาพ คุณธรรม จริยธรรมและวัฒนธรรมมีน้อย ทั้งนี้ผู้เรียนมิได้มีโอกาสได้วิเคราะห์จากกรณีตัวอย่างบทบาทสมมุติ ไม่ค่อยมีกิจกรรมที่ใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อร่วมคิด วางแผน และทำนายผลที่จะเกิดขึ้น

ด้านหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ได้กำหนดวิสัยทัศน์ของหลักสูตรแกนกลางฯ มุ่งพัฒนาผู้เรียนทุกคนซึ่งเป็นกำลังของชาติให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีความรู้ และทักษะพื้นฐานรวมทั้งเจตคติที่จำเป็นในการศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ และการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ บนพื้นฐานความเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ตามศักยภาพ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, น.4) และกำหนดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน คือกิจกรรมแนะแนว ที่มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนาอย่างรอบด้านเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม เสริมสร้างให้เป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย ปลูกฝังและสร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม สามารถจัดการตนเองได้และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียนและ

อาชีพ สามารถปรับตนได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมในการพัฒนาผู้เรียน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, น.20)

จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative) เป็นกระบวนการที่ให้ความเชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ทุกคนในการเข้าถึงความจริงที่ว่า สรรพสิ่งล้วนเชื่อมโยงกัน ดังนั้น ผู้รับรู้และสิ่งที่รับรู้ไม่อาจแยกจากกันได้ โดยเน้น “การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ” และการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานของบุคคลจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในสังคมและสันติสุขในสังคมต่อไป (หิมพรธม รักแตงาม, 2551, น.311) แต่เดิมที่เชื่อกันว่า การได้มาซึ่งความรู้เกิดได้จากสองแนวทางคือ การได้ความรู้เชิงเหตุผลและการได้ความรู้จากทางประสาทสัมผัส (Rational and Sensory) แต่จิตตปัญญาศึกษาเป็นแนวทางที่สามที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานภายในตน (Transform Plate Learning) ทำให้บุคคลเข้าใจด้านในของตนเอง รู้ตัว เข้าถึงความจริง เป็นแนวทางที่จะทำให้เห็นความเชื่อมโยงของการเรียนรู้ที่ชัดเจน เชื่อมโยงทั้งความคิด (Head) จิตใจ (Heart) นำไปสู่การปฏิบัติ (Hand) ที่มีประสิทธิภาพเป็นวิถีทางแห่งปัญญาที่พัฒนาคนอย่างสมบูรณ์ จิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ภายในทำให้ได้มาซึ่งความรู้จากประสบการณ์และกระบวนการ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ให้ตระหนักเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรียนรู้ที่จะรัก เรียนรู้ที่จะเข้าถึงความจริง เรียนรู้ที่จะยอมรับความหลากหลายทางความคิดมากขึ้น นำไปสู่ความตั้งใจที่จะทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ซึ่งเป็นการพัฒนาคุณลักษณะภายในที่ถาวรของผู้เรียน (ประเวศ วะสี, 2549 อ้างถึงใน กรศศิรั จิตติ และ ณีฐพร อุทัยธรรม, 2556, น. 106)

สำหรับ อีคิว (EQ : Emotional Quotient) มีชื่อเรียกหลายประการ อาทิ ความฉลาดทางอารมณ์ เซาว์อารมณ์ หรือวุฒิภาวะทางอารมณ์ กรมสุขภาพจิต (กระทรวงสาธารณสุข, 2550, น.1) ให้ความหมาย อีคิว หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข เป็นความสามารถที่จะใช้อารมณ์หรือมีความมั่นคงทางอารมณ์ รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความมุ่งมั่นในการกระทำด้วยเหตุผล และสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552, น.ก) ให้ความหมายของ อีคิว ว่าเป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน รวมทั้งสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ ตลอดจนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีและดำเนินชีวิตในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

กรมสุขภาพจิต (กระทรวงสาธารณสุข, 2550, น.33) ได้แบ่งโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย ดี เก่ง และ สุข จากโครงสร้างของความฉลาดทางอารมณ์ดังกล่าวจะต้องได้รับการปลูกฝังและพัฒนาต่อเนื่องตั้งแต่วัยเด็ก โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดู

ที่เหมาะสมของพ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิด และสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก โดยให้โอกาสในการรับรู้ ตีความหมาย และแสดงอารมณ์ได้ถูกต้อง การสอนให้เด็กได้รู้จักการควบคุมอารมณ์ การรอคอย มีวินัย การเอาชนะด้วยพฤติกรรมทางบวก การรู้จักและเห็นใจผู้อื่น การสร้างสัมพันธภาพ หรือการ ผูกมิตรกับคนอื่นได้ และยังเรียนรู้จากการมีแบบอย่างที่ดีจากผู้ที่มีความสามารถและความฉลาดทาง อารมณ์ ก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะทำให้เด็กเป็นผู้ที่มีความสามารถทางอารมณ์ ที่มีทั้ง ดี เก่ง และสุข อันเป็นคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของตนเองและเพื่อความสงบสุขของสังคมโดยรวม

จากปัญหาและความสำคัญดังกล่าวมาแสดงว่า กิจกรรมแนะแนวนั้นจะมีผลต่อการดูแล ช่วยเหลือผู้เรียนให้มีพัฒนาการทางอารมณ์และสังคม ซึ่งจะเป็นภูมิคุ้มกัน เป็นเกราะกำบัง และเป็น แนวทางในการแก้ปัญหาของผู้เรียนได้ รวมถึงการสร้างความนับถือตนเอง (self-esteem) ให้ผู้เรียน รู้สึกถึงการที่ตนเองมีคุณค่า มีบุคคลที่คอยรัก รวมทั้งการดูแลเอาใจใส่และให้กำลังใจในทุกโอกาส อันจะทำให้ผู้เรียนเกิดความยับยั้งชั่งใจในพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆที่ไม่พึงประสงค์ เพราะในวัยของผู้เรียนนับเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมส่วนตัว รวมถึงการเข้าถึงสื่อต่างๆ ที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการนำแนวคิดจิตตปัญญา ศึกษา มาพัฒนาเป็นรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมุ่งพัฒนาครอบคลุมทั้งทางด้านอารมณ์ ความคิด ความเข้าใจ และพฤติกรรม ตามแนวคิดเรื่อง การพัฒนาความฉลาดของอารมณ์ ที่ประกอบด้วย ปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ ดี เก่ง และสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ก่อนและหลังจากที่ได้รับการ จัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

สมมติฐานการวิจัย

หลังการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญา ศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดนนทบุรี อำเภอบางใหญ่ 7 โรงเรียน จำนวนนักเรียนรวม 112 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน ซึ่งได้รับการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling)

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น คือ รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2.2 ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์ 3 ประการ คือ

1) ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จัก เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

2) เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น

3) สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3. เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย

เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัยคือ เนื้อหาในกิจกรรมแนะแนวตามขอบข่ายกิจกรรมแนะแนว ซึ่งกำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ด้านการศึกษา ด้านการงานและอาชีพ และด้านชีวิตและสังคม

4. ระยะเวลาที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ดำเนินการในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ใช้เวลาในการเรียนการสอน รวม 24 ชั่วโมง

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ก่อให้เกิดประโยชน์ 3 ประการต่อไปนี้

1. ได้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. ผู้เรียนได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้วยรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา
3. เป็นแนวทางสำหรับการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา สำหรับชั้นเรียนอื่นๆ

นิยามศัพท์เฉพาะ

การพัฒนาการเรียนการสอน หมายถึง การปรับปรุง เปลี่ยนแปลงรูปแบบการสอนที่มีอยู่เดิม หรือการทำให้ใหม่โดยมีระบบ ระเบียบ ตามหลักปรัชญา แนวคิด ทฤษฎี หรือความเชื่อต่างๆ มีการจัดกระบวนการหรือขั้นตอนในการเรียนการสอนนั้น โดยอาศัยวิธีสอน/เทคนิคการสอน เข้าไปช่วยให้สภาพการจัดการเรียนการสอนนั้นเป็นไปตามหลักการที่ยึดถือและได้รับการพิสูจน์ ตรวจสอบว่ามีประสิทธิภาพ ใช้เป็นแบบแผนได้

รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา หมายถึง แบบแผนการเรียนการสอนของกิจกรรมแนะแนวที่กำหนดไว้ล่วงหน้า ที่จัดทำขึ้นอย่างเป็นระบบ โดยใช้แนวคิดจิตปัญญาเป็นฐานในการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน ซึ่งประกอบด้วย องค์ประกอบต่างๆ 5 องค์ประกอบ ได้แก่ หลักการ/แนวคิด ขอบข่าย วัตถุประสงค์ กระบวนการจัดการเรียนการสอน และผลที่ผู้เรียนจะได้รับ ในกระบวนการจัดการเรียนการสอนยึดหลัก 6 ต ประกอบด้วยขั้นตอน 6 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นเตรียม (Prepare) หมายถึง ขั้นก่อนเรียนที่จะให้ผู้เรียนมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยกิจกรรมต่างๆ อาทิ การทบทวนความรู้เดิม การตั้งคำถามนำ การแจ้งเนื้อหาและ จุดประสงค์ การสำรวจตนเอง การแสดงท่าโยคะหรือท่าบริหารสมอง เป็นต้น ทั้งนี้ครูต้องสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย สบาย ๆ และเป็นกันเอง

ขั้นตระหนักตน (Realize the self) หมายถึง ขั้นการสงบนิ่ง คิดใคร่ครวญ อาทิ การสวดหายใจยาว ๆ การนั่งสมาธิ การสวดมนต์ การใช้นับลูกหิน หรือการเปรียบเทียบตนเองกับธรรมชาติที่งดงาม เช่น ดอกไม้ ผีเสื้อ นก ปลา ก้อนหิน เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนได้สังเกต ความคิด ความรู้สึกของตัวเองทุกขณะ อันเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพอันดีงามภายในของตนผ่านกระบวนการทบทวนชีวิตอย่างลึกซึ้ง

ขั้นเติมเต็ม (Fullfill) หมายถึง ขั้นการเรียนรู้ผ่านสื่อและกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ สุนทรียสนทนา จิตอาสา กระบวนการกลุ่ม การสืบค้น การพูด การอ่าน การเขียน การฟัง การแสดงบทบาทสมมุติ และการลงมือปฏิบัติ เป็นต้น ในขั้นนี้เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน อันเป็นการแสดงความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก การมองโลกมองชีวิตจากความสดใหม่ปัจจุบันขณะ จากสถานการณ์ที่เผชิญ มองเห็นตนเองและเห็นความแตกต่างของตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดการเรียนรู้แบบหยั่งเห็น (Insight) การมีสติสัมปชัญญะ การละวางตัวตน

ขั้นไตร่ตรอง (Reflect) หมายถึง ขั้นการเรียนรู้ช่วงกลางที่ผู้เรียนเกิดความรู้สึกต่อตนเองผ่านการใคร่ครวญภายในเชื่อมโยงสู่ภายนอก ด้วยบรรยากาศที่ผ่อนคลาย อาทิ การฟังเพลงบรรเลง การวาดภาพ การเล่าเรื่องราว เป็นต้น ทั้งนี้ในช่วงนี้เป็นช่วงที่ผู้เรียนจะได้คิด ตัดสินใจ และสรุปความรู้ด้วยตนเอง

ขั้นตกแต่ง (Decorate) หมายถึง ขั้นที่มีการตกผลึกทางความรู้ มีการพิจารณาความคิดที่เกิดขึ้นใหม่ผ่านการอภิปราย การวิพากษ์ หรือเป็นการลงความคิดเห็นต่อความคิดเห็นนั้นพร้อมทั้งอธิบายเหตุผลและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความคิดใหม่ แล้วจึงนำเสนออันเป็นการสะท้อนความคิด

ขั้นติดตาม (Follow) หมายถึง ขั้นการมอบหมายภาระงานเพื่อประเมินผลการเรียนรู้จากการตรวจผลงานผู้เรียน โดยครูเปิดโอกาสให้ผู้เรียนกำหนดเกณฑ์วัดและประเมินผล รวมทั้งมีส่วนร่วมในการวัดและประเมินผล อีกทั้งให้ผู้เรียนนำผลประเมินไปปรับปรุงและพัฒนาการเรียนรู้ของตนเอง

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และพฤติกรรมใน 3 ด้านคือ ดี เก่ง และ สุข

ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองรู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม มีรายละเอียด ได้แก่ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ความสามารถในการรู้จักเห็นใจผู้อื่น และความสามารถในการรับผิดชอบต่อส่วนรวม

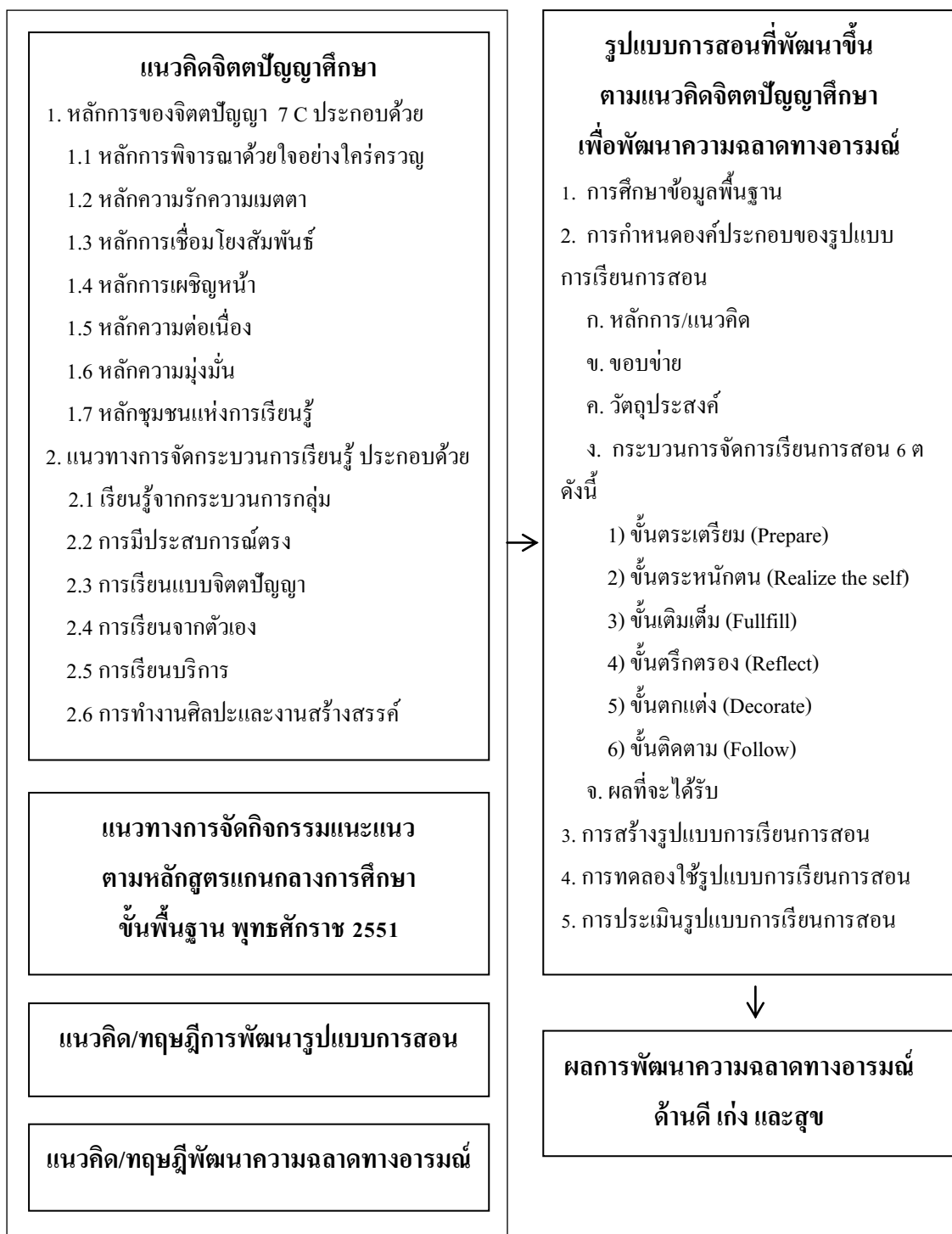
เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ได้แก่ ความสามารถในการรู้จักตนเองและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหาและความสามารถในการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น

สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ ได้แก่ การมีความภูมิใจในตนเอง การมีความสุขพอใจในชีวิต และการมีความสุขสงบทางใจ

นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม
อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน

กรอบความคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่สำคัญ 4 ด้าน ได้แก่ 1) แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) 2) แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 3) แนวคิด/ทฤษฎีการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน และ 4) แนวคิด/ทฤษฎีความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับใช้เป็นฐานในการพัฒนารูปแบบการเรียน การสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยเสนอกรอบความคิดการวิจัย เป็นภาพ ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร วรรณคดี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
2. แนวคิด/ทฤษฎีการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน
3. การจัดกิจกรรมแนะแนว ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช

2551

4. แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา 5 ด้าน ประกอบด้วย ความเป็นมาของจิตตปัญญาศึกษา ความหมายและลักษณะของจิตตปัญญาศึกษา หลักการของจิตตปัญญาศึกษารูปแบบปฏิบัติของจิตตปัญญาศึกษา และกระบวนการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา

1. ความเป็นมาของจิตตปัญญาศึกษา

นิยามคำว่า Contemplative Education เริ่มต้นขึ้นในสหรัฐอเมริกา ในปี ค.ศ. 1974 (ชลลดาทองทวี และคณะ, 2551, น.37-54) ที่มหาวิทยาลัยนาโรปะ มลรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา ซึ่งก่อตั้งขึ้นโดย เซอเกียมตรงปะรินโปเช บนฐานของพุทธศาสนิกายวัชรยาน แต่เริ่มเป็นที่รู้จักแพร่หลายมากยิ่งขึ้นในช่วงไม่กี่ปีมานี้ในหมู่นักการศึกษาในทุกระดับ การปฏิบัติเชิงจิตตปัญญา(Contemplative Education) ในการศึกษาหมายถึง การศึกษาที่มุ่งเน้นการสืบค้นสำรวจภายในตนเอง การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงและการรับฟังด้วยใจที่เปิดกว้าง ซึ่งจะนำไปสู่การตระหนักรู้จักตนเอง การหยั่งรู้และความเปิดกว้างยอมรับความหลากหลายและความอุดมของโลก ทั้งนี้จากการตระหนักรู้ เข้าใจตนเอง จะส่งผลให้เกิดความชื่นชมในคุณค่าของประสบการณ์ของผู้อื่นด้วยเช่นกัน เป้าหมายของการศึกษาเชิงจิตตปัญญาไม่ได้เพื่อการใคร่ครวญภายในเท่านั้น จิตตปัญญาศึกษาไม่ได้หมายถึงการละความเป็นวิชาการไป แต่หมายถึง การหยั่งรากให้ลึกซึ่งยิ่งขึ้นให้เป็น

ประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมผัสเองโดยตรงมากขึ้นและให้มีความสอดคล้องกับการฝึกจิตมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับการนั่งสมาธิเพื่อให้เกิดการพัฒนาภายในและการพัฒนาความรู้ภายนอกเติบโตไปด้วยกัน ทั้งนี้การศึกษาที่มีความสอดคล้องดังกล่าวจะบ่มเพาะความสามารถของผู้เรียนไปเกินระดับของถ้อยคำและมโนทัศน์ ผู้การรวมถึงเรื่องของหัวใจ บุคลิก ลักษณะนิสัย ความสำเร็จ การตระหนักเข้าใจตน การมีสมาธิ ความเปิดกว้างและความยืดหยุ่นทางความคิดอีกด้วย

ในประเทศไทยกลุ่มจิตวิวัฒน์ซึ่งเป็นกลุ่มผู้ที่สนใจเรื่องการขับเคลื่อนสังคมสู่จิตสำนึกใหม่ (New Consciousness) อย่างจริงจังมีส่วนสำคัญในการสนับสนุนให้ผู้สนใจที่จะใช้กระบวนการเชิงจิตตปัญญาเข้าไปในการเรียนการสอน ทั้งในและนอกระบบการศึกษา กลุ่มจิตวิวัฒน์มาประชุมร่วมกันเพื่อผลักดันเรื่องนี้ให้เกิดขึ้นในสังคมไทย โดยรวมตัวกันเป็นเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education Network) ในปี พ.ศ. 2549 นอกจากนี้ยังมีองค์กรการศึกษาที่ได้ขับเคลื่อนแนวคิดนี้แต่ไม่ได้ใช้คำว่า จิตตปัญญาศึกษา ได้แก่ โรงเรียนรุ่งอรุณ สถาบันอาศรมศิลป์ เครือข่ายโรงเรียนวิถิพุทธ โรงเรียนสัตยาไส เสมสิกขาลัย และสถาบันขวัญเมือง เป็นต้น

2. ความหมายและลักษณะของจิตตปัญญาศึกษา

มหาวิทยาลัยมหิดล (2551, น.2) ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล ให้คำนิยามว่า จิตตปัญญาศึกษา คือ กระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การศึกษาที่เน้นการพัฒนาภายในอย่างแท้จริง เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจากอคติ เกิดความรัก ความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติ มีจิตสำนึกต่อส่วนรวมและสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล

ชลลดา ทองทวี และคณะ (2551, น.181) ได้ให้นิยามว่า จิตตปัญญาศึกษา หมายถึง กระบวนการเรียนรู้และบริบทที่เป็นเหตุปัจจัยเกื้อกูลต่อองค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนา จากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ โดยหยั่งรากลงถึงฐานคิดเชิงศาสนา มนุษยนิยมและองค์รวมบูรณาการ กล่าวคือ จากจิตที่ยึดติดกับอัตตาตัวตนที่คับแคบยึดติดกับการมองโลกเป็นส่วนเสี้ยวสู่จิตที่ตื่นรู้ หยิ่งรู้ความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งเป็นองค์รวม มีความรัก ความเมตตา

ส่วนลักษณะของจิตตปัญญานั้น ศูนย์จิตตปัญญา มหาวิทยาลัยมหิดล (2551, น.16-18) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องนี้อย่างจริงจังและขยายความรู้เรื่องนี้สู่ผู้สนใจในแวดวงต่างๆ ได้สังเคราะห์แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไว้ว่า จิตตปัญญาศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่พร้อมด้วยศีลและสมาธิ บ่มเพาะความเปิดกว้างที่อ่อนน้อม ถ่อมตน เปิดกว้างต่อความหลากหลาย เปิดกว้างต่อการรับฟังอย่างลึกซึ้ง เป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงอย่างกล้าเผชิญหน้า แต่ละวางตัวตนเป็นการมีชีวิตอยู่บนความสดใหม่ของปัจจุบันขณะ ด้วยสติสัมปชัญญะและน้อมนำเอาประสบการณ์ดังกล่าวมาสู่ใจอย่างใคร่ครวญ ซึ่งจะเป็นรากฐานของความรู้ที่แท้คือปัญญาที่สามารถมองเห็นสรรพสิ่งตามความ

เป็นจริง เห็นถึงความสัมพันธ์ ความเชื่อมโยง การเปลี่ยนแปลงไหลเลื่อนไม่หยุดนิ่ง ไม่คงที่และนำไปสู่การตระหนักเห็นและการละอึดตา นอกจากนี้ยังเป็นการศึกษาที่เห็นคุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญาอันหลากหลายของท้องถิ่นและวัฒนธรรม อีกทั้งให้ความสำคัญต่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ร่วมกัน บนฐานของการโอบอ้อมสนับสนุนจากกัลยาณมิตร และยังอธิบายลักษณะของการปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาผ่านส่วนต่างๆ ของต้นไม้ที่เรียกว่า “จิตตปัญญาพฤกษา” ซึ่งประกอบด้วย 8 ส่วนดังนี้ คือ

- 1) ราก หมายถึง ฐานแนวคิด ได้แก่ แนวคิดเชิงศาสนาเชิงมนุษยนิยมและเชิงบูรณาการองค์รวม
- 2) ผล หมายถึง เป้าหมายการเรียนรู้สู่จิตใหญ่ที่กว้างขวางครอบคลุมและเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน
- 3) แก่น หมายถึง องค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาสู่จิตใหญ่ ได้แก่ การมีสติ เปิดรับประสบการณ์ตรงในปัจจุบันขณะอย่างเต็มเปี่ยม การสืบค้น กระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตน การน้อมมาปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง จริงจัง ความเบิกบานและผ่อนคลาย และการมีจิตตั้งมั่นและเป็นกลาง
- 4) กระท่อ หมายถึง บริบทของกระบวนการเรียนรู้และปฏิบัติ ได้แก่ สังคม คือ การให้คุณค่าต่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้และวัฒนธรรม คือ การให้คุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญาที่หลากหลายและไม่แยกจากชุมชนท้องถิ่น
- 5) เปลือก หมายถึง เครื่องมือการปฏิบัติในรูปแบบต่างๆ ของจิตตปัญญาศึกษา
- 6) เมล็ด หมายถึง ศักยภาพภายในของมนุษย์ทุกคน
- 7) ผืนดิน หมายถึง วงการต่างๆ ที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปประยุกต์ใช้
- 8) ความรู้ในการปลูกและดูแล หมายถึง การวิจัยสืบค้นความรู้และการวัดประเมินสำหรับจิตตปัญญาศึกษา

สรุป จิตตปัญญาศึกษา คือ การเรียนรู้ด้วยหัวใจที่ใคร่ครวญ เข้าใจด้านในของตัวเอง เข้าถึงความจริง ทำให้เปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับโลกและผู้อื่น เกิดความเป็นอิสระ ความสุข ปัญญา ความรักต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เน้นการศึกษาเรียนรู้จากการปฏิบัติ เช่น จากการฟังด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การทำงานศิลปะ โยคะจากธรรมชาติ จากสุนทรียสนทนา จากการทำงานอาสาสมัครเพื่อสังคม การเรียนรู้จากธรรมชาติ และจิตตภาวนา เป็นต้น

3. หลักการของจิตตปัญญาศึกษา

จากการศึกษาในโครงการวิจัยเพื่อพัฒนาชุดการเรียนรู้ การอบรมและกระบวนการด้านจิตตปัญญาศึกษา ของศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแผ่นดินเชิงคุณธรรม สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (ธนา นิลชัยโกวิทย์ และอดิศร จันทรสข, 2551, น.133-134) ได้มีการสังเคราะห์ปรัชญาและหลักการพื้นฐาน สามารถสรุปได้ว่า ปรัชญาพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษามี 2 ประการคือ

3.1 ความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ (Humanistic Value) เป็นความเชื่อมั่นว่ามนุษย์มีศักยภาพสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง โดยมีประสบการณ์ตรงเป็นปัจจัยสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน

3.2 กระบวนทัศน์องค์รวม (Holistic Paradigm) คือ การปฏิบัติต่อสรรพสิ่งอย่างไม่แยกส่วนจากชีวิตด้วยทัศนะที่ว่า มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของสรรพสิ่งและสรรพสิ่งก็เป็นส่วนหนึ่งของมนุษย์ มนุษย์กับสรรพสิ่งต่างเป็นองค์รวมของกันและกัน

ด้านหลักการพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษา สามารถสังเคราะห์ออกเป็น 7 หลัก หรือ 7 C's (ธนา นิลชัยโกวิทย์ และอดิศร จันทรสข, 2551, น.147-161) ได้แก่

1) หลักการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) คือ การเข้าสู่ภาวะจิตใจที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้ และนำจิตใจดังกล่าวไปใช้ทำงานอย่างใคร่ครวญ ทั้งในด้านพุทธิปัญญา (Cognitive) ด้านระหว่างบุคคล (Interpersonal) และด้านภายในบุคคล (Intrapersonal)

2) หลักการรักความเมตตา (Compassion) คือ การส่งพลังออกเพื่อโอบอุ้มดูแลของกระบวนการ และการจัดกระบวนการด้วยสิ่งแวดล้อมและบริบทที่เกื้อกูลต่อการเรียนรู้ (สัปปายะ)

3) หลักการเชื่อมโยงสัมพันธ์ (Connection) คือ การช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรมเชื่อมโยงประสบการณ์ในกระบวนการเข้ากับชีวิต ได้นำไปสู่การทำให้กระบวนการเข้ามาสู่ภายใน (Internalization) บูรณาการสู่วิถีชีวิตและการเอื้อให้เกิดการเชื่อมโยงระหว่างผู้เข้ารับการอบรมด้วยกัน เชื่อมโยงกับชุมชนและจักรวาล

4) หลักการเผชิญหน้า (Confronting) คือ การเปิดให้ผู้เข้ารับการอบรมออกจากพื้นที่ปลอดภัยของตนเองเพื่อเข้าเผชิญกับพื้นที่เสี่ยงเพื่อเปิดพื้นที่การเรียนรู้ใหม่ๆ และเข้าใจถึงข้อจำกัดและศักยภาพของตนเองต่อการเรียนรู้และพัฒนา

5) หลักความต่อเนื่อง (Continuity) คือ การสร้างความไหลลื่นของกระบวนการ อันช่วยให้เกิดพลังพลวัตต่อการเรียนรู้ เพื่อช่วยเอื้อให้ศักยภาพการเรียนรู้ของผู้เข้ารับการอบรมได้รับการปลดปล่อย และสามารถเข้าทำงานเพื่อบ่มเพาะพัฒนา

6) หลักความมุ่งมั่น (Commitment) คือ การเอื้อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำเอากระบวนการกลับไปใช้ในชีวิตอย่างต่อเนื่องภายหลังจากการเข้าร่วมการอบรม เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

7) หลักชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community) คือ ความรู้สึกเป็นชุมชนร่วมกันของผู้เข้ารับการอบรม รวมทั้งกระบวนการที่เกื้อหนุนให้เกิดการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงภายในของแต่ละคน รวมไปถึงการสร้างเครือข่ายสัมพันธ์และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องและเชื่อมโยงกับชีวิต

4. รูปแบบการปฏิบัติของจิตตปัญญาศึกษา

สำหรับรูปแบบการปฏิบัติของจิตตปัญญาศึกษา ในแนวคิดของ Center for Contemplative Mind in Society ศูนย์จิตตปัญญา มหาวิทยาลัยมหิดล (2551, น.14) ได้แบ่งประเภทของการฝึกปฏิบัติออกเป็น 7 แนวทาง โดยจำแนกตามหลักการและแนวปฏิบัติของแต่ละคน แต่ละวิธีการหรือเครื่องมือซึ่งง่ายต่อการศึกษาและนำเอาเครื่องมือเหล่านั้นไปใช้ ได้แก่

1) การเรียนรู้ผ่านความสงบนิ่ง (Stillness Practices) เป้าหมายหลักของการปฏิบัตินี้คือ เน้นความสงบตั้งมั่นของร่างกายและจิตใจ รูปแบบที่เป็นที่รู้จักดีได้แก่การเจริญสติวิปัสสนา การทำสมาธิ การภาวนา การสงบนิ่ง

2) การเรียนรู้ผ่านการเคลื่อนไหว (Movement Practices) มีเป้าหมายเพื่อให้ฝึกสังเกตและได้มีสติอยู่กับการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น โยคะ ชี่กง ไทเก๊ก การเดินจงกรม

3) การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงสร้างสรรค์ (Creative Process Practices) มีเป้าหมายให้สังเกต ใคร่ครวญภายในจิตใจ พัฒนาญาณทัศนะ (Intuition) และความละเอียดอ่อนประณีต กิจกรรมและการปฏิบัติในแนวทางเรียนรู้กลุ่มนี้ อาทิ การวาดภาพ การจัดดอกไม้ การเขียนพู่กันจีน และมันดาลา

4) การเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมทางสังคม (Activist Practices) มีเป้าหมายให้ผู้เรียนได้สัมผัสเรียนรู้และใคร่ครวญ จนเห็นความเชื่อมโยงแห่งเหตุปัจจัยของความสุขและทุกข์ในชีวิตจริงผ่านกิจกรรมที่ได้มีประสบการณ์ตรง ดังเช่นการเจริญสติในการทำงานในชีวิตประจำวันและการทำกิจกรรมอาสาสมัคร

5) การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ (Relational Practices) มีเป้าหมายเพื่อการฝึกสติ โดยเฝ้ามองสภาวะภายในสะท้อนตัวผู้เรียนเอง อาศัยความสัมพันธ์ของกัลยาณมิตรสะท้อนซึ่งกันและกัน เช่น สุนทรีสนทนา (Dialogue) การฝึกฟังอย่างลึกซึ้ง การสนทนากับเสียงภายใน (Voice Dialogue) การเขียนบันทึก (Journal)

6) การเรียนรู้ผ่านพลังพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ (Ritual Practices) มีเป้าหมายให้สัมผัสพลังหรือจิตวิญญาณของธรรมชาติได้เปิดญาณทัศนะ (Intuition) และสัมผัสเรียนรู้ตนเองเพื่อพัฒนาความสงบเย็นและละเอียดประณีตภายใน อาทิ การสวดมนต์ภาวนา นิเวศภาวนา (Vision Quest) การปลีกวิเวกสัมผัสธรรมชาติ (Retreat)

7) การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมสร้างสรรค์ (Generative Practices) มีเป้าหมายเพื่อให้ระลึกถึงพระผู้เป็นเจ้าพระผู้ศักดิ์สิทธิ์ จิตที่บริสุทธิ์ กิจกรรมตามแนวทางนี้ได้แก่ การสวดมนต์ การอ่านพระคัมภีร์เมตตาภาวนา และทองเส้น

5. กระบวนการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา

ศูนย์จิตตปัญญา (มหาวิทยาลัยมหิดล, 2551, น.14) กล่าวถึงการเรียนรู้เชิงจิตตปัญญาสามารถใช้กระบวนการที่หลากหลาย โดยคำนึงถึงความเหมาะสมต่อศักยภาพผู้เรียนของบุคคล แต่แต่ละคนที่มีบริบทชีวิตที่แตกต่างกันไปเป็นหลัก เนื่องจากการเรียนรู้เพื่อพัฒนาด้านใน เป็นการเรียนรู้ในระดับฝังลึก เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับกระบวนการทัศนที่ต้องการมีประสบการณ์ตรงของผู้เรียน จึงมีการนำเอาการปฏิบัติภาวนาด้านศาสนา และกระบวนการทางศิลปะเข้ามาประยุกต์ใช้ในการสอนอย่างมาก อาทิ การปฏิบัติสมาธิภาวนา โยคะ ไท้ชี่ฉวน การเขียนพู่กันจีน การละคร เป็นต้น แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นแนวคิดที่มีการสร้างกระบวนการขึ้นใหม่อย่างบูรณาการ โดยนำเอาความเชื่อทางศาสนาและความเชื่อต่างๆ ที่เคยใช้ในอดีตมาปรับและประยุกต์ใช้ในลักษณะของ “การให้คุณค่าใหม่” เพื่อมุ่งเน้นให้เกิดความเหมาะสมกับการเรียนรู้พัฒนาด้านใน

นอกจากนี้ ศูนย์จิตตปัญญา (มหาวิทยาลัยมหิดล, 2551, น.71) ยังได้กล่าวถึงองค์ประกอบสำคัญในชั้นเรียนจิตตปัญญาศึกษา ได้แก่

- 1) การศึกษาความรู้ที่ไม่แยกขาดจากระบบคุณค่าและความเชื่อของบุคคลและสังคม
- 2) การเผยความรู้สึกของผู้เรียน
- 3) ความสัมพันธ์ด้วยใจระหว่างผู้สอนและผู้เรียน และยังได้กล่าวถึงกระบวนการส่วนใหญ่ที่ใช้ในการเรียนการสอน ได้แก่

- (1) กระบวนการกลุ่ม อาทิ การเรียนรู้ในชุมชน
- (2) การมีประสบการณ์ตรง อาทิ นิเวศภาวนา การเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม
- (3) การเรียนแบบจิตตปัญญา อาทิ การทำสมาธิ ปิควาจา และการสะท้อนความคิด
- (4) การเรียนจากตัวเอง อาทิ การเขียนบันทึก
- (5) การเรียนบริการ อาทิ วิจัยเชิงปฏิบัติการ และอาสาสมัคร
- (6) การทำงานศิลปะและงานสร้างสรรค์

กล่าวโดยสรุปว่า แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่จะนำผู้เรียนไปสู่การเปลี่ยนแปลง ที่ผู้เรียนจะต้องลงมือปฏิบัติฝึกฝนเพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ต่อโลกภายนอกของตนเอง ทั้งความรู้สึกรู้จักคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมต่างๆ โดยใช้การเฝ้ามองภายในจิตใจไปพร้อมๆ กับสิ่งที่เกิดขึ้น ผ่านการคิดใคร่ครวญอย่างมีสติสัมปชัญญะ ซึ่งผู้วิจัยนำมาสังเคราะห์เป็นขั้นตอนการจัดกิจกรรม 6 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1) ขั้นเตรียม (Prepare) 2) ขั้นตระหนักรู้ (Realize the self) 3) ขั้นเติมเต็ม (Fullfill) 4) ขั้นไตร่ตรอง (Reflect) 5) ขั้นตกแต่ง (Decorate) และ 6) ขั้นติดตาม (Follow)

แนวคิด/ทฤษฎีการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอน

ในส่วนนี้นำเสนอเป็น 4 ส่วน ประกอบด้วย ความหมายของรูปแบบการเรียนการสอน ลักษณะการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอน องค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน และขั้นตอนการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอน ดังนี้

ความหมายของรูปแบบการเรียนการสอน

ทิสนา เขมมณี (2556, น.5) ได้ให้ความหมายของรูปแบบการเรียนการสอนว่า หมายถึงสภาพหรือลักษณะของการจัดการเรียนการสอนที่จัดขึ้นอย่างเป็นระบบ ระเบียบตามหลักปรัชญา ทฤษฎี หลักการ แนวคิด หรือความเชื่อต่างๆ โดยมีกระบวนการหรือขั้นตอนในการเรียนการสอน โดยอาศัยวิธีสอนและเทคนิคการสอนต่างๆ เข้าไปช่วยทำให้สภาพการเรียนการสอนนั้นเป็นไปตามหลักการที่ยึดถือ และได้รับการพิสูจน์ ทดสอบแล้วว่ามีประสิทธิภาพ สามารถใช้เป็นแบบแผนได้

รัตนา สิงห์กุล (2553, ออนไลน์) กล่าวถึงคำว่า รูปแบบการเรียนการสอนหรือรูปแบบการจัดการเรียนการสอน (Instructional Model หรือ Teaching-Learning Model) ไว้ว่า รูปแบบการเรียนการสอน หมายถึง โครงสร้างที่แสดงความสัมพันธ์และส่งเสริมซึ่งกันและกัน ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ในการเรียนการสอน ได้แก่ หลักการ วัตถุประสงค์ เนื้อหา ขั้นตอนการสอน การประเมินผล รวมทั้งกิจกรรมสนับสนุนอื่นๆ โดยผ่านขั้นตอนตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ และรูปแบบการเรียนการสอนยังเป็น โครงสร้างที่ใช้เป็นแนวในการสร้างกิจกรรมการเรียนการสอนและจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนการสอน

สายสุนีย์ เต็มสินสุข (2549, น.4-5) อธิบายว่า รูปแบบการสอน หมายถึง ชุดของกรวางแผนที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ของรูปแบบการสอน ที่ใช้ในการจัดกระทำเพื่อให้ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้เนื้อหาวิชาต่างๆ

ไสว พักขาว (2554, น.31) ให้ความหมายว่า รูปแบบการสอน หมายถึง แบบแผนหรือโครงสร้างที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ในการสอน ได้แก่ หลักการ เนื้อหา

วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการสอน การประเมินผล โดยผ่านขั้นตอนการสร้างอย่างเป็นระบบเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่กำหนด

สรุปได้ว่า รูปแบบการเรียนการสอนหมายถึง การกำหนดแผนงานล่วงหน้าที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยอาศัยแนวคิด ทฤษฎี ปรัชญาต่างๆ มากำหนดเป็นแบบแผนอย่างเป็นระบบ แสดงวิธีการดำเนินงานและการประเมินผลที่ชัดเจน

2. ลักษณะการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน

ลักษณะการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน มีนักการศึกษาอธิบายลักษณะการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนไว้ ดังนี้

วิโพทฐ์ วัฒนานิมิตกุล (2550, น.165) กล่าวถึงลักษณะของการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนว่า นัยของการพัฒนาอาจเป็นได้ 2 ลักษณะ คือ การปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่เดิมให้เหมาะสมยิ่งขึ้น และการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่มีอยู่เดิมให้เหมาะสมกับการใช้งานยิ่งขึ้น

1) การปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่เดิมให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนลักษณะนี้ เป็นการปรับปรุงแก้ไขภายในรูปแบบการเรียนการสอนหนึ่งให้มีความเหมาะสมกับการประยุกต์ใช้ ซึ่งอาจจะเป็นการเพิ่มเติมหรือปรับลดรายการต่างๆ ในรูปแบบการสอน เช่น แนวคิด ทฤษฎี ปรัชญาที่เกี่ยวข้อง วัตถุประสงค์ของรูปแบบ กระบวนการหรือกิจกรรมของรูปแบบ เป็นต้น อุปมาเหมือนการปรับปรุงเพิ่มเติม โรงเก็บรถ ปรับปรุงโรงครัวในบ้าน ซึ่งในภาพรวมของบ้านยังคงมีรูปแบบหลักๆ เหมือนเดิม

2) การสร้างรูปแบบการเรียนการสอนขึ้นใหม่

การสร้างรูปแบบการเรียนการสอนขึ้นใหม่ในลักษณะนี้อาจดำเนินการได้ใน 2 แนวทาง คือ

2.1 การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการเรียนการสอนที่มีอยู่เดิมในลักษณะใช้โครงสร้างเพียงบางส่วนของรูปแบบการเรียนการสอนเดิม แต่ปรับปรุงแก้ไขใหม่ในหลายประเด็น ส่งผลให้ไม่มีภาพรวมของรูปแบบเดิม อุปมาเหมือนรื้อบ้านทิ้งแล้วปลูกสร้างเป็นแบบใหม่ ซึ่งไม่มีเค้าโครงเดิมปรากฏอยู่ แต่ยังสามารถนำวัสดุอุปกรณ์จากบ้านเดิมมาใช้ประโยชน์ได้

2.2 การสร้างรูปแบบการเรียนการสอนขึ้นใหม่ ซึ่งอาจเป็นการประมวลแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและองค์ประกอบอื่นๆ เพื่อจัดทำเป็นรูปแบบการเรียนการสอนขึ้นใหม่ โดยมีได้อาศัยร่องรอยของรูปแบบการเรียนการสอนเดิมแต่อย่างใด อุปมาเหมือนการปลูกบ้านใหม่ทั้งหลัง โดยใช้แบบบ้าน วัสดุ อุปกรณ์ใหม่หมดทั้งหลัง

นอกจากนี้ลักษณะของรูปแบบการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้น ยังขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการพัฒนาด้วยว่า เป็นการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนที่สามารถนำไปใช้ได้อย่างกว้างขวาง หรือเพื่อวัตถุประสงค์เฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้

จอยส์ และ วิล (Joyce & Weil, 1996, p.236) กล่าวถึงการพัฒนาการเรียนการสอนควรดำเนินการภายใต้หลักการ ดังนี้

1. การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนจะต้องมีทฤษฎีรองรับ เช่น ทฤษฎีจิตวิทยาการเรียนรู้ เป็นต้น

2. เมื่อพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนแล้ว ก่อนนำไปใช้อย่างแพร่หลาย จะต้องมีการวิจัยเพื่อทดสอบทฤษฎี และตรวจสอบคุณภาพในเชิงการใช้ในสถานการณ์จริง และนำข้อค้นพบไปปรับปรุงแก้ไข

3. การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนอาจออกแบบให้ใช้ได้กว้างขวาง เพื่อวัตถุประสงค์เฉพาะอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้

4. การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนจะต้องมีจุดมุ่งหมายหลักที่ถือเป็นตัวตั้งในการพิจารณาเลือกรูปแบบการเรียนการสอนไปใช้ กล่าวคือ ถ้าผู้ใช้นำรูปแบบการเรียนการสอนไปใช้ตรงกับจุดมุ่งหมาย หลักการของรูปแบบแล้วจะเกิดผลสูงสุด อย่างไรก็ตามรูปแบบการเรียนการสอนนั้นๆ อาจนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์อื่นๆ ได้ตามความเหมาะสม

นอกจากนี้ จอยส์ และ วิล (Joyce & Weil, 1996, p.169-171) ได้กล่าวถึงลักษณะของการนำเสนอรูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบออกเป็น 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 อธิบายความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งเป็นที่มาของรูปแบบการเรียนการสอน (Orientation to the Model) อันประกอบด้วย เป้าหมายของรูปแบบ ทฤษฎี และข้อสมมติฐานที่รองรับรูปแบบ หลักการ และมโนทัศน์สำคัญ ที่เป็นพื้นฐานของรูปแบบการเรียนการสอน

ส่วนที่ 2 รูปแบบการเรียนการสอน (The Model of Teaching) เป็นการอธิบายถึงตัวรูปแบบการเรียนการสอน ซึ่งนำเสนอเป็นเรื่อง ๆ อย่างละเอียดและเน้นการปฏิบัติได้แบ่งออกเป็น 4 ประเด็น คือ

1. ขั้นตอนของรูปแบบ (Syntax หรือ Phases) เป็นการให้รายละเอียดว่า รูปแบบการเรียนการสอนนั้นมีกี่ขั้นตอน โดยเรียงกิจกรรมที่จะสอนเป็นขั้นๆ ซึ่งแต่ละรูปแบบจะมีขั้นตอนการสอนไม่เท่ากัน

2. รูปแบบของปฏิสัมพันธ์ (Social System) เป็นการอธิบายบทบาทของผู้สอน ผู้เรียน และความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ซึ่งบทบาทของผู้สอนจะแตกต่างกันไปในแต่ละรูปแบบการ

เรียนการสอน เช่น เป็นผู้นำกิจกรรม ผู้อำนวยการควบคุม ผู้ให้การแนะแนว เป็นแหล่งข้อมูล เป็นผู้จัดการ เป็นต้น

3. หลักการแสดงการตอบโต้ (Principles of Reaction) เป็นการบอกวิธีการแสดงออกของผู้สอนต่อผู้เรียน การตอบสนองต่อสิ่งที่ผู้เรียนกระทำ เช่น การปรับพฤติกรรมโดยการให้รางวัล หรือการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ด้วยการสร้างบรรยากาศอิสระ ไม่มีการประเมินว่าผิดหรือถูก เป็นต้น

4. สิ่งสนับสนุนการสอน (Support System) เป็นการบอกถึงเงื่อนไขสิ่งจำเป็นต่อการใช้รูปแบบนั้นให้เกิดผล เช่น รูปแบบการเรียนการสอนแบบทดลองในห้องปฏิบัติการ ต้องใช้ผู้ที่มีความรู้ฝึกฝนเป็นอย่างดีแล้ว เป็นต้น

ส่วนที่ 3 การนำรูปแบบการเรียนการสอนไปใช้ (Application) ในส่วนนี้ เป็นการแนะนำและตั้งข้อสังเกตในการใช้รูปแบบการเรียนการสอนนั้น เช่น จะใช้กับเนื้อหาประเภทใดจึงเหมาะสม รูปแบบนั้นเหมาะสมกับเด็กระดับอายุเท่าใด เป็นต้น นอกจากนี้ยังให้คำแนะนำอื่นๆ เพื่อให้ใช้รูปแบบการเรียนการสอนนั้นให้มีประสิทธิภาพที่สุด

ส่วนที่ 4 ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม (Instructional and Nurturing Effects) รูปแบบการเรียนการสอนแต่ละรูปแบบ จะส่งผลต่อผู้เรียนทั้งทางตรง และทางอ้อม ผลโดยตรงเกิดจากการสอนของผู้สอน ส่วนผลทางอ้อมเกิดจากสภาพแวดล้อม ซึ่งถือเป็นผลกระทบที่เกิดขึ้นตามขั้นตอนของรูปแบบการเรียนการสอนนั้นๆ และเป็นสิ่งคาดคะเนไว้ว่าจะเกิดผลไปกับการสอน ซึ่งสามารถใช้เป็นสิ่งที่พิจารณาเลือกรูปแบบการสอนไปใช้ด้วย

3. องค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน

คีฟส์ (Keeves J., 1997, p. 386-387 อ้างถึงใน ทิศนา แจมมณี, 2556, น.2) กล่าวว่า รูปแบบทั่วไปจะต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญ ดังนี้

1. รูปแบบจะต้องนำไปสู่การทำนาย (Prediction) ผลที่ตามมาซึ่งสามารถพิสูจน์ได้ ทดสอบได้ กล่าวคือ สามารถนำไปสร้างเครื่องมือเพื่อไปพิสูจน์ทดสอบได้
2. โครงสร้างของรูปแบบจะต้องประกอบด้วยความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (Causal Relationship) ซึ่งสามารถใช้อธิบายปรากฏการณ์/เรื่องนั้นได้
3. รูปแบบจะต้องสามารถช่วยสร้างจินตนาการ (Imagination) ความคิดรวบยอด (Concept) และความสัมพันธ์ (Interrelations) รวมทั้งช่วยขยายขอบเขตของการสืบเสาะความรู้
4. รูปแบบควรประกอบด้วยความสัมพันธ์เชิงโครงสร้าง (Structural Relationship) มากกว่าความสัมพันธ์เชิงเชื่อมโยง (Associative Relationship)

ทิสนา เขมมณี (2556, น.4) กล่าวถึงรูปแบบการสอนจำเป็นต้องมีองค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

1. มีปรัชญา ทฤษฎี แนวคิด หรือความเชื่อที่เป็นพื้นฐานหรือเป็นหลักของรูปแบบนั้นๆ
2. มีการบรรยายและอธิบายสภาพหรือลักษณะของการจัดการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับหลักที่ยึดถือ
3. มีการจัดระบบ คือ มีการจัดองค์ประกอบและความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของระบบให้สามารถนำผู้เรียนไปสู่เป้าหมายของระบบหรือกระบวนการนั้นๆ
4. มีการอธิบายหรือให้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีสอน และเทคนิคการเรียนการสอนต่างๆ อันจะช่วยให้กระบวนการเรียนการสอนนั้นๆ เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

สายสุนีย์ เดิมสินสุข (2549, น.6) กล่าวว่า รูปแบบการสอนจะต้องสามารถทำนายผลที่จะเกิดขึ้นตามมาได้ และมีศักยภาพในการสร้างความคิดรวบยอดและความสัมพันธ์ใหม่ๆ ได้ มีองค์ประกอบ ดังนี้

1. หลักการของรูปแบบการสอน ที่เป็นเป็นส่วนที่กล่าวถึงความเชื่อและแนวคิด ทฤษฎีที่เป็นพื้นฐานของรูปแบบการสอน โดยหลักการของรูปแบบการสอนจะเป็นตัวชี้้นำ การกำหนดจุดประสงค์ เนื้อหา กิจกรรม และขั้นตอนการดำเนินงานในรูปแบบการสอน
2. สารและกระบวนการเป็นส่วนที่ระบุถึงเนื้อหาและกิจกรรมต่างๆ ที่จะใช้ในการจัดการเรียนการสอน
3. เป้าหมายและวัตถุประสงค์ เป็นการระบุความคาดหวังที่ผู้สอนต้องการให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน นั่นคือ การวางเป้าหมายการเรียนรู้ ซึ่งต้องกำหนดอย่างชัดเจน หรือเป็นการระบุเป้าหมายในการทำงานของผู้เรียน เพื่อให้ประสบผลสำเร็จในการดำเนินการตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์นั้นๆ
4. สารการเรียนรู้ ประกอบด้วยเนื้อหา และกระบวนการในการเรียนรู้ที่ผู้สอนจะใช้ในการวางแผนการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน
5. การสอน สื่อและแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ เป็นส่วนที่ระบุวิธีการปฏิบัติในขั้นตอนต่างๆ เพื่อการใช้รูปแบบการสอนที่ประสบผลสำเร็จ สามารถพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนได้จริง และตรงตามรูปแบบการสอนนั้นๆ กำหนดหรือให้คำอธิบายไว้
6. การวัดและประเมิน เป็นส่วนที่ระบุถึงการประเมินประสิทธิภาพของรูปแบบการเรียนการสอน โดยประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนเพื่อให้ประจักษ์ในประสิทธิผลของรูปแบบการเรียนการสอนที่มีต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน และประเมินจากกระบวนการทั้งหมดของรูปแบบการเรียนการสอน

4. ขั้นตอนการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอน

วิโพภุฏฐ์ วัฒนานิมิตกุล (2550, น.179) ได้นำเสนอขั้นตอนการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอนไว้ 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน ดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาสภาพการณ์ปัจจุบันและดำเนินการจัดการศึกษา เช่น คุณภาพการศึกษา ปัญหาทางการศึกษา แล้วระบุเป็นประเด็นที่ต้องการพัฒนา
2. กำหนดปรัชญาการศึกษาที่สอดคล้องกับสภาพปัจจุบันและประเด็นที่ต้องการพัฒนา เพื่อใช้เป็นแนวทางของปรัชญาการศึกษาเป็นทิศทางในการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอน
3. กำหนดขอบข่ายและวิธีการ กำหนดกรอบแนวความคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและแนวคิดพื้นฐานของรูปแบบการเรียนการสอน โดยให้สอดคล้องกับประเด็นที่ได้จากข้อ 1 และ 2
4. กำหนดองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับการดำเนินการในข้อ 3

ขั้นที่ 2 การสร้างรูปแบบการเรียนการสอน ดำเนินการดังนี้

1. นำองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอนที่ได้ดำเนินการไว้แล้วในขั้นที่ 1 มาสร้างความสัมพันธ์กันแล้วนำเสนอในรูปแบบการเรียนการสอน
2. นำเสนอรายละเอียดของแต่ละองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน โดยจัดทำเป็นรูปแบบการเรียนการสอนฉบับร่าง แล้วนำรูปแบบการเรียนการสอนฉบับร่างนี้ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ แก้ไข และให้คำแนะนำ

ขั้นที่ 3 การสร้างเอกสารประกอบรูปแบบการเรียนการสอนดำเนินการดังนี้

ในขั้นนี้เป็นขั้นตอนที่มีจุดมุ่งหมายในการเตรียมเอกสารต่าง ๆ ที่สามารถอธิบายการนำรูปแบบการเรียนการสอนไปใช้ปฏิบัติจริง เช่น คู่มือการใช้รูปแบบการเรียนการสอน คู่มือการสร้างสื่อที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้น เป็นต้น

ขั้นที่ 4 การตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเรียนการสอน ดำเนินการดังนี้

การตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเรียนการสอน และเอกสารประกอบรูปแบบการเรียนการสอน ดำเนินการใน 2 ขั้นตอน คือ

1. นำเอกสารรูปแบบการเรียนการสอน และเอกสารประกอบรูปแบบการเรียนการสอนให้ผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน ตรวจสอบแก้ไขและให้ข้อเสนอแนะ
2. นำแผนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนที่พัฒนาขึ้นไปทดลองเพื่อตรวจสอบความเป็นไปได้ในการนำไปใช้จริง ในด้านภาษาที่ใช้ ระยะเวลาในแต่ละกิจกรรม ตลอดจนปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน

ขั้นที่ 5 การแก้ไขปรับปรุงรูปแบบการเรียนการสอนและเอกสารประกอบรูปแบบการเรียนการสอน ดำเนินการดังนี้

การปรับปรุงแก้ไข ดำเนินการโดยการนำข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการตรวจแก้ไขและข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ และจากผลการทดลองมาใช้ปรับปรุงเพื่อให้ได้รูปแบบการเรียนการสอนและเอกสารต่าง ๆ ที่มีความสมบูรณ์ ครบถ้วน

สายสุนีย์ เต็มสินสุข (2549, น.12) อธิบายขั้นตอนการพัฒนาารูปแบบการสอนประกอบด้วยขั้นตอน 6 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน โดยการวิเคราะห์บริบทที่เกี่ยวข้อง เช่น สภาพทั่วไปที่เป็นปัญหาทางการเรียนการสอน การวิเคราะห์ผู้เรียนและความต้องการที่จำเป็นของผู้เรียน บริบทแวดล้อมและปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ เช่น ทฤษฎีการเรียนรู้ต่างๆ และข้อค้นพบจากการวิจัยที่เกี่ยวข้อง แนวคิดทางการศึกษา ตลอดจนศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัจจุบัน ปัญหาจากเอกสารหรือผลการวิจัยหรือการสังเกต และการสอบถามผู้เกี่ยวข้อง

2. กำหนดหลักการ เป้าหมาย และองค์ประกอบอื่นๆ ของรูปแบบการสอนให้สอดคล้องกับข้อมูลพื้นฐาน และทฤษฎีการเรียนรู้ และสัมพันธ์องค์ประกอบต่างๆ เข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ ระเบียบ สอดคล้องกัน ทั้งนี้การกำหนดเป้าหมายของรูปแบบการสอนจะช่วยให้ผู้สอนสามารถเลือกรูปแบบการสอนไปใช้ให้ตรงกับจุดมุ่งหมายของการสอน เพื่อให้การสอนบรรลุผลสูงสุด

3. กำหนดแนวทางในการนำรูปแบบการสอนไปใช้ ประกอบด้วยรายละเอียดเงื่อนไขต่างๆ เกี่ยวกับผู้เรียน รายละเอียดเกี่ยวกับวิธีการและผู้สอนจะต้องเตรียมงาน หรือจัดสภาพการเรียนการสอนอย่างไรเพื่อให้การใช้รูปแบบการสอนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

4. ประเมินรูปแบบการสอน เป็นการทดสอบความมีประสิทธิภาพของรูปแบบที่สร้างขึ้น โดยทั่วไปจะใช้วิธีการต่อไปนี้ ประเมินความเป็นไปได้ในเชิงทฤษฎี โดยคณะผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งจะประเมินความสอดคล้องภายในระหว่างองค์ประกอบต่างๆ และประเมินความเป็นไปได้ในเชิงปฏิบัติการ โดยการนำรูปแบบการสอนที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ในสถานการณ์จริง ในลักษณะของการวิจัยเชิงทดลองหรือกึ่งทดลอง

5. ปรับปรุงรูปแบบการสอน โดยดำเนินการเป็น 2 ระยะ คือ ระยะก่อนนำรูปแบบการสอนไปทดลองใช้โดยการปรับปรุงรูปแบบการสอน ในระยะนี้ใช้ผลจากการประเมินความเป็นไปได้ในเชิงทฤษฎีเป็นข้อมูลในการปรับปรุง และระยะหลังนำรูปแบบการสอนไปทดลองใช้โดยการปรับปรุงรูปแบบการสอน ในระยะนี้อาศัยข้อมูลจากการทดลองใช้ (ทั้งจากข้อมูลเชิงปริมาณ และข้อมูลเชิงคุณภาพ จากผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย) เป็นตัวชี้้นำในการปรับปรุงและอาจจะมี

การนำรูปแบบการสอนไปทดลองใช้และปรับปรุงซ้ำ จนกว่าจะได้รูปแบบและได้ผลที่เกิดจากการใช้รูปแบบเป็นที่น่าพอใจ

6. การนำรูปแบบการสอนที่สมบูรณ์แล้ว ไปใช้อีกครั้งหนึ่งเพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบการสอนในลักษณะของการวิจัยเชิงทดลอง

ดังนั้น การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดให้มีขั้นตอนหลัก 5 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) การกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน 3) การสร้างรูปแบบการเรียนการสอน 4) การทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน และ 5) การประเมินรูปแบบการเรียนการสอน

การจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ในส่วนนี้นำเสนอการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ใน 5 ประเด็น ดังนี้ 1) หลักการของหลักสูตร 2) วัตถุประสงค์ 3) ขอบข่าย 4) แนวทางการจัดกิจกรรม และ 5) การประเมินผลการจัดกิจกรรม (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, น.20)

1. หลักการของหลักสูตร

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กล่าวถึงกิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่จัดสอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ ธรรมชาติของผู้เรียนและ วิสัยทัศน์ของสถานศึกษาที่ตอบสนองจุดมุ่งหมายหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ให้ครอบคลุมทั้งทางการศึกษา การงานและอาชีพ เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ผู้เรียน มีอิสระในการคิด และตัดสินใจด้วยตนเอง เรียนรู้ด้วยตนเอง ด้วยการปฏิบัติ จนกระทั่งเกิดทักษะชีวิต หรือการเรียนรู้ ตลอดจนครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม โดยมีครูแนะแนวเป็นที่เลี้ยงและ ประสานงาน

2. วัตถุประสงค์

การจัดกิจกรรมแนะแนวนั้น ได้กำหนดวัตถุประสงค์ไว้ 3 ข้อ ดังนี้

- 1) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
- 2) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ สามารถวางแผนการเรียน อาชีพ รวมทั้งการดำเนินชีวิตและสังคม
- 3) เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

3. ขอบข่าย

การจัดกิจกรรมแนะแนวมุ่งประกอบ 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการศึกษา ให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองในด้านการเรียนอย่างเต็มศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียน หรือการศึกษาต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีนิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน มีวิธีการเรียนรู้และสามารถวางแผนการเรียน หรือการศึกษาต่อไปได้อย่างเหมาะสม

2. ด้านการทำงานและอาชีพ ให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในทุกด้าน รู้และเข้าใจโลกของงานอาชีพอย่างหลากหลาย มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต มีการเตรียมตัวสู่อาชีพ สามารถวางแผนเพื่อประกอบอาชีพตามที่ตนเองมีความถนัดและสนใจ

3. ด้านชีวิตและสังคม ให้ผู้เรียนได้รู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่น รักสิ่งแวดล้อม มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดีมีคุณภาพ มีทักษะ และสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

4. แนวทางการจัดกิจกรรม

สำหรับแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวของสถานศึกษานั้น กำหนดให้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. สำรวจสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ และธรรมชาติของผู้เรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางและแผนการปฏิบัติกิจกรรมแนะแนว

2. ศึกษาวิสัยทัศน์ของสถานศึกษา และวิเคราะห์ข้อมูลของผู้เรียนที่ได้จากฐานข้อมูลผู้เรียนรายบุคคล หรือสำรวจเพื่อทราบปัญหา ความต้องการ และความสนใจ เพื่อไปกำหนดสาระและรายละเอียดของกิจกรรมแนะแนว

3. กำหนดสัดส่วนของกิจกรรมด้านการศึกษา การงานและอาชีพ รวมทั้งชีวิตและสังคมให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม โดยยึดสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ และธรรมชาติของผู้เรียนเป็นหลัก ทั้งนี้ครูและผู้เรียนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรม

4. กำหนดแผนการปฏิบัติกิจกรรมแนะแนว โดยระดับประถมศึกษาจัดเป็นรายปี ระดับมัธยมศึกษาจัดเป็นรายภาค เมื่อกำหนดสัดส่วนของกิจกรรมแต่ละด้านแล้วจะต้องระบุว่าจัดกิจกรรมแนะแนวในด้านใด จำนวนกี่ชั่วโมง พร้อมทั้งกำหนดรายละเอียดของแต่ละด้านให้ชัดเจนว่าควรมีเรื่องใดบ้าง เพื่อจะได้จัดทำเป็นรายละเอียดของแต่ละกิจกรรมย่อยต่อไป

5. จัดทำรายละเอียดของแต่ละแผนการปฏิบัติกิจกรรม เริ่มตั้งแต่การกำหนดชื่อกิจกรรม จุดประสงค์ เวลา เนื้อหา/สาระ วิธีดำเนินกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล

6. ปฏิบัติตามแผนปฏิบัติกิจกรรมแนะแนว วัดและประเมินผล และสรุปรายงาน

5. การประเมินผลการจัดกิจกรรม

ในการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนว ครูผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรมแนะแนว ผู้เรียน และผู้ปกครอง มีการกำหนดภารกิจที่รับผิดชอบ ดังนี้

5.1 ครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว

5.1.1 จัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้เรียน ให้เกิดคุณลักษณะอันพึงประสงค์สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ที่สถานศึกษากำหนด ตามสภาพความต้องการ และปัญหาของผู้เรียน

5.1.2 รายงานเวลาและพฤติกรรมกรเข้าร่วมกิจกรรม

5.1.3 ศึกษา ติดตาม และพัฒนาผู้เรียนในกรณีที่ผู้เรียนไม่เข้าร่วมกิจกรรม

5.1.4 ประเมินผลผู้เรียน โดยดูจากพัฒนาการของผู้เรียนตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดเป็นสำคัญ ในกรณีที่ผลการประเมินไม่ผ่านให้ครูผู้จัดกิจกรรมดำเนินการซ่อมเสริม โดยให้ผู้เรียนปฏิบัติกิจกรรมซ้ำ หรือปฏิบัติกิจกรรมเพิ่มเติม จนกระทั่งผู้เรียนบรรลุคุณลักษณะตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมหรือผ่านการประเมินตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด

5.1.5 บันทึกผลการติดตามและประเมินผลผู้เรียนไว้เป็นหลักฐาน

5.2 ผู้เรียน

5.2.1 มีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด โดยมีหลักฐานแสดงเวลากรเข้าร่วมกิจกรรม

5.2.2 ปฏิบัติกิจกรรมตามที่ครูผู้รับผิดชอบมอบหมาย ถ้าไม่ผ่านให้ปฏิบัติซ้ำหรือปฏิบัติเพิ่มเติม และมีชิ้นงาน ผลงาน/คุณลักษณะตามที่ครูผู้จัดกิจกรรมมอบหมายให้ปฏิบัติ

5.3 ผู้ปกครอง

ผู้ปกครองควรมีส่วนร่วมในการประเมินผลการพัฒนาการของผู้เรียน และมีการบันทึกสรุปพัฒนาการ และการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียน

จากแนวทางดังที่กล่าวมา ผู้วิจัยได้นำหลักการ วัตถุประสงค์ ขอบข่าย ของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มาใช้เป็นฐานในการวิจัยในครั้งนี้

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ด้านความฉลาดทางอารมณ์นั้น นำเสนอใน 3 ประเด็นประกอบด้วย ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ ลักษณะของผู้มีความฉลาดทางอารมณ์ และแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

1. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

แต่เดิมมีความเชื่อว่าความสามารถทางเชาว์ปัญญา (I.Q.) คือ ปัจจัยสำคัญที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จ มีชีวิตที่ดี และมีความสุข ต่อมานักจิตวิทยาเริ่มตั้งข้อสงสัยต่อความเชื่อดังกล่าว เพราะไม่เชื่อว่าความสำเร็จของคน ๆ หนึ่งจะขึ้นอยู่กับความสามารถทางเชาว์ปัญญาเพียงอย่างเดียว

จนกระทั่ง แดเนียล โกลแมน (Denial Golemen, 1995 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2547, น.15-26) ได้เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) และได้ให้ความหมายของ อีคิวว่า เป็นความสามารถหลายด้าน ได้แก่ การเร่งเร้าตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย มีความสามารถควบคุมความขัดแย้งของตนเอง รอคอยผลลัพธ์ที่ดีกว่า มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์ไม่สบายต่างๆ มีชีวิตอยู่ด้วยความหวัง อีคิวหรือความฉลาดทางอารมณ์ จึงได้รับการยอมรับว่ามีความสำคัญต่อความสำเร็จ และความสุขของชีวิตมนุษย์

ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey และ Mayer, 1994 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2547, น.4) เริ่มใช้คำว่าความฉลาดทางอารมณ์ หมายความว่า “เป็นความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ ความคิด ความรู้สึกและภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถนำข้อมูลเหล่านั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการชี้นำความคิดและการกระทำของตนเองได้”

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2552, น.ก) ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หรือเขาว์ทางอารมณ์ หมายถึงความสามารถ ในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและ ความรู้สึกของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน รวมทั้งสามารถตอบสนอง ความต้องการของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีและดำเนิน ชีวิตร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2551, น.4) ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient : EQ) ถือเป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น สามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเองเพื่อเป็นการสร้างแรงจูงใจให้ตนเองในการเผชิญ กับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความคับข้องใจ รู้จักอดทนอดกลั้น รอคอยอย่างมีความหวัง รวมทั้ง สามารถที่จะสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ ถือเป็นทักษะที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จทั้งในด้าน การงาน ครอบครัว และชีวิตส่วนตัว

ราชบัณฑิตยสถาน (2525, น.249,902) ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งตรงกับ คำภาษาอังกฤษว่า Emotional Quotient หรือเรียกย่อๆ ว่า E.Q. นั้น โดยความฉลาด หมายถึง มีปัญญา และไหวพริบดี และคำว่าอารมณ์ หมายถึง ความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อย ๆ เช่น เดี่ยว อารมณ์ดี เดี่ยวอารมณ์ร้าย หรือหมายถึง นิสัยใจคอ เช่น เป็นคนอารมณ์เย็น

ความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2547, น.14) ได้ให้ความหมายว่า หมายถึง การรับรู้ เข้าใจ และปรับอารมณ์ได้เหมาะสม เพื่อเป็นแหล่งพลังงานของบุคคล การรู้ข้อมูลความไว้วางใจ ความคิดสร้างสรรค์ และอิทธิพลของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ในการวิจัยครั้งนี้จึงหมายถึง ความสามารถในการจัดการกระทำ ควบคุม แสดงออก ด้านความคิดและพฤติกรรมที่มองเห็นได้ใน 3 ด้าน คือ ดี เก่ง และสุข

2. ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์

ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์นั้น แดเนียล โกลแมน (Goleman, D.,1998 อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต, 2547, น.18) กล่าวถึงลักษณะของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงไว้ดังนี้ 1) เป็นคนที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ 2) มีการตัดสินใจที่ดี 3) สามารถควบคุมอารมณ์ได้ 4) มีความอดทน อดกลั้น 5) ไม่หุนหันพลันแล่น 6) สามารถทนกับความผิดหวังได้ 7) มีความสามารถในการเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น 8) มีความเข้าใจในสถานการณ์ของสังคม 9) ไม่ย่อท้อหรือยอมแพ้ง่าย 10) มีพลังใจที่จะต่อสู้กับปัญหาชีวิตได้ 11) สามารถจัดการกับความเครียดได้ ไม่ปล่อยให้ความเครียดเกาะกุมจิตใจจนทำอะไรไม่ถูก

กระทรวงสาธารณสุข (2550, น. 21) กล่าวถึงลักษณะ 10 ประการ ของผู้มีระดับคุณภาพอารมณ์สูง ดังนี้

1. รับรู้อารมณ์ของตนเองมากกว่าการกล่าวโทษผู้อื่นหรือสถานการณ์
2. สามารถแยกแยะความคิดกับความรู้สึกได้
3. มีความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง ไม่โทษโน่น โทษนี้
4. รู้จักใช้ความรู้สึกเพื่อช่วยตัดสินใจ
5. นับถือความรู้สึกของผู้อื่น
6. เมื่อถูกกระตุ้นให้โกรธ สามารถควบคุมไม่ให้โกรธได้ และสามารถแปรเปลี่ยนความโกรธเป็นพลังทางสร้างสรรค์ได้
7. เข้าใจ เห็นอกเห็นใจ และยอมรับความรู้สึกของผู้อื่น
8. รู้จักฝึกหาในทางบวกจากอารมณ์ในทางลบ
9. ไม่ชอบแนะนำ สั่ง ควบคุม วิพากษ์วิจารณ์ ตัดสิน หรือสั่งสอนผู้อื่น
10. หลีกเลี่ยงการปะทะอารมณ์กับคนที่ไม่ยอมรับหรือไม่เคารพความรู้สึกของผู้อื่น

3. แนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

กระทรวงสาธารณสุข (2550, น. 41) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ที่ประกอบด้วยปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ ดี เก่ง และสุข

1. ดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม มีรายละเอียด ดังนี้

- 1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง
 - 1) รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง
 - 2) ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้
 - 3) แสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2 ความสามารถในการรู้จักเห็นใจผู้อื่น

- 1) ใส่ใจผู้อื่น
- 2) แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบต่อส่วนรวม

- 1) รู้จักการให้ รู้จักการรับ
- 2) รู้จักให้อภัย
- 3) เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. เก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักตนเอง และสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง

- 1) รู้ศักยภาพของตนเอง
- 2) สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้
- 3) มีความมุ่งมั่นที่ไปถึงเป้าหมายได้

2.2 ความสามารถในการตัดสินใจแก้ปัญหา

- 1) รับรู้และเข้าใจปัญหา
- 2) มีขั้นตอนในการแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- 3) มีความยืดหยุ่น

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

- 1) รู้จักสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น
- 2) กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- 3) แสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

3. สุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ความภูมิใจในตนเอง

- 1) เห็นคุณค่าในตนเอง
- 2) เชื่อมั่นในตนเอง

3.2 พึงพอใจในชีวิต

- 1) รู้จักมองโลกในแง่ดี
- 2) มีอารมณ์ขัน
- 3) พอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่

3.3 มีความสุขสงบทางใจ

- 1) มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข
- 2) รู้จักผ่อนคลาย
- 3) มีความสงบทางจิตใจ

กระทรวงสาธารณสุข (2550, น.75) ได้เสนอแนะวิธีการพัฒนาทางอารมณ์ไว้ 5 ประการ ประกอบด้วย การรู้จักอารมณ์ตนเอง การจัดการกับอารมณ์ตนเอง การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น และการรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

1. การรู้จักอารมณ์ตนเอง เป็นองค์ประกอบสำคัญเบื้องต้นที่จะนำไปสู่การควบคุมอารมณ์และการแสดงออกที่เหมาะสมต่อไป ขั้นตอนของการรู้จักอารมณ์ของตนเองเริ่มจากการรู้ตัวหรือมีสติ ตามปกติเมื่อเราเกิดอารมณ์ใดขึ้นเราจะตกอยู่ในภาวะใดภาวะหนึ่งจากสามภาวะ ได้แก่

- 1) การถูกครอบงำด้วยอารมณ์ไม่สามารถฝืนอารมณ์ได้และแสดงพฤติกรรมไปตามสภาพอารมณ์
- 2) การไม่ยินดียินร้ายกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นหรือละเลยไม่สนใจเพื่อบรรเทาการแสดงอารมณ์และ
- 3) การรู้เท่าทันอารมณ์ ซึ่งการรู้ตัวจะมีพลังเหนือความรู้สึกและอารมณ์ที่ไม่ดีต่างๆ รู้ว่าในสภาพอารมณ์นี้ควรจะทำเช่นไรจึงจะเหมาะสมที่สุด

แนวทางในการพัฒนาการรู้จักอารมณ์ตนเอง ทำได้ดังนี้

1.1 ให้ความสำคัญทบทวนอารมณ์ตนเอง พิจารณาว่าตนเองมีลักษณะอารมณ์เช่นไรคล้อยตามตนเอง บุคคลอื่น สิ่งแวดล้อม ทบทวนลักษณะของการแสดงอารมณ์และผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ของเราว่ารู้สึกพอใจ ไม่พอใจ เหมาะสมหรือไม่เหมาะสม ถ้ารู้สึกพอใจหรือไม่เหมาะสมแล้วต้องพิจารณาว่าไม่ได้เข้าข้างตนเองแล้วใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

1.2 ฝึกให้เกิดการรู้ตัวเสมอและมีสติอยู่กับการรู้ตัว โดยให้รู้สึกว่าจะขณะนี้เรากำลังรู้สึกอย่างไรกับตัวเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆตัว รู้สึกสบายใจหรือไม่สบายใจ คิดอย่างไรกับความรู้สึกนั้น และความคิดต่อความรู้สึกนั้นมีผลอย่างไรกับการแสดงออกของตนเอง

2. การจัดการกับอารมณ์ตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และการแสดงออกทั้งทางที่ดีและไม่ดีได้อย่างเหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลา และสถานการณ์ การจะจัดการกับอารมณ์ได้เหมาะสมเพียงใดขึ้นอยู่กับ การควบคุมอารมณ์ ไม่แสดงออกทันทีทันใด สามารถอธิบายได้อย่างสมเหตุสมผลถึงการเกิดอารมณ์ การแสดงพฤติกรรมที่มีผลย้อนกลับในทางบวกและการแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมกับบุคคล สถานที่ เวลา และสถานการณ์

แนวทางในการพัฒนาการจัดการกับอารมณ์ตนเอง ทำได้ดังนี้

2.1 ทบทวนว่ามีอะไรบ้างที่ทาลงไปเพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้นและดูด้วยว่าผลที่ตามเป็นเช่นไร

2.2 เตรียมการในการแสดงอารมณ์ ฝึกการสั่งตนเองว่าจะทำอะไรและไม่ทำอะไร

2.3 ฝึกการรับรู้สิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นหรือที่เราต้องเกี่ยวข้องในด้านดี มอง-ฟัง ในสิ่งดี สร้างอารมณ์ให้แจ่มใสและให้เกิดความสบายใจ

2.4 ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ผู้อื่นและสิ่งอื่นที่อยู่รอบตัว

2.5 ฝึกการมองหาประโยชน์หรือโอกาสจากอุปสรรค โดยการเปลี่ยนมุมมองในแง่ดี โดยคิดว่าเป็นสิ่งท้าทายและมีทางเลือกมากกว่าหนึ่งทาง

3. การสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง เป็นการมองแง่ดีของสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นกับตนเองและสร้างความเชื่อมั่นว่าเราสามารถอยู่กับสิ่งนั้นได้ สามารถทำได้เพื่อให้เกิดกำลังใจที่จะสร้างสรรค์ในสิ่งที่ดี มุ่งมั่น ไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้

แนวทางในการพัฒนาการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง ทำได้ดังนี้

3.1 ทบทวนว่าสิ่งสำคัญในชีวิตเรามีอะไรบ้าง ให้จัดลำดับความสำคัญของความต้องการอยากเป็น อยากมี อยากได้ แล้วจึงพิจารณาว่า การจะบรรลุความต้องการนั้นมีความเป็นไปได้หรือไม่ได้ และโดยวิธีการใด

3.2 นำความต้องการที่เป็นไปได้และเกิดประโยชน์มาตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนให้กับตนเอง และวางขั้นตอนที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น

3.3 ในการปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายต้องระวังอย่าให้มีเหตุการณ์บางอย่างมาทำให้ไขว้เขวในขณะที่จะมุ่งสู่เป้าหมายนั้น

3.4 ต้องลดความสมบูรณ์แบบในตนเองลง ไม่ใช่ทำทุกอย่างได้ดีที่สุดและต้องไม่มีสิ่งผิดพลาดเลย ฝึกความยืดหยุ่นในอารมณ์เพื่อไม่ให้เครียดและผิดหวัง

3.5 ฝึกการมองหาประโยชน์จากอุปสรรคเพื่อสร้างความรู้สึกดีๆ ที่จะเป็นพลังให้เกิดสิ่งดีอื่นๆ ต่อไป

3.6 หมั่นสร้างทัศนคติที่ดี หามุมมองในด้านดีจากเรื่องที่เราไม่พอใจ มองปัญหาเป็นการเรียนรู้ เป็นการเพิ่มพลังและแรงจูงใจให้ตนเอง

3.7 หมั่นสร้างความหมายในชีวิตให้แก่ตนเอง นึกถึงสิ่งที่สร้าง ความภูมิใจ แม้จะเป็นสิ่งเล็กๆ น้อยๆ พยายามใช้สิ่งดีในตนเองให้เกิดคุณค่าแก่ตนเองและผู้อื่น

3.8 ให้กำลังใจตนเอง คิดว่าเราทำได้ เราจะทำและลงมือทำ

4. การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึกของผู้อื่น มีความเข้าใจ เห็นใจผู้อื่น สามารถปรับสมดุลของอารมณ์ตนเองและตอบสนองต่อผู้อื่นได้อย่างสอดคล้องกัน การหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่นและสามารถเข้าใจได้ จะทำให้เรารู้ช่องทางที่จะโน้มน้าวใจ

ผู้อื่นให้ทำในสิ่งที่เราต้องการ การฝึกอารมณ์ด้านนี้จะต้องนึกถึงผู้อื่นพอๆ กับการนึกถึงตนเองจึงจะรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น ได้ดี

แนวทางในการพัฒนาการหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น ทำได้ดังนี้

4.1 ให้ความสนใจในการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทางการพูด น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกต่างๆ

4.2 อ่านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นจากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขากำลังมีความรู้สึกใด อาจจะตรวจสอบความรู้สึกนั้นด้วยการถาม แต่ต้องพิจารณาถึงความเหมาะสมของสถานการณ์ไม่เช่นนั้นจะกลายเป็นการทำลายความรู้สึกได้

4.3 ทำความเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของบุคคลตามสภาพที่เขาเผชิญอยู่ หรือที่เรียกว่า เอาใจเขามาใส่ใจเรา

4.4 แสดงการตอบสนองอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นที่เป็นการแสดงว่าเข้าใจเห็นใจกัน ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อกัน

5. การรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เป็นความสามารถในการอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยใช้สัมพันธภาพที่ดีต่อกันและสร้างสรรค์ผลงานที่เป็นประโยชน์ ผู้ที่มีความสามารถและทักษะด้านนี้จะสามารถใช้ทั้งความคิด อารมณ์และพฤติกรรมในการอยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกับบุคคลต่างๆ ได้อย่างราบรื่น

แนวทางในการพัฒนาการรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำได้ดังนี้

5.1 สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกัน ฝึกการสร้างอารมณ์ที่ดีกับผู้อื่น เข้าใจและเห็นใจผู้อื่น ซึ่งจะทำให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้น

5.2 ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ สร้างความเข้าใจที่ตรงกัน ชัดเจน ฝึกการเป็นผู้ฟังและผู้พูดที่ดี รวมทั้งคำนึงถึงความรู้สึกของผู้รับการสื่อสารด้วย

5.3 ฝึกการแสดงน้ำใจ เอื้อเฟื้อ รู้จักการให้ การรับ การแลกเปลี่ยนให้เกิดคุณค่าและประโยชน์สำหรับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง

5.4 ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงจัง ให้การยอมรับเพราะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้รับมีความภาคภูมิใจ และมีความรู้สึกที่ดีตอบแทนมา

5.5 ฝึกการแสดงความชื่นชอบ ชื่นชม และให้กำลังใจซึ่งกันและกันตามวาระที่เหมาะสม จะเกิดผลอย่างแท้จริงต้องอาศัยความมุ่งมั่น อดทน และต้องอาศัยเวลา

กล่าวโดยสรุปว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และพฤติกรรมใน 3 ด้าน คือ ดี เก่ง และ สุข ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองรู้จัก เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น และด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยที่เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา

ศิริณี อิ่มน้ำขาว และคณะ (2554) ได้ศึกษาวิจัย ผลการบูรณาการจิตตปัญญาศึกษาในรายวิชาปฏิบัติการการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ 3 : กรณีศึกษาหอผู้ป่วยหนักโรงพยาบาลโสธร การศึกษาในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง one group pretest-postest group design เพื่อศึกษาผลการบูรณาการจิตตปัญญาศึกษา ในรายวิชาปฏิบัติการการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลมหาสารคาม จำนวน 7 คน ในหอผู้ป่วยหนักกุมารเวชและอายุรกรรม โรงพยาบาลโสธร เครื่องมือที่ใช้ จำนวน 6 ชุด คือ คู่มือจัดการเรียนรู้ สมุดบันทึกการเรียนรู้ประจำวัน และบันทึกเรื่องราว แบบบันทึกการสังเกตการณ์พยาบาลแบบองค์รวมแบบสัมภาษณ์ Focus Group แบบสัมภาษณ์ผู้เรียนและสมาชิก แบบประเมินตนเอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยมีค่า Cronbach' alpha เท่ากับ 0.82 และแบบประเมินความพึงพอใจของผู้เรียนในการเข้าร่วมกระบวนการจิตตปัญญา วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ผลการวิจัยพบว่ารูปแบบการบูรณาการในการฝึกปฏิบัติ ต้องเน้นความเข้าใจถึงแก่นแท้ของแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เข้าใจผู้ป่วย เรียนรู้ด้วยตนเอง มีสติสอดแทรกให้เป็นเรื่องงานประจำ และการติดตามประเมินผลต้องครอบคลุมผู้เกี่ยวข้องทุกด้าน ส่วนผลการบูรณาการกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาในการฝึกภาคปฏิบัตินั้น กิจกรรมตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาช่วยลดความวิตกกังวล ลดความเครียดนักศึกษาได้ การได้บอกเล่าเรื่องราวของตนเองช่วยให้เกิดการระบายความคับข้องใจและความรู้สึก รู้จักวิเคราะห์ปัญหาของตนเอง และปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น รู้สึกไว้วางใจอาจารย์นิเทศ มีความรู้สึกผูกพันคิดและมองในด้านบวกมากขึ้น เกิดกำลังใจและพร้อมสำหรับการมุ่งมั่นในการฝึกปฏิบัติ ค่าเฉลี่ยการประเมินตนเองหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้นร้อยละ 4.17 ผลการประเมินนักศึกษาด้านการปฏิบัติงานแบบองค์รวมของอาจารย์นิเทศและพยาบาลที่เลี้ยงอยู่ในระดับมาก ความพึงพอใจของผู้เรียนต่อการบูรณาการ อยู่ในระดับดีมากถึงมากที่สุด โดยมีข้อเสนอแนะว่า แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสามารถนำไปใช้ได้จริง ช่วยพัฒนาความเป็นมนุษย์และความสามารถในการปฏิบัติการพยาบาลได้ แม้ว่าการศึกษากลุ่มตัวอย่างนี้ มีจำนวนกลุ่มตัวอย่างน้อยแต่สามารถนำไปเป็นแนวทางให้ผู้สนใจได้นำวิธีการทางจิตตปัญญาศึกษาไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะหรือรายวิชาอื่น

ที่คล้ายกัน ผู้เรียนให้ความเห็นว่าควรบูรณาการในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติรายวิชาอื่นๆ และติดตามประเมินอย่างต่อเนื่อง

พิมพ์ฤดี ประเสริฐสังข์ (2554) ได้ศึกษาวิจัยการพัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความรัก และเข้าใจตนเอง ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีจุดมุ่งหมายเพื่อ 1) พัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความรักและเข้าใจตนเองตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา 2) ศึกษาการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเองของนักเรียน วิธีการศึกษาใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาเป็นครู ผู้ให้ข้อมูลเพิ่มเติม 1 คน นักเรียนจำนวน 37 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ จำนวน 10 แผน แบบสังเกตพฤติกรรมการสอนในชั้นเรียน แบบสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักเรียน แบบบันทึกการสัมภาษณ์นักเรียน และแบบบันทึกการเรียนรู้ของนักเรียน (อนุทิน) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพใช้วิธีการพรรณนาวิเคราะห์ ผลการศึกษาค้นคว้าปรากฏดังนี้ นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มีผลคะแนนเฉลี่ยร้อยละจากการปฏิบัติกิจกรรมในแต่ละช่วงวงจร คือ วงจรที่ 1 คะแนนเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ 92.00 วงจรที่ 2 คะแนนเฉลี่ยคิดเป็นร้อยละ 92.56 ซึ่งอยู่ในระดับดีมาก และนักเรียนผ่านเกณฑ์ทุกคน นักเรียนสามารถควบคุมตนเอง สร้างแรงจูงใจ รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและผู้อื่น มีความเมตตากรุณา เกิดความคิด ความรู้สึกมีความเชื่อทัศนคติ การมองโลก และชีวิตที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กับโลกภายนอก ทั้งในแง่ของการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติต่างๆ ได้อย่างสอดคล้องกับวิวุฒิภาวะ ความพร้อม และมีความเชื่อมั่นในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อื่น ได้ปฏิบัติตามมากขึ้น

ศิริประภา พุทธิกุล (2553) ได้พัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ ปฐมวัย : กรณีศึกษามหาวิทยาลัยบูรพา เป็นการวิจัยและพัฒนาโดยใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาการกระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สำหรับนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ ปฐมวัย และ 2) ศึกษาผลการเรียนรู้ 2 ด้าน ได้แก่ ผลการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เข้าร่วมการวิจัย กำหนดขั้นตอนการดำเนินการวิจัย 3 ระยะ ได้แก่ 1) การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ 2) การนำกระบวนการจัดการเรียนรู้ไปใช้จริง และ 3) การนำเสนอผลการวิจัย ผู้เข้าร่วมการวิจัยคือ นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ ปฐมวัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชั้นปีที่ 3 และ ชั้นปีที่ 4 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 84 คน ผลการวิจัย มีดังนี้ 1. กระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มีโครงสร้าง ดังนี้ 1) ปรัชญาพื้นฐาน ได้แก่ ความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์และกระบวนการทัศน์องค์รวม 2) หลักการพื้นฐาน ได้แก่ การพิจารณา

ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การบูรณาการเชื่อมโยง การเรียนรู้ การส่งเสริมบรรยากาศแห่งกัลยาณมิตร และความมีอิสระผ่อนคลาย การสร้างความหมายของการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขึ้นพื้นฐานด้วยตนเอง และการส่งเสริมแบบแผนกิจกรรมที่มีจังหวะสม่ำเสมอ 3) วัตถุประสงค์ เพื่อให้ นิสิตพัฒนาการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขึ้นพื้นฐานและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 4) เงื่อนไขของการจัดกระบวนการเรียนรู้ 5) ลักษณะของกิจกรรม ประกอบด้วย การปฏิบัติผ่านความสงบนิ่ง การปฏิบัติผ่านการเคลื่อนไหว การปฏิบัติผ่านกระบวนการเชิงสร้างสรรค์ การปฏิบัติแบบนักกิจกรรม การปฏิบัติผ่านพิธีกรรมตาม ประเพณี และการปฏิบัติผ่านความสัมพันธ์ 6) เนื้อหาประกอบด้วย เนื้อหาตามรายวิชาและทักษะตาม แนวคิดจิตปัญญาศึกษา 7) ขั้นตอนการจัดกิจกรรม ได้แก่ การเตรียมพร้อมกายใจ การรับประสบการณ์ ใหม่ และการใคร่ครวญการเรียนรู้ 8) แนวทางการประเมินผล ได้แก่ การประเมินประสิทธิผลและ ประสิทธิภาพของกระบวนการจัดการเรียนรู้ 9) แนวทางการนำไปใช้ และ 10) บทสรุป และ 2. ผลการ เรียนรู้หลังเข้าร่วมกระบวนการจัดการเรียนรู้ฯ พบว่า 1) ผลการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขึ้นพื้นฐานมี 2 ประการ ได้แก่ การเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขึ้นพื้นฐานในตนเอง พบว่า นิสิตได้เรียนรู้การมีสติกับ ปัจจุบันขณะ มีความเข้าใจตนเองยอมรับความเป็นจริงตามธรรมชาติ ได้เรียนรู้วิธีการที่หลากหลาย ในการพัฒนาตนเอง มีปัญญาในการน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญและพัฒนาการรับรู้ รับฟังอย่างลึกซึ้ง และการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขึ้นพื้นฐานต่อจิตสำนึกส่วนรวม พบว่า นิสิตเกิดการพัฒนาด้านความ เข้าใจ ความรัก และความเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ มีการเปลี่ยนวิธีคิด มุมมอง และสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่น ในทางที่สร้างสรรค์ การมีชุมชนกัลยาณมิตรที่ช่วยทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้บนพื้นฐานของ ขอบข่ายรายวิชา และ 2) นิสิตมีคำร้อยละของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผ่านเกณฑ์ทุกคน

บังอร เสรีรัตน์ (2552) ได้พัฒนารูปแบบการสอนตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา สำหรับ นักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา เพื่อพัฒนารูปแบบการสอนตาม แนวคิดจิตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความเปลี่ยนแปลงของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏ บ้านสมเด็จเจ้าพระยา และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการเรียนรู้โดยใช้รูปแบบ การเรียนการสอนตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา ในการศึกษาครั้งนี้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา จำนวน 66 คน เครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วย แผนการสอนวิชาการวางแผนชีวิตและพัฒนาตน แบบประเมินการเปลี่ยนแปลงของ นักศึกษา แบบวัดความพึงพอใจในการเรียนรู้ และประเด็นคำถามในการสนทนากลุ่ม (Focus Group) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหาจากกร สนทนากลุ่มและบันทึกการเรียนรู้ ตรวจสอบข้อมูลด้วยเทคนิควิเคราะห์แบบสามเส้า (Triangulation) ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการสอนตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษา

ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ คือ หลักการ/แนวคิด วัตถุประสงค์ของรูปแบบ กระบวนการจัดการเรียนรู้ เทคนิคสำคัญ ตัวบ่งชี้การสอน ตัวบ่งชี้การเรียนรู้ ผลที่ได้รับ และปัจจัยสนับสนุน นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยาที่ได้รับการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เกิดความเปลี่ยนแปลงใน 3 ด้าน คือ การเปลี่ยนแปลงความคิดต่อตนเองและผู้อื่น การใช้ชีวิต และการประกอบอาชีพ นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ที่ได้รับการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มีความพึงพอใจต่อการเรียนรู้สูงสุดในระดับมากที่สุด

อรอนงค์ แจ่มผล (2552) ได้ศึกษาผลของกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาที่มีต่อการเรียนรู้ภายในตน ของนักศึกษาที่เรียนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาที่มีต่อการเรียนรู้ภายในตน ของนักศึกษาที่เรียนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้ให้ข้อมูลหลัก เป็นนักศึกษาโปรแกรมศึกษาศาสตร์และวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2552 จำนวน 55 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกตระหว่างกระบวนการและภายหลังกระบวนการ ผู้วิจัยทำหน้าที่สังเกตและบันทึกความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ประสพการณ์ตรงของนักศึกษาที่เข้าร่วมแต่ละกิจกรรม รวบรวมข้อมูลจากอนุทิน บันทึกประจำวัน การสนทนาอย่างไม่เป็นทางการ ระหว่างผู้วิจัยและนักศึกษาที่เข้าร่วมกระบวนการ การเขียนสรุปประสพการณ์การเรียนรู้ และความเปลี่ยนแปลงในตนเองในการเข้าร่วมกิจกรรม จดหมายของนักศึกษาที่เข้าร่วมกระบวนการที่เขียนถึงอาจารย์ กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาที่บูรณาการในรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู ได้แก่ กิจกรรมจัดทำแฟ้มสะสมผลงาน กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมการเขียน โดยเสรี และกิจกรรมการทำงานร่วมกัน (พลังกลุ่ม) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีผลการเรียนรู้ในตนเอง ดังนี้ 1) นักศึกษาสามารถเข้าถึงอารมณ์ ความรู้สึก ความเชื่อที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับปรากฏการณ์ภายนอกผ่านกิจกรรมและกระบวนการ 2) เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดและแนวปฏิบัติใหม่ต่อตนเอง และใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง 3) เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด และแนวปฏิบัติใหม่ต่อตนเองและผู้อื่น ส่งผลสู่การประพฤติอย่างมีสติและปัญญา และ 4) มีความรัก ความเมตตาต่อตนเองและผู้อื่น ตลอดจนสรรพสิ่งรอบตัว

นฤมล อเนกวิทย์ (2551) ได้ทำการวิจัย เพื่อพัฒนาหลักสูตรจิตตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาพยาบาล และศึกษาผลของหลักสูตร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2551 วิทยาลัยพยาบาลมหาสารคาม ความเป็นมนุษย์ของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมจากการทดสอบแมนวิทนี-ยู พบว่า แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 01 โดยมีค่ามัธยฐานของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม และผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปฏิบัติพยาบาลแบบองค์รวมของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจากการทดสอบแมนวิทนี-ยู

พบว่า แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 โดยมีค่ามัธยฐานของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้การประเมินโดยผู้เรียน ผู้สอน และผู้ช่วย สรุปได้ว่า หลักสูตรนี้สามารถส่งเสริมการตระหนักคุณค่าความเป็นมนุษย์และการปฏิบัติพยาบาลแบบองค์รวมของนักศึกษาพยาบาล

2. งานวิจัยที่เกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ทรงศิริ เหล่าทรัพย์เจริญ และคณะ (2556, น.31-47) ได้สังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในวัยรุ่น ในประเด็นรูปแบบและผลลัพธ์ของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในวัยรุ่น สรุปสาระสำคัญได้ ดังนี้ การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถแบ่งเป็น 4 รูปแบบ คือ 1) การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดจิตวิทยา 2) การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวความคิดศาสนา 3) การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดสังคม และ 4) การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดผสมผสาน ทั้ง 4 รูปแบบนี้สามารถเพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ในผู้เข้ารับการฝึกได้ และยังส่งผลต่อการปรับตัวต่อความเครียด และผลการเรียนดีขึ้น ผลการสังเคราะห์งานวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในวัยรุ่น โดยเลือกรูปแบบให้เหมาะสมกับวัยรุ่นแต่ละกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ศศินันท์ ศิริธาดากุลพัฒน์ (2551) ได้พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ มีจุดมุ่งหมายเพื่อ สร้างรูปแบบการเรียนการสอนทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ และศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการเรียนการสอน ทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ ด้วยกระบวนการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้ ตอนที่ 1 สร้างโครงร่างรูปแบบการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ โดยการสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน และทดลองประเมิน ตอนที่ 2 ศึกษา นำร่องรูปแบบการเรียนการสอน โดยการทดลองใช้กับนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษ ช่วงชั้นที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 50 คน โรงเรียนไพฑูริคดีศึกษา กรุงเทพมหานคร ตอนที่ 3 ทดสอบประสิทธิผลรูปแบบการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะ ทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบ Coltrol Group Pretest Posttest Design เป็นกลุ่มทดลอง 25 คน เรียนรู้ด้วยรูปแบบการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มควบคุม 25 คน เรียนรู้ด้วยวิธีการสอนปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) คู่มือครู 2) บททดสอบทักษะทางสังคม 3) แบบทดสอบความฉลาดทางอารมณ์ 4) แบบประเมินความพึงพอใจต่อการเรียนรู้ตามรูปแบบเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2

ที่มีความสามารถพิเศษ ผลการวิจัย พบว่า 1) ผลการสร้างรูปแบบการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษที่พัฒนาขึ้น เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยให้ความสำคัญกับกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียนในการสร้างความรู้ด้วยตนเอง และผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ มีการสื่อสาร แสดงความเห็น ร่วมเรียนรู้ไปด้วยกัน ผู้เรียนฝึกทักษะการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การฝึกการควบคุมอารมณ์ ฝึกคิด สะท้อนปัญหา และสร้างทางเลือกในการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน โดยผ่านกระบวนการสอน 6 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การจุดประกายการคิด ขั้นที่ 2 การขยายความคิด ขั้นที่ 3 การลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 4 การนำเสนอผลงาน ขั้นที่ 5 การสรุปและประเมินผล และขั้นที่ 6 การประยุกต์และนำความรู้ไปใช้ 2) ผลการศึกษาประสิทธิผลของรูปแบบการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ในด้านคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านทักษะทางสังคม หลังการทดลองระหว่างนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนคะแนนเฉลี่ยความสามารถด้านความฉลาดทางอารมณ์ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และภายหลังการเรียนรู้ผู้เรียนกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อรูปแบบการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษอยู่ในระดับพึงพอใจมากที่สุด จากผลการศึกษา แสดงว่ารูปแบบการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ มีประสิทธิผล และมีความเหมาะสมที่จะนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ และทำให้นักเรียนที่มีความสามารถพิเศษ มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการเรียนการสอน เพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ

เปรมปรีดี หมู่วิเศษ (2551) ได้ศึกษาองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา ระดับประกาศนียบัตร สาขาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง โดยใช้แนวคิด ความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมน โบยาทซีส และแมคคี (Daniel Goleman, Richard Boyatzis, and Annie McKee, 2003) กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา จำนวน 71 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบเจาะจง ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วยตัวแปรต้น ได้แก่ เพศ ตำแหน่ง และประสบการณ์ในตำแหน่ง ตัวแปรตาม ได้แก่ ตัวแปรองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ 4 ตัวแปร คือ ความตระหนักในตนเองการจัดการตนเอง ความตระหนักในสังคม และการ

จัดการความสัมพันธ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้โปรแกรม SPSS ในการหาค่าสถิติพื้นฐาน และการวิเคราะห์เปรียบเทียบองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ด้วยการทดสอบค่า t และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และการทดสอบเป็นรายคู่ ด้วยวิธีหาผลต่างนัยสำคัญน้อยที่สุด (LSD) ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง โดยรวมอยู่ในระดับสูง เรียงลำดับได้ คือ ความตระหนักในสังคม การจัดการตนเอง การจัดการความสัมพันธ์ และความตระหนักในตนเอง การพิจารณารายด้าน พบว่า การจัดการความขัดแย้งอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านอื่นๆ อยู่ในระดับสูง จากการเปรียบเทียบองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ จำแนกตามเพศ ตำแหน่ง และประสบการณ์ในตำแหน่ง พบว่า ผู้ชายมีความมั่นใจในตนเอง ความคิดริเริ่มและความตระหนักในองค์กรมากกว่าเพศหญิง นักศึกษาที่เป็นผู้บริหารกับหัวหน้างานมองโลกในแง่ดี มีความโปร่งใส และองค์ประกอบการจัดการตนเองโดยรวมมากกว่าผู้ที่มีตำแหน่งเป็นครู และนักศึกษาที่มีประสบการณ์ในตำแหน่งมากกว่า 6 ปี มีความมั่นคงในอารมณ์ตนเอง มีอิทธิพลต่อผู้อื่น และมีภาวะผู้นำแบบคล้อยตามมากกว่า ผู้ที่มีประสบการณ์ในตำแหน่งน้อยกว่า 6 ปี ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 และ .01

ญาณวิทยา บุญเฮงและนิตา บุญเฮง (2547) ได้ทำการวิจัยความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ของนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยศึกษาถึงระดับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ในภาพรวม และองค์ประกอบต่าง ๆ จำนวน 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ของนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ประจำปีการศึกษา 2546 ซึ่งเป็นการวิจัยในรูปแบบการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ ความแตกต่างของความฉลาดทางอารมณ์ ของนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และนำผลการวิจัยที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดกิจกรรมที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่เหมาะสมกับนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 431 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับประชาชนชาวไทย อายุ 12 - 60 ปี ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข วิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรม SPSS สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน One way ANOVA และ Tukey Significant Difference Test ผลการวิจัย พบว่า

1) คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะเทคนิคการแพทย์ ในภาพรวม อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ

- 2) คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะเทคนิคการแพทย์ ในองค์ประกอบด้านดี อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ
- 3) คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะเทคนิคการแพทย์ ในองค์ประกอบด้านเก่ง อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ
- 4) คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะเทคนิคการแพทย์ ในองค์ประกอบด้านสุข อยู่ในระดับเกณฑ์ปกติ
- 5) คะแนนเฉลี่ย ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ ในภาพรวม องค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่ง และองค์ประกอบด้านสุขของนักศึกษาระดับชั้น ปีที่สูงกว่าจะมีคะแนนเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีระดับชั้นปีต่ำกว่า
- 6) คะแนนเฉลี่ย ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาสาขาวิชากิจกรรมบำบัด ในภาพรวม องค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่ง และองค์ประกอบด้านสุข มีค่าสูงที่สุด
- 7) คะแนนเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาเพศหญิง ในภาพรวม องค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่ง และองค์ประกอบด้านสุข มีค่าสูงกว่าเพศชาย
- 8) คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ ในภาพรวม องค์ประกอบด้านดี องค์ประกอบด้านเก่ง และองค์ประกอบด้านสุข จำแนกตามระดับชั้นปี มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

ทิพย์วรรณ กิตติพร (2546, น.8-92) ได้กล่าวถึงแนวทางในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ว่า อารมณ์มีความสำคัญต่อสุขภาพร่างกาย ในขณะที่เดียวกันอารมณ์จะทำให้บุคคลเกิดความมีชีวิตชีวา มีความสดชื่น หากเกิดอารมณ์ทางบวกหรือทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจ แต่ในทางตรงกันข้ามเมื่อบุคคลเกิดอารมณ์ในทางลบ หากไม่มีการควบคุมอารมณ์เหล่านี้ จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่เป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่นได้ เช่น เด็กที่สะสมอารมณ์โกรธไว้มากๆ อาจจะแสดงออกโดยการทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้ หรือผู้ที่เก็บสะสมอารมณ์เครียดไว้นานๆ อาจเป็นสาเหตุของโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ได้ เช่น โรคกระเพาะอาหาร โรคความดันโลหิต และโรคหืดหอบ เป็นต้น นอกจากนี้การที่บุคคลมีการดูแลจัดการและบริหารอารมณ์ของตนอย่างเหมาะสม จนเป็นผู้ที่มีความเฉลียวฉลาดทางด้านอารมณ์ จะเป็นพื้นฐานสำคัญของการดำเนินชีวิตที่ประสบความสำเร็จ ทั้งในด้านส่วนตัว ครอบครัว การทำงานและสังคม การควบคุมอารมณ์ และการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งสำคัญที่บุคคลต้องให้ความสนใจ ไม่เช่นนั้นแล้วผู้ที่มีปัญหาทางด้านอารมณ์ ก็จะมีปัญหาด้านสุขภาพ บุคลิกภาพ สุขภาพจิต ตลอดจนการแสดงผลพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตที่ปราศจากคุณภาพ หรือไร้ประสิทธิภาพในทุก ๆ ด้าน ที่ถือว่าเป็นการ

ดำเนินชีวิตที่ล้มเหลว ดังนั้น วิธีการที่เหมาะสมในการควบคุมอารมณ์หรือปรับปรุงอารมณ์ ตลอดจนการสร้างให้เกิดความฉลาดทางอารมณ์ ควรกระทำดังนี้

1. ฝึกจัดการควบคุมอารมณ์ตั้งแต่วัยเด็ก โดยให้เด็กเรียนรู้และอบรมให้เด็กรู้จักการจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ของตนและส่งเสริมให้เด็กแสดงอารมณ์เหล่านั้นอย่างเปิดเผยและเหมาะสม เช่น ให้เด็กแสดงอารมณ์โกรธโดยการวาดภาพ การเล่นเกม การทบทวนประสบการณ์ เป็นต้น

2. เรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยพิจารณาถึงสาเหตุของอารมณ์ ปฏิบัติได้ตอบในเรื่องอารมณ์และผลของอารมณ์ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจ และรู้เท่าทัน ตลอดจนสามารถจัดการและควบคุมอารมณ์ได้ดีกว่าผู้ที่ไม่เคยเรียนรู้เกี่ยวกับอารมณ์มาก่อนเลย

3. หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะเป็นสิ่งที่เร้าให้เกิดอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาอย่างรุนแรง เช่น เมื่อมีใครแสดงความก้าวร้าวใส่เราอย่างรุนแรง การโต้ตอบออกไปในขณะที่โกรธอย่างรุนแรง อาจเกิดผลเสียตามมา จึงควรหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งเป็นลักษณะของการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า

4. การฝึกจัดการกับอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาด้วยวิธีการรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยการเผชิญและสัมผัสกับอารมณ์นั้นๆ เพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงความเกิดและความดับของอารมณ์ เช่น รู้ตัวว่าโกรธ เกลียด เจ็บ ก็จะอยู่กับอารมณ์ดังกล่าว (Staying with Feeling) สัมผัสถึงความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นจนความรู้สึกเจ็บนั้นหมดไป

5. การฝึกสติเพื่อให้รู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกและความคิดที่เกิดขึ้นจนสามารถเข้าใจว่า ในขณะนี้ตัวเรามีอารมณ์ ความรู้สึก และความคิดอย่างไร และพิจารณาถึงเหตุปัจจัยของการเกิดอารมณ์นั้นๆ

6. ฝึกสร้างพลังความคิดให้แข็งแกร่ง เพื่อให้มีความคิดในทางบวก หรือความคิดที่สร้างสรรค์ เพราะความคิดทางบวกจะมีผลต่ออารมณ์ทางบวกเช่นเดียวกัน เช่น เราคิดว่าเราจะต้องเป็นที่รักของทุกคน จะทำให้เกิดความรู้สึกเครียดที่จะต้องกระทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้ทุกคนรักในขณะที่ความคิดที่ว่าเราไม่สามารถเป็นที่รักของทุกคนได้ ก็จะช่วยให้เรารู้สึกผ่อนคลายและสามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามความพึงพอใจของเราเองและมีความเป็นตัวของตัวเอง

7. ชื่อสัจย์ต่ออารมณ์ของตนเองไม่บิดเบือนต่ออารมณ์ของตนเอง ในบางครั้งเมื่อเราเกิดอารมณ์ความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยเราเองทราบว่าเราไม่ควรมามีอารมณ์และความรู้สึกดังกล่าว เพราะไม่เป็นที่ยอมรับของสังคม บางคนอาจบิดเบือนอารมณ์นั้น โดยการแสวงหาเหตุผลต่าง ๆ เพื่อกลบเกลื่อนปิดบังและหลีกเลี่ยงความรู้สึกที่แท้จริงของตนเอง ซึ่งการกระทำเช่นนี้จะเป็นการเก็บกดและสกัดกั้นหรือเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาฉลาดทางอารมณ์ และเป็นการสร้างปัญหาอย่างอื่นตามมา วิธีการจัดการกับสถานการณ์ดังกล่าวอาจทำได้โดยรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเผชิญกับอารมณ์ดังกล่าว และพิจารณาถึงสาเหตุที่แท้จริงของการเกิดอารมณ์เหล่านั้น

8. ยอมรับและตระหนักถึงข้อดีและข้อบกพร่องของตนเอง ซึ่งอาจเกิดจากการสำรวจตนเองและการให้ผู้อื่นให้ข้อมูลย้อนกลับ การยอมรับข้อบกพร่องของตนเองจะเป็นพื้นฐานในการให้มีการปรับปรุงตนเองและเกิดความระมัดระวังในการแสดงออกทางด้านอารมณ์ให้มากยิ่งขึ้นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะมีความสามารถในการยอมรับข้อบกพร่องของตนเองและกล้าหาญที่จะยอมรับความบกพร่องของตนเองได้

9. ตระหนักว่าตนคือผู้รับผิดชอบต่ออารมณ์ของตนเองมิใช่ผู้อื่นหรือสิ่งแวดล้อม เช่น หากมีคนมากล่าวหาว่าเป็นคนชั่วร้ายและปฏิบัติกรรมแรกก็คือ ความโกรธและความขุ่นเคืองใจ และอยากแสดงความก้าวร้าวออกไปตามอารมณ์นั้นๆ เช่น โต้ตอบออกไป คำตะโกน ขว้างปา ฯลฯ แต่หากเราจะพิจารณาอย่างลึกซึ้ง เราก็จะพบว่าความเป็นจริงแล้วเราเป็นผู้ปรุงแต่งความคิด และความรู้สึกไม่พอใจนั้น ในทางกลับกันหากมีคนมาชี้หน้าตำหนิว่าเป็นคนชั่วร้าย ในภาษาอื่นที่ไม่เข้าใจก็จะไม่รู้สึกรุนแรงและโกรธแต่อย่างใด ทั้งนี้เนื่องจากไม่ได้รับเอาคำพูดนั้นมาแปลความหมาย และยึดเป็น “ ตัวกู ” “ ของกู ” ในทางพุทธศาสนาได้กล่าวถึงเรื่องเหล่านี้ไว้ว่า เราเท่านั้นที่จะเป็นผู้กำหนดสุขทุกข์ให้กับตัวเอง ดังนั้นจึงสอนให้บุคคลฝึกสติเพื่อให้มีการรู้เท่าทันกับปัจจุบัน ในกรณีดังกล่าวอาจทำได้โดยให้เรารู้เท่าทันว่า ขณะนี้กำลังมีผู้มากล่าวร้ายกับเราแต่ในความเป็นจริงแล้วก็เป็นเสียงที่แว่วเข้ามากระทบหูนั่นเอง และถ้าเรารู้เท่าทันว่าคำกล่าวร้ายนั้น “ สักแต่ว่า ” เป็นเพียงเสียงเท่านั้น และเมื่อพิจารณาแล้วว่า เราไม่ได้ชั่วร้ายอย่างที่เขาวางก็ไม่น่าที่เราจะรู้สึกขุ่นเคืองใจและโกรธแต่อย่างใด ดังนั้นถ้าเราสามารถฝึกสติอย่างรู้เท่าทันแล้วก็จะสามารถรู้ว่าการที่ถูกตำหนินั้นก็เป็นเพียงสิ่งที่เกิดจากผู้อื่นและสามารถปล่อยวางไม่ให้เกิดความรู้สึกโกรธแค้นได้ และเมื่อบุคคลฝึกสติอย่างสม่ำเสมอก็จะเกิดความคุ้นเคย และสามารถรู้เท่าทันกับปัจจุบันมากยิ่งขึ้นจนสามารถนำมาปรับใช้ในการจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

10. แยกข้อเท็จจริงออกจากการแปลความหมาย เนื่องจากสาเหตุหลักของการเกิดอารมณ์ของบุคคลจะเกิดมาจากความคิด ความเชื่อ การแปลความหมาย หรือการประเมินสถานการณ์ของตนเอง เช่น เมื่อเราเห็นเพื่อนทำหน้าบึ้งตึงใส่เรา เราก็มักจะตีความหมายหรือคิดทันทีว่าเพื่อนกำลังไม่พอใจเรา ทำให้เรารู้สึกเจ็บปวด ไม่สบายใจ ซึ่งวิธีการคิดเช่นนี้ อาจไม่ถูกต้องตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้นแต่เราก็ด่วนสรุปไปเลยว่าเพื่อนไม่พอใจเราเพียงอย่างเดียว

11. การให้อารมณ์เป็นส่วนที่ส่งเสริมการคิดของตน เพื่อการแสดงพฤติกรรมเชิงสร้างสรรค์ เช่น เรามีความกังวลกับการสอบ เราจะสามารถนำเอาอารมณ์เหล่านั้นมาเป็นผลดีต่อการปรับปรุงความคิดในทางสร้างสรรค์ คือทำให้ตนเองมีแรงจูงใจที่จะอ่านหนังสือ ในการเตรียมพร้อมอย่างดีที่สุดในการเตรียมตัวสอบ ในขณะที่อารมณ์เชิงบวกก็จะเป็นพลังในการดำเนิน

ชีวิตในการสร้างสรรค์ เช่น อารมณ์รักจะเป็นแรงผลักดัน ทำให้เราอยากทำสิ่งต่างๆ ให้กับคนที่เรารักมีความสุขมากที่สุด เป็นต้น

12. การเสริมสร้างพลังใจให้กับตนเอง เป็นการฝึกตนเองให้มองโลกในแง่บวก มองเห็นความงดงามของสิ่งแวดล้อมรอบข้าง สร้างความสุนทรีย์และความงดงามภายในจิตใจให้เกิดขึ้น นอกจากนี้ยังควรพยายามสร้างความสนุกสนานให้เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นอีกด้วย

13. การจัดระบบระเบียบความคิดและจิตใจด้วยวิธีการสร้างสมาธิ ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันว่าการควบคุมและการฝึกจิตไม่ให้ซัดส่ายไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบจะช่วยให้จิตใจมีพลังและอยู่กับปัจจุบัน มีความสงบเยือกเย็นซึ่งเป็นพื้นฐานของการใช้สติปัญญาพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ตลอดจนการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถควบคุมทั้งอารมณ์ความรู้สึก ตลอดจนการแสดงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม

14. การตั้งเป้าหมายชีวิตให้กับตนเอง เป็นการกำหนดว่าตนควรดำเนินชีวิตอย่างไร สิ่งใดเป็นจุดมุ่งหมายที่จะนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่มีประสิทธิภาพ และพยายามดำเนินไปตามทิศทางหรือจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ พยายามที่จะปรับปรุงและควบคุมตนเอง ตลอดจนการจัดระเบียบชีวิตของตน ซึ่งจะนำไปสู่การพึ่งตนเองและสามารถเป็นที่พึ่งของผู้อื่น ได้นำไปสู่การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และการสร้างความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น

15. สร้างความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ซึ่งพบว่าผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จะมีผลสัมฤทธิ์ในด้านการงานและการเรียนสูงกว่าผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำ เช่น บุคคลที่มั่นใจในความสามารถของตนว่า “ฉันมีความสามารถที่ทำได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ได้” จะช่วยให้มีความกล้าที่จะลงมือกระทำสิ่งต่างๆ ในทางตรงกันข้าม ผู้ที่คอยพร่ำบอกกับตนเองว่า “ฉันทำไม่ได้ ฉันเป็นคนที่ไม่มีความสามารถที่จะทำได้” ความรู้สึกดังกล่าวก็จะผลักดันไม่ให้มีความกล้าที่จะลงมือกระทำสิ่งต่างๆ และหลีกเลี่ยงในการลงมือกระทำสิ่งนั้นๆ ซึ่งการบอกตนเองดังกล่าว ถือว่าเป็นการโปรแกรมทางจิตของตนเอง ซึ่งจะผลักดันให้บุคคลแสดงออกทางพฤติกรรมตามที่ได้โปรแกรมไว้ นอกจากนี้บุคคลยังสามารถหันเหหรือกระทำกิจกรรมต่างๆ แทนการหมกมุ่นในเรื่องของอารมณ์ไม่พึงปรารถนาทั้งหลาย เช่น การทำงานให้เกิดประโยชน์ การออกกำลังกาย การสร้าง อารมณ์ขัน การท่องเที่ยวทัศนศึกษา หรือการทำงานอดิเรกต่างๆ ที่เราชอบ เป็นต้น การฝึกจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสม และการพัฒนาตนเองให้มีความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นการเรียนรู้ที่จะระบายอารมณ์หรือแสดงออกอย่างเหมาะสม (Assertive) ที่เป็นที่ยอมรับหรือเป็นประโยชน์ต่อสังคมแทนการเก็บกดหรือระงับอารมณ์ต่างๆ ไว้ที่อาจจะก่อให้เกิดผลเสียแก่ตนเองและผู้อื่นอย่างมากมาย

กล่าวโดยสรุปจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ว่า จิตตปัญญาศึกษาเป็นแนวทางที่นำไปใช้ในการพัฒนาความเป็นมนุษย์ได้จริง สร้างความเปลี่ยนแปลงให้ผู้เรียนเกิดความสามารถในการเข้าใจ

ตนเองและผู้อื่น เกิดความคิด ความเชื่อ ทักษะคติในการมองโลกในแง่ดี เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่าง
สรรพสิ่งได้ ส่วนความฉลาดทางอารมณ์นั้น หากได้รับการพัฒนาจะทำให้เกิดความตระหนักใน
ความเป็นมนุษย์สูงขึ้น มีความสามารถในการจัดการชีวิตได้อย่างเหมาะสม และรับผิดชอบต่อสังคม
โดยรวมได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงทดลองตามแบบแผนแบบหนึ่งกลุ่ม สอบก่อน สอบหลัง (One Group Pretest-Posttest Design) ได้ดำเนินการตามขั้นตอน แบ่งเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

1.1 ศึกษาสภาพปัจจุบัน การจัดการศึกษา คุณภาพและปัญหาการจัดการศึกษา
แนวทางการแก้ไขปัญหา และแนวทางการพัฒนาการจัดการศึกษา

1.2 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขั้นที่ 2 การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน

2.1 สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในขั้นที่ 1

2.2 สร้างรูปแบบการเรียนการสอน

ขั้นที่ 3 การสร้างเครื่องมือวิจัย

3.1 แผนการจัดการเรียนการสอน

3.2 คุณภาพแผนการเรียนการสอน

3.3 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

ขั้นที่ 4 การทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน

4.1 การจัดกลุ่มทดลอง

4.2 การดำเนินการทดลอง

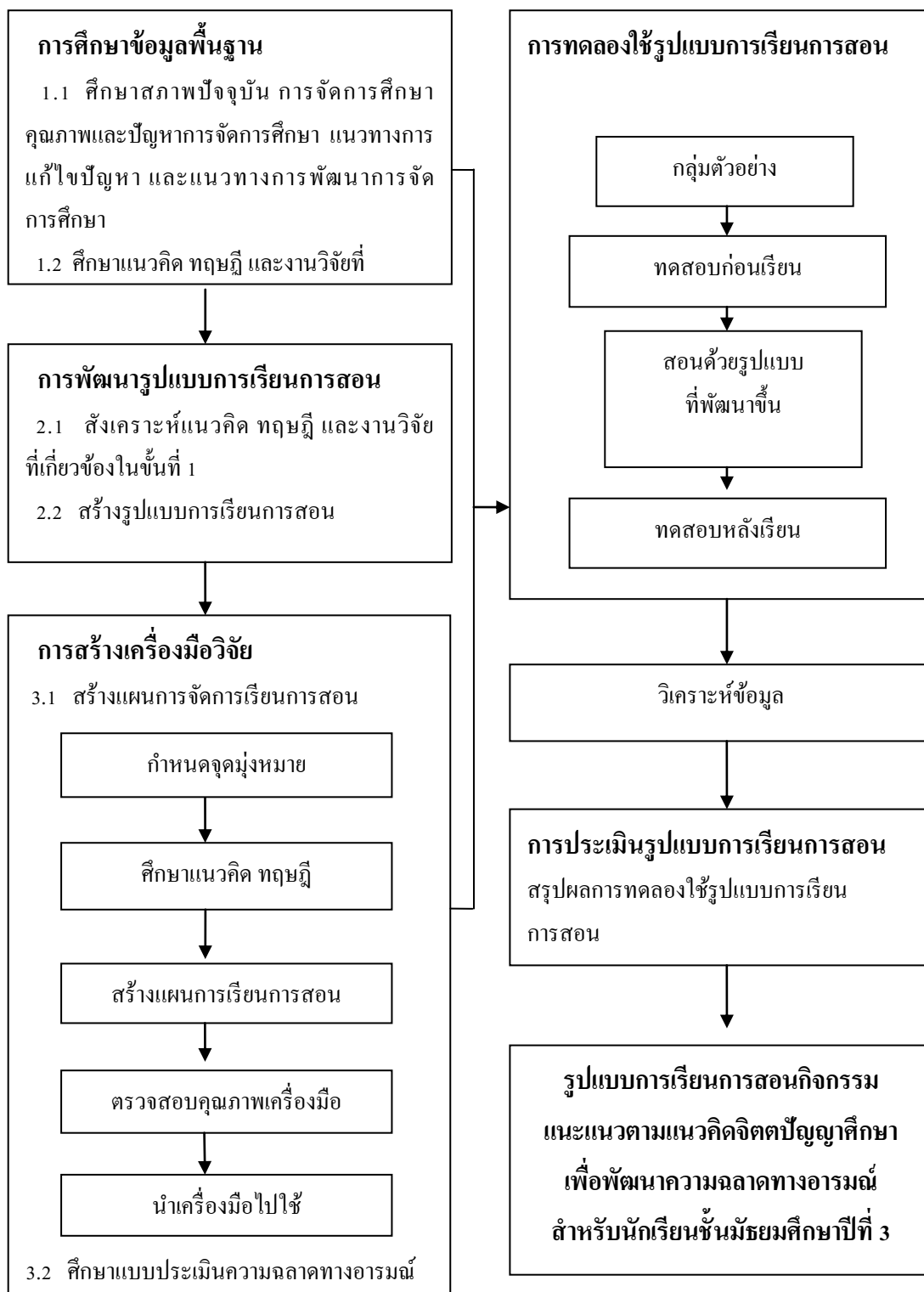
4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

4.4 การสรุปผลการทดลอง

ขั้นที่ 5 การประเมินรูปแบบการเรียนการสอน

5.1 ประเมินรูปแบบการเรียนการสอน

5.2 สรุปผลการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน



ภาพที่ 2 แสดงลำดับขั้นตอนการพัฒนาแบบแผนการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ในการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและรวบรวมข้อมูลพื้นฐาน ดังนี้

1.1 ศึกษาสภาพปัจจุบัน การจัดการศึกษา คุณภาพและปัญหาการจัดการศึกษาแนวทางการแก้ไขปัญหา แนวทางการพัฒนาการจัดการศึกษา และสรุปประเด็นที่ต้องการพัฒนา

1.2 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี มีดังนี้

1.2.1 แนวคิดจิตปัญญาศึกษา

1.2.2 แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

1.2.3 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน

พุทธศักราช 2551

1.2.4 การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน

1.2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน

การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

2.1 สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีในขั้นตอนที่ 1 ได้กรอบแนวคิด ดังนี้

2.1.1 กรอบแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

2.1.2 กรอบแนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

2.1.3 กรอบแนวคิดการจัดการกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้น

พื้นฐาน พุทธศักราช 2551

2.2 สร้างรูปแบบการเรียนการสอน โดยผู้วิจัยกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบให้สอดคล้องกับกรอบแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และกรอบแนวคิดพื้นฐานของรูปแบบที่จะพัฒนาขึ้น ดังนี้

2.2.1 หลักการ/แนวคิด

2.2.2 ขอบข่าย

2.2.3 วัตถุประสงค์

2.2.4 การจัดกระบวนการเรียนการสอน

2.2.5 ผลที่ผู้เรียนจะได้รับ

ขั้นตอนที่ 3 การสร้างเครื่องมือวิจัย

การพัฒนาแบบแผนการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผู้วิจัยดำเนินการสร้างเครื่องมือวิจัย ดังนี้

1. แผนการจัดการเรียนการสอน

การสร้างแผนการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 12 แผน ผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์การเขียนแผนการเรียนการสอน วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว ประเด็นย่อยด้านความฉลาดทางอารมณ์ และเวลาที่ใช้ในการจัดการเรียนการสอน ดังนี้

1.1 แผนการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

สร้างโดยนำแนวคิด ทฤษฎี เป็นฐาน "ได้แก่"

1.1.1 ศึกษาวิเคราะห์แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

1.1.2 ศึกษาวิเคราะห์เกี่ยวกับแนวคิด/ทฤษฎีการพัฒนาแบบแผนการเรียนการสอน

1.1.3 ศึกษาวิเคราะห์แนวการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

1.1.4 ศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

จากการศึกษา วิเคราะห์ แนวคิด/ทฤษฎี แสดงความสัมพันธ์ของแต่ละด้าน เป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์แผนการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ลำดับ ที่	ชื่อแผน การจัด การเรียนรู้	ขอบข่าย ของกิจกรรม แนะแนว	วัตถุประสงค์ ของกิจกรรม แนะแนว	ประเด็นย่อย ของความฉลาด ทางอารมณ์	เวลา ที่ใช้สอน (ชั่วโมง)
1	รู้อารมณ์	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ สามารถปรับตัวได้ อย่างเหมาะสม และ อยู่ ร่วมกับผู้อื่นได้อย่าง มี ความสุข	- ควบคุมตนเอง	2
2	รู้ความ ต้องการ	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ สามารถปรับตัวได้ อย่างเหมาะสม และ อยู่ ร่วมกับผู้อื่นได้อย่าง มี ความสุข	- พอใจในชีวิต	2
3	การสร้าง สัมพันธภาพ ที่ดี	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ สามารถปรับตัวได้ อย่างเหมาะสม และ อยู่ ร่วมกับผู้อื่นได้อย่าง มี ความสุข	- สัมพันธภาพ	2
4	รู้จักทักษะ ความสามารถ ของตน	ด้าน การศึกษา	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ สามารถวางแผน การเรียน อาชีพ รวมทั้ง การดำเนินชีวิตและสังคม	ภูมิใจในตนเอง	2
5	อาชีพที่ใฝ่ฝัน มุ่งมั่นให้เป็น จริง	ด้านการทำงาน และอาชีพ	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการ เรียนรู้ สามารถวางแผน การเรียน อาชีพ รวมทั้งการดำเนินชีวิต และสังคม	- มีแรงจูงใจ	2

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ ที่	ชื่อแผน การจัด การเรียนรู้	ขอบข่ายของ กิจกรรม แนะแนว	วัตถุประสงค์ ของกิจกรรม แนะแนว	ประเด็นย่อยของ ความฉลาด ทางอารมณ์	เวลา ที่ใช้สอน (ชั่วโมง)
6	การเห็นคุณค่า ในตนเอง	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่า ของตนเองและผู้อื่น	- ภูมิใจในตนเอง	2
7	ดี หรือ ร้าย ใครจะรู้	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่า ของตนเองและผู้อื่น	- การตัดสินใจ และการ แก้ปัญหา	2
8	การแก้ไข ปัญหาและการ ป้องกันการ ทะเลาะวิวาท	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่า ของตนเองและผู้อื่น	- การควบคุม ตนเอง	2
9	ทำอะไรเมื่อ พบปัญหาใน การเรียน	ด้านการศึกษา	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ สามารถปรับตัวได้อย่าง เหมาะสมและอยู่ร่วมกับ ผู้อื่นได้อย่างมีความสุข	- การตัดสินใจ และการ แก้ปัญหา	2
10	การแสดง ความเห็น ขัดแย้งอย่าง สร้างสรรค์	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ สามารถปรับตัวได้อย่าง เหมาะสมและอยู่ร่วมกับ ผู้อื่นได้อย่างมีความสุข	- สัมพันธภาพ	2
11	ออกกำลังกาย สบายๆ	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่า ของตนเองและผู้อื่น	- สุขสงบทางใจ	2
12	ธรรมะพาสุข	ด้านชีวิตและ สังคม	เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่า ของตนเองและผู้อื่น	- สุขสงบทางใจ	2

1.2 องค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนการสอน

องค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนการสอน กำหนดแผนการจัดการเรียนการสอน ให้มี 6 องค์ประกอบ จำนวน 12 แผน ใช้เวลาจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแผนละ 2 ชั่วโมง รวม 24 ชั่วโมง ดังนี้

1.2.1 สารสำคัญ

1.2.2 จุดประสงค์

1.2.3 สารการเรียนรู้

1.2.4 การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน 6 ขั้นตอน คือ

1) ขั้นเตรียม (Prepare)

2) ขั้นตระหนักตน (Realize the self)

3) ขั้นเต็มเต็ม (Fulfill)

4) ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

5) ขั้นตกแต่ง (Decorate)

6) ขั้นติดตาม (Follow)

1.2.5 สื่อ และแหล่งเรียนรู้

1.2.6 การวัดและประเมินผล

2. คุณภาพแผนการจัดการเรียนการสอน

การตรวจสอบคุณภาพแผนการจัดการเรียนการสอน โดยศึกษาคุณภาพของเครื่องมือวิจัย คือ แผนการเรียนการสอน ใช้สถิติหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of congruence = IOC) ความเหมาะสมและความสอดคล้องขององค์ประกอบต่าง ๆ แล้วจึงนำผลและข้อเสนอแนะมาปรับปรุงพัฒนา

3. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2550, น.99) โดยก่อนนำมาใช้ ผู้วิจัยได้ศึกษาวิเคราะห์รูปแบบและเนื้อหา การนำแบบประเมินไปใช้ ตลอดจนหลักเกณฑ์และการแปลผลเพื่อให้เกิดความเหมาะสม สำหรับประเมินนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน เป็นแบบประเมินที่มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ ไม่จริง จริง บางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก ประกอบด้วย ข้อคำถาม 52 ข้อ ครอบคลุมใน 3 ด้าน คือ

ด้านดี จำนวน 18 ข้อ แบ่งเป็น 3 ด้านย่อย ประกอบด้วย

1) ควบคุมตนเอง

2) เห็นใจผู้อื่น

3) รับผิดชอบ

ด้านเก่ง จำนวน 18 ข้อ แบ่งเป็น 3 ด้านย่อย ประกอบด้วย

1) มีแรงจูงใจ

2) ตัดสินใจและการแก้ปัญหา

3) สัมพันธภาพ

ด้านสุข จำนวน 16 ข้อ แบ่งเป็น 3 ด้านย่อย ประกอบด้วย

1) ภูมิใจในตนเอง

2) พอใจในชีวิต

3) สุขสงบทางใจ

เกณฑ์การให้คะแนน

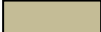
ข้อคำถามมีลักษณะเชิงลบและบวกสลับแบบคละกัน มีคำตอบ 4 คำตอบ คือ ไม่จริง
จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริง และจริงมาก ให้คะแนนดังนี้ ข้อคำถามเชิงบวก ตอบไม่จริงให้ 1 คะแนน
ตอบจริงบางครั้งให้ 2 คะแนน ตอบก่อนข้างจริงให้ 3 คะแนน และ ตอบจริงมากให้ 4 คะแนน
ส่วนข้อคำถามเชิงลบจะตรงกันข้าม ตอบไม่จริงให้ 4 คะแนน จริงบางครั้งให้ 3 คะแนน ตอบ
ก่อนข้างจริงให้ 2 คะแนน และตอบจริงมากให้ 1 คะแนน

การแปลผล

สำหรับการแปลผลคะแนน แสดงเป็นตารางกราฟความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้

ตารางที่ 2 แสดงกราฟความฉลาดทางอารมณ์

		0	5	10	15	20	25
1.1	ควบคุมตนเอง						
1.2	เห็นใจผู้อื่น						
1.3	รับผิดชอบ						
2.1	มีแรงจูงใจ						
2.2	ตัดสินใจและการแก้ปัญหา						
2.3	สัมพันธ์ภาพ						
3.1	ภูมิใจในตนเอง						
3.2	พอใจในชีวิต						
3.3	สุขสงบทางใจ						

หมายเหตุ  หมายถึง ช่วงคะแนนปกติ

ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลองใช้รูปแบบการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 3 มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดนนทบุรี อำเภอบางใหญ่ 7 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 112 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน ซึ่งได้รับการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster random sampling)

2. รูปแบบการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งดำเนินการทดลองตามแบบแผนการทดลองแบบหนึ่งกลุ่ม สอบก่อน สอบหลัง (One Group Pretest - Posttest Design) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, 2543, น.249) มีแบบแผนการทดลอง ดังนี้

ตารางที่ 3 รูปแบบการวิจัย

กลุ่มทดลอง	สอบก่อน	การทดลอง	สอบหลัง
E	T ₁	X	T ₂

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการวิจัย

E	แทน	กลุ่มทดลอง (Experimental Group) ที่ได้รับการเรียนการสอนด้วยกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
X	แทน	การเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาด้วยแผนการจัดการเรียนการสอน จำนวน 12 แผน
T ₁	แทน	การสอบก่อน หมายถึง การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ครอบคลุม 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข ประกอบด้วยข้อคำถาม 52 ข้อ ก่อนเรียนด้วยกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
T ₂	แทน	การสอบหลัง หมายถึง การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ครอบคลุม 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข ประกอบด้วยข้อคำถาม 52 ข้อ หลังเรียนด้วยกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูลภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 ตั้งแต่วันที่ 1 กันยายน 2557 ถึง วันที่ 10 ตุลาคม 2557 รวม 24 ชั่วโมง ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

3.1 เสนอเรื่องขออนุมัติผู้อำนวยการสถานศึกษา เพื่อขออนุมัติทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัย

3.2 นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ วัดความฉลาดทางอารมณ์ นักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ก่อนเรียน (Pretest) ซึ่งเป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ครอบคลุม 3 ด้าน คือ ดี เก่ง และสุข ประกอบด้วยข้อคำถาม 52 ข้อ

3.3 นำแผนการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปทดลองสอนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 12 แผน ๆ ละ 2 ชั่วโมง รวม 24 ชั่วโมง ครอบคลุมขอบข่าย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการศึกษา ด้านการงานอาชีพ และด้านชีวิตและสังคม ขณะทำการสอนผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนและบันทึกพฤติกรรมผู้เรียนในแต่ละครั้งไว้ทำแผนการเรียนการสอน

3.4 นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ วัดความฉลาดทางอารมณ์นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างหลังเรียนอีกครั้งหนึ่ง

3.5 นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ และจากการทำกิจกรรมระหว่างเรียนด้วยแผนการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามวิธีการทางสถิติ

4. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติ ดังนี้

4.1 หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

4.2 ทดสอบสมมุติฐานโดยใช้สถิติ ที (t-test) (บุญชม ศรีสะอาด, 2545, น.63)

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินรูปแบบการเรียนการสอน

1. การประเมินรูปแบบการเรียนการสอนเป็นการตรวจสอบความมีประสิทธิภาพของรูปแบบตามแนวทฤษฎี ดำเนินการโดยประเมินตามองค์ประกอบของรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องมากน้อยเพียงใด ใช้เครื่องมือคือ มาตรวัดของลิเคิร์ต (Likert Scale) ในแต่ละข้อให้คะแนนคำตอบ (บุญชม ศรีสะอาด, 2545, น.72-73) ดังนี้

ตอบ ไม่มีความสอดคล้อง	คะแนนเท่ากับ	1
ตอบ มีความสอดคล้องน้อย	คะแนนเท่ากับ	2
ตอบ มีความสอดคล้องปานกลาง	คะแนนเท่ากับ	3
ตอบ มีความสอดคล้องมาก	คะแนนเท่ากับ	4
ตอบ มีความสอดคล้องมากที่สุด	คะแนนเท่ากับ	5

เกณฑ์ มีดังนี้

เหมาะสมมากที่สุด	4.51 – 5.00
เหมาะสมมาก	3.51 – 4.50
เหมาะสมปานกลาง	2.51 – 3.50
เหมาะสมน้อย	1.51 – 2.50
เหมาะสมน้อยที่สุด	1.00 – 1.50

2. นำรูปแบบการเรียนสอนที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้ ประเมินความเป็นไปได้ของรูปแบบในเชิงปฏิบัติในสถานการณ์จริงและพิจารณาจากการวัดความฉลาดทางอารมณ์

2.1 ผลเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความฉลาดทางอารมณ์หลังได้รับการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญ ที่ .01

2.2 นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยจากการทำกิจกรรมผ่านเกณฑ์ที่กำหนด

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ตอนที่ 2 ผลการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

ตอนที่ 3 ผลการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

การศึกษาสภาพปัจจุบัน และแนวทางการพัฒนาการจัดการศึกษา

ผลการศึกษาสาระสำคัญสภาพปัจจุบัน และแนวทางการพัฒนาการจัดการศึกษา มีดังนี้ กระทรวงศึกษาธิการ (2553, น.5) กล่าวถึงจุดหมายของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ไว้ว่า มุ่งพัฒนาให้ผู้เรียนเป็นคนดี มีปัญญา มีความสุข มีศักยภาพในการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพ เพื่อให้เกิดกับผู้เรียนเมื่อจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้ 1) มีคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์ เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัย และปฏิบัติตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนเองนับถือ ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง 2) มีความรู้อันเป็นสากลและมีความสามารถในการสื่อสาร การคิด การแก้ปัญหา การใช้เทคโนโลยี และมีทักษะชีวิต 3) มีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตดี มีสุขนิสัย และรักการออกกำลังกาย 4) มีความรักชาติ มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก ยึดมั่นในวิถีชีวิตและการปกครองตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข และ 5) มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย การอนุรักษ์และพัฒนาสิ่งแวดล้อม มีจิตสาธารณะที่มุ่งทำประโยชน์และสร้างสิ่งดีงามในสังคม และอยู่ร่วมในสังคมอย่างมีความสุข ส่วนวิจารณ์ พานิช (2555, น.4) กล่าวถึงการจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็กในศตวรรษที่ 21 มีลักษณะ 8 ประการ ดังนี้ 1) มีอิสระที่จะเลือกสิ่งที่ตนพอใจ แสดงความเห็นและลักษณะเฉพาะของตน 2) ต้องการดัดแปลงสิ่งต่างๆ ให้ตรงตามความพอใจและความต้องการของตน 3) ตรวจสอบหา

ความจริงเบื้องหลัง 4) เป็นตัวของตัวเองและสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อรวมตัวกันเป็นองค์กร เช่น ธุรกิจ สถาบันการศึกษา รัฐบาล 5) ความสนุกสนาน การเล่นเป็นส่วนหนึ่งของงาน การเรียนรู้และสังคม 6) ความร่วมมือและความสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของทุกกิจกรรม 7) ต้องการความรวดเร็วในการสื่อสาร การหาข้อมูล และการตอบคำถาม และ 8) สร้างนวัตกรรมต่อทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต และยังคงกล่าวถึงทักษะของครูเพื่อศิษย์ไทยไว้ว่า “ครูต้องมีทักษะที่จะทำให้เด็กรักการเรียนรู้ สนุกกับการเรียนรู้ และกระตุ้นให้เด็กอยากเรียนรู้ไปตลอดชีวิต ครูต้องยึดหลักสอนน้อย เรียนมาก ครูต้องไม่สอนแต่เป็นผู้ออกแบบการเรียนรู้และอำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ ให้นักเรียนเรียนรู้จากการลงมือทำ แล้วการเรียนรู้จะเกิดภายในใจและสมองของตนเอง” ทักษะของคนในศตวรรษที่ 21 ที่ทุกคนต้องใช้ในการเรียนรู้ คือ 7 C และ 3R ได้แก่ 1) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะการแก้ไขปัญหา(Critical thinking & problem solving) 2) ทักษะการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity & innovation) 3) ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding) 4) ทักษะความร่วมมือ การทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork & leadership) 5) ทักษะการสื่อสาร สารสนเทศ และรู้เท่าทันสื่อ (Communications, information & media literacy) 6) ทักษะด้านคอมพิวเตอร์ และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing & ICT literacy) และ 7) ทักษะอาชีพ และทักษะการเรียนรู้ (Career & learning skills) ด้าน 3R ประกอบด้วย การอ่านออก Reading เขียนได้ (W) Riting และคิดเลขเป็น(A) Rithmetics และแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554, น.21) กำหนดเป้าหมายการพัฒนาคุณภาพคน ให้คนไทยมีการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง มีสุขภาวะดีขึ้น มีคุณธรรม จริยธรรมและสถาบันทางสังคมมีความเข้มแข็งมากขึ้นเพื่อพัฒนาคนไทยทุกกลุ่มวัยอย่างเป็นองค์รวม ทั้งทางกาย ใจ สติปัญญา อารมณ์ คุณธรรม จริยธรรม และสถาบันทางสังคมมีบทบาทหลักในการพัฒนาคนให้มีคุณภาพ

และจากการศึกษาข้อมูลของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2557, น.8) ได้รายงานผลการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในระดับประเทศ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แสดงเป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 4 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในระดับประเทศ ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
ปีการศึกษา 2556

กลุ่มสาระ การเรียนรู้	ไทย	คณิต	วิทย์	สังคมฯ	อังกฤษ	สุขศึกษา	ศิลปะ	การงานฯ
คะแนน เฉลี่ย	54.48	26.95	35.37	47.12	28.71	56.67	43.31	47.39

จากตารางที่ 4 แสดงข้อมูลว่ามีเพียง 2 กลุ่มสาระการเรียนรู้ที่มีคะแนนเฉลี่ยเกินครึ่งจากคะแนนเต็ม 100 คะแนน ได้แก่ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย และสุขศึกษา ส่วนกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่น มีผลคะแนนต่ำกว่า 50 คะแนน

จากการศึกษายังพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษานานาชาติ ในรายงานของสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2557, น.52) โดยสถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ร่วมกับองค์การเพื่อความร่วมมือและพัฒนาทางเศรษฐกิจ (Organization for Economic Co-Operation and Development หรือ OECD) ได้ดำเนินโครงการประเมินผลนักเรียนนานาชาติ(Program for International Student Assessment หรือ PISA) เพื่อประเมินระบบการศึกษาของประเทศในการเตรียมตัวนักเรียนอายุ 15 ปี ที่จบการศึกษาภาคบังคับ พร้อมทั้งจะเรียนรู้และเป็นประชาชนที่มีคุณภาพในอนาคตได้ดีหรือไม่ เพียงใด โดยประเมินการรู้เรื่อง (Literacy) ใน 3 ด้าน ได้แก่ การอ่าน (Reading Literacy) คณิตศาสตร์ (Mathematics Literacy) และ วิทยาศาสตร์ (Science Literacy) ผลการประเมินพบว่า การประเมินในปี ค.ศ. 2012 จาก 65 ประเทศที่เข้าร่วมการประเมินประเทศไทยอยู่ในลำดับที่ 50 มีผลคะแนนจากผลคะแนนเฉลี่ยใน 3 ด้าน ในแต่ละด้านมีคะแนนเฉลี่ย แสดงเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 5 คะแนนเฉลี่ยของการทดสอบทางการศึกษาระดับนานาชาติ (OECD) ของประเทศไทย
เมื่อเปรียบเทียบกับคะแนนเฉลี่ยรวมทุกชาติที่ร่วมทดสอบ

การประเมินด้าน	การอ่าน (Reading Literacy)	คณิตศาสตร์ (Mathematics Literacy)	วิทยาศาสตร์ (Science Literacy)
คะแนนเฉลี่ยของ OECD	496	494	501
คะแนนเฉลี่ยของ ประเทศไทย	441	427	444

จากข้อมูลในตารางที่ 5 กล่าวโดยสรุปว่า ประเทศไทยต้องยกระดับคุณภาพการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างเร่งด่วนเพื่อก้าวให้ทันนานาชาติ และเร่งรัดพัฒนาการศึกษาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง เพื่อให้ผลการประเมินมีอันดับที่สูงขึ้น อันจะเป็นผลสะท้อนศักยภาพของพลเมืองไทยที่มีความสามารถในการแข่งขันในอนาคตได้เมื่อเทียบกับประชากรโลก ทั้งนี้เพราะเหตุว่าผลสอบของ PISA นั้น ถูกใช้เป็นเกณฑ์หนึ่งในการจัดอันดับความสามารถในการแข่งขันทางเศรษฐกิจและการลงทุนของประเทศ

สำหรับความฉลาดทางอารมณ์นั้น กระทรวงสาธารณสุข (2550, น.11) ได้กล่าวถึงคุณค่าของความฉลาดทางอารมณ์กับการทำงานไว้ว่า “การเรียนรู้มองโลกในแง่ดี” ซึ่งหมายถึงบุคคลที่มีลักษณะเป็นคนเข้าใจเหตุผลเมื่อต้องเผชิญกับความล้มเหลวหรือเมื่อเกิดความข้อยก และมีความสามารถในการจัดการกับความรู้สึก ความเครียด มีการควบคุมและแสดงออกของอารมณ์ที่เหมาะสม เข้าใจและรับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ดี ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อความสำเร็จในการทำงานและการดำเนินชีวิต และยังส่งผลต่อความฉลาดทางเชาว์ปัญญาอีกด้วย ในการศึกษาของ เท็คศักดิ์ เศษคง (2542, น.59 – 61) อธิบายความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยแยกเป็นเด็กห้องเก่งและห้องธรรมดา จำนวน 200 คน พบว่า นักเรียนห้องเก่งมีความฉลาดทางอารมณ์โดยเฉลี่ยต่ำกว่านักเรียนห้องธรรมดา ซึ่งสอดคล้องกับ วัลลภ ปิยมโนธรรม (2541, น.1) ที่กล่าวว่า คนที่เรียนสูงมุ่งเรียนเพียงอย่างเดียว ไม่คบเพื่อนและไม่ชอบเข้าสังคม จึงกลายเป็นคนที่มีนิสัยเห็นแก่ตัว ชอบดูถูกผู้อื่น มีนิสัยเย่อหยิ่ง ชอบคิดมากวิตกกังวลง่าย กลัว ย้ำคิดย้ำทำ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยเฉพาะเวลาทำงานร่วมกับผู้อื่นหรือเข้าสังคม จนกระทั่งเกิดปัญหาทางจิตหรือมีพฤติกรรมเบี่ยงเบน

ดังนั้นความฉลาดทางอารมณ์จึงมีความสำคัญยิ่งสำหรับใช้เป็นเครื่องมือในด้านการแสดงพฤติกรรมตนเองให้มีความเหมาะสมในด้านการดำรงชีวิตประจำวัน ทั้งในครอบครัวและสังคม การเรียน การวางแผนศึกษาต่อ การประกอบอาชีพ ได้อย่างเหมาะสม

ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

ผู้วิจัยได้สังเคราะห์แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ใน 3 ส่วน ได้แก่ หลักการของจิตตปัญญาศึกษา รูปแบบปฏิบัติของจิตตปัญญาศึกษา และกระบวนการเรียนรู้ของจิตตปัญญาศึกษา สำหรับพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนและกระบวนการเรียนการสอน 6 ต โดยยึดหลักของความเป็นมนุษย์ที่เชื่อว่ามนุษย์สามารถเรียนรู้และพัฒนาได้ และต้องคำนึงถึงสรรพสิ่งรอบๆ ตัว ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้และพัฒนา ในกระบวนการจัดกิจกรรมเป็นการหลอมรวมจากรูปแบบปฏิบัติและกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ที่เน้นให้นักเรียนได้เรียนรู้และลงมือปฏิบัติด้วย

ตัวเองและมีส่วนร่วมในกระบวนการกลุ่ม เน้นการเรียนรู้จากการตระหนักรู้สึกภายในตน รู้ตัวตน รู้ความรู้สึก รู้คิด รู้ทำ รู้เป้าหมายของตนเองและผู้อื่น อันจะส่งผลให้นักเรียน มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการเรียนและการดำรงชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมสิทธิ์ อัสดรนิช (2552) กล่าวว่า การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงที่แท้จริงและยั่งยืนได้จริงด้วยการกลับเข้าไปทำงานกับธรรมชาติด้านในถึงระดับชุดความเชื่อ พื้นฐานหรือกรอบการอ้างอิง โดยเปลี่ยนวิธีการ รู้คิด รื้อถอนชุดความเชื่อเดิม เกิดการขยับขยาย กรอบการอ้างอิงให้กว้างใหญ่และครอบคลุมความจริงที่มากขึ้นกว่าเดิม อีกนัยหนึ่งคือการยกระดับ จิตสำนึกของผู้เรียนรู้ให้สูงขึ้นและซับซ้อนขึ้นนั่นเอง ในที่สุดจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนท่าที ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม เกิดเป็นวิถีชีวิตอย่างใหม่ที่จริงแท้ พึ่งประสงค์มากขึ้นและไม่ย้อนกลับ โดยใช้วิธีการ/กระบวนการเรียนรู้ เพื่อบ่มเพาะความเชื่อตรง ตามแนวคิดนี้มี 3 แนวทาง หลักๆ ได้แก่ 1) วิธีการ / กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากภายในตัวผู้เรียนเอง เช่น การใคร่ครวญในตนเอง การคิดเชิงวิพากษ์ การเจริญสติภาวนา และการทดลองลงมือกระทำเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงในตนเอง 2) วิธีการ / กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากครอบครัว โรงเรียน และ คนรอบข้าง เช่น การสนทนาเชิงวิพากษ์ การทำสุนทรียสนทนา การมีสังฆะกัลยาณมิตร และการอบรมสั่งสอนและฝึกปฏิบัติด้าน คุณธรรม ศีลธรรม และ 3) วิธีการ / กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากสังคม วัฒนธรรม ประเทศชาติและโลก โดยทั้งหมดนี้ต่างมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงและส่งผลเกื้อกูลกันและกัน

ตอนที่ 2 ผลของการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิด จิตตปัญญาศึกษา

จากการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ และมีรายละเอียดแต่ละองค์ประกอบดังนี้

ทฤษฎี/หลักการ/แนวคิดของรูปแบบ

หลักการของกิจกรรมแนะแนวนั้นเป็นไปเพื่อให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น สามารถวางแผนการเรียน อาชีพ รวมทั้งการดำเนินชีวิตในสังคม สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และสำหรับความฉลาดทางอารมณ์นั้น เป็นความสามารถด้านการปรับตัวด้านอารมณ์ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการดำรงชีวิตในโลกปัจจุบัน พัฒนาได้โดยผ่านการเรียนรู้จากสื่อและกิจกรรมต่างๆ กิจกรรมเรียนรู้ด้วยตนเอง กิจกรรมเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น โดยเน้นการรู้จักอารมณ์ตนเอง จัดการกับอารมณ์ตนเอง สร้างแรงจูงใจให้ตนเอง หยั่งรู้อารมณ์ของผู้อื่นและรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ส่วนจิตตปัญญาศึกษา เป็นแนวคิดที่สำคัญ

ประการหนึ่งที่เน้นการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เข้าใจด้านในของตัวเอง เข้าถึงความจริง ทำให้เปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับ โลกและผู้อื่น เกิดความเป็นอิสระ ความสุข ปัญญา ความรักต่อเพื่อนมนุษย์ และสรรพสิ่ง มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เน้นการศึกษาเรียนรู้จากการปฏิบัติ เช่น จากการฟังด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การทำงานศิลปะ โยคะจากธรรมชาติ จากสุนทรียสนทนา จากการทำงานอาสาสมัครเพื่อสังคม การเรียนรู้จากธรรมชาติและจิตตภาวนา โดยมีหลักการที่สำคัญคือ หลักการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ หลักความรักความเมตตา หลักการเชื่อมโยงสัมพันธ์ หลักการเผชิญหน้า หลักความต่อเนื่อง หลักความมุ่งมั่น และหลักชุมชนแห่งการเรียนรู้

ขอบข่าย

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ผ่านกิจกรรมแนะแนว มีขอบข่าย 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการศึกษา ด้านการทำงานและอาชีพ ด้านชีวิตและสังคม

วัตถุประสงค์ของรูปแบบ

เพื่อให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองในด้านความฉลาดทางอารมณ์ ใน 3 ด้าน คือ ด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบ ด้านเก่ง ประกอบด้วย การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจแก้ปัญหาและสัมพันธ์ภาพ ด้านสุข ประกอบด้วย ความภูมิใจในตนเอง ความพอใจในชีวิต และความสงบสุขทางใจ

กระบวนการจัดการเรียนการสอน

กระบวนการเรียนการสอนตามรูปแบบฯ มี 6 ขั้นตอน มีรายละเอียดดังนี้

1. ขั้นเตรียม (Prepare) หมายถึง ขั้นก่อนเรียนที่จะให้ผู้เรียนมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยกิจกรรมต่างๆ อาทิ การทบทวนความรู้เดิม การตั้งคำถามนำ การแจ้งเนื้อหาและจุดประสงค์ การสำรวจตนเอง การแสดงท่าโยคะหรือท่าบริหารสมอง เป็นต้น ทั้งนี้ครูต้องสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย สบาย ๆ และเป็นกันเอง

2. ขั้นตระหนักตน (Realize the self) หมายถึง ขั้นการสงบนิ่ง คิดใคร่ครวญ อาทิ การสูดหายใจยาว ๆ การนั่งสมาธิ การสวดมนต์ การใช้นับลูกหิน หรือการเปรียบเทียบตนเองกับธรรมชาติที่งดงาม เช่น ดอกไม้ ผีเสื้อ นก ปลา ก้อนหิน เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนได้สังเกตความคิด ความรู้สึกของตัวเองทุกขณะอันเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพอันดีงามภายในของตนผ่านกระบวนการทบทวนชีวิตอย่างลึกซึ้ง

3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill) หมายถึง ขั้นการเรียนรู้ผ่านสื่อและกิจกรรมต่างๆ อาทิ สุนทรียสนทนา จิตอาสา กระบวนการกลุ่ม การสืบค้น การพูด การอ่าน การเขียน การฟัง การแสดงบทบาทสมมุติ และการลงมือปฏิบัติ เป็นต้น ในขั้นนี้เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียน อันเป็นการแสดงความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก การมองโลกมองชีวิตจากความสดใหม่ปัจจุบันขณะ

จากสถานการณ์ที่เผชิญ มองเห็นตนเองและเห็นความแตกต่างของตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดการเรียนรู้แบบหยั่งเห็น (insight) การมีสติสัมปชัญญะ การละวางตัวตน

4. ขั้นตรึกตรอง (Reflect) หมายถึง ขั้นการเรียนรู้ช่วงกลางที่ผู้เรียนเกิดความรู้สึกต่อตนเอง ผ่านการใคร่ครวญภายในเชื่อมโยงสู่ภายนอกด้วยบรรยากาศที่ผ่อนคลาย อาทิ การฟังเพลงบรรเลง การวาดภาพ การเล่าเรื่องราว เป็นต้น ทั้งนี้ในช่วงนี้เป็นช่วงที่ผู้เรียนจะได้คิด ตัดสินใจและสรุปความรู้ด้วยตนเอง

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate) หมายถึง ขั้นที่มีการตกผลึกทางความรู้ มีการพิจารณาความคิดที่เกิดขึ้นใหม่ผ่านการอภิปราย การวิพากษ์ หรือเป็นการลงความคิดเห็นต่อความคิดเห็นนั้นพร้อมทั้งอธิบายเหตุผลและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความคิดใหม่ แล้วจึงนำเสนออันเป็นการสะท้อนความคิด

6. ขั้นติดตาม (Follow) หมายถึง ขั้นการมอบหมายภาระงานเพื่อประเมินผลการเรียนรู้ จากการตรวจผลงานผู้เรียน โดยครูเปิดโอกาสให้ผู้เรียนกำหนดเกณฑ์วัดและประเมินผล รวมทั้งมีส่วนร่วมในการวัดและประเมินผล รวมทั้งผู้เรียนนำผลประเมิน ไปปรับปรุงและพัฒนาการเรียนรู้ของตนเอง

ผลที่จะเกิดขึ้นกับผู้เรียน

ผู้เรียนจะพัฒนาใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง เห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบ ด้านเก่ง ประกอบด้วย การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจในการแก้ปัญหาและสัมพันธภาพ ด้านสุข ประกอบด้วย มีความภูมิใจในตนเอง มีความพอใจในชีวิต และมีความสุขทางใจ

ตอนที่ 3 ผลของการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิด

จิตตปัญญาศึกษา

ผลการหาคุณภาพเครื่องมือ

ก่อนการนำแผนการเรียนการสอนไปใช้ ผู้วิจัยได้นำแผนการเรียนการสอนที่สร้างขึ้นตามรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ดำเนินการตรวจสอบค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of congruence = IOC) โดยพิจารณาจากความครบถ้วน ครอบคลุม และสอดคล้องในองค์ประกอบของแผนการเรียนการสอน 6 องค์ประกอบ ได้แก่ สารสำคัญ จุดประสงค์ สารการเรียนรู้ กระบวนการเรียนการสอน สื่อและแหล่งเรียนรู้ และการวัดและประเมินผล ได้ผลค่าดัชนีความสอดคล้องของแต่ละแผนที่ระดับ 0.86 – 1 ซึ่งมีความเหมาะสมนำไปใช้ได้ทุกแผน

ผลการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน

ในการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม จำนวน 16 คน โดยดำเนินการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน ซึ่งปรากฏผลการทดลอง แสดงเป็นตาราง ดังนี้

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียน และหลังเรียน กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์	ก่อนเรียน		หลังเรียน		ค่า t
	\bar{x}	S.D	\bar{x}	S.D	
ด้านเก่ง	51.63	7.35	55.44	5.45	7.451**
ด้านดี	49.38	7.27	52.13	6.08	
ด้านสุข	44.50	7.47	48.31	5.29	
รวม	48.50	7.36	51.96	4.40	

**ค่า t มีนัยสำคัญที่ 0.01 (ค่าวิกฤตของ t ที่ระดับ .01, df 15 = 2.602)

จากตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนและหลังเรียนตามรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข พบว่า ก่อนได้รับการเรียนตามรูปแบบ ผู้เรียนมีคะแนนเฉลี่ยในด้านเก่ง เท่ากับ 51.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 7.35 ด้านดี มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 49.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 7.27 และด้านสุข มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 44.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 7.47 หลังจากผู้เรียนได้รับการเรียนตามรูปแบบ ผู้เรียนมีคะแนนสูงขึ้น โดยคะแนนเฉลี่ยด้านเก่ง เท่ากับ 55.44 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 5.45 ด้านดี มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 52.13 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 6.08 และด้านสุข มีคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 48.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 5.29 เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ย โดยใช้ค่าสถิติที (t-test) ปรากฏว่า หลังได้รับการเรียนตามรูปแบบฯ ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังนี้

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

การดำเนินการวิจัยเป็นไปตามขั้นตอน ดังนี้

การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน

ผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยดำเนินการ 5 ขั้นตอน ดังนี้

1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ได้แก่ สภาพการจัดการศึกษา แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์ การจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วจึงสรุปเป็นแนวทางสำหรับการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2. การกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน

ดำเนินการสังเคราะห์ข้อมูลในข้อ 1 แล้วจึงกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอนไว้ 5 องค์ประกอบ ได้แก่ หลักการ/แนวคิด ขอบข่าย วัตถุประสงค์ การจัดกระบวนการเรียนการสอน และผลที่ผู้เรียนจะได้รับ

3. การสร้างเครื่องมือวิจัย

สร้างเครื่องมือวิจัย ได้แก่ แผนการจัดการเรียนการสอนที่สร้างขึ้น จำนวน 12 แผน องค์ประกอบของแผน ได้แก่ ชื่อแผนการสอน สาระสำคัญ จุดประสงค์การเรียนรู้ สาระการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนรู้ 6 ต สื่อการเรียนรู้ การวัดและประเมินผล ก่อนสอนได้ตรวจสอบคุณภาพโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน นำผลไปปรับปรุงพัฒนา สำหรับแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ใช้ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

4. การทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน

ทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนดำเนินการ ดังนี้ กำหนดประชากร และกลุ่มตัวอย่าง สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การดำเนินการทดลอง และการวิเคราะห์ข้อมูล

5. การประเมินรูปแบบการเรียนการสอน

ประเมินรูปแบบการเรียนการสอนโดยพิจารณาความสอดคล้องขององค์ประกอบของรูปแบบที่พัฒนาขึ้น และผลของความฉลาดทางอารมณ์หลังได้รับการจัดรูปแบบการเรียนการสอน

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่องการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. ผลการวิจัย ได้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมี 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) หลักการ/แนวคิด 2) ขอบข่าย 3) วัตถุประสงค์ 4) การจัดกระบวนการเรียนการสอน และ 5) ผลที่ผู้เรียนจะได้รับ ในการจัดกระบวนการเรียนการสอน ใช้กระบวนการ 6 ต ได้แก่ 1) ขึ้นตระเตรียม(Prepare) 2) ขึ้นตระหนักตน (Realize the self) 3) ขึ้นเติมเต็ม (Fulfill) 4) ขึ้นตรึกรอง (Reflect) 5) ขึ้นตกแต่ง (Decorate) และ 6) ขึ้นติดตาม (Follow)

2. ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังได้รับการเรียนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลของความฉลาดทางอารมณ์หลังการเรียน ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นวิจัยเชิงทดลอง ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ผลของการวิจัยครั้งนี้สามารถอภิปรายผลใน 2 ประเด็น คือ ผลการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

1. ผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ได้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สร้างขึ้นโดยมี 5 องค์ประกอบ เมื่อผู้เรียนได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบ และใช้กระบวนการเรียนรู้ 6 ต ซึ่งเป็นกระบวนการที่พัฒนาจากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ส่งผลให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านเก่ง ด้านดี และด้านสุข ซึ่งเป็นไปตามความหมายของการพัฒนารูปแบบการสอน สอดคล้องกับ ทิศนา ขัมมณี (2556, น.4) ที่กล่าวถึงรูปแบบการสอนจำเป็นต้องมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ มีปรัชญา ทฤษฎี แนวคิด หรือความเชื่อที่เป็นพื้นฐานหรือเป็นหลักของรูปแบบนั้นๆ มีการบรรยายและอธิบายสภาพหรือลักษณะของการจัดการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับหลักที่ยึดถือ มีการจัดระบบ คือ มีการจัดองค์ประกอบและความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของระบบให้สามารถนำผู้เรียนไปสู่เป้าหมายของระบบหรือกระบวนการนั้นๆ และมีการอธิบายหรือให้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีสอนและเทคนิคการเรียนการสอนต่างๆ อันจะช่วยให้กระบวนการเรียนการสอนนั้นๆ เกิดประสิทธิภาพสูงสุด สำหรับขั้นตอนการพัฒนานั้นมี 5 ขั้นตอน ได้แก่ การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน การทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอน และการประเมินรูปแบบการเรียนการสอน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนของ วิโพภูฏ วัฒนานิมิตกุล (2550, น.179) ได้นำเสนอขั้นตอนการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนไว้ 5 ขั้นตอน ดังนี้ การกำหนดองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน การสร้างรูปแบบการเรียนการสอน การสร้างเอกสารประกอบรูปแบบการเรียนการสอน การตรวจสอบคุณภาพของรูปแบบการเรียนการสอน และการแก้ไขปรับปรุงรูปแบบการเรียนการสอนและเอกสารประกอบรูปแบบ และยังคงสอดคล้องกับ สายสุนีย์ เดิมสินสุข (2549, น.6) กล่าวถึงองค์ประกอบที่พัฒนาขึ้นมีดังนี้ หลักการของรูปแบบการสอนสาระและกระบวนการเป้าหมายและวัตถุประสงค์ สาระการเรียนรู้ การสอน สื่อและแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ การวัดและประเมิน สำหรับกระบวนการเรียนการสอน 6 ต ที่พัฒนาขึ้น เป็นการสังเคราะห์จากข้อมูล 2 ส่วน คือ หลักการพื้นฐานของจิตตปัญญา 7 C's ได้แก่ 1) หลักการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) 2) หลักความรักความเมตตา

(Compassion) 3) หลักการเชื่อมโยงสัมพันธ์ (Connection) 4) หลักการเผชิญหน้า (Confronting) 5) หลักความต่อเนื่อง (Continuity) 6) หลักความมุ่งมั่น (Commitment) และ 7) หลักชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community) และแนวทางการจัดกระบวนการเรียนรู้ของจิตปัญญาศึกษา ได้แก่ กระบวนการกลุ่ม การมีประสบการณ์ตรง การเรียนแบบจิตปัญญา การเรียนจากตัวเอง การเรียนบริการ การทำงานศิลปะ และงานสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับ จอยส์ และ วิล (Joyce & Weil, 1996, p.169 - 171) ได้กล่าวถึงลักษณะของการนำเสนอรูปแบบการเรียนการสอนไว้ ตอนหนึ่งว่า รูปแบบการเรียนการสอนนั้นมักมีขั้นตอน โดยเรียงกิจกรรมที่จะสอนเป็นขั้นๆ ซึ่งแต่ละรูปแบบจะมีขั้นตอนการสอนไม่เท่ากัน ส่วนขอบข่ายและวัตถุประสงค์ของรูปแบบ เป็นการนำเอาแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, น.20) ซึ่งเป็นหลักสูตรที่ประกาศใช้ในทุกสถานศึกษาในขณะนี้ ด้านผลที่ผู้เรียนจะได้รับนั้น ภายหลังผู้เรียนได้รับการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ นักเรียนมีพัฒนาการทางอารมณ์สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ประกอบด้วย ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จัก เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านเก่ง ประกอบด้วย ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น และด้านสุข ประกอบด้วย ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ ซึ่งสอดคล้องกับ ศลินันท์ ศิริธาดากุลพัฒน์ (2551) ที่พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการสอนเพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคม และความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ มีประสิทธิผลและมีความเหมาะสมที่จะนำไปใช้ ในการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ และทำให้นักเรียนที่มีความสามารถพิเศษ มีความพึงพอใจต่อรูปแบบการเรียนการสอน เพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ

2. ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังได้รับการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน ผลของความฉลาดทางอารมณ์หลังการเรียน นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และมีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เนื่องจากกิจกรรม 6 ต ที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้เรียน โดยผู้วิจัยได้จัดทำ

แผนการจัดการเรียนการสอน 12 แผน ที่ครอบคลุมประเด็นต่างๆ ของความฉลาดทางอารมณ์ และ ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยต่างๆ คือ ในการศึกษาของ ญาณวิทยา บุญเฮง และนิดา บุญเฮง (2547) ได้ทำการวิจัยความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ของนักศึกษาคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยศึกษาถึงระดับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ในภาพรวม และองค์ประกอบ ต่าง ๆ จำนวน 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ผ่าน หลักสูตรมีความพึงพอใจต่อหลักสูตร และการตระหนักรู้คุณค่าความเป็นมนุษย์ของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มทดลองหลังเรียนในหลักสูตร แตกต่างจากก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดย ค่ามัธยฐานหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์ฤดี ประเสริฐสังข์ (2554) ได้ศึกษาวิจัย การพัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อเสริมสร้างความรักและเข้าใจตนเองตาม แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า นักเรียนที่ ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สามารถควบคุมตนเอง สร้างแรงจูงใจ รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและผู้อื่น มีความเมตตากรุณา เกิดความคิด ความรู้สึก มีความ เชื้อ ทศนคติ การมองโลก และชีวิตที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กับโลกภายนอก ทั้งในแง่ของการดำเนินชีวิต และการปฏิบัติต่างๆ ได้อย่างสอดคล้องกับวิถีคุณภาวะ ความพร้อม และมีความเชื่อมั่นในการพัฒนา ศักยภาพของตนเอง รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อื่น ได้ปฏิบัติตามมากขึ้น ส่วนงานวิจัยของ ศิริประภา พุทธิกุล (2553) ได้พัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อ ส่งเสริมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยมศึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา พบว่า ผลการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน มี 2 ประการ ได้แก่ การเรียนรู้ที่ เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง พบว่า นิสิตได้เรียนรู้การมีสติกับปัจจุบันขณะ มีความเข้าใจ ตนเอง ยอมรับความเป็นจริงตามธรรมชาติ ได้เรียนรู้วิธีการที่หลากหลายในการพัฒนาตนเอง มีปัญญาในการน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ และพัฒนาการรับรู้รับฟังอย่างลึกซึ้ง และการเรียนรู้ที่ เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานต่อจิตสำนึกส่วนรวม พบว่า นิสิตเกิดการพัฒนาด้านความเข้าใจ ความรัก และความเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ มีการเปลี่ยนวิธีคิด มุมมองและสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่นในทางที่ สร้างสรรค์ การมีชุมชนกัลยาณมิตรที่ช่วยทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้บนพื้นฐานของขอบข่าย รายวิชา และนิสิตมีคำร้อยละของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผ่านเกณฑ์ทุกคน และยังมีงานวิจัย ของ บังอร เสรีรัตน์ (2552) ได้พัฒนารูปแบบการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษา ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา เพื่อพัฒนารูปแบบการสอนตามแนวคิด จิตตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ผลที่ได้รับ และปัจจัยสนับสนุน พบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ที่ได้รับการเรียนรู้

ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเกิดความเปลี่ยนแปลงใน 3 ด้านคือ การเปลี่ยนแปลงความคิดต่อตนเอง ผู้อื่น และการใช้ชีวิตและการประกอบอาชีพ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ ดังนี้

1. ก่อนที่จะนำรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ครูผู้สอนควรศึกษาองค์ประกอบของรูปแบบให้เข้าใจอย่างถ่องแท้

2. การจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ครูผู้สอนต้องชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจเกี่ยวกับบทบาท หน้าที่ของตนเอง และให้ความร่วมมือในกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ครูผู้สอนต้องเตรียมความพร้อมของการจัดกิจกรรมทุกขั้นตอน เพราะในแต่ละขั้นประกอบด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย ซึ่งอาจใช้เวลาปฏิบัติกิจกรรมนานกว่าที่กำหนดไว้ ดังนั้นครูผู้สอนควรยืดหยุ่นเวลาสอนได้ตามความเหมาะสม

3. ครูผู้สอนต้องมีความเป็นกัลยาณมิตรที่ดีกับนักเรียน โดยเฉพาะนักเรียนที่เรียนอ่อน ควรให้คำปรึกษา คำแนะนำ ดูแล และให้ความช่วยเหลือแก่นักเรียนอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา

4. การแบ่งกลุ่มของนักเรียนแต่ละกลุ่ม ครูผู้สอนต้องทำการคละนักเรียนที่มีความสามารถทางการเรียนที่แตกต่างกัน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อน และมีการหมุนเวียนสมาชิกในกลุ่ม เพราะจะทำให้ให้นักเรียนทุกคนได้เรียนรู้กระบวนการกลุ่มร่วมกัน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ กับนักเรียนระดับชั้นอื่น ๆ

2. ควรมีการนำรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ไปศึกษาถึงผลในด้านความพึงพอใจของผู้เรียนต่อรูปแบบการเรียนการสอน และเจตคติของผู้เรียนต่อการเรียน

3. ควรมีการศึกษาถึงการนำรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานี้ ไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ

บรรณานุกรม

- กระศรีร์ ชิตดี และณัฐพร อุทัยธรรม. (2556, พฤษภาคม – สิงหาคม). กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา : กลยุทธ์การพัฒนาบุคคลิกภาพนักศึกษาพยาบาล.วารสาร **Princes of Naradhiwas University Journal**, 5 (2), 106-177.
- กรมสุขภาพจิต. (2547). **คู่มือการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์**. ค้นเมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2556. จาก <http://www.dmh.go.th/ebook/dl.asp?id=11>
- กระทรวงสาธารณสุข. (2550). **อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์.(ฉบับปรับปรุง).**(พิมพ์ครั้งที่ 4). นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด. สำนักพัฒนาสุขภาพจิต.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551.** (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย .
- ชลลดา ทองทวี และคณะ. (2551). **จิตตปัญญาศึกษา : การสำรวจและสังเคราะห์ความรู้จิตตปัญญาศึกษาเบื้องต้น**. โครงการวิจัยและการจัดการความรู้จิตตปัญญาศึกษา ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ฉนวนวิทยา บุญเอง และนิตา บุญเฮง. (2547). **ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ของนักศึกษาแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**. คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ทรงศิริ เหล่าทรัพย์เจริญ และคณะ. (2556). การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในวัยรุ่น. **รามธิบดีพยาบาลสาร**, 19 (1), 31 - 47.
- ทิพวรรณ กิตติพร. (2546, มกราคม-มิถุนายน). เรื่องของ “EQ”. **วารสารคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์**. คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 11(1). 86-93.
- ทิสนา แวมมณี. (2556). **รูปแบบการเรียนการสอน ทางเลือกที่หลากหลาย**. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทิดศักดิ์ เดชคง. (2542) **ความฉลาดทางอารมณ์**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ มติชน จำกัด.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ และอดิสร จันทรสุข. (2551). **ศิลปะการจัดกระบวนการเรียนรู้ เพื่อการเปลี่ยนแปลง : คู่มือกระบวนการจิตตปัญญา**. กรุงเทพฯ : เอส พีเอ็ม การพิมพ์.

นฤมล อเนกวิทย์. (2551). การพัฒนาหลักสูตรจิตตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาพยาบาล.

วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ดุสิตบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

บุญชม ศรีสะอาด. (2545). การวิจัยทางการวัดผลและประเมินผล. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.

บึงอร เสรีรัตน์. (2552). การพัฒนารูปแบบการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สำหรับนักศึกษา

ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา. สำนักงานกองทุนสนับสนุน

การสร้างเสริมสุขภาพ.

ประเวศ ะสี. (2550). มหาวิทยาลัยกับจิตตปัญญาศึกษาและไตรยางค์แห่งการศึกษา. กรุงเทพฯ :

มหาวิทยาลัยมหิดล ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา ร่วมกับมูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.

----- (2549). จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล. ปาจารย์สาร ฉบับศึกษาปริทัศน์. ค้นเมื่อ

วันที่ 19 ตุลาคม 2556 . จาก <http://www.semsikkha.org/paca/index.php>

Option=com_contenttask&view4id=146&Item

เปรมปรีดี หมิวิเศษ. (2551). การศึกษาองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาระดับ

ประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง.

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง.

พิมพ์ฤดี ประเสริฐสังข์. (2554). การพัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความรักและ

เข้าใจตนเองตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4.

วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

มหาวิทยาลัยมหิดล ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา. (2551). โครงการวิจัยและจัดการความรู้ จิตตปัญญาศึกษา.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525. กรุงเทพฯ :

อักษรเจริญทัศน์.

รัตนา สิงห์กุล. (2553). ความหมายของรูปแบบการสอน. ค้นเมื่อวันที่ 11 ตุลาคม 2556.

จาก http://sps.lpru.ac.th/script/show_article.pl?mag_id.

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2543). เทคนิคการวัดผลการเรียนรู้. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ :

สุวีริยาสาส์น.

วิจารณ์ พานิช. (2555). วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสดศรี-

สฤษดิ์วงศ์.

วิโพธฐ์ วัฒนานิมิตกุล. (2550). การพัฒนารูปแบบการสอน : องค์ความรู้เพื่อการพัฒนาผู้เชี่ยวชาญ

การสอน. กรุงเทพฯ : สหธรรมิก.

- วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์. (2551). **เขาวนั้ อารมณั้ ดัชนีวัดความสุขและความล้าเร็จของชีวิต**.
กรุงเทพฯ : เอกซ์เปอร์เนท.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. (2541). **สติอารมณั้ (E.Q.).เอกสารประกอบโครงการฝึกสติอารมณั้ (Thai Emotional Intelligence)**. กรุงเทพฯ : โรงเรียนไพทอคมศึกษา.
- ศศินันท์ ศิริธาดากุลพัฒน์. (ตุลาคม 2550 - มกราคม 2551). การพัฒนารูปแบบการสอน เพื่อเสริมสร้างทักษะทางสังคมและความฉลาดทางอารมณั้ สำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ที่มีความสามารถพิเศษ. **วารสารศึกษาศาสตร์**, 19 (2). 15 - 32.
- ศิริประภา พุทธิกุล. (2553). การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตรมหาวิทาลัย : วิทยาลัยศึกษามหาวิทาลัยบูรพา. **วารสารศึกษาศาสตร์**, 22, 76 - 83.
- ศิริธานี อิ่มน้ำขาว และคณะ. (2554, พฤษภาคม-สิงหาคม). ผลการบูรณาการจิตปัญญาศึกษา ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ 3: วิทยาลัยพยาบาลผู้ป้วยหนัก โรงพยาบาลโสธร. **วารสารการพยาบาลและการศึกษา**, 4 (2), 66 - 77.
- สมสิทธิ์ อัสตรนิธ. (2552). **จิตปัญญาศึกษาคืออะไร. โครงการเอกสารวิชาการการเรียนรู้ ผู้การเปลี่ยนแปลง. (พิมพ์ครั้งที่ 1). ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.**
- สายสุนิย์ เต็มสินสุข. (2549, มกราคม.- มิถุนายน). การพัฒนารูปแบบการสอนด้วยการถ่ายโยงเชิงยุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาความสามารถในการเขียนภาษาอังกฤษของนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา. **วารสารวิจัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ฉบับบัณฑิตวิทยาลัย**. 6 (1), 88 -199.
- สุมน อมรวีวัฒน์. (2549). **บทบาทสถาบันการศึกษาต่อการพัฒนาจิตใจ**. นนทบุรี : โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ. (2552). **สุขภาพะของเด็ก และวัยรุ่นไทย พุทธศักราช 2552**. กรุงเทพฯ : บีคอนด์เอ็นเตอร์ไพซ.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.(2557). **สรุปผลการประเมินคุณภาพการศึกษา ขั้นพื้นฐาน เพื่อการประกันคุณภาพผู้เรียน ปีการศึกษา 2556**. ค้นเมื่อวันที่ 15 พฤศจิกายน 2557. จาก <http://www.obec.go.th/>.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2554). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบเอ็ด พุทธศักราช 2555 - 2559**. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). **การศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์ความฉลาดทางอารมณั้**. กรุงเทพฯ : พริกหวานกราฟฟิค.

- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). **สรุปองค์ความรู้จากการอบรมโครงการขับเคลื่อน
เครือข่ายคุณธรรม ในระบบการศึกษาระดับอุดมศึกษา : การอบรมภาวะผู้นำทางจิตต
ปัญญาศึกษาสู่มหาวิทยาลัย ครั้งที่ 4 การศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงอย่างลึกซึ้ง.** กรุงเทพฯ
: ภาพพิมพ์
- (2553). **ข้อเสนอเชิงนโยบายการพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษา.** กรุงเทพฯ :
พริกหวานกราฟฟิค.
- (2557). **สภาวะการณ์การศึกษาไทยในเวทีโลก ปี 2557.** กรุงเทพฯ : พริกหวานกราฟฟิค.
- ไสว พักขาว. (2554). **หลักการสอนสำหรับการเป็นครูมืออาชีพ.** กรุงเทพฯ : เอ็มพันธ์.
- หิมพรรณ รักแตงาม (2551). **การวิจัยจิตตปัญญาศึกษา ญาณวิทยาเพื่อกระบวนการทัศน์ใหม่.
ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.**
- อรอนงค์ แจ่มผล. (2552). **ผลของกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาที่มีต่อการเรียนรู้ภายในตน
ของนักศึกษาที่เรียนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู.** มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร.
- Daniel Goleman, Richard Boyatzis, and Annie McKee. (2003). **The New Leaders: transforming
theart of leadership into the science of results.** Great Britain : Clays Ltd, St Ives plc.
- Golemen, D. (1995). **Schooling the Emotions. Emotional Intelligence.** A Bantam Book.
- Joyce. & Weil,M. (1996). **Models of Teaching.** (5th ed.) London : Allyn and Bacon.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมสุริย์ เชื่อมทอง สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมหมาย มหาบรรณพต สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
3. อาจารย์ทวีศักดิ์ จงประดับเกียรติ สาขาวิชาวัดและประเมินผล คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

ภาคผนวก ข
หนังสือราชการ



ที่ ศธ ๐๕๖๔.๑๔/พิเศษ

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๓ ถนนอิสรภาพ แขวงหิรัญรูจี
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอลาอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปรมสุริย์ เชื่อมทอง

ด้วยนายพิษณุ พรหมวาทย์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนา รูปแบบการสอนกิจกรรมแบบแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓” โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

๑. รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์ ประธานกรรมการ
๒. รองศาสตราจารย์ ดร.วิโรจน์ วัฒนานิมิตกุล กรรมการที่ปรึกษาร่วม

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ดังกล่าวข้างต้น ได้พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ สอดคล้องกับหัวข้อการทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นอย่างดี ซึ่งคำแนะนำของท่านจะเกิดประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขในการสร้างเครื่องมือสำหรับกาวิจัยของนักศึกษาให้มีคุณภาพและเหมาะสมเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย ดังแนบมาพร้อมนี้ และบัณฑิตวิทยาลัย ขอขอบคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวปิ กงอินทร์)
รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
ปฎิบัติราชการแทนคณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ ๐-๒๔๗๗-๗๐๐๐ ต่อ ๓๘๓๐

ที่ ศธ ๐๕๖๔-๑๔/พิเศษ



มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๑ ถนนอโศกภาพ แขวงหิรัญรูจี
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอบขออนุมัติครุภัณฑ์และผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมหมาย มหาบรรพต

ด้วยนายพิษณุ พรหมวาทย์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง “การพัฒนาแบบการสอบกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓” โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

๑. รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เจริญรัตน์ ประธานกรรมการ
๒. รองศาสตราจารย์ ดร.วิโรจน์ วัฒนานิมิตกุล กรรมการที่ปรึกษาร่วม

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ดังกล่าวข้างต้น ได้พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ สอดคล้องกับหัวข้อการทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นอย่างดี ซึ่งคำแนะนำของท่านจะเกิดประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขในการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัยของนักศึกษาให้มีคุณภาพและเหมาะสมเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย ดังแนบมาพร้อมนี้ และบัณฑิตวิทยาลัย ขอขอบคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายทวี คงอินทร์)
รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ ๐-๒๕๗๙-๗๐๐๐ ต่อ ๓๘๑๐



ที่ ศธ ๐๕๖๔.๑๔/พิเศษ

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๓ ถนนอิสรภาพ แขวงหิรัญรูจี
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ทวีศักดิ์ จงประดับเกียรติ

ด้วยนายพิษณุ พรหมภักย์ นักศึกษานิเทศศาสตร์ สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาแบบการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓" โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

- | | |
|---|----------------------|
| ๑. รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์ | ประธานกรรมการ |
| ๒. รองศาสตราจารย์ ดร.วิไลฤทธิ์ วัฒนาปมิตกุล | กรรมการที่ปรึกษาร่วม |

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ดังกล่าวข้างต้น ได้พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถ สอดคล้องกับหัวข้อการทำวิทยานิพนธ์ดังกล่าวเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งคำแนะนำของท่านจะเกิดประโยชน์ต่อการปรับปรุงแก้ไขในการสร้างเครื่องมือสำหรับกรวิจัยของนักศึกษาให้มีคุณภาพและเหมาะสมเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัย ดังแนบมาพร้อมนี้ และบัณฑิตวิทยาลัย ขอขอบคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

ว.ป. คบธ.ค.

(นางวาปี คงอินท)
รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ ๐-๒๕๗๓-๗๐๐๐ ต่อ ๑๘๑๐

ที่ ศธ ๐๕๖๔.๑๔/พิเศษ



มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๑๐๖๑ ถนนอิสรภาพ แขวงหิรัญรูจี
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐

๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๗

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ที่ทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดท่าบ้านเหิงธรรม

ด้วยนายพิชญ พรหมวาทย์ นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา ได้รับการอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง "การพัฒนาแบบแผนการสอนกิจกรรมแนะแนวความแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓" โดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ดังนี้

๑. รองศาสตราจารย์ ดร.บังอร เสรีรัตน์ ประธานกรรมการ
๒. รองศาสตราจารย์ ดร.วิใหญ่ วัฒนานิมิตกุล กรรมการที่ปรึกษา

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัย ใ้ขอความอนุเคราะห์จากท่าน อนุญาตให้นักศึกษาดังกล่าวทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โรงเรียนวัดท่าบ้านเหิงธรรม เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๓๒ ชั่วโมง ตั้งแต่วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๕๗ ถึงวันที่ ๑๐ ตุลาคม ๒๕๕๗

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นางราวปี คชินทร์)
รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
ปฏิบัติราชการแทนคณบดี

บัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ ๐-๒๕๖๗๖-๗๑๐๐๐ ต่อ ๑๙๑๐, ๑๘๑๓

โทรศัพท์นักศึกษา ๐๘๔-๗๗๐๘๐๕๐

ภาคผนวก ค
ผลการวิเคราะห์เครื่องมือ

ตารางที่ 7 การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้อง (ค่า IOC) ของแผนการจัดการเรียนการสอน
กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน

แผน ที่	เรื่อง	คะแนนความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					ค่า IOC	ผลการ วิเคราะห์
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	รวม			
1	รู้อารมณ์	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
2	รู้ความต้องการ	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
3	การสร้างสัมพันธภาพที่ดี	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
4	รู้จักทักษะความสามารถ ของตน	+1	+1	0	2	0.67	ใช้ได้	
5	อาชีพที่ใฝ่ฝัน มุ่งมั่นให้ เป็นจริง	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
6	การเห็นคุณค่าในตนเอง	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
7	ดี หรือ ร้าย ใครจะรู้	0	+1	+1	2	0.67	ใช้ได้	
8	การแก้ไขปัญหาและการ ป้องกันการทะเลาะวิวาท	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้	
9	ทำอะไรเมื่อพบปัญหา ในการเรียน	+1	0	+1	2	0.67	ใช้ได้	
10	การแสดงความเห็น จัดแย้งอย่างสร้างสรรค์	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
11	ออกกำลังกาย สบายอูรา	+1	+1	+1	3	1	ใช้ได้	
12	ธรรมะพาสุข	0	+1	+1	2	0.67	ใช้ได้	
รวม		0.86						

ตารางที่ 8 การวิเคราะห์รูปแบบการเรียนการสอนตามองค์ประกอบของรูปแบบการจัดการเรียนรู้
กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน

ข้อ ที่	ประเด็นการประเมิน	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	■	S.D.	แปลผล
1	หลักการ/แนวคิด/ทฤษฎี						
	1.1 มีความเป็นไปได้ ปฏิบัติได้จริง	5	4	5	4.67	0.58	มากที่สุด
	1.2 สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน	4	4	4	4.00	0.00	มาก
	1.3 มีแนวคิด/ทฤษฎีรองรับ	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
2	ขอบข่าย						
	2.1 สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐานฯ	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
3	วัตถุประสงค์						
	3.1 ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
4	กระบวนการเรียนการสอน						
	4.1 มีองค์ประกอบครบถ้วน	4	5	4	4.33	0.58	มาก
	4.2 มีเนื้อหาสาระที่สอดคล้องกับ จุดมุ่งหมาย	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
	4.3 มีรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
5	ผลที่ผู้เรียนจะได้รับ						
	5.1 มีความเป็นไปได้	4	4	4	4.00	0.00	มาก
	5.2 ตรงตามวัตถุประสงค์	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
	5.3 นำความรู้ไปประยุกต์ใช้ ในชีวิตประจำวันได้	4	4	4	4.00	0.00	มาก
	รวม				4.64	0.10	มากที่สุด

ตารางที่ 9 คะแนนของนักเรียนระหว่างที่ได้รับการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอน
กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
โรงเรียนวัดท่าบ้านเชิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี แผนที่ 1-12

เลขที่	แผนที่ 1				
	รู้อารมณ์				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	4	
	10	10	10	10	40
1	6	7	8	7	28
2	9	10	10	9	38
3	8	8	9	8	33
4	7	6	7	8	28
5	10	9	9	10	38
6	7	7	8	8	30
7	8	8	9	8	33
8	8	8	7	8	31
9	8	8	7	7	30
10	7	8	8	8	31
11	8	8	7	8	31
12	8	8	8	7	31
13	7	8	8	8	31
14	8	7	7	8	30
15	9	9	10	9	37
16	10	10	9	9	38
รวม	128	129	131	130	518
เฉลี่ย	8.00	8.06	8.19	8.13	32.38
ร้อยละ	80.00	80.63	81.88	81.25	80.94
S.D.	1.10	1.06	1.05	0.81	3.48

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 2			
	รู้ความต้องการ			
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	
	10	10	10	30
1	8	7	7	22
2	10	10	9	29
3	8	9	9	26
4	8	8	8	24
5	10	9	9	28
6	8	7	8	23
7	7	8	8	23
8	7	8	8	23
9	7	7	7	21
10	8	8	8	24
11	8	8	8	24
12	8	8	8	24
13	8	8	8	24
14	9	9	9	27
15	9	8	9	26
16	9	9	9	27
รวม	132	131	132	395
เฉลี่ย	8.25	8.19	8.25	24.7
ร้อยละ	82.50	81.88	82.50	82.29
S.D.	0.93	0.83	0.68	2.24

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 3				
	การสร้างสัมพันธภาพที่ดี				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	4	
	10	10	10	10	40
1	8	8	8	7	31
2	10	9	10	9	38
3	9	9	8	8	34
4	8	8	8	8	32
5	10	9	10	9	38
6	8	8	9	8	33
7	8	9	9	8	34
8	8	8	8	8	32
9	7	7	8	8	30
10	7	7	7	7	28
11	7	7	8	8	30
12	8	7	7	8	30
13	7	8	8	8	31
14	8	7	8	8	31
15	9	9	9	8	35
16	9	10	9	9	37
รวม	131	130	134	129	524
เฉลี่ย	8.19	8.13	8.38	8.06	32.75
ร้อยละ	81.88	81.25	83.75	80.63	81.88
S.D.	0.98	0.96	0.89	0.57	3.02

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 4			แผนที่ 5				รวม
	รู้จักทักษะความสามารถ ของตน			อาชีพที่ใฝ่ฝัน มุ่งมั่นให้เป็นจริง				
	ใบงาน	ใบงาน	รวม	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	
	1	2		1	2	3	4	
	10	10	20	10	10	10	10	
1	6	7	13	8	7	7	6	28
2	9	10	19	10	10	9	9	38
3	8	8	16	8	9	9	8	34
4	7	6	13	8	8	8	7	31
5	10	9	19	10	9	9	10	38
6	7	7	14	8	7	8	7	30
7	8	8	16	7	8	8	8	31
8	8	8	16	7	8	8	8	31
9	8	8	16	7	7	7	8	29
10	7	8	15	8	8	8	7	31
11	8	8	16	8	8	8	8	32
12	8	8	16	8	8	8	8	32
13	7	8	15	8	8	8	7	31
14	8	7	15	9	9	9	8	35
15	9	9	18	9	8	9	9	35
16	10	10	20	9	9	9	10	37
รวม	128	129	257	132	131	132	128	523
เฉลี่ย	8.00	8.06	16.06	8.25	8.19	8.25	8.00	32.69
ร้อยละ	80.00	80.63	80.31	82.50	81.88	82.50	80.00	81.72
S.D.	1.10	1.06	2.05	0.93	0.83	0.68	1.10	3.11

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 6				
	การเห็นคุณค่าในตนเอง				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	4	
	10	10	10	10	40
1	8	8	8	7	31
2	10	9	10	9	38
3	9	9	8	8	34
4	8	8	8	8	32
5	10	9	10	9	38
6	8	8	9	8	33
7	8	9	9	8	34
8	8	8	8	8	32
9	7	7	8	8	30
10	7	7	7	7	28
11	7	7	8	8	30
12	8	7	7	8	30
13	7	8	8	8	31
14	8	7	8	8	31
15	9	9	9	8	35
16	9	10	9	9	37
รวม	131	130	134	129	524
เฉลี่ย	8.19	8.13	8.38	8.06	32.75
ร้อยละ	81.88	81.25	83.75	80.63	81.88
S.D.	0.98	0.96	0.89	0.57	3.02

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 7			
	ดี หรือ ร้าย ใครจะรู้			
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	
	10	10	10	30
1	6	7	8	21
2	9	10	10	29
3	8	8	9	25
4	7	6	7	20
5	10	9	9	28
6	7	7	8	22
7	8	8	9	25
8	8	8	7	23
9	8	8	7	23
10	7	8	8	23
11	8	8	7	23
12	8	8	8	24
13	7	8	8	23
14	8	7	7	22
15	9	9	10	28
16	10	10	9	29
รวม	128	129	131	388
เฉลี่ย	8.00	8.06	8.19	24.25
ร้อยละ	80.00	80.63	81.88	80.83
S.D.	1.10	1.06	1.05	2.84

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 8				
	การแก้ไขปัญหาและการป้องกันการทะเลาะวิวาท				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	4	
	10	10	10	10	40
1	8	7	7	8	30
2	10	10	9	10	39
3	8	9	9	8	34
4	8	8	8	8	32
5	10	9	9	10	38
6	8	7	8	8	31
7	7	8	8	7	30
8	7	8	8	7	30
9	7	7	7	7	28
10	8	8	8	8	32
11	8	8	8	8	32
12	8	8	8	8	32
13	8	8	8	8	32
14	9	9	9	9	36
15	9	8	9	9	35
16	9	9	9	9	36
รวม	132	131	132	132	527
เฉลี่ย	8.25	8.19	8.25	8.25	32.94
ร้อยละ	82.50	81.88	82.50	82.50	82.34
S.D.	0.93	0.83	0.68	0.93	3.11

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 9			
	ทำอะไรเมื่อพบปัญหาในการเรียน			
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	
	10	10	10	30
1	8	8	8	24
2	10	9	10	29
3	9	9	8	26
4	8	8	8	24
5	10	9	10	29
6	8	8	9	25
7	8	9	9	26
8	8	8	8	24
9	7	7	8	22
10	7	7	7	21
11	7	7	8	22
12	8	7	7	22
13	7	8	8	23
14	8	7	8	23
15	9	9	9	27
16	9	10	9	28
รวม	131	130	134	395
เฉลี่ย	8.19	8.13	8.38	24.7
ร้อยละ	81.88	81.25	83.75	82.29
S.D.	0.98	0.96	0.89	2.57

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 10				
	การแสดงความเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	4	
	10	10	10	10	40
1	6	7	8	7	24
2	9	10	10	9	29
3	8	8	9	8	26
4	7	6	7	8	24
5	10	9	9	10	29
6	7	7	8	8	25
7	8	8	9	8	26
8	8	8	7	8	24
9	8	8	7	7	22
10	7	8	8	8	21
11	8	8	7	8	22
12	8	8	8	7	22
13	7	8	8	8	23
14	8	7	7	8	23
15	9	9	10	9	27
16	10	10	9	9	28
รวม	128	129	131	130	395
เฉลี่ย	8.00	8.06	8.19	8.13	24.7
ร้อยละ	80.00	80.63	81.88	81.25	82.29
S.D.	1.10	1.06	1.05	0.81	2.57

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 11				
	ออกกำลังกาย สบายอูรา				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม
	1	2	3	4	
	10	10	10	10	40
1	8	7	7	8	30
2	10	10	9	10	39
3	8	9	9	9	35
4	8	8	8	9	33
5	10	9	9	10	38
6	8	7	8	10	33
7	7	8	8	8	31
8	7	8	8	8	31
9	7	7	7	8	29
10	8	8	8	8	32
11	8	8	8	8	32
12	8	8	8	8	32
13	8	8	8	8	32
14	9	9	9	7	34
15	9	8	9	8	34
16	9	9	9	9	36
รวม	132	131	132	136	531
เฉลี่ย	8.25	8.19	8.25	8.50	33.19
ร้อยละ	82.50	81.88	82.50	85.00	82.97
S.D.	0.93	0.83	0.68	0.89	2.74

ตารางที่ 9 (ต่อ)

เลขที่	แผนที่ 12				รวม 12 แผนที่ (คะแนน)
	ธรรมชาติ				
	ใบงาน	ใบงาน	ใบงาน	รวม	
	1	2	3		
	10	10	10	30	
1	9	8	8	25	307
2	10	9	10	29	394
3	9	10	8	27	350
4	9	9	8	26	319
5	10	9	10	29	390
6	9	8	9	26	325
7	9	9	9	27	336
8	8	8	8	24	321
9	8	8	8	24	304
10	8	8	9	25	311
11	8	8	8	24	318
12	8	8	9	25	320
13	9	8	8	25	321
14	8	8	8	24	331
15	9	9	9	27	364
16	9	10	9	28	381
รวม	140	137	138	415	5,392
เฉลี่ย	8.8	8.6	8.6	25.9	28.09
ร้อยละ	87.50	85.63	86.25	86.46	80.24
S.D.	0.68	0.73	0.72	1.73	2.71

ตารางที่ 10 คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนได้รับการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว
ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 16 คน
โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี (ก่อนเรียน)

เลขที่	ดี	เก่ง	สุข	รวมเฉลี่ย 3 ด้าน (ก่อนเรียน)
1	63	61	54	59
2	49	43	49	47
3	56	55	44	52
4	39	41	35	38
5	53	42	49	48
6	49	65	43	52
7	40	46	37	41
8	51	50	44	48
9	55	47	42	48
10	57	48	50	52
11	49	39	32	40
12	51	48	56	52
13	39	47	44	43
14	60	56	52	56
15	59	55	32	49
16	56	47	49	51
รวม	826	790	712	776
เฉลี่ย	51.63	49.38	44.50	48.50
S.D.	7.35	7.27	7.47	7.36

ตารางที่ 11 คะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังได้รับการเรียนการสอน กิจกรรมแนะแนว
ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 16 คน
โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี (หลังเรียน)

เลขที่	ดี	เก่ง	สุข	รวมเฉลี่ย 3 ด้าน (หลังเรียน)
1	65	63	56	61
2	54	48	51	51
3	57	56	46	53
4	46	45	42	44
5	57	47	52	52
6	50	66	46	54
7	46	48	42	45
8	54	50	47	50
9	56	48	47	50
10	61	51	53	55
11	51	46	41	46
12	56	50	57	54
13	53	51	47	50
14	61	58	54	58
15	62	56	41	53
16	58	51	51	53
รวม	887	834	773	831.33
เฉลี่ย	55.44	52.13	48.31	51.96
S.D.	5.45	6.08	5.29	4.40

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรม SPSS

T-Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	post	51.8125	16	4.46047	1.11512
	pre	48.5000	16	5.73876	1.43469

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	post & pre	16	.970	.000

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	99% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	post - pre	3.31250	1.77834	.44459	2.00243	4.62257	7.451	15	.000

ภาคผนวก ง
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 1

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง รู้อารมณ์

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

อารมณ์ เป็นการแสดงออกของภาวะจิตใจที่ได้รับการกระทบหรือกระตุ้นให้เกิดการแสดงออกต่อสิ่งที่มากระตุ้น โดยมีปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทำให้การแสดงออกทางอารมณ์ เช่น 1) พันธุกรรม 2) การเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อม 3) การทำงานของสมอง 4) การทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ 5) สภาวะจิต ดังนั้นวิธีการจัดการอารมณ์นั้นจะต้องอาศัยการฝึกฝน ซึ่งสามารถกระทำ ดังนี้ 1) ให้มีสติอยู่เสมอเพื่อควบคุมอารมณ์ที่รุนแรง 2) ใช้คำพูดแสดงความรู้สึกแทนการกระทำ 3) ให้ยืดเวลาออกไปก่อนที่จะตัดสินใจทำอะไรลงไป หรือพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์รุนแรงหรืออารมณ์เสีย 4) ใช้การข่มใจ การให้อภัยและมองโลกในแง่ดี และ 5) เมื่อมีเรื่องทุกข์ใจหรือเครียดควรปรึกษาเพื่อนสนิทที่ไว้ใจได้หรือผู้ใหญ่ที่เราให้ความเคารพนับถือ การรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นนั้นจะทำให้เราสามารถจัดการอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกความหมายของอารมณ์ได้
2. นักเรียนสามารถจำแนกลักษณะของอารมณ์ได้
3. นักเรียนสามารถบอกวิธีการจัดการอารมณ์ได้
4. นักเรียนสามารถบอกปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการแสดงออกทางอารมณ์ และการแสดงออกทางสรีรวิทยาได้

สาระการเรียนรู้

1. ความหมายของอารมณ์
2. หลักการจำแนกลักษณะของอารมณ์
3. วิธีการจัดการอารมณ์ที่เหมาะสม
4. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการแสดงออกทางอารมณ์ และการแสดงออกทางสรีรวิทยา

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)

- 1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง
- 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์ในการเรียน

2. ขั้นตระหนักตน (Reallize the self)

ครูให้นักเรียนคิดใคร่ครวญว่าในวันนี้ตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงปัจจุบัน นักเรียนมีอารมณ์ใดเกิดขึ้นบ้าง เกิดขึ้นในการทำกิจกรรมใดบ้าง เกิดนานมากน้อยเพียงใด และมีผลกระทบอะไรบ้าง บันทึกลงในใบงานที่ 1 เรื่อง อารมณ์ของตนเอง

3. ขั้นเติมเต็ม (Fullfill)

3.1 นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 5 คน 8 กลุ่ม ตามที่นักเรียนสมัครใจ แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนจับสลากเพื่อศึกษาค้นคว้าและรายงาน เรื่อง รู้อารมณ์ ในประเด็น ดังนี้

กลุ่มที่ 1 และ 2 ความหมายและองค์ประกอบของอารมณ์

กลุ่มที่ 3 และ 4 การจำแนกลักษณะของอารมณ์

กลุ่มที่ 5 และ 6 หลักและวิธีการจัดการกับอารมณ์

กลุ่มที่ 7 และ 8 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการแสดงออกทางอารมณ์ และการแสดงออกทางสรีรวิทยา

3.2 นักเรียนบันทึกผลการสืบค้นลงในใบงานที่ 2 เรื่อง รู้อารมณ์ ตามประเด็นที่แต่ละกลุ่มจับสลากได้ และแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนงานผลการศึกษาค้นคว้าด้วย Power Point

3.3 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปความเหมือนและแตกต่างในแต่ละหัวข้อของทั้งสองกลุ่ม

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

4.1 ครูให้นักเรียนวาดภาพเหมือน ภาพการ์ตูน ภาพธรรมชาติรอบตัว หรือเลือกภาพจากคลังภาพ ที่ตรงกับอารมณ์ของนักเรียนของตนเอง ณ อารมณ์ปัจจุบันขณะ บันทึกลงในใบงานที่ 3 เรื่อง อารมณ์ของข้าพเจ้า ณ ปัจจุบันขณะ

4.2 นักเรียนจับคู่ผลัดกันนำเสนอภาพของตนเองบอกเหตุผลและปัจจัยที่ทำให้ นักเรียนมีอารมณ์นั้นๆ

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

5.1 ครูให้นักเรียนนำใบงานที่ 1 มาพิจารณาใคร่ครวญ นำความรู้เรื่องการจำแนกลักษณะอารมณ์ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ในการแสดงอารมณ์และวิธีการที่เหมาะสม

5.2 ครูให้นักเรียนพิจารณาใคร่ครวญลักษณะอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นบ่อยๆ และส่งผลลบท่อการดำเนินชีวิต บอกวิธีจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสมบันทึกลงในใบงานที่ 4

6. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายให้นักเรียนนำใบงานที่ 4 เรื่อง อารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยๆ และมีผลกระทบทางลบ นำไปบอกเล่าเรื่องราวและฝึกปฏิบัติกับเพื่อนสนิท บุคคลรอบตัว เช่น พ่อ แม่ พี่ น้อง ฯลฯ และนำภาระงานมาส่งหลังจากปฏิบัติครบ 1 เดือน

สื่อการเรียนรู้

1. เครื่องคอมพิวเตอร์/แท็บเล็ต
2. เครื่องฉายภาพ
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง อารมณ์ของตนเอง
4. ใบงานที่ 2 เรื่อง รู้อารมณ์
5. ใบงานที่ 3 เรื่อง อารมณ์ของข้าพเจ้า ณ ปัจจุบันขณะ
6. ใบงานที่ 4 เรื่อง อารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยๆ และมีผลกระทบทางลบ

การวัดและประเมินผล

ตรวจใบงานที่ 1-4

ใบงานที่ 2
เรื่อง รู้อารมณ์

ชื่อกลุ่ม.....

สมาชิก

1.

2.

3.

4.

5.

คำชี้แจง ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มสืบค้นตามประเด็นที่จับสลากได้ สรุปผลการสืบค้นและนำเสนอ
โดยใช้ Power Point

ประเด็นการสืบค้น

.....

ผลการสืบค้น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แหล่งที่มาของข้อมูล

.....

.....

ใบงานที่ 3

เรื่อง อารมณ์ของข้าพเจ้า ณ ขณะปัจจุบัน

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพเหมือน ภาพการ์ตูน ภาพธรรมชาติรอบตัว หรือเลือกภาพจากคลังภาพ
ที่ตรงกับอารมณ์ของนักเรียนของตนเอง ณ อารมณ์ปัจจุบันขณะ

สาเหตุ/ที่มาของภาพนี้

.....

.....

.....

ลักษณะของอารมณ์ตามหลักการจำแนก

.....

.....

.....

ข้าพเจ้าจัดการกับอารมณ์โดย

.....

.....

.....

ใบงานที่ 4
เรื่อง อารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยๆ และมีผลกระทบทางลบ

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายอารมณ์ของนักเรียนที่เกิดขึ้นบ่อยๆ

อารมณ์ที่เกิดขึ้น

.....

ปัจจัย/สาเหตุ

.....

ผลกระทบ

.....

ลักษณะของอารมณ์

.....

วิธีจัดการกับอารมณ์ที่เหมาะสม

.....

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น/ผลลัพธ์

.....

แบบประเมินใบงานที่ 1 - 4

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
		4	3	3		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๑						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิชญ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงาน

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้	4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้	3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้	2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้	1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้	0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้	3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้	2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้	1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้	0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้	3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้	2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้	1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้	0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

7 - 10	ผ่านเกณฑ์
คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน	ไม่ผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การแปลความหมาย

คะแนน 8.5 - 10	มีทักษะการทำงานดี
คะแนน 7 - 8.4	มีทักษะการทำงานพอใช้
คะแนนต่ำกว่า 7	มีทักษะการทำงานปรับปรุง

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 1 เรื่อง รัฐอารมณ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	ใบงานที่ 4	รวม
		10	10	10	10	40
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
รวม						
ร้อยละ						

แบบประเมินใบงานที่ 1
บันทึกอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นในช่วงที่ผ่านมา

คำชี้แจง ให้คะแนนตามระดับคุณภาพของการแสดงพฤติกรรม

ที่ -	ชื่อ - สกุล	ระดับลักษณะของอารมณ์ได้	จำแนกอารมณ์ได้ถูกต้องตาม	บอกวิธีการแสดงออกทางอารมณ์	บอกวิธีการจัดการกับอารมณ์ได้	รวม
		หลากหลายตลอดช่วงเวลาตามที่กำหนด	หลักการ	ได้อย่างเหมาะสม	อย่างเหมาะสม	
		3	3	3	3	12
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
๙						
รวม						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิชญ พรหมวาทย)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1

ลำดับ	ประเด็น	ระดับคะแนน		
		3	2	1
1.	ระบุลักษณะของอารมณ์ได้หลากหลายตลอดช่วงเวลาตามที่กำหนด			
2.	จำแนกอารมณ์ได้ถูกต้องตามหลักการ			
3.	บอกวิธีการแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม			
4.	บอกวิธีการจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม			

เกณฑ์การตัดสินระดับคุณภาพ	
9-12 คะแนน	ดี
5-8 คะแนน	พอใช้
0-4 คะแนน	ปรับปรุง

แบบประเมินใบงานที่ 2
บันทึกผลการสืบค้น

คำชี้แจง ให้คะแนนตามระดับคุณภาพของการแสดงพฤติกรรม

ที่ -	ชื่อ - สกุล	สืบค้นได้อะไรครบถ้วน ตรงตามประเด็นที่ได้รับ มอบหมาย	นำเสนอผลงานได้ครบถ้วน ตรง ตามประเด็นที่ได้รับมอบหมาย	นำเสนอผลงานน่าสนใจ สวยงาม มีความคิดสร้างสรรค์	บอกแหล่งสืบค้นได้	รวม
		3	3	3	3	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
๙						
	รวม					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิชญ พรหมวาทย)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 2

ลำดับ	ประเด็น	ระดับคะแนน		
		3	2	1
1.	สืบค้นได้เนื้อหาสาระครบถ้วน ตรงตามประเด็นที่ได้รับมอบหมาย			
2.	นำเสนอผลงานได้ครบถ้วน ตรงตามประเด็นที่ได้รับมอบหมาย			
3.	นำเสนอผลงานน่าสนใจ สวยงาม มีความคิดสร้างสรรค์			
4.	บอกแหล่งสืบค้นได้			

เกณฑ์การตัดสินระดับคุณภาพ	
9-12 คะแนน	ดี
5-8 คะแนน	พอใช้
0-4 คะแนน	ปรับปรุง

แบบประเมินใบงานที่ 3

บันทึก อารมณ์ของข้าพเจ้า ณ ปัจจุบันขณะ

คำชี้แจง ให้คะแนนตามระดับคุณภาพของการแสดงพฤติกรรม

ที่-	ชื่อ - สกุล	วาดภาพสะท้อนอารมณ์ของตนเองได้	ระบุสาเหตุ/ปัจจัยที่ทำให้เกิดอารมณ์ได้	บอกลักษณะของอารมณ์ตามหลักการจำแนกได้	บอกการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้เหมาะสม	รวม
		3	3	3	3	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
๙						
รวม						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 3

ลำดับ	ประเด็น	ระดับคะแนน		
		3	2	1
1.	วาดภาพสะท้อนอารมณ์ของตนเองได้			
2.	ระบุสาเหตุ/ปัจจัยที่ทำให้เกิดอารมณ์ได้			
3.	บอกลักษณะของอารมณ์ตามหลักการจำแนกได้			
4.	บอกการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้เหมาะสม			

เกณฑ์การตัดสินระดับคุณภาพ	
9-12 คะแนน	ดี
5-8 คะแนน	พอใช้
0-4 คะแนน	ปรับปรุง

แบบประเมินในงานที่ 4

บันทึกอาการที่เกิดขึ้นบ่อยๆและมีผลกระทบทางลบ

คำชี้แจง ให้คะแนนตามระดับคุณภาพของการแสดงพฤติกรรม

ที่ -	ข้อ - สกูล	ผู้รณณ์ตนเองที่เกิดขึ้นบ่อยๆได้	บอกสาเหตุ/ปัจจัยที่ทำให้เกิด	บอกผลกระทบที่เกิดขึ้นจาก	บอกวิธีการจัดการกับรณณ์ของตนเองได้	รวม
		3	3	3	3	12
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
๙						
	รวม					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิชญ์ พรหมวาทย)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 4

ลำดับ	ประเด็น	ระดับคะแนน		
		3	2	1
1.	รู้อารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้นบ่อยๆ ได้			
2.	บอกสาเหตุ/ปัจจัย ที่ทำให้เกิดอารมณ์ได้			
3.	บอกผลกระทบที่เกิดขึ้นจากอารมณ์ได้			
4.	บอกวิธีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้			

เกณฑ์การตัดสินระดับคุณภาพ	
9-12 คะแนน	ดี
5-8 คะแนน	พอใช้
0-4 คะแนน	ปรับปรุง

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 2

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง รู้ความต้องการ

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

มนุษย์มีความต้องการตามทฤษฎีของมาสโลว์ ได้แก่ 1) ความต้องการทางด้านร่างกาย 2) ความต้องการความปลอดภัย 3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ 4) ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง และ 5) ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง การรู้ความต้องการของตนเองจะทำให้เกิดการค้นหาเป้าหมายที่จะทำให้ชีวิตของเขาได้รับการตอบสนองความต้องการ ความปรารถนา และได้รับสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกความต้องการของตนเอง เพื่อนและบุคคลในครอบครัวได้
2. นักเรียนสามารถอธิบายทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการตามแนวคิดของมาสโลว์ได้

สาระการเรียนรู้

1. ลักษณะความต้องการของตนเอง ของเพื่อนและบุคคลในครอบครัว
2. ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ตามแนวคิดของมาสโลว์

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)

1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง โดยให้นักเรียนเล่นเกม จับหูและจุมก วิธีการเล่น ครูสั่งให้นักเรียนใช้มือไขว่กัน มือซ้ายจับหู มือขวาจับจุมก เริ่มต้นสั่งซ้ำๆ และเริ่มเร็วขึ้น

- 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้

2. ขั้นตระหนักตน (Realize the self)

2.1 ครูให้นักเรียนนั่งหลับตาจินตนาการว่าตนเองอยู่ในทุ่งกว้าง สีเขียวขจี มีฝูงแกะสีขาว ช่วงเวลาเย็นก่อนดวงอาทิตย์จะลับตา จะต้องนำฝูงแกะเข้าคอกที่ละตัว ใช้เวลา 3 นาที ให้สังเกตอารมณ์และความรู้สึกก่อนปฏิบัติ ระหว่างปฏิบัติ และหลังปฏิบัติกิจกรรม

- 2.2 ครูสุ่มถามนักเรียน 2-3 คน เล่าสู่เพื่อนฟัง

3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill)

3.1 นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 8 คน ด้วยวิธีการจับสลากหมายเลข 1-8 นักเรียนที่ได้หมายเลขเหมือนกันให้อยู่กลุ่มเดียวกัน เมื่อได้สมาชิกครบให้เลือกประธาน และเลขากลุ่ม

3.2 นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนจับสลากบัตรคำ ความต้องการของบุคคลในวัยต่างๆ ตามประเด็นต่อไปนี้

- ทารกในครรภ์มารดา ทารกแรกคลอด - 5 ปี
- เด็กวัย 6 - 14 ปี วัยรุ่นวัย 15 - 24 ปี
- วัยทำงาน 25 - 35 ปี
- วัยกลางคน 36 - 50 ปี อายุ 51 - 65 ปี
- วัยอายุ 65 ปีขึ้นไป

3.3 นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายความต้องการตามประเด็นที่นักเรียนจับสลากได้ บันทึกลงในใบงานที่ 1 เรื่อง ความต้องการของคนวัยต่างๆ

3.4 ให้นักเรียนจับสลากนำเสนอผลงานที่นักเรียนได้ร่วมกันคิด

3.5 ตัวแทนกลุ่มรับใบความรู้จากครูและให้นักเรียนศึกษาค้นคว้า เรื่อง ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการตามแนวคิดของมาสโลว์ และทำใบงานที่ 2 เรื่อง ความต้องการของข้าพเจ้า

3.6 นักเรียนแต่ละกลุ่มนำผลงานของกลุ่มติดบอร์ด และให้นักเรียนทุกคนศึกษาหาความรู้จากผลงานของเพื่อนที่ติดไว้แล้ว

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

4.1 ครูให้นักเรียนพิจารณาใคร่ครวญความต้องการของตนเอง และทำกิจกรรมในใบงานที่ 2 เรื่อง ความต้องการของข้าพเจ้า และการนำความรู้ไปประยุกต์ใช้

4.2 ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มจับคู่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน

4. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

ครูให้นักเรียนพิจารณาใคร่ครวญว่าจากกิจกรรมวันนี้ นักเรียนได้รับความรู้อะไรบ้าง และจะนำความรู้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างไร บันทึกผลการเรียนรู้ลงในใบงานที่ 3 เรื่อง ความต้องการของบุคคลในครอบครัว

5. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายงานให้นักเรียนไปสัมภาษณ์บุคคลในครอบครัว 2 คน และบันทึกผลการสัมภาษณ์ลงในใบงานที่ 3 เรื่อง ความต้องการของบุคคลในครอบครัว

สื่อการเรียนรู้

1. เกม
2. ใบความรู้ เรื่อง ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการตามแนวคิดของมาสโลว์
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง ความต้องการของคนวัยต่างๆ
4. ใบงานที่ 2 เรื่อง ความต้องการของข้าพเจ้า
5. ใบงานที่ 3 เรื่อง ความต้องการของบุคคลในครอบครัว

การวัดและประเมินผล

ตรวจใบงานที่ 1 -3

ใบความรู้

เรื่อง ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ (Maslow's Hierarchical Theory of Motivation)

Maslow เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์เป็นจำนวนมากสามารถอธิบายโดยใช้แนวโน้มของบุคคลในการค้นหาเป้าหมายที่จะทำให้ชีวิตของเขาได้รับความต้องการ ความปรารถนา และได้รับสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง เป็นความจริงที่จะกล่าวว่ากระบวนการของแรงจูงใจเป็นหัวใจของทฤษฎีบุคลิกภาพของ Maslow โดยเขาเชื่อว่ามนุษย์เป็น “สัตว์ที่มีความต้องการ” (wanting animal) และเป็นการยากที่มนุษย์จะไปถึงขั้นของความพึงพอใจอย่างสมบูรณ์ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของ Maslow เมื่อบุคคลปรารถนาที่จะได้รับความพึงพอใจและเมื่อบุคคลได้รับความพึงพอใจในสิ่งหนึ่งแล้วก็จะยังคงเรียกร้องความพึงพอใจสิ่งอื่นๆ ต่อไป ซึ่งถือเป็นคุณลักษณะของมนุษย์ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความต้องการจะได้รับสิ่งต่างๆ อยู่เสมอ

Maslow กล่าวว่า ความปรารถนาของมนุษย์นั้นติดตัวมาแต่กำเนิดและความปรารถนาเหล่านี้จะเรียงลำดับขั้นของความปรารถนาตั้งแต่ขั้นแรกไปสู่ความปรารถนาขั้นสูงขึ้นไปเป็นลำดับ (The Need –Hierarchy Conception of Human Motivation) ซึ่งเขาได้เรียงลำดับความต้องการของมนุษย์จากขั้นต้น ไปสู่ความต้องการขั้นต่อไปไว้เป็นลำดับ ดังนี้ 1) ความต้องการทางด้านร่างกาย (Physiological needs) 2) ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) 3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and love needs) 4) ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง (Esteem needs) และ 5) ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-actualization needs)

ลำดับขั้นความต้องการของ Maslow มีการเรียงลำดับขั้นความต้องการที่อยู่ในขั้นต่ำสุดจะต้องได้รับความพึงพอใจเสียก่อนบุคคลจึงจะสามารถผ่านพ้น ไปสู่ความต้องการที่อยู่ในขั้นสูงขึ้นไปตามลำดับดังจะอธิบายโดยละเอียดดังนี้

1. ความต้องการทางร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน

ความต้องการทางร่างกาย เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่มีอำนาจมากที่สุดและสังเกตเห็นได้ชัดที่สุด จากความต้องการทั้งหมดเป็นความต้องการที่ช่วยการดำรงชีวิต ได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำดื่ม ออกซิเจน การพักผ่อนนอนหลับ ความต้องการทางเพศ ความต้องการความปลอดภัย ตลอดจนความต้องการที่จะถูกกระตุ้นอวัยวะรับสัมผัส แรงขับของร่างกายเหล่านี้จะเกี่ยวข้องโดยตรงกับความอยู่รอดของร่างกายและของอินทรีย์ ความพึงพอใจที่ได้รับ ในขั้นนี้จะกระตุ้นให้เกิดความต้องการในขั้นที่สูงกว่า และถ้าบุคคลใดประสบความล้มเหลวที่จะสนองความต้องการพื้นฐานนี้ ก็จะไม่ได้รับการกระตุ้นให้เกิดความต้องการในระดับที่สูงขึ้น อย่างไรก็ตามถ้าความต้องการอย่างหนึ่งยังไม่ได้รับความพึงพอใจ บุคคลก็จะอยู่ภายใต้ความต้องการนั้นตลอดไป ซึ่งทำให้ความ

ต้องการอื่นๆ ไม่ปรากฏหรือกลายเป็นความต้องการระดับรองลงไป เช่น คนที่คอยยกหัวโหมเป็นเวลานานจะไม่สามารถสร้างสรรค์สิ่งที่มีประโยชน์ต่อโลกได้ บุคคลเช่นนี้จะหมกมุ่นอยู่กับการจัดหาบางสิ่งบางอย่างเพื่อให้มีอาหารไว้รับประทาน

Maslow อธิบายต่อไปว่า บุคคลเหล่านี้จะมีความรู้สึกเป็นสุขอย่างเต็มที่เมื่อมีอาหารเพียงพอสำหรับเขาและจะไม่ต้องกังวลเรื่องอื่นใดอีก ชีวิตของเขาถือว่าได้ว่าเป็นเรื่องของการรับประทานสิ่งอื่นๆ นอกจากนี้จะไม่มีผลสำคัญไม่ว่าจะเป็นเสรีภาพ ความรัก ความรู้สึกต่อชุมชน การได้รับการยอมรับ และปรัชญาชีวิต บุคคลเช่นนี้มีชีวิตอยู่เพื่อที่จะรับประทานเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ตัวอย่างของการขาดแคลนอาหารมีผลต่อพฤติกรรม ได้มีการทดลองและการศึกษาชีวิตประวัติเพื่อแสดงว่าความต้องการทางด้านร่างกายเป็นเรื่องสำคัญที่จะเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ และได้พบว่าเกิดความเสียหายอย่างรุนแรงของพฤติกรรม ซึ่งมีสาเหตุจากการขาดอาหารหรือน้ำติดต่อกันเป็นเวลานาน ตัวอย่างคือ เมื่อสงครามโลกครั้งที่ 2 ในค่าย Nazi ซึ่งเป็นที่กักขังเชลย เชลยเหล่านั้นจะละทิ้งมาตรฐานทางศีลธรรมและค่านิยมต่างๆ ที่เขาเคยยึดถือภายใต้สภาพการณ์ปกติ เช่น ขโมยอาหารของคนอื่น หรือใช้วิธีการต่างๆ ที่จะได้รับอาหารเพิ่มขึ้น อีกตัวอย่างหนึ่ง ในปี ค.ศ. 1970 เครื่องบินของสายการบิน Peruvian ตกลงที่ฝั่งอ่าวอเมริกาใต้ ผู้ที่รอดตาย รวมทั้งพระนิกาย Catholic อาศัยการมีชีวิตอยู่รอดโดยการกินซากศพของผู้ที่ตายจากเครื่องบินตก จากปรากฏการณ์นี้ชี้ให้เห็นว่าเมื่อมนุษย์เกิดความหิวขึ้น จะมีอิทธิพลเหนือระดับศีลธรรมจรรยา จึงไม่ต้องสงสัยเลยว่ามนุษย์มีความต้องการทางด้านร่างกายเหนือความต้องการอื่นๆ และแรงผลักดันของความต้องการนี้ได้เกิดขึ้นกับบุคคลก่อนความต้องการอื่นๆ

2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs)

เมื่อความต้องการทางด้านร่างกายได้รับความพึงพอใจแล้วบุคคลก็จะพัฒนาการไปสู่ขั้นใหม่ต่อไป ซึ่งขั้นนี้เรียกว่าความต้องการความปลอดภัยหรือความรู้สึกมั่นคง (safety or security) Maslow กล่าวว่า ความต้องการความปลอดภัยนี้จะสังเกตได้ง่ายในทารกและในเด็กเล็กๆ เนื่องจากทารกและเด็กเล็กๆ ต้องการความช่วยเหลือและต้องพึ่งพาศักดิ์ผู้อื่น ตัวอย่าง ทารกจะรู้สึกกลัวเมื่อถูกทิ้งให้อยู่ตามลำพังหรือเมื่อเขาได้ยินเสียงดังๆ หรือเห็นแสงสว่างมากๆ แต่ประสบการณ์และการเรียนรู้จะทำให้ความรู้สึกกลัวหมดไป ดังคำพูดที่ว่า “ฉันไม่กลัวเสียงฟ้าร้องและฟ้าแลบอีกต่อไปแล้ว เพราะฉันรู้ธรรมชาติในการเกิดของมัน” พลังความต้องการความปลอดภัยจะเห็นได้ชัดเจนเช่นกันเมื่อเด็กเกิดความเจ็บป่วย ตัวอย่างเด็กที่ประสบอุบัติเหตุขาหัก ก็จะรู้สึกกลัวและอาจแสดงออกด้วยอาการผื่นร้ายและความต้องการที่จะได้รับความปกป้องคุ้มครองและการให้กำลังใจ

Maslow กล่าวเพิ่มเติมว่าพ่อแม่ที่เลี้ยงดูลูกอย่างไม่กวัดขั่นและตามใจมากจนเกินไป จะไม่ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกว่าได้รับความพึงพอใจจากความต้องการความปลอดภัย การให้นอน

หรือให้กินไม่เป็นเวลา ไม่เพียงแต่ทำให้เด็กสับสนเท่านั้นแต่ยังทำให้เด็กรู้สึกไม่มั่นคงในสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวเขา สัมพันธภาพของพ่อแม่ที่ไม่ดีต่อกัน เช่น ทะเลาะกัน ทำร้ายร่างกายซึ่งกันและกัน พ่อแม่แยกกันอยู่ หย่า ตายจากไป สภาพการณ์เหล่านี้จะมีอิทธิพลต่อความรู้สึกที่ดีของเด็ก ทำให้เด็กรู้ว่าสิ่งแวดล้อมต่างๆ ไม่มั่นคง ไม่สามารถคาดการณ์ได้และนำไปสู่ความรู้สึกไม่ปลอดภัย

ความต้องการความปลอดภัยจะยังมีอิทธิพลต่อบุคคลแม้ว่าจะผ่านพ้นวัยเด็กไปแล้ว แม้ในบุคคลที่ทำงานในฐานะเป็นผู้คุ้มครอง เช่น ผู้รักษาเงิน นักบัญชี หรือทำงานเกี่ยวกับการประกันต่างๆ และผู้ที่ทำหน้าที่ให้การรักษาพยาบาลเพื่อความปลอดภัยของผู้อื่น เช่น แพทย์พยาบาล แม้กระทั่งคนชรา บุคคลทั้งหมดที่กล่าวมานี้จะเฝ้าหาความปลอดภัยด้วยกันทั้งสิ้น ศาสนาและปรัชญาที่มนุษย์ยึดถือทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง เพราะทำให้บุคคลได้จัดระบบของตัวเองให้มีเหตุผลและวิถีทางที่ทำให้บุคคลรู้สึก “ปลอดภัย” ความต้องการความปลอดภัยในเรื่องอื่นๆ จะเกี่ยวข้องกับการเผชิญกับสิ่งต่างๆ เหล่านี้ สงคราม อาชญากรรม น้ำท่วม แผ่นดินไหว การจลาจล ความสับสนไม่เป็นระเบียบของสังคม และเหตุการณ์อื่นๆ ที่คล้ายคลึงกับสภาพเหล่านี้

และ Maslow ได้ให้ความคิดต่อไปว่า อาการโรคประสาทในผู้ใหญ่ โดยเฉพาะโรคประสาทชนิดย้ำคิด-ย้ำทำ (obsessive-compulsive neurotic) เป็นลักษณะเด่นชัดของการค้นหาความรู้สึกปลอดภัย ผู้ป่วยโรคประสาทจะแสดงพฤติกรรมว่าเขากำลังประสบเหตุการณ์ที่ร้ายกาจและกำลังมีอันตรายต่างๆ เขาจึงต้องการมีใครสักคนที่ปกป้องคุ้มครองเขาและเป็นบุคคลที่มีความเข้มแข็งซึ่งเขาสามารถจะพึ่งพาอาศัยได้

3. ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and Love needs)

ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของเป็นความต้องการขั้นที่ 3 ความต้องการนี้จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการทางด้านร่างกาย และความต้องการความปลอดภัยได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลต้องการได้รับความรักและความเป็นเจ้าของโดยการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวหรือกับผู้อื่น สมาชิกภายในกลุ่มจะเป็นเป้าหมายสำคัญสำหรับบุคคล กล่าวคือ บุคคลจะรู้สึกเจ็บปวดมากเมื่อถูกทอดทิ้งไม่มีใครยอมรับ หรือถูกตัดออกจากสังคม ไม่มีเพื่อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อจำนวนเพื่อนๆ ญาติพี่น้อง สามีหรือภรรยาหรือลูกๆ ได้ลดน้อยลงไป นักเรียนที่เข้าโรงเรียนที่ห่างไกลบ้านจะเกิดความต้องการเป็นเจ้าของอย่างยิ่งและจะแสวงหาอย่างมากที่จะได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

Maslow คัดค้านกลุ่ม Freud ที่ว่าความรักเป็นผลมาจากการทดเทิดสัญชาตญาณทางเพศ (sublimation) สำหรับ Maslow ความรักไม่ใช่สัญลักษณ์ของเรื่องเพศ (sex) เขาอธิบายว่า ความรักที่แท้จริงจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกที่ดี ความสัมพันธ์ของความรักระหว่างคน 2 คน จะรวมถึงความรู้สึกนับถือซึ่งกันและกัน การยกย่องและความไว้วางใจแก่กัน นอกจากนี้ Maslow ยังย้ำว่า

ความต้องการความรักของคนจะเป็นความรักที่เป็นไปในลักษณะทั้งการรู้จักให้ความรักต่อผู้อื่น และรู้จักที่จะรับความรักจากผู้อื่น การได้รับความรักและได้รับการยอมรับจากผู้อื่นเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า บุคคลที่ขาดความรักก็จะรู้สึกว่าชีวิตไร้ค่ามีความรู้สึกอ้างว้าง และเคียดแค้น กล่าวโดยสรุป Maslow มีความเห็นว่าบุคคลต้องการความรักและความรู้สึกเป็นเจ้าของ และการขาดสิ่งนี้มักจะเป็นสาเหตุให้เกิดความข้องคับใจและทำให้เกิดปัญหาการปรับตัวไม่ได้ และความยินดีในพฤติกรรมหรือความเจ็บป่วยทางด้านจิตใจในลักษณะต่างๆ สิ่งที่ต้องสังเกตประการหนึ่ง ก็คือมีบุคคลจำนวนมากที่มีความลำบากใจที่จะเปิดเผยตัวเอง เมื่อมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดสนิทสนมกับเพศตรงข้ามเนื่องจากกลัวว่าจะถูกปฏิเสธความรู้สึกเช่นนี้ Maslow กล่าวว่าสืบเนื่องมาจากประสบการณ์ในวัยเด็ก การได้รับความรัก หรือการขาดความรักในวัยเด็ก ย่อมมีผลกับการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีวุฒิภาวะและการมีทัศนคติในเรื่องของความรัก Maslow เปรียบเทียบว่าความต้องการความรักก็เป็นเช่นเดียวกับรถยนต์ที่สร้างขึ้นมา โดยต้องการก๊าซหรือน้ำมันนั่นเอง

4. ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง (Self-Esteem needs)

เมื่อความต้องการได้รับความรักและการให้ความรักแก่ผู้อื่นเป็นไปอย่างมีเหตุผลและทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจแล้ว ผลลัพธ์กันในขั้นที่ 3 ก็จะลดลงและมีความต้องการในขั้นต่อไปมาแทนที่ กล่าวคือมนุษย์ต้องการที่จะได้รับความนับถือยกย่องออกเป็น 2 ลักษณะ คือลักษณะเป็นความต้องการนับถือตนเอง (self-respect) ส่วนลักษณะที่ 2 เป็นความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น (esteem from others)

4.1 ความต้องการนับถือตนเอง (self-respect) คือ ความต้องการมีอำนาจ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความแข็งแรง มีความสามารถในตนเอง มีผลสัมฤทธิ์ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น และมีความเป็นอิสระ ทุกคนต้องการที่จะรู้สึกว่าเขามีคุณค่าและมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในงานภารกิจต่างๆ และมีชีวิตที่เด่นดัง

4.2 ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น (esteem from others) คือ ความต้องการมีเกียรติยศ การได้รับยกย่อง ได้รับการยอมรับ ได้รับความสนใจ มีสถานภาพ มีชื่อเสียงเป็นที่กล่าวขาน และเป็นที่ยอมรับยินดี มีความต้องการที่จะได้รับความยกย่องชมเชยในสิ่งที่เขากระทำ ซึ่งทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าว่าความสามารถของเขาได้รับการยอมรับจากผู้อื่น ความต้องการได้รับความนับถือยกย่อง ก็เป็นเช่นเดียวกับธรรมชาติของลำดับขั้นในเรื่องความต้องการด้านแรงจูงใจตามทัศนะของ Maslow ในเรื่องอื่นๆ ที่เกิดขึ้นภายในจิตนั้นคือ บุคคลจะแสวงหาความต้องการได้รับการยกย่องก็เมื่อภายหลังจากความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของได้รับการตอบสนองความพึงพอใจของเขาแล้ว และ Maslow กล่าวว่า มันเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ที่บุคคลจะย้อนกลับจากระดับขั้นความต้องการในขั้นที่ 4 กลับไปสู่ระดับขั้นที่ 3 อีกถ้าความต้องการระดับขั้นที่ 3 ซึ่งบุคคลได้รับ

ไว้แล้วนั้นถูกกระทบกระเทือน หรือสูญสลายไปทันทีทันใด ดังตัวอย่างที่ Maslow นำมาอ้างคือ หญิงสาวคนหนึ่งซึ่งเธอคิดว่า การตอบสนองความต้องการความรักของเธอได้ดำเนินไปด้วยดีแล้ว เธอจึงทุ่มเทและเอาใจใส่ในธุรกิจของเธอ และได้ประสบความสำเร็จเป็นนักธุรกิจที่มีชื่อเสียง และอย่างไม่คาดฝันสามีได้ผลจากเธอไปในเหตุการณ์เช่นนี้ปรากฏว่าเธอวางมือจากธุรกิจต่างๆ ในการที่จะส่งเสริมให้เธอได้รับความยกย่องนับถือ และหันมาใช้ความพยายามที่จะเรียกร้องสามีให้กลับคืนมา ซึ่งการกระทำเช่นนี้ของเธอเป็นตัวอย่างของความต้องการความรักซึ่งครั้งหนึ่งเธอได้รับแล้ว และถ้าเธอได้รับความพึงพอใจในความรักโดยสามีหวนกลับคืนมา เธอก็จะกลับไปเกี่ยวข้องกับ โลกธุรกิจอีกครั้งหนึ่ง ความพึงพอใจของความต้องการได้รับการยกย่องโดยทั่วไป เป็นความรู้สึกและทัศนคติของความเชื่อมั่นในตนเอง ความรู้สึกที่ตนเองมีคุณค่า การมีพลังกำลัง การมีความสามารถ และความรู้สึกว่ามีชีวิตอยู่อย่างมีประโยชน์และเป็นบุคคลที่มีความจำเป็นต่อโลก ในทางตรงกันข้าม การขาดความรู้สึกต่างๆ ดังกล่าวนี้ย่อมนำไปสู่ความรู้สึกและทัศนคติของปมด้อย และความรู้สึกไม่พอเพียง เกิดความรู้สึกอ่อนแอและช่วยเหลือตนเองไม่ได้สิ่งต่างๆ เหล่านี้ เป็นการรับรู้ตนเองในทางนิเสธ (negative) ซึ่งอาจก่อให้เกิดความรู้สึกขาดกลัวและรู้สึกว่าตนเองไม่มีประโยชน์และสิ้นหวังในสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของชีวิต และประเมินตนเองต่ำกว่าชีวิตความเป็นอยู่กับการได้รับการยกย่อง และยอมรับจากผู้อื่นอย่างจริงใจมากกว่าการมีชื่อเสียง จากสถานภาพหรือการได้รับการประจบประแจง การได้รับความนับถือยกย่องเป็นผลมาจากความเพียรพยายามของบุคคล และความต้องการนี้อาจเกิดอันตรายขึ้นได้ถ้าบุคคลนั้นต้องการคำชมเชยจากผู้อื่นมากกว่าการยอมรับความจริง และเป็นที่ยอมรับกันว่า การได้รับความนับถือยกย่อง มีพื้นฐานจากการกระทำของบุคคลมากกว่าการควบคุมจากภายนอก

5. ความต้องการที่จะเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง (Self-Actualization needs)

ลำดับขั้นสุดท้าย ถ้าความต้องการลำดับขั้นก่อนๆ ได้ทำให้เกิดความพึงพอใจอย่างมีประสิทธิภาพ ความต้องการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงก็จะเกิดขึ้น Maslow อธิบายความต้องการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงว่า เป็นความปรารถนาในทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งบุคคลสามารถจะได้รับอย่างเหมาะสม บุคคลที่ประสบผลสำเร็จในขั้นสูงสุดนี้จะใช้พลังอย่างเต็มที่ในสิ่งที่ท้าทายความสามารถ และศักยภาพของเขา และมีความปรารถนาที่จะปรับปรุงตนเอง พลังแรงขับของเขาจะกระทำพฤติกรรมตรงกับความสามารถของตน กล่าวโดยสรุป การเข้าใจตนเองอย่างแท้จริงเป็นความต้องการอย่างหนึ่งของบุคคลที่จะบรรลุถึงจุดสูงสุดของศักยภาพ เช่น “นักดนตรีก็ต้องใช้ความสามารถทางด้านดนตรี ศิลปินก็ต้องวาดรูป กวีจะต้องเขียนโคลงกลอน ถ้าบุคคลเหล่านี้ได้บรรลุถึงเป้าหมายที่ตนตั้งไว้ก็เชื่อได้ว่าเขาเหล่านั้นเป็นคนที่รู้จักตนเองอย่างแท้จริง

Maslow ระบุว่า มนุษย์จะมีความต้องการที่เรียงลำดับจากระดับพื้นฐานไปยังระดับสูงสุด ขอบข่ายทฤษฎีของ Maslow จะอยู่บนพื้นฐานของสมมติฐาน 3 ข้อ คือ 1) มนุษย์มีความต้องการ อยู่เสมอและไม่มีที่สิ้นสุด 2) ความต้องการของบุคคลจะถูกเรียงลำดับตามความสำคัญ หรือเป็น ลำดับขั้นความต้องการพื้นฐาน 3) ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจของ พฤติกรรมนั้นๆ ต่อไป

แบบประเมินใบงานที่ 1-3

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๙						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-3

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้	4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้	3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้	2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้	1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้	0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้	3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้	2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้	1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้	0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้	3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้	2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้	1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้	0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 – 10	ผ่านเกณฑ์
คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน	ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดการเรียนรู้แผนที่ 2

เรื่อง ความต้องการ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ข้อ - สกุด	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	รวม
		10	10	10	30
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
รวม					
ร้อยละ					

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 3

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง การสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดี

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

สัมพันธภาพที่ดีของคนในครอบครัวและเพื่อนทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข เมื่อมีความสัมพันธ์ที่ดีเกิดขึ้นแล้วจะทำให้รู้สึกอบอุ่น มั่นคง มีกำลังใจ และสนุกสนานในการปฏิบัติกิจกรรมใดๆ การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีสามารถทำได้ในแต่ละระดับ ดังนี้ การสร้างและรักษาสัมพันธภาพในครอบครัว การสร้างและรักษาสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และการสร้างและรักษาสัมพันธภาพในสังคม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีได้
2. นักเรียนสามารถเขียนสรุปลักษณะของบุคคลที่มีสัมพันธภาพที่ดีได้
3. นักเรียนสามารถแสดงการนำวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

สาระการเรียนรู้

1. วิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดี
2. ลักษณะของบุคคลที่มีสัมพันธภาพที่ดี
3. การนำวิธีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง เล่นเกมจับหัว จับไหล่ จับเอว วิธีการเล่น ครูให้นักเรียนยืนเป็นวงกลม ครูสั่งให้นักเรียนจับหัว จับไหล่ จับเอว สลับจับเอว จับไหล่ จับหัว สลับจากซ้ายไปขวา แล้วคอยจับว่าใครทำผิด
 - 1.2 ครูตั้งคำถามนักเรียนว่านอกจากพ่อแม่ แล้วมีใครอีกบ้างที่นักเรียนรัก เคารพ มีความสนิทสนม ประทับใจ และมีความคิดถึงเมื่อต้องห่างกันหรือจากกัน และให้นักเรียนบันทึกในใบงานที่ 1 เรื่อง บุคคลที่ฉันประทับใจ

2. ขั้นตระหนักรู้ (Realize the self)

นักเรียนคิดถึงเหตุการณ์ในอดีตของบุคคลนักเรียนประทับใจ บุคคลนั้นแสดงออกต่อนักเรียนอย่างไรบ้าง เขียนบันทึกเหตุการณ์/เรื่องราวที่ประทับใจลงในใบงานที่ 1 เรื่อง บุคคลที่ฉันประทับใจ

3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill)

3.1 นักเรียนจับคู่กันผลัดกันเล่าเรื่องราวของตนเองที่ประทับใจให้เพื่อนฟัง นักเรียนตั้งใจฟังเรื่องราวของเพื่อน ครุส่ม 2-3 คู่ เล่าเรื่องประทับใจของตนเองให้เพื่อนฟัง

3.2 นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่องวิธีสร้างสัมพันธภาพที่ดี เสร็จแล้วให้นักเรียนนำความรู้จากการศึกษาจากใบความรู้ เขียนสรุปว่าบุคคลที่นักเรียนประทับใจมีคุณสมบัติใดบ้าง และบุคคลที่เพื่อนประทับใจและเล่าให้ฟังมีคุณสมบัติใดบ้าง เขียนบันทึกในใบงานที่ 2 เรื่อง การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน

3.3 ให้นักเรียนเลือกกระดาษสีคนละ 1 แผ่น สร้างรูปหัวใจ จากนั้นให้นำรูปหัวใจไปให้เพื่อนเขียน เพื่อนได้ปฏิบัติต่อเราอย่างไรบ้างตามหลักการสร้างความสัมพันธภาพที่ดี เมื่อเขียนเสร็จแล้วให้ส่งรูปหัวใจกลับไปให้เจ้าของ

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

นักเรียนฟังคนตรีบรรเลงเบาๆ คิดใคร่ครวญถึงความรู้สึกที่ได้แสดงออกต่อเพื่อน และสิ่งที่ได้รับจากเพื่อน

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

นักเรียนเขียนบันทึกลงในใบงานที่ 3 เรื่อง สิ่งที่ได้รับจากบทเรียน

6. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายงานให้นักเรียนเขียนบันทึกในใบงานที่ 4 เรื่อง ผลของการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ที่ได้รับการปฏิบัติกิจกรรมในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลที่นักเรียนจะต้องมีปฏิสัมพันธ์ด้วย อย่างน้อย 3 คน

สื่อการเรียนรู้

1. เครื่องเล่น ดีวีดี
2. แผ่นเพลงบรรเลง คนตรีนพลักษณ์
3. กระดาษการ์ดขนาด A4 คละสี
4. ใบความรู้เรื่อง การสร้างสัมพันธภาพที่ดี
5. ใบงานที่ 1 เรื่อง บุคคลที่ฉันประทับใจ
6. ใบงานที่ 2 เรื่อง การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน

7. ใบงานที่ 3 เรื่อง สิ่งที่ได้รับจากบทเรียน
8. ใบงานที่ 4 เรื่อง ผลของการสร้างสัมพันธภาพที่ดี

การวัดและประเมินผล

การตรวจใบงานที่ 1-4

ใบความรู้

เรื่อง หลักการสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว เพื่อน และสังคม

การสร้างและรักษาสัมพันธภาพในครอบครัว

1. ทุกคนต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบของครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ
2. เคารพเชื่อฟังและให้เกียรติซึ่งกันและกัน เด็กต้องเคารพผู้ใหญ่
3. ให้ความร่วมมือ ช่วยเหลือ ไม่เอาเปรียบซึ่งกันและกัน ปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

อย่างเต็มความสามารถ

4. รักและซื่อสัตย์ต่อพ่อแม่
5. ทุกคนในครอบครัวควรมีความเอื้ออาทรห่วงใยซึ่งกันและกัน จะทำให้ครอบครัว

อบอุ่นและมีความสุข

6. ร่วมมือกันแก้ปัญหาในทุกเรื่องที่เกิดขึ้นด้วยความเข้าใจ
7. จัดปัญหาและความขัดแย้งต่างๆ ในครอบครัวให้หมดไป

การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเพื่อน

1. รักช่วยเหลือซึ่งกันและกันในเวลาที่เป็นทุกข์เดือดร้อน
2. สามารถปรับทุกข์และร่วมกันแก้ปัญหาให้กับเพื่อนได้
3. ยอมรับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะที่ดีต่อกัน
4. สนใจและเอาใจใส่ความรู้สึกของเพื่อนเสมอ
5. ไม่เห็นแก่ตัวและไม่เอาัดเอาเปรียบเพื่อน
6. มีความรัก จริงใจต่อเพื่อนอย่างเสมอต้นเสมอปลาย
7. สร้างความรู้ที่ดี มองเพื่อนในแง่ดี คิดดีต่อกันสม่ำเสมอ

การสร้างและรักษาสัมพันธภาพในสังคม

1. พัฒนาบุคลิกภาพให้ผู้พบเห็นเกิดความชื่นชมและประทับใจด้วยการพูด และกิริยาท่าทาง
2. การแสดงออกด้วยความใจกว้าง ใจดี และใจจริง
3. การให้ความช่วยเหลือเอาใจใส่ในกิจกรรมและงานส่วนรวมด้วยความมีน้ำใจและเสียสละ
4. ให้คำแนะนำหรือเสนอแนะสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม
5. ร่วมแก้ปัญหาและข้อขัดแย้งในสังคมให้ดีขึ้น
6. พุดคุยหรือสนทนากับทุกคนด้วยความยิ้มแย้มแจ่มใส และเป็นมิตรกับทุกคนอย่างเสมอหน้า

ใบงานที่ 1
เรื่อง บุคคลที่ฉันประทับใจ

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึกเหตุการณ์ของบุคคลที่นักเรียนประทับใจที่เคยปฏิบัติกับนักเรียน
จำนวน 1 คน

บุคคลที่ฉันประทับใจ คือ

.....

คุณสมบัติที่ทำให้ฉันประทับใจ คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 4
เรื่อง ฉันทำอะไรให้เพื่อนบ้าง

คำชี้แจง ให้นักเรียนบันทึก ฉันทำอะไรให้เพื่อนบ้าง

เพื่อนคนที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เพื่อนคนที่ 2

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เพื่อนคนที่ 3

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบประเมินใบงานที่ 1 – 4

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๑						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-4

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา			
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้	4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้	3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้	2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้	1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้	0	คะแนน
2. การใช้ภาษา			
ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้	3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้	2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้	1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้	0	คะแนน
3. ผลงาน			
ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้	3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้	2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้	1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้	0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 – 10	ผ่านเกณฑ์
คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน	ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดการเรียนรู้ แผนที่ 3
เรื่อง การสร้างและรักษาสัมพันธภาพที่ดี

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	ใบงานที่ 4	รวม
		10	10	10	10	40
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
รวม						
ร้อยละ						

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 4

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง รู้จักทักษะความสามารถของตนเอง

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ทักษะเป็นความสามารถของบุคคลในการกระทำกรอย่างใดอย่างหนึ่งอย่างคล่องแคล่วชำนาญ หรือความสามารถในการแก้ปัญหาต่างๆที่เข้ามาเผชิญกับชีวิตได้อย่างเหมาะสม การรู้จักทักษะความสามารถของตนจะทำให้กำหนดเป้าหมายของการดำเนินชีวิตได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายความหมายของทักษะได้
2. นักเรียนสามารถบอกทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล ของตนเองได้

สาระการเรียนรู้

1. ความหมายของทักษะ
2. ทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้
 - 1.3 ครูสนทนากับนักเรียน และครูตั้งคำถามว่านักเรียนเคยทราบหรือไม่ว่าตนเองมีทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคลอยู่ในระดับใดบ้าง
2. ขั้นตระหนักตน (Reallize the self)
 - 2.1 ครูเปิดดนตรีบรรเลงเพลง นพลัษณ์ ให้นักเรียนฟังด้วยความตั้งใจและผ่อนคลาย คิดใคร่ครวญในความรู้สึกของตนเอง ณ ปัจจุบันขณะ และจินตนาการตนเองเป็นธรรมชาติที่สวยงาม เช่น ดอกไม้ นก ปลา ฯลฯ จะทำอะไรบ้างที่ทำให้มีความสุข
 - 2.2 ครูสุ่มนักเรียน 2-3 คน เล่าถึงจินตนาการของตนเองจากการจินตนาการในข้อ 2.1

3. ขั้นเติมเต็ม (Fullfill)

3.1 ครูให้นักเรียนสืบค้นความหมายของคำว่าทักษะ ให้นักเรียน 2-3 คน อธิบายความหมายที่สืบค้น ครูและนักเรียนสรุปความหมายของคำว่าทักษะ และอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับทักษะชีวิตที่จำเป็นในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐานมี 4 องค์ประกอบ คือ 1) การตระหนักรู้คุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

3.2 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการเรียนรู้

3.3 ครูให้นักเรียนทำแบบประเมินทักษะความสามารถใน 3 ด้าน คือ ทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

ครูให้นักเรียนวาดภาพตนเองตามจินตนาการด้วยความผ่อนคลาย เป็นภาพที่แสดงถึงทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคลของตนเองลงในใบงานที่ 1 เรื่อง จินตนาการเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

ครูให้นักเรียนสรุปลงความเห็นต่อตนเองว่ามีความสามารถในด้านทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล เป็นอย่างไร มองเห็นจุดที่เด่นชัดในด้านใด ต้องปรับปรุงพัฒนาในด้านใด เขียนบันทึกลงในใบงานที่ 2 เรื่อง การลงความเห็นเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน

6. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายให้นักเรียนทำแบบประเมินอีกครั้งภายหลัง 2 สัปดาห์ และนำผลมาเปรียบเทียบกับผลการประเมินในครั้งแรก ดูผลแตกต่างที่เกิดขึ้น บันทึกผลลงในใบงานที่ 3 เรื่อง รายงานผลการประเมินตนเอง

สื่อการเรียนรู้

1. เพลงบรรเลงนพลักษณ์
2. แบบวัดทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง จินตนาการเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน
4. ใบงานที่ 2 เรื่อง การสืบค้น สรุปผลการเรียนรู้ และการลงความเห็นเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน
5. ใบงานที่ 3 เรื่อง รายงานผลการประเมินตนเอง

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินบันทึกการประเมินตนเอง ครั้งที่ 1
2. ตรวจใบงานที่ 1 และ 2
3. การประเมินบันทึกรายงานผลการประเมินตนเอง ครั้งที่ 2

ใบงานที่ 1
เรื่อง จินตนาการเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพตามจินตนาการเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน

ใบงานที่ 2

เรื่อง การสืบค้น สรุปผลการเรียนรู้ และการลงความเห็นเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน

ชื่อ-นามสกุล.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนสืบค้นความหมายของคำว่าทักษะ และนำผลการสืบค้นมาเขียนอธิบาย ตาม
ประเด็นที่กำหนดให้

1. ผลการสืบค้นข้อมูล

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. แหล่งค้นคว้า

.....

.....

.....

.....

3. สรุปผลการเรียนรู้และการลงความเห็นเกี่ยวกับทักษะความสามารถของตน

.....

.....

.....

.....

4. การสรุปและลงความเห็นต่อตนเองว่ามีความสามารถในด้านทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะ
การดำเนินกิจกรรม และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล เป็นอย่างไร

.....

.....

แบบประเมินตนเอง

เรื่อง การลงความเห็นตนเองด้านทักษะเกี่ยวกับคน ทักษะการดำเนินกิจกรรม
และทักษะด้านศักยภาพของบุคคล

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ในหัวข้อที่ตรงกับความคิดเห็นของ
นักเรียน

เกณฑ์ 3 เท่ากับ สามารถปฏิบัติได้สม่ำเสมอ 2 เท่ากับ สามารถปฏิบัติได้ปานกลาง
1 เท่ากับ สามารถปฏิบัติได้น้อย 0 เท่ากับ ไม่สามารถปฏิบัติได้เลย

รายการ	ความคิดเห็นของนักเรียน			
	3	2	1	0
1. ทักษะเกี่ยวกับคน				
1.1 ความสามารถในการเข้ากับคนที่มีภูมิหลังที่แตกต่างหลากหลาย				
1.2 ความสามารถในการเข้าใจประเด็นความคิดของผู้อื่น				
1.3 ความสามารถในการประสานกับบุคคลโดยทั่วไป				
1.4 ความสามารถในการทำงานเป็นทีม				
1.5 ความสามารถในการบริหารจัดการผู้อื่น				
1.6 ความสามารถในการสอนหรืออบรมผู้อื่น				
1.7 ความสามารถในการชี้นำ/เสนอแนะผู้อื่น				
1.8 ความสามารถในการช่วยให้ผู้อื่นมีการตัดสินใจ				
1.9 ความสามารถในการรับรู้อารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น				
1.10 ความเข้าใจในผู้อื่น				
1.11 ความสามารถในการอ่านท่าทาง				
1.12 ความสามารถในการประสานกับบุคคลอื่นทางโทรศัพท์				
1.13 ความสามารถในการประสานกับคนที่เรื่องมาก				
1.14 ความสามารถในการพูดที่ชัดเจน ตรงประเด็น				
1.15 ความกล้าที่จะโต้แย้งความไม่เป็นธรรม				
รวม				
ร้อยละ				

รายการ	ความคิดเห็นของนักเรียน			
	3	2	1	0
2. ทักษะเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรม				
2.1 ความสามารถในการสร้างสรรค์ ออกแบบโครงสร้าง วงเค้าโครง				
2.2 ความสามารถในการมองเห็นภาพรวม				
2.3 ความสามารถในการแยกแยะและบริหารจัดการข้อมูล				
2.4 ความสามารถในการโต้แย้งหรือเขียนวิจารณ์				
2.5 ความสามารถในการตัดสินใจ				
2.6 ความสามารถในการจัดการการเปลี่ยนแปลง				
2.7 ความสามารถในการจัดเรียงความสำคัญของงาน				
2.8 ความสามารถในการกำหนดวาระการประชุม				
2.9 ความสามารถในการบริการจัดการงานให้เสร็จตามเป้าหมาย ที่กำหนด				
2.10 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ยามวิกฤต				
2.11 ความสามารถในการอำนวยความสะดวก				
2.12 ความสามารถในการใช้คอมพิวเตอร์				
2.13 ความสามารถในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับตัวเลข				
2.14 ความสามารถในการขาย				
2.15 ความสามารถในการแก้ไขปัญหา				
2.16 ความสามารถในการลงมือปฏิบัติงาน				
2.17 ความสามารถในการทำงานต่างๆ				
2.18 ความสามารถในการเขียนรายงานและจดหมายราชการ				
รวม				
ร้อยละ				

รายการ	ความคิดเห็นของนักเรียน			
	3	2	1	0
3. ทักษะด้านคุณภาพของบุคคล				
3.1 ความสามารถในการเข้าถึงความต้องการของตนเอง				
3.2 ความสามารถในการจัดการกับความเครียด				
3.3 ความมุ่งมั่นในการทำงาน				
3.4 ความคงระดับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในระดับสูง				
3.5 ความสามารถในการเรียนรู้จากข้อผิดพลาด				
3.6 ความสามารถในการรับความเสี่ยงหรือการทดลอง				
3.7 ความสามารถในการตั้งเป้าหมายชีวิตของตนเอง				
3.8 ความเชื่อมั่นในความสามารถหรือศักยภาพของตน				
รวม				
ร้อยละ				

แบบประเมินใบงานที่ 1

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่.	ชื่อ - สกุล	การบันทึก		รวม	เกณฑ์ผล
		ด้านเนื้อหา	ด้าน การ จิตนาการ	คะแนน	การ ตัดสิน
1				10	7
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
๑					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

วาดภาพสื่อได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้ดีมาก	ได้	4	คะแนน
วาดภาพได้ตามประเด็นที่กำหนดได้ดี	ได้	3	คะแนน
วาดภาพได้ตามประเด็นได้	ได้	2	คะแนน
วาดภาพไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้	1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้	0	คะแนน

2. การจินตนาการ

วาดภาพตามจินตนาการได้ดีมาก	ได้	3	คะแนน
วาดภาพตามจินตนาการได้ดี	ได้	2	คะแนน
วาดภาพตามจินตนาการได้	ได้	1	คะแนน
ไม่มีผลงาน	ได้	0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 3 ขึ้นไป

ผ่านเกณฑ์

คะแนนต่ำกว่า 3 คะแนน

ไม่ผ่านเกณฑ์

แบบประเมินใบงานที่ 2

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก		รวมคะแนน	เกณฑ์การตัดสิน
		เนื้อหา	ผลงาน		
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
๑					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิชญ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 2

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา		
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน
2. การใช้ภาษา		
ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน
3. ผลงาน		
ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1-3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7-10

คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 4 เรื่อง รู้จักทักษะความสามารถของตนเอง
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	รวม
		10	10	20
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
รวม				
ร้อยละ				

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 5

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง อาชีพในฝัน มุ่งมั่นให้เป็นจริง

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

การทำงานอาชีพ หมายถึง การทำมาหากินที่เกิดจากกิจกรรมหรือบริการใดๆ ที่ก่อให้เกิดผลผลิตและรายได้ ซึ่งเป็นงานประจำที่สุจริต ไม่ผิดศีลธรรม อาชีพเป็นรูปแบบการดำรงชีพในสังคมมนุษย์ปัจจุบัน อาชีพเป็นหน้าที่ของบุคคลในสังคม การที่บุคคลประกอบอาชีพจะได้มาซึ่งค่าตอบแทนหรือรายได้เพื่อใช้จ่ายในการดำรงชีวิต การรู้จักลักษณะของอาชีพและการวางแผนเข้าสู่อาชีพจะทำให้เกิดการประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกอาชีพบุคคลรอบๆตัวได้
2. นักเรียนสามารถอธิบายอาชีพ คุณสมบัติ บุคลิกภาพ ของบุคคลตัวอย่างได้
3. นักเรียนสามารถเลือกอาชีพที่ตนเองมุ่งหวังและวางแผนการเข้าสู่อาชีพได้

สาระการเรียนรู้

1. อาชีพต่างๆ
2. ทักษะทางอาชีพ
3. คุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพแต่ละประเภท
4. การวางแผนการเข้าสู่อาชีพที่คาดหวัง

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูชี้แจงจุดประสงค์ของการเรียน
 - 1.3 นักเรียนนั่งสมาธิ กำหนดลมหายใจเข้า-ออกด้วยความผ่อนคลาย
2. ขั้นตระหนักตน (Realize the self)

2.1 นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 6 คน ให้แต่ละกลุ่มช่วยอธิบายอาชีพที่ตนเองรู้จักจากบุคคลรอบตัวที่รู้จัก เคารพนับถือ บุคคลเหล่านั้นประกอบอาชีพอะไรบ้าง แต่ละคนมีบทบาทหน้าที่

ภาระงานที่ต้องทำอะไรบ้าง นักเรียนให้เหตุผลว่าชอบหรือไม่ชอบอาชีพนั้นด้วยเหตุผลใด บันทึกในใบงานที่ 1 เรื่อง อาชีพของคนที่คุณรู้จัก

2.2 ครูสุ่มนักเรียน 2-3 คน นำเสนอผลงานที่นักเรียนทำในใบงานที่ 1 เรื่อง อาชีพของคนที่คุณรู้จัก

2.3 นักเรียนพิจารณาสำรวจตนเองว่า มีความสนใจในอาชีพใดบ้างบันทึกในใบงานที่ 2 เรื่อง ความสนใจในอาชีพ

3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill)

3.1 นักเรียนศึกษาใบความรู้ ที่ 1 เรื่อง การตัดสินใจเลือกอาชีพ

3.2 นักเรียนนำอาชีพที่ตนเองสนใจจากการสำรวจตนเองในใบงานที่ 2 เรื่อง ความสนใจในอาชีพ ให้เหตุผลที่เลือกและสืบค้นลักษณะของอาชีพว่ามีหน้าที่ ความรับผิดชอบของงานมีอะไรบ้าง มีปัจจัยใดที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ ก้าวหน้าในอาชีพ และให้มีความคงทนยั่งยืน และนักเรียนวางแผนเข้าสู่อาชีพที่นักเรียนเลือกอย่างไรบ้าง นำสิ่งที่สืบค้นปฏิบัติในใบงานที่ 3 เรื่อง แบบจำลองการตัดสินใจเลือกอาชีพ

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

นักเรียนเขียนผังมโนทัศน์เกี่ยวกับการวางแผนเข้าสู่อาชีพในฝัน บันทึกในใบงานที่ 4 เรื่อง อาชีพและการวางแผนการเข้าสู่อาชีพที่เลือก

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

นักเรียนในแต่ละกลุ่มผลัดกันนำเสนอข้อมูล และเติมเต็มข้อมูลส่วนที่ขาดหาย แก้ไขปรับปรุงบันทึกใบงานที่ 4 เรื่อง อาชีพและการวางแผนการเข้าสู่อาชีพที่เลือกให้สมบูรณ์

6. ขั้นติดตาม (Follow)

นักเรียนสรุปผลการเรียนรู้ และนำใบงานที่ 4 เรื่อง อาชีพและการวางแผนการเข้าสู่อาชีพที่เลือกส่งครูเพื่อประเมิน

สื่อการเรียนรู้

1. สีไม้ สีเทียน และกระดาษสำหรับวาดภาพ
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง อาชีพของคนที่คุณรู้จัก
3. ใบงานที่ 2 เรื่อง ความสนใจในอาชีพ
4. ใบงานที่ 3 เรื่อง แบบจำลองการตัดสินใจเลือกอาชีพ
5. ใบงานที่ 4 เรื่อง อาชีพและการวางแผนการเข้าสู่อาชีพที่เลือก

การวัดและประเมินผล

ตรวจใบงานที่ 1 - 4

ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง การตัดสินใจเลือกอาชีพ

สิ่งสำคัญในการตัดสินใจเลือกอาชีพขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการ ประการแรกคือ ปัจจัยภายนอก ได้แก่ ข้อมูลด้านอาชีพ และ ปัจจัยที่สองคือ ปัจจัยภายใน ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยเกี่ยวกับโครงสร้างของค่านิยม มีรายละเอียด ดังนี้

1. ข้อมูลด้านอาชีพ

เป็นข้อมูลที่มีขอบข่ายกว้างขวางมาก ซึ่งขอบข่ายของข้อมูลด้านอาชีพ พอสรุปได้ดังนี้

1.1 แนวโน้มของตลาดแรงงาน เป็นข้อมูลเกี่ยวกับความต้องการผู้ทำงานในด้านต่างๆ ในปัจจุบัน และการพยากรณ์ที่จะมีความต้องการเพิ่มขึ้นหรือลดลงในอนาคต

1.2 ลักษณะงาน งานที่จะต้องทำเป็นประจำมีลักษณะอย่างไร ผู้ทำงานจะต้องทำอะไรบ้าง เป็นงานที่ทำให้เกิดความเพลิดเพลินหรือก่อให้เกิดความเบื่อหน่าย งานใหญ่หรืองานเล็ก มีความรับผิดชอบที่สำคัญหรือไม่ ต้องเกี่ยวข้องกับตัวเลข สิ่งของ หรือคน ต้องใช้เครื่องมืออุปกรณ์มากหรือไม่ ต้องนั่งทำงาน ยืนทำงาน ต้องเดินทางหรือไม่

1.3 สภาพแวดล้อมของงาน ได้แก่ สภาพแวดล้อมและบรรยากาศของงาน เช่น ร้อน เย็น ชื้น แห้ง เปียก ฝุ่นละออง สกปรก เสียงดัง ในอาคาร กลางแจ้ง ในโรงงาน มีสารพิษ มีสารกัมมันตภาพรังสี มีความขัดแย้ง เป็นต้น

1.4 คุณสมบัติของผู้ประกอบอาชีพ อายุ ได้มีการกำหนดช่วงอายุในการทำงานและเกษียณไว้อย่างไร เพศ อาชีพนั้นๆ โดยทั่วไปเป็นอาชีพสำหรับเพศหญิงหรือเพศชาย หรือ ให้โอกาสทั้งหญิงทั้งชาย หรือให้โอกาสแก่เพศใดเพศหนึ่งมากกว่า

1.5 การเข้าประกอบอาชีพ การเข้าประกอบอาชีพต้องมีวิธีการอย่างไร โดยการสมัครงานกับนายจ้างด้วยตนเอง ต้องมีการสอบสัมภาษณ์หรือต้องสอบข้อเขียนด้วยหรือไม่ ถ้าเป็นการประกอบอาชีพอิสระต้องใช้ทุนทรัพย์เพื่อดำเนินกิจการมากน้อยเพียงใด

1.6 รายได้ ในการประกอบอาชีพนั้นๆ จะมีรายได้เป็นวัน สัปดาห์ เดือน ปี โดยเฉลี่ยแล้วเป็นเงินเท่าใด

1.7 ความก้าวหน้า อาชีพนั้นๆ จะมีความก้าวหน้าเพียงใด จะต้องมีการศึกษาอบรมเพิ่มเติม มีความสามารถหรือประสบการณ์อย่างไรจึงจะได้เลื่อนขั้นมากขึ้นน้อยเพียงใด การประกอบอาชีพเดิมนำไปสู่อาชีพใหม่หรือไม่

1.8 การกระจายของผู้ประกอบอาชีพ มีผู้ประกอบอาชีพมากน้อยเพียงใด และกระจายอยู่ทั่วประเทศหรือมีอยู่เพียงบางจังหวัด ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ประกอบอาชีพที่ใดก็ได้หรือจะต้องอยู่ที่ใดที่หนึ่งโดยเฉพาะ

1.9 ข้อดีและข้อเสีย อาชีพแต่ละอาชีพย่อมมีทั้งข้อดีและข้อเสีย ซึ่งขึ้นอยู่กับความพอใจและความต้องการของผู้ประกอบอาชีพของแต่ละคน งานบางอย่างอาจมีการทำงานล่วงเวลาทำงานในวันเสาร์อาทิตย์ หรือ วันหยุด และการเดินทางไปปฏิบัติในท้องที่อื่นๆ งานบางงานมีความมั่นคงกว่างานอาชีพอื่น ฯลฯ

2. ปัจจัยภายใน ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยเกี่ยวกับโครงสร้างของค่านิยม แสดงเป็นตาราง ดังนี้

ปัจจัยส่วนบุคคล	ปัจจัยเกี่ยวกับโครงสร้างของค่านิยม
<ul style="list-style-type: none"> - ความสนใจ - บุคลิกภาพ - สถิติปัญญา - ความถนัด - ทักษะ - ความสัมฤทธิ์ผล - ประสบการณ์ - แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ผล - ความรับผิดชอบ - ความอดุสาหะ - ความตรงต่อเวลา - ความอบอุ่น - ระดับการกล้าเสี่ยง - ความเป็นคนเปิดเผย - ความไม่ยึดหยุ่น - ความแกร่งของจิตใจ - ความรู้สึกเกี่ยวกับคุณค่าแห่งตน - ความสามารถในการตัดสินใจ - วุฒิภาวะทางอาชีพ 	<ul style="list-style-type: none"> - ค่านิยมทั่ว ๆ ไป - ค่านิยมทางการงาน - จุดมุ่งหมายชีวิต - จุดมุ่งหมายทางอาชีพ - การรับรู้เกียรติและชื่อเสียงของอาชีพ - ทักษะติดต่ออาชีพต่าง ๆ - ความเข้าใจอาชีพที่เกี่ยวกับคน/ข้อมูล - จริยธรรมในการทำงาน - การใช้เวลาว่าง - ความต้องการเปลี่ยนแปลง - ความต้องการกฎเกณฑ์ - ความต้องการสนับสนุน/ช่วยเหลือ - ความต้องการอำนาจ - ความมั่นคง - ความปลอดภัย - การทำงานให้เป็นประโยชน์กับผู้อื่น - ฯลฯ

ใบงานที่ 1
เรื่อง อาชีพบุคคลที่ข้าพเจ้ารู้จัก

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายอาชีพที่ตนเองรู้จักจากบุคคลรอบตัวที่รู้จัก เคารพนับถือ กลุ่มละ 1 อาชีพ

บุคคลที่ข้าพเจ้ารู้จัก คือ

.....

อาชีพ

.....

ตำแหน่งงาน

.....

หน้าที่รับผิดชอบ

.....

เข้าสู่อาชีพนี้โดย

.....

.....

.....

.....

ความคิดเห็นที่มีต่ออาชีพนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2

เรื่อง การสำรวจความสนใจในอาชีพของตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนสำรวจอาชีพที่ตนให้ความสนใจ

อาชีพที่นักเรียนให้ความสนใจ

.....

.....

.....

สาเหตุที่สนใจอาชีพนี้เพราะอะไร

.....

.....

.....

มีปัจจัยใดที่จะทำให้อาชีพนี้ประสบความสำเร็จ

.....

.....

.....

อาชีพนี้มีความก้าวหน้าอย่างไร

.....

.....

.....

อาชีพมีความมั่นคงอย่างไร

.....

.....

.....

นักเรียนวางแผนเข้าสู่อาชีพที่นักเรียนเลือกอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ ๓
เรื่อง การตัดสินใจเลือกอาชีพ

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกอาชีพที่ตนเองตัดสินใจเลือก 1 อาชีพ

อาชีพ

.....

.....

บทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ

.....

.....

.....

ปัจจัยในการเลือก

.....

.....

.....

อิทธิพลที่ทำให้เลือก

.....

.....

.....

วิธีการเข้าสู่อาชีพ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 4
เรื่อง อาชีพในฝันที่ข้าพเจ้าเลือก

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนผังมโนทัศน์เกี่ยวกับการวางแผนเข้าสู่อาชีพในฝัน

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-4

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 – 10

คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดการเรียนรู้แผนที่ 5
เรื่อง อาชีพในฝัน มุ่งมั่นให้เป็นจริง

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	ใบงานที่ 4	รวม
		10	10	10	10	40
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
รวม						
ร้อยละ						

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 6

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง การเห็นคุณค่าในตนเอง

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความเชื่อบุคคลที่มีต่อตนเอง ยอมรับในความสามารถของตน และใช้ความสามารถที่มีอยู่ก้าวไปสู่ความสำเร็จ การให้ความเคารพนับถือตนเอง มองว่าตนเองมีค่า มีความสำคัญ และสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งเป้าหมายไว้ โดยได้รับการยอมรับจากสังคม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองได้
2. นักเรียนสามารถบอกคุณค่าของตนเองได้
3. นักเรียนสามารถบอกการพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเองได้

สาระการเรียนรู้

1. ลักษณะของบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเอง
2. การเห็นคุณค่าของตนเอง
3. การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์ในการเรียน
2. ขั้นตระหนักตน (Realize the self)

ครูให้นักเรียนพิจารณาความรู้สึกของตนเอง ณ ปัจจุบันขณะ พร้อมกับฟังเพลงบรรเลงด้วยความผ่อนคลาย บันทึกความรู้สึกของตนเองจากการคิดใคร่ครวญ ลงในใบงานที่ 1 เรื่อง ความคิดและความรู้สึกของตนเอง

3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill)

3.1 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 6 กลุ่ม โดยให้กลุ่มที่ 1 และ 2 สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับความหมายของคำว่า “ความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเอง” กลุ่มที่ 3 และ 4 สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับความสำคัญของความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเอง และกลุ่มที่ 5 และ 6 สืบค้นข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางในการพัฒนาความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเอง บันทึกผลการปฏิบัติงานลงในใบงานที่ 2 เรื่อง การเห็นคุณค่าของตนเอง

3.2 ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียนกลุ่มละ 5 นาที

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

4.1 ครูให้นักเรียนแต่ละคนสรุปความรู้จากการฟังรายงานทั้ง 3 ประเด็นบันทึกผลการเรียนรู้ลงในใบงานที่ 3 เรื่อง การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเอง

4.2 ครูให้นักเรียนจับคู่ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเติมเต็มความรู้ระหว่างกัน

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

ครูให้นักเรียนปรับปรุงแก้ไข เพิ่มเติมความรู้ในใบงานที่ 3 การพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเองหลังจากการแลกเปลี่ยนข้อมูลกับเพื่อน

6. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายงานให้นักเรียนไปสืบค้นและอ่านประวัติบุคคลที่มีชื่อเสียงของไทยและประสบความสำเร็จ เช่น คุณบัณฑิต อึ้งรังสี วาทยกรระดับโลก, คุณธงชัย ใจดี นักกอล์ฟชื่อดัง, ดร.กฤษชาติ จุลเพ็ญ ปรินญาเอกจากแม่ที่มีอาชีพเก็บขยะ หรือบุคคลอื่นๆ แล้วสรุปว่าจากความรู้ที่ได้รับ จะส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียนอย่างไรบ้าง บันทึกผลลงในใบงานที่ 4 เรื่อง การนำความรู้มาใช้ประโยชน์ และนำมาส่งครู

สื่อการเรียนรู้

1. แบบวัดความรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. เพลงบรรเลง
3. เครื่อง ดีวีดี และลำโพง
4. ใบงานที่ 1 เรื่อง ความคิดและความรู้สึกของตนเอง
5. ใบงานที่ 2 เรื่อง การเห็นคุณค่าของตนเอง
6. ใบงานที่ 3 เรื่อง บันทึกสรุปผลการเรียนรู้
7. ใบงานที่ 4 เรื่อง การนำความรู้ไปใช้ประโยชน์

การวัดและประเมินผล

1. ตรวจสอบงานที่ 1 - 4
2. ตรวจสอบผลการทำแบบวัดความรู้สึกรู้สึกการเห็นคุณค่าในตนเอง

แบบประเมินใบงานที่ 1 – 4

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
		4	3	3		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๑						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-4

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้องไป	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 - 10

ผ่านเกณฑ์

คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน

ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดการเรียนรู้แผนที่ 6
เรื่อง การเห็นคุณค่าในตนเอง

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	ใบงานที่ 4	รวม
		10	10	10	10	40
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
รวม						
ร้อยละ						

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 7

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง ดี หรือร้าย ใครจะรู้

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ไตรลักษณ์หมายถึง คุณลักษณะ 3 ประการ ประกอบด้วย อนิจจตา ทุกขตา และอนัตตา การนำ “ไตรลักษณ์” มาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตจะทำให้เกิดความสุขได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกคุณลักษณะ 3 ประการของ “ไตรลักษณ์” ได้
2. นักเรียนสามารถอธิบายคุณประโยชน์ของการนำ “ไตรลักษณ์” มาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้

สาระการเรียนรู้

1. คุณลักษณะ 3 ประการของ “ไตรลักษณ์”
2. คุณประโยชน์ของการนำ “ไตรลักษณ์” มาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูให้นักเรียนพิจารณาใคร่ครวญว่าในช่วงชีวิตที่ผ่านมา มีความทุกข์ ในเรื่องใดบ้างเขียนบันทึกในใบงานที่ 1 เรื่อง ความทุกข์ของตนเอง
2. ขั้นตระหนักตน (Realize the self)

นักเรียนพิจารณาธรรมชาติรอบตัวพร้อมกับการฟังเพลงบรรเลงด้วยสภาวะ ที่ผ่อนคลาย นำตนเองเข้าสู่ธรรมชาติที่สดใสสวยงาม สงบร่มเย็น พิจารณาความรู้สึกของจิตใจ ณ ขณะนั้น
3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill)

นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 1 นิทานเรื่อง ดี หรือ ร้าย ใครจะรู้ เสร็จแล้วนักเรียนนำความรู้ที่ได้รับจากการศึกษาไปจัดการกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นในขั้นตอนที่ 1 แล้วจึงเขียนอธิบายลงในใบงานที่ 2 เรื่อง ข้อคิดที่ได้จากนิทาน
4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

นักเรียนจับคู่กันผลัดกันเล่าเรื่องราวของตนเองให้เพื่อนฟัง

5. **ชั้นตกแต่ง (Decorate)**

นักเรียนเขียนอธิบายว่าได้รับความรู้และประสบการณ์อะไรบ้างจากกิจกรรมนี้

6. **ชั้นติดตาม(Follow)**

นักเรียนเขียนบันทึกการนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างน้อย 3 เหตุการณ์ บันทึกลงในใบงานที่ 3 เรื่อง การนำหลักไตรลักษณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน นำผลงานมาส่งครู

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 1 นิทานเรื่อง ดี หรือ ร้าย ใครจะรู้
2. ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง ไตรลักษณ์
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง ความทุกข์ของตนเอง
4. ใบงานที่ 2 เรื่อง สรุปผลการเรียนรู้จากนิทาน
5. ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง การนำหลักไตรลักษณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน

การวัดและประเมินผล

การตรวจผลงานจากใบงานที่ 1 – 3

ใบความรู้ ที่ 1

นิทาน เรื่อง ดี หรือร้าย ใครจะรู้

มีพ่อกับลูกครอบครัวหนึ่งอาศัยในหมู่บ้านที่ตั้งอยู่ชายเขา ครอบครัวนี้เลี้ยงม้าเป็นอาชีพ วันหนึ่งพบว่าม้าม้าตัวหนึ่งซึ่งมีฝีเท้าดีหายไปจากฝูง ยามนั้นเมื่อเพื่อนบ้านทราบข่าวต่างแะมา เยี่ยมเยียน และกล่าวปลอบใจ บอกว่าพวกเขาช่างโชคร้ายจริงๆ และขอให้กำลังใจ แต่พ่อของชายหนุ่มไม่ได้แสดงความวิตกกังวลหรือเสียใจใดๆ พร้อมกับกล่าวกับทุกคนว่า “ต้องขอขอบคุณทุกท่านที่มาเยี่ยม แต่ไม่เป็นไรหรอก เราไม่ได้เสียอกเสียใจอะไรเลย ม้าหายไปเพียง 1 ตัว ยังเหลืออีกหลายตัว ใครจะรู้มันอาจเป็นเรื่องดีก็ได้” เพื่อนบ้านได้ยินพ่อชายหนุ่มกล่าวดังนั้น ต่างรู้สึก ไม่เข้าใจ ทุกคนจึงกล่าวอำลากลับไป ต่อมาผ่านไปหลายเดือน ได้เกิดเรื่องราวประหลาดขึ้น กล่าวคือ ม้าตัวที่หายไปได้กลับมาขอกอกของมัน แต่ในการกลับมาครั้งนี้ ยังมีม้าที่มีรูปร่างสวยงามสง่าตามมาด้วยอีก 1 ตัว ชาวบ้านเมื่อทราบข่าวดังนั้นต่างแห่มาแสดงความยินดี ที่ครอบครัวนี้ ที่ได้ม้ากลับมาและแถมยังมีมาสวยๆตามมาด้วย แต่แล้วเพื่อนบ้านต่างแปลกใจตามๆกัน เมื่อชายชราผู้พ่อไม่ได้แสดงท่าทีดีใจที่ได้ม้ากลับมาและได้กล่าวอย่างเย็นชาต่อผู้มาเยี่ยมว่า “ก็เพียงแค่ม้าที่หายไปกลับมา และมีม้าติดมาด้วยอีก 1 ตัว ไม่ใช่โชคคืออะไรหรอก แต่อาจจะ โชคร้ายก็ได้” เพื่อนบ้านรู้สึกแปลกใจกับอาการและคำพูดของชายชรา แต่ก็ไม่รู้จะกล่าวอะไรต่างกล่าวอำลากลับไป ด้านลูกชายซึ่งเป็นหนุ่มที่มีร่างกายกำยำแข็งแรง ได้นำมาออกมาขี่เที่ยวเล่น วิ่งห้อยตะบิง ไปยังสถานที่ต่างๆในทุกๆวัน และแล้วเคราะห์ร้ายก็มาเยี่ยมเมื่อชายหนุ่มพลัดตกลงมาจากหลังม้าทำให้เขาขาหักไป 1 ข้าง เพื่อนบ้านเมื่อทราบข่าวต่างพากันตกใจ อุทานว่า ครอบครัวนี้ช่างโชคร้ายเสียจริง พวกเขาต่างแะมาเยี่ยมแต่แล้วต่างนึกไม่ถึงเมื่อชรากล่าวอย่างไม่ยินดียินร้าย “เพียงขาหักไปเพียงข้างเดียวไม่ใช่หรือ ใครจะรู้มันอาจเป็นเรื่องดีเรื่องหนึ่งเลยก็ได้” เมื่อได้ยินดังนั้นทุกคนต่างก็นึกว่าชายชราคงมีอายุมาก สติอาจจะเลอะเลือนไปบ้าง ลูกชายขาหักไปหนึ่งข้างจะเป็น โชคดีได้อย่างไร และทุกคนก็ต่างอำลากลับไป หลังจากนั้นเพียง 1 ปีผ่านไป เหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดจะเกิดขึ้น ครั้งนี้เกิดเหตุที่ทำให้ชาวบ้านต่างได้รับความทุกข์โดยทั่วกัน เนื่องจากผู้ชายของแต่ละครอบครัวที่ยังมีร่างกายแข็งแรง ได้ถูกเรียกเข้าไปเป็นทหารเพื่อออกรบป้องกันเมือง และสงครามครั้งนี้ทำให้หลายครอบครัวสูญเสียคนรักเพราะสมาชิกในครอบครัวเสียชีวิตจากสงคราม บางครอบครัวเสียพ่อเสียลูก เสียสามี ต่างกันไป แต่สำหรับชายชราเขากลับไม่ได้รับผลกระทบใดๆในครั้งนี้ เนื่องจากบุตรชายของเขาได้พิการ ไม่รับการเกณฑ์ไปรบในสงคราม จึงอยู่กันสองพ่อลูกด้วยความปลอดภัย

ใบความรู้ ที่ 2

เรื่อง ไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ หมายถึง คุณลักษณะ 3 ประการ ประกอบด้วย อนิจจตา ทุกขตา และอนัตตา

อนิจจตา

คือ ลักษณะอาการไม่เที่ยง ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืนการเกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมและสลายไป

ทุกขตา

คือ อาการที่เป็นทุกข์ การที่ถูกบีบคั้น กดดัน ฝืน ขัดแย้ง อยู่ภายในใจของตนเอง การที่ปัจจัยที่มีการปรุงแต่งให้มีสภาพอย่างนั้นอย่างนี้คงสภาพอยู่ไม่ได้ไม่เป็นไปอย่างที่คาดหวัง มีความไม่สมบูรณ์ มีความบกพร่องในตัว จึงทำให้เกิดเป็นความทุกข์

อนัตตา

คือ อาการของสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีตัวตน ไม่ใช่ใคร ไม่ใช่ของใคร ไม่อยู่ภายใต้อำนาจการควบคุมของใครหรือสิ่งใด การไม่ต้องการอาศัยการพึ่งพิงสิ่งใด เปรียบเสมือนเกิดความว่างเปล่าไม่มีสิ่งใด ไม่มีอะไร

การนำ“ไตรลักษณ์”มาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตจะทำให้เกิดความสงบสุขได้

แบบประเมินใบงานที่ 1 – 3

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่-	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๙						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิชญ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-3

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา		
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน
2. การใช้ภาษา		
ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน
3. ผลงาน		
ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 - 10

คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 7 เรื่อง ไตรลักษณ์

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	รวม
		10	10	10	30
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
รวม					
ร้อยละ					

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 8

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง การแก้ปัญหาและการป้องกันการทะเลาะวิวาท

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

1. การทะเลาะเบาะแว้งมีสาเหตุจากการขาดการควบคุมและจัดการอารมณ์ที่ไม่มีความเหมาะสม ซึ่งสามารถแก้ไขได้
2. วิธีการแก้ปัญหาและการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อป้องกันการทะเลาะเบาะแว้ง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกสาเหตุของการทะเลาะเบาะแว้งจากสถานการณ์ตัวอย่างได้
2. นักเรียนสามารถบอกวิธีการป้องกัน และวิธีแก้ไขปัญหาการทะเลาะวิวาทจากสถานการณ์ตัวอย่างได้

สาระการเรียนรู้

1. สาเหตุของการทะเลาะเบาะแว้ง
2. วิธีการป้องกัน และวิธีแก้ไขปัญหของการทะเลาะเบาะแว้ง

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูให้นักเรียนชมคลิปวิดีโอเหตุการณ์ทะเลาะวิวาท
 - 1.3 ครูให้นักเรียนตั้งคำถามกับตนเองว่าที่ผ่านมาเคยโกรธ โมโห ไม่พอใจ หรือทะเลาะวิวาทกับใครบ้างและแสดงพฤติกรรมอย่างไร เกิดผลดีผลเสียอย่างไร
2. ขั้นตระหนักตน (Reallize the self)
 - 2.1 นักเรียนนั่งสงบนิ่งกำหนดลมหายใจเข้า - ออก อย่างช้าๆ ลึกๆ 3 นาที
 - 2.2 นักเรียนต่อตั้งคำถาม เหตุการณ์ในข้อที่ 1 ว่าเกิดอะไรขึ้น จะหลีกเลี่ยง แก้ไข และป้องกันมิให้เกิดขึ้นได้อย่างไร

3. ขั้นเติมเต็ม (Fullfill)

3.1 แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 4- 5 คน 4 กลุ่ม โดยให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปราย ดังนี้ กลุ่มที่ 1 และ 2 สาเหตุของการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง กลุ่มที่ 3 และ 4 การหลีกเลี่ยง ป้องกัน และแก้ไขการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง บันทึกผลการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มลงในใบงานที่ 1 กลุ่มที่ 1 และ 2 เรื่อง สาเหตุของการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง กลุ่มที่ 3 และ 4 เรื่อง การหลีกเลี่ยง ป้องกัน และแก้ไขการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง

3.2 แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนรายงานหน้าชั้นเรียน

3.3 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปความเหมือนและแตกต่างของแต่ละกลุ่ม และสรุปสาเหตุของการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง และการหลีกเลี่ยง ป้องกัน และแก้ไขการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

4.1 นักเรียนรวบรวมความรู้ที่ได้รับจากการอภิปรายและการฟังรายงาน คิดและไตร่ตรองด้วยความเงียบและสงบนิ่งอย่างมีสติ โดยนำความรู้มาเทียบเคียงกับประสบการณ์ของตนเองว่าเคยมีการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้งกับใครบ้าง เกิดจากสาเหตุใด และคิดว่าในอนาคตจะป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นได้อย่างไร

4.2 นักเรียนสืบค้นสุภาษิต คำคล้องจอง คำสอน บทธรรม เกี่ยวกับการให้สติที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาหรือการป้องกันการทะเลาะวิวาท ให้นักเรียนเลือกมา 1 แนวคิดแล้วอธิบายความหมายหรือบอกเหตุผลในการยึดถือแนวคิดนั้น บันทึกผลการปฏิบัติใบงานที่ 2 เรื่อง การแก้ไขปัญหาหรือการป้องกันการทะเลาะวิวาท

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

นักเรียนเขียนสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการเรียน และอธิบายเพิ่มเติมการนำความรู้ไปใช้ในเหตุการณ์ชีวิตประจำวันว่า นักเรียนมีวิธีป้องกันมิให้เกิดเหตุการณ์ทะเลาะเบาะแว้งกับคนในครอบครัว เพื่อนในชั้นเรียน หรือวัยรุ่นในสังคมได้อย่างไร บันทึกผลการปฏิบัติใบงาน ที่ 3 เรื่อง สุภาษิต คำสอนที่ยึดถือปฏิบัติ

6. ขั้นติดตาม (Follow)

มอบหมายภาระงานให้นักเรียนวิเคราะห์ข่าวอาชญากรรมจากสื่อแขนงต่างๆ ที่เกิดจากการทะเลาะวิวาทว่าจะมีวิธีป้องกันมิให้เกิดเหตุการณ์นั้นได้อย่างไร บันทึกผลการปฏิบัติในใบงานที่ 4 เรื่อง วิเคราะห์ข่าวอาชญากรรม นำบันทึกส่งครู

สื่อการเรียนรู้

1. คลิปวิดีโอ เหตุการณ์การทะเลาะวิวาท
2. เครื่อง ตีวีดี
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง สาเหตุของการทะเลาะเบาะแว้ง
4. ใบงานที่ 2 เรื่อง การแก้ไขปัญหาหรือการป้องกันการทะเลาะวิวาท
5. ใบงานที่ 3 เรื่อง สุภาษิต คำสอนที่ยึดถือปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันการวิวาท ทะเลาะเบาะ

แว้ง

6. ใบงานที่ 4 เรื่อง วิเคราะห์ข่าวอาชญากรรม

การวัดและประเมินผล

แบบประเมินการเขียนบันทึกใบงานที่ 1 - 4

ใบงานที่ 1
เรื่อง สาเหตุของการทะเลาะเบาะแว้ง

คำชี้แจง ให้นักเรียนดูเหตุการณ์ในคลิปวิดีโอ แล้วระดมความคิดเห็นในประเด็นดังนี้

1. เกิดจากสาเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. มีวิธีแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นหรือการหาทางออกที่เหมาะสม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. วิธีป้องกันแก้ไขไม่ให้เกิดขึ้นได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 3

เรื่อง สุภายิต คำสอนที่ยึดถือปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันการวิวาท ทะเลาะเบาะแว้ง

คำชี้แจง ให้นักเรียนค้นคว้าหลักธรรมคำสอน แนวคิด สุภายิต คำคล้องจองที่นักเรียนยึดเป็นแนวปฏิบัติ แล้วตอบคำถามตามประเด็นต่อไปนี้

หลักธรรมคำสอน แนวคิด สุภายิต คำคล้องจองที่ข้าพเจ้ายึดปฏิบัติ คือ

.....

.....

แหล่งอ้างอิง

.....

.....

มีคำแปล/ความหมาย ดังนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติตามแนวคิดนี้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบประเมินใบงานที่ 1 - 4

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
		4	3	3		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๗						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-4

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 - 10

คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดการเรียนรู้แผนที่ 8
เรื่อง การแก้ปัญหาและการป้องกันการทะเลาะวิวาท

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	ใบงานที่ 4	รวม
		10	10	10	10	40
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
รวม						
ร้อยละ						

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 9

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง ทำอย่างไรเมื่อพบปัญหาในการเรียน

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

เมื่อมีปัญหาใดๆเกิดขึ้น นักเรียนจำเป็นต้องรู้จักการค้นหาสาเหตุของปัญหาและรู้จักวิธีแก้ปัญหา โดยขอความร่วมมือ คำแนะนำ และการได้รับการช่วยเหลือจากผู้ปกครอง เพื่อน ผู้รู้ หรือ การศึกษาหาความรู้จากสื่อต่างๆ รวมถึงการศึกษาจากประวัติของบุคคลที่มีชื่อเสียงที่ผ่านการต่อสู้ชีวิตมา ก็นำมาเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถหาสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์การณ์สมมติและบอกวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมได้
2. นักเรียนสามารถนำผลการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในการวางแผนยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของตนเองได้

สาระการเรียนรู้

1. สาเหตุของปัญหาที่มีผลกระทบต่อการศึกษา
2. วิธีแก้ไขและป้องกันปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสม

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์ในการเรียน
2. ขั้นตระหนักตน (Realize the self)

ครูให้นักเรียนสวดมนต์ด้วยบทสวดแผ่กุศลและกล่าวแผ่เมตตา (กรณีนับถือศาสนาอื่น ให้ใช้การสงบนิ่ง)
3. ขั้นเติมเต็ม (Fulfill)
 - 3.1 แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 6 คน ด้วยการจับสลากกระดาษสี นักเรียนที่ได้กระดาษสีเดียวกันให้อยู่กลุ่มเดียวกัน และแต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขากลุ่ม

3.2 ตัวแทนกลุ่มจับสลากเลือกเรื่องราว/เหตุการณ์สมมติ นำเสนอให้เพื่อนสมาชิกในกลุ่มและร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็น ค้นหาสาเหตุของปัญหาและเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหา ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม บันทึกผลลงในใบงานที่ 1 เรื่อง สาเหตุของปัญหาที่มีผลกระทบต่อการเรียน

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

นักเรียนพิจารณาใคร่ครวญจากการฟังรายงานของตัวแทนแต่ละกลุ่มนำมาเปรียบเทียบกับปัญหาที่เคยเกิดขึ้นกับนักเรียนหรือคนในครอบครัว เพื่อน ว่ามีความเหมือนหรือแตกต่างกันในแงุ่มใดบ้าง

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

5.1 นักเรียนนำปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองและมีผลกระทบต่อการเรียน ค้นหาสาเหตุและแนวทางการแก้ไข และป้องกันปัญหา บันทึกผลลงในใบงานที่ 2 เรื่อง วิธีแก้ไขและป้องกันปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสม

5.2 นักเรียนจับคู่ผลัดกันเล่าปัญหา แนวทางการแก้ไข และเติมเต็มระหว่างกันเสนอแนะแนวทาง/ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ระหว่างกัน

6. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายให้นักเรียนไปสัมภาษณ์บุคคลในครอบครัว หรือเพื่อนต่างชั้นเรียนว่าเคยมีปัญหาใดเกิดขึ้นบ้าง และบุคคลเหล่านั้นผ่านปัญหานั้นได้อย่างไร มีแนวทางการแก้ปัญหาอย่างไร อย่างน้อย 2 คน บันทึกลงในใบงานที่ 3 เรื่อง การสัมภาษณ์ ปัญหา ผลกระทบ แนวทางการแก้ไข นำผลงานมาส่งครู

สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง เหตุการณ์สมมติ จำนวน 8 เรื่อง
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง สาเหตุของปัญหาที่มีผลกระทบต่อการเรียน
3. ใบงานที่ 2 เรื่อง ปัญหา ผลกระทบ แนวทางการแก้ไข
4. ใบงานที่ 3 เรื่อง การสัมภาษณ์ ปัญหา ผลกระทบ แนวทางการแก้ไข

การวัดและประเมินผล

การตรวจใบงานที่ 1-3

บทสวดมนต์และแผ่เมตตา

บทบูชาพระรัตนตรัย

อิมีนา สักกาเรนะ พุทฺธัง อะภิปูชะยามิ

อิมีนา สักกาเรนะ ชัมมํ อะภิปูชะยามิ

อิมีนา สักกาเรนะ สังฆํ อะภิปูชะยามิ

บทกราบพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมา สัมพุทฺโธ ะคะวา พุทฺธัง ะคะวันตฺว ะภิวา เทมิ (กราบ)

สะวากขาโต ะคะวะตา ชัม โม ชัมมํ นะมัสสามิ(กราบ)

สุปะฏิปันโน ะคะวะโตตา สาวะกะสังโฆ สังฆัง นะมามิ (กราบ)

บทบูชาพระรัตนตรัย

นะ โม ตัสสะ ะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ (สวด 3 รอบ)

บทแผ่เมตตาแก่ตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ อะหัง นิททุกโข โหมิ

อะหัง อะเวโร โหมิ อะหัง อภัยปัชฌา โหมิ

อะหัง สอะนีโฆ โหมิ อะหัง อิตตานัง ปะริหะรามิ

บทแผ่เมตตาแก่สรรพสัตว์

สัพเพ สัตตา อะเวรา โหนตุ อภัยปัชฌา โหนตุ

อะมีมา โหนตุ สุขี อิตตานัง ปะริหะรันตุ

ใบความรู้ 1

เรื่อง เหตุการณ์สมมติ

เหตุการณ์ที่ 1

โสภา เป็นนักเรียนที่รักสวยรักงาม เธอมักจะได้รับการคัดเลือกให้เป็นผู้ถือป้ายโรงเรียนในการแข่งขันกีฬาและเป็นเชียร์ลีดเดอร์ แต่เธอชอบชอชยผมและแต่งกายพิศระเบียบ เธอจึงมักมาโรงเรียนสายเพื่อหลบเลี่ยงการตรวจของครู ฝ่ายปกครองจากที่เธอเข้าห้องเรียนสายทำให้เรียนไม่ทันในบางเนื้อหา มีผลกระทบทำให้ผลการเรียนตกต่ำ

เหตุการณ์ที่ 2

กำพล ชอบเล่นเกมคอมพิวเตอร์มาก เขาเคยได้รับรางวัลจากการแข่งขันเกม เขาชอบเล่นเกมในช่วงกลางคืนดึกๆ ทำให้ตื่นสายมาโรงเรียนไม่ทัน มีอาการหวาและแสดงอาการง่วงนอนเป็นประจำ ส่งผลให้เรียนไม่เข้าใจ มีผลการเรียนตกต่ำ และสอบตก ในหลายวิชา

เหตุการณ์ที่ 3

โกวิท มีร่างกายสูง อ้วน และมีปัญหาทางสายตามองกระดานไม่ชัดเจน จึงต้องนั่งหน้าชั้นเรียนแต่ก็ทำให้บังเพื่อนๆที่นั่งข้างหลัง นอกจากนี้ฐานะทางบ้านก็ไม่ค่อยจะดีนัก พ่อเพิ่งถูกให้ออกจากงานทำให้มีรายได้อันขาดสน ไม่มีเงินที่จะเปลี่ยนแว่นสายตา

เหตุการณ์ที่ 4

คุณฎี มีร่างกายอ้วน ใหญ่ ในวิชาพลศึกษาที่จะต้องเรียนยิมนาสติก ทำให้เธอไม่อยากจะมาเรียนเมื่อถึงวันเรียน เนื่องจากเธอแสดงท่าทางไม่ได้และยังถูกเพื่อนๆหัวเราะเยาะ บางครั้งเธอขาดเรียนทั้งวันทำให้เรียนไม่ทัน ไม่เข้าใจในบางเนื้อหา และในวิชาพลศึกษาเธอก็ไม่มีคะแนนเก็บ

เหตุการณ์ที่ 5

สุดา เป็นนักเรียนที่เคยมีผลการเรียนดีเด่น ขยัน ตั้งใจเรียน เธอเป็นบุตรคนโตและยังมีน้องเล็กๆ อีก 2 คน ที่บ้านของเธอเปิดเป็นร้านขายอาหารในตลาด เธอจึงมีหน้าที่ช่วยคุณแม่ ตอนเย็นเลิกเรียนก็ต้องรีบกลับบ้านช่วยคุณแม่ทำอาหารจนดึก ทำให้บางครั้งไม่ได้ทำการบ้านที่ครูสั่งหรือส่งงานช้า งานไม่เรียบร้อย ทำให้ช่วงหลังสุดากลายเป็นคนเก็บตัวเงียบๆ ไม่ค่อยเล่นกับเพื่อน

เหตุการณ์ที่ 6

วิชา เป็นคนที่ร่างกายแข็งแรง เป็นนักกีฬาฟุตบอลของโรงเรียน เขาเป็นดาวเด่นเมื่ออยู่ในสนาม เขายังเป็นตัวแทนของจังหวัดไปแข่งขันระดับเขต และระดับประเทศ ทำให้ขาดเรียนบ่อยๆ จึงเรียนไม่ทันเพื่อน และไม่มีกรบ้านและผลงานส่งครู บางครั้งเขาก็ได้รับบาดเจ็บ จากการแข่งขันทำให้เดินไม่สะดวกเขาจึงเกิดความท้อแท้ไม่อยากเล่นฟุตบอล

เหตุการณ์ที่ 7

เกตุแก้ว เป็นนักเรียนที่เรียนดีมากเป็นลำดับต้นๆ ของห้อง ต่อมาเธอมักมีอาการเหม่อลอย และบ่นปวดศีรษะบ่อยๆจนต้องไปห้องพยาบาล จึงทำให้ผลการเรียนตกต่ำ เธอได้เล่าให้เพื่อนสนิทฟังถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว พ่อกับแม่ทะเลาะกันบ่อยๆ พ่อไปทำงานที่ต่างจังหวัด และมักไม่ค่อยกลับบ้าน

เหตุการณ์ที่ 8

สมชาย เป็นเด็กที่ไม่ค่อยตั้งใจเรียน ชอบแกล้งเพื่อนและคุยเสียงดังในห้อง ทำให้เพื่อนผู้หึงรังเกียจและทะเลาะกันบ่อยๆ หากมีงานกลุ่มเขามักถูกปฏิเสธจากเพื่อนๆ ไม่ให้ร่วมกลุ่ม

1. ลักษณะของปัญหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ผลกระทบที่เกิดขึ้น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. แนวทางการแก้ไขปัญหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. ผลจากการแก้ไขปัญหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2
เรื่อง วิธีแก้ไขและป้องกันปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสม

ชื่อ-นามสกุลเลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองตามประเด็น ดังนี้

1. ลักษณะปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง

.....

2. ผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อการเรียน

.....

3. สาเหตุของปัญหาเกิดจาก

.....

4. แนวทางในการแก้ไขและป้องกันปัญหา

.....

5. ผลดี/ผลเสียที่เกิดจากการใช้ทางเลือกในการแก้ไข

.....

ใบงานที่ 3
เรื่อง บันทึกการสัมภาษณ์

ชื่อ-นามสกุล เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนไปสัมภาษณ์บุคคลในครอบครัว หรือเพื่อนต่างชั้นเรียนว่าเคยมีปัญหาใด
จำนวน 2 คน

บุคคลที่สัมภาษณ์ คนที่ 1 คือ.....

1. ลักษณะปัญหา

.....
.....
.....
.....

2. ผลกระทบที่เกิดขึ้น

.....
.....
.....
.....

3. แนวทางการแก้ไขปัญหา

.....
.....
.....
.....

4. ผลจากการแก้ไขปัญหา

.....
.....
.....
.....

บุคคลที่สัมภาษณ์ คนที่ 2 คือ.....

1. ลักษณะปัญหา

.....
.....

2. ผลกระทบที่เกิดขึ้น

.....
.....
.....
.....
.....

3. แนวทางการแก้ไขปัญหา

.....
.....
.....
.....

4. ผลจากการแก้ไขปัญหา

.....
.....
.....
.....
.....
.....

แบบประเมินใบงานที่ 1 – 3

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๙						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิชญ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงานที่ 1-3

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน
2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน
3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 - 10

คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 9 เรื่อง ทำอย่างไรเมื่อพบปัญหาในการเรียน

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	รวม
		10	10	10	30
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
รวม					
ร้อยละ					

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 10

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง การแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

การแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ คือการระงับ ยับยั้ง ห้าม ดิตติง ทักท้วงต่อความคิด ข้อเสนอในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งในการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสองคนขึ้นไป อาจจะเป็นวงสนทนาพูดคุย ที่ประชุมสัมมนา การบรรยาย การอภิปราย แล้วเป็นการเสนอความคิดต่ออีกฝ่ายเพื่อแสดงความไม่เห็นด้วย โดยที่ผู้ฟังอีกฝ่ายยอมรับและคล้อยตามความคิดใหม่ที่อีกฝ่ายเสนอและยินยอมที่จะหยุด ละทิ้ง ปล่อยวาง ความคิดเดิมของตนเองลงได้

การแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์เป็นวิธีการที่ทำให้เกิดข้อขัดแย้งลดลงหรือการป้องกันไม่ให้เกิดความเสียหายต่อส่วนรวมใดๆ และจะทำให้การอยู่ร่วมกันมีความสงบสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถอธิบายความหมายของความคิดเห็นแย้งได้
2. นักเรียนสามารถบอกวิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ได้
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติตามหลักการแสดงความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์ได้

สาระการเรียนรู้

การแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

1. ความหมายของการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์
2. วิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูให้นักเรียนให้นักเรียนจับคู่ และเล่นเกมเป่ายิงฉุบ 4 ครั้ง
 - 1.2 ครูตั้งคำถามว่าในการเล่นเกมนักเรียนต้องการชนะหรือไม่ มีการแสดงท่าทางเหมือนหรือแตกต่าง การชนะหรือแพ้รู้สึกต่างกันอย่างไร
 - 1.3 ครูแจ้งจุดประสงค์ในการเรียน

2. ขั้นตระหนักรู้ (Reallize the self)

ครูให้นักเรียนพิจารณาใคร่ครวญว่าที่ผ่านมานักเรียนเคยมีข้อขัดแย้งในเรื่องใด นักเรียนแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างไร มีผลกระทบอย่างไรบ้าง บันทึกลงในใบงานที่ 1 ผลกระทบความขัดแย้งที่เกิดขึ้น

3. ขั้นเติมเต็ม (Fullfill)

3.1 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 6 คน และให้แต่ละกลุ่มสืบค้นและอภิปรายแสดงความคิดเห็น ในประเด็นดังนี้ 1. ความหมายความขัดแย้งและการแสดงความคิดเห็นแย้ง 2. วิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ 3. ตัวอย่างความขัดแย้งที่เกิดขึ้นและวิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ บันทึกลงในใบงานที่ 2 เรื่อง ความหมายวิธีการแสดงความคิดเห็นตัวอย่างความขัดแย้งที่เกิดขึ้นและวิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

3.2 แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนรายงาน และเปิดโอกาสให้เพื่อนๆ ชักถาม

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

ครูให้นักเรียนคิดใคร่ครวญสถานการณ์ที่เกิดขึ้นรอบตัวนักเรียนและไม่เห็นด้วยกับสถานการณ์นั้นๆ นักเรียนจะแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์อย่างไร

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

ครูให้นักเรียนสรุปความรู้ที่ได้รับจากการปฏิบัติกิจกรรมและเขียนอธิบายว่าจะนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันอย่างไรบ้าง

6. ขั้นติดตาม (Follow)

ครูมอบหมายงานให้นักเรียนเขียนรายงานการนำความรู้เกี่ยวกับวิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ไปใช้ในการดำเนินชีวิตรประจำวันในรอบ 10 วันอย่างน้อย 3 เหตุการณ์ แล้วส่งผลงานให้ครูตรวจ

สื่อการเรียนรู้

1. ใบงานที่ 1 เรื่อง ผลกระทบของความขัดแย้งที่เกิดขึ้น
2. ใบงานที่ 2 เรื่อง ความหมาย วิธีการแสดงความคิดเห็น ตัวอย่างความขัดแย้งเกิดขึ้น และวิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

การวัดและประเมินผล

การตรวจผลงานจากใบงานที่ 1 และ 2

แบบประเมินใบงานที่ 1 - 2

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๙						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิษณุ พรหมวาทย์)

เกณฑ์การประเมินใบงาน

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4 คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3 คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2 คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1 คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0 คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3 คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2 คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1 คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0 คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3 คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2 คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1 คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0 คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 – 10	ผ่านเกณฑ์
คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน	ไม่ผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การแปลความหมาย

คะแนน 8.5 - 10	มีทักษะการทำงานดี
คะแนน 7 – 8.4	มีทักษะการทำงานพอใช้
คะแนนต่ำกว่า 7	มีทักษะการทำงานปรับปรุง

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แผนที่ 10
เรื่อง ความหมาย วิธีการแสดงความคิดเห็น ตัวอย่างความขัดแย้งที่เกิดขึ้น
และวิธีการแสดงความคิดเห็นขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	รวม
		10	10	20
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
รวม				
ร้อยละ				

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 11

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง ออกกำลังกาย สบายอูรา

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

การออกกำลังกายทำให้มีการไหลเวียนโลหิตในร่างกายดีขึ้นและมีการหลั่งฮอร์โมนแห่งความสุขออกมาทำให้รู้สึกสบายหายเครียด กล้ามเนื้อมีความกระชับกระเฉง และการออกกำลังกายยังเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน รวมถึงอาจมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ปรึกษาหารือ เรื่องราวต่างๆ ได้อีกด้วย

การออกกำลังกายสามารถปฏิบัติได้หลากหลายวิธี อาทิ การเดินเร็ว วิ่งจ็อกกิ้ง เต้นแอโรบิก เล่นฟุตบอล วាយน้ำ ฯลฯ อาจเริ่มด้วยการเลือกจากความชอบ ความถนัด จากชนิดง่ายๆ แล้วจึงค่อย ฝึกฝน

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกวิธีการออกกำลังกายของตนเองได้
2. นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ของการออกกำลังกายได้

สาระการเรียนรู้

1. วิธีการออกกำลังกาย
2. ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์ของการเรียน
 - 1.3 นักเรียนสำรวจตนเองว่ามีการออกกำลังกายโดยวิธีใดบ้าง ขณะออกกำลังกาย มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง และภายหลังเสร็จสิ้นจากการออกกำลังกายรู้สึกอย่างไร และมีผลต่อสุขภาพร่างกายอย่างไร
2. ขั้นตระหนักรู้ (Reallize the self)

ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ การปฏิบัติโยคะ และปฏิบัติตาม

3. ขั้นเติมเต็ม (Fullfill)

3.1 ครูให้นักเรียนเขียนบันทึกความรู้สึกจากการปฏิบัติกิจกรรมในขั้นตอนที่ 1 และขั้นตอนที่ 2 คือการบริหารสมอง และการคิดใคร่ครวญเกี่ยวกับการออกกำลังกายของตนเองและความรู้สึกระหว่างการปฏิบัติและภายหลังจากการปฏิบัติโยคะ บันทึกลงในใบงานที่ 1 เรื่อง การสำรวจตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรมโยคะ

3.2 แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 4 คน ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนจับสลากเลือกประเด็นที่จะต้องสืบค้นข้อมูลในประเด็นต่างๆ อาทิ วิธีการออกกำลังกาย สถานที่ จำนวนผู้เล่น อุปกรณ์ ขั้นตอน/วิธีการ กติกา มารยาท และประโยชน์ที่ได้รับ โดยแต่ละกลุ่มจะต้องไม่ซ้ำกัน

กลุ่มที่ 1 และ 2 การออกกำลังกายด้วยกีฬาในร่ม

กลุ่มที่ 3 และ 4 การออกกำลังกายด้วยกีฬากลางแจ้ง

กลุ่มที่ 5 และ 6 การออกกำลังกายด้วยกีฬาทางน้ำ

กลุ่มที่ 7 และ 8 การออกกำลังกายด้วยกีฬาทางอากาศ

พร้อมทั้งระบุว่าข้อมูลที่สืบค้นมาจากแหล่งใดบ้างบันทึกผลการปฏิบัติงานกลุ่มลงในใบงานที่ 2 เรื่อง การออกกำลังกาย

3.3 ให้ตัวแทนกลุ่มออกไปรายงานหน้าชั้นเรียน และนำเสนอเป็น POWER POINT ใช้เวลาในการสืบค้นและทำรายงาน 30 นาที นำเสนอกลุ่มละ 7 นาที

3.4 นักเรียนนำผลงานการสืบค้นจัดแสดงเพื่อให้ทุกคนในชั้นเรียนได้ศึกษารายละเอียดเพิ่มเติม

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

นักเรียนจับคู่กับเพื่อนเล่าเรื่องราวกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและผลลัพธ์จากการได้เล่นกีฬานั้น

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

นักเรียนเลือกกีฬาจากขั้นตอนที่ 4 ที่นักเรียนชื่นชอบและออกกำลังกายสม่ำเสมอสรุปบันทึกลงในใบงานที่ 3 เรื่อง กีฬาที่ข้าพเจ้าชื่นชอบ

6. ขั้นติดตาม (Follow)

มอบหมายงานให้นักเรียนไปปฏิบัติการออกกำลังกายในรอบ 1 สัปดาห์ ถ่ายภาพประกอบการเขียนรายงานวิธีการออกกำลังกายของตนเองตามใบงานที่ 4 เรื่อง ผลการปฏิบัติกีฬาที่ข้าพเจ้าชื่นชอบ และนำผลงานมาส่งครู

สื่อการเรียนรู้

1. คลิปวิดีโอแสดงโยคะ
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง การสำรวจตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรมโยคะ
3. ใบงานที่ 2 เรื่อง การออกกำลังกาย
4. ใบงานที่ 3 เรื่อง กีฬาที่ข้าพเจ้าชื่นชอบ
5. ใบงานที่ 4 เรื่อง ผลการปฏิบัติกีฬาที่ข้าพเจ้าชื่นชอบ

การวัดและประเมินผล

ประเมินใบงานที่ 1-4

ใบงานที่ 1

เรื่อง การสำรวจตนเอง และการปฏิบัติกิจกรรมโยคะ

ชื่อ-นามสกุล.....เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนบันทึกความรู้สึกร่วมจากการปฏิบัติกิจกรรม ดังนี้

1. กิจกรรมออกกำลังกายของข้าพเจ้าที่มีการปฏิบัติบ่อยๆ คือ

.....

2. ความรู้สึกก่อนการออกกำลังกาย

.....

3. ความรู้สึกระหว่างการออกกำลังกาย

.....

4. ความรู้สึกภายหลังการออกกำลังกาย

.....

5. ผลลัพธ์ที่ได้จากการออกกำลังกาย

.....

6. ความรู้สึกก่อนการปฏิบัติโยคะ

.....

7. ความรู้สึกระหว่างการปฏิบัติโยคะ.

.....

.....

.....

8. ความรู้สึกภายหลังการปฏิบัติโยคะ

.....

.....

.....

9. ผลลัพธ์ที่ได้จากการปฏิบัติโยคะ

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2
เรื่อง การออกกำลังกาย

ชื่อกลุ่ม.....

สมาชิก

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

คำชี้แจง ให้แต่ละกลุ่มสืบค้นข้อมูลในประเด็นต่างๆ ที่จับสลากได้ ร่วมกันอภิปรายและบันทึก
ลงในใบงาน

1. ประเภทของการออกกำลังกาย

.....

2. วิธีการออกกำลังกาย

.....

.....

3. สถานที่

.....

4. จำนวนผู้เล่น / อุปกรณ์

.....

5. ขั้นตอน/วิธีการ

.....

.....

.....

.....

6. กติกา มารยาท

.....
.....

7. ประโยชน์ที่ได้รับ

.....
.....
.....
.....
.....

ใบงานที่ 3
เรื่อง กีฬาที่ข้าพเจ้าชื่นชอบ

ชื่อ-นามสกุล..... เลขที่

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกกีฬาที่นักเรียนชื่นชอบ 1 ประเภท และตอบคำถามตามประเด็นที่กำหนด

1. ประเภทของกีฬา

.....

2. วิธีการออกกำลังกาย

.....

.....

3. สถานที่

.....

4. จำนวนผู้เล่น/อุปกรณ์

.....

5. ขั้นตอน/วิธีการ

.....

.....

.....

6. กติกา มารยาท

.....

.....

7. ประโยชน์ที่ได้รับ

.....

.....

.....

ใบงานที่ 4
เรื่อง ผลการปฏิบัติกีฬาที่ข้าพเจ้าชื่นชอบ

ชื่อ-นามสกุล.....เลขที่

คำชี้แจง บันทึกผลการปฏิบัติการออกกำลังกายที่นักเรียนชื่นชอบในรอบ 1 สัปดาห์

ติดภาพถ่าย

1. ประเภทของกีฬา

.....

2. ผลลัพธ์ที่ได้จากการออกกำลังกาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แบบประเมินใบงานที่ 1 - 4

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การใช้ภาษา	ผลงาน		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๙						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิษณุ พรหมวาทย)

เกณฑ์การประเมินใบงาน

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 - 10	ผ่านเกณฑ์
คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน	ไม่ผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การแปลความหมาย

คะแนน 8.5 - 10	มีทักษะการทำงานดี
คะแนน 7 - 8.4	มีทักษะการทำงานพอใช้
คะแนนต่ำกว่า 7	มีทักษะการทำงานปรับปรุง

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 11 เรื่อง ออกกำลังกาย สบายอูรา

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	ใบงานที่ 4	รวม
		10	10	10	10	40
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
รวม						
ร้อยละ						

แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่ 12

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปีการศึกษา 2557

ชื่อกิจกรรม กิจกรรม แนะนำแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

เวลาเรียนรวม 24 ชั่วโมง

เรื่อง ธรรมะพาสุข

เวลาเรียน 2 ชั่วโมง

สาระสำคัญ

ธรรมะ หมายถึง ระเบียบกฎเกณฑ์ที่มีอยู่โดยตัวของมันเองในธรรมชาติ พระพุทธเจ้าเป็นเพียงผู้ค้นพบ ปฏิบัติตาม เกิดผลที่ต้องการแล้วก็ประกาศให้คนอื่นรู้ เมื่อคนอื่นรู้แล้วปฏิบัติตามก็เกิดผลอย่างเดียวกัน ธรรมอันเป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น แม้จะมีจำนวนมากมาย แยกแยะเป็นหลายประเภท หากบุคคลรู้จักเลือกสรรเอาหัวข้อธรรมมาปฏิบัติให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาและชีวิตของตน ครบครัน และสั่งคมแล้ว ย่อมจะเป็นไปตามจุดมุ่งหมายของศาสดาผู้นำมาประกาศ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนสามารถบอกความหมายของธรรมะได้
2. นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ของธรรมะได้
3. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนตามธรรมะที่ยึดถือได้

สาระการเรียนรู้

1. ความหมายของธรรมะ
2. ประโยชน์ของธรรมะ
3. วิธีปฏิบัติตนตามธรรมะที่ยึดถือ

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ขั้นเตรียม (Prepare)
 - 1.1 ครูจัดกิจกรรมบริหารสมอง
 - 1.2 ครูแจ้งจุดประสงค์ในการเรียน
2. ขั้นตระหนักตน (Reallize the self)
 - 2.1 ครูเปิดเสียงบทสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัย บทกราบพระรัตนตรัย บทอาราธนาศีลและบทอาราธนาธรรม
 - 2.2 ครูให้นักเรียนสวดมนต์ตามคลิปเสียง

3. ขั้นเติมเต็ม (Fullfill)

ครูให้นักเรียนฟังการแสดงธรรมะจากพระสงฆ์ เรื่อง ศีล สมาธิ และปัญญา

4. ขั้นไตร่ตรอง (Reflect)

ครูให้นักเรียนคิดใคร่ครวญพิจารณาอารมณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเอง และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการฟังธรรม บันทึกลงในใบงานที่ 1

5. ขั้นตกแต่ง (Decorate)

ครูนักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 5 คน ตัวแทนแต่ละกลุ่มจับสลากเลือกหัวข้อธรรม ได้แก่ อิทธิบาท 4, มรรค 8, ทวารวาทธรรม 4 ประการ, พละ 5, สัมปยุตธรรม 7, บุญกิริยาวัตถุ 10, ไตรลักษณ์, พรหมวิหาร 4, สังคหวัตถุ 4, เบญจศีลและเบญจธรรม เพื่อให้แต่ละกลุ่มสืบค้นและอภิปรายในประเด็น

5.1 ความหมายของธรรมะ

5.2 องค์ประกอบแห่งธรรมะ

5.3 การปฏิบัติตนตามแนวธรรมะ

5.4 ประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติตนตามแนวธรรมะ บันทึกในใบงานที่ 2 สรุป

เป็น Poewer point มาส่งครู

6. ขั้นติดตาม (Follow)

6.1 มอบหมายงานให้นักเรียนไปสัมภาษณ์บุคคลในครอบครัว หรือบุคคลใกล้ชิดที่รู้จักอย่างน้อย 3 คน ว่าแต่ละคนยึดถือธรรมะข้อใดเป็นหลักในการดำเนินชีวิตประจำวัน และเกิดผลอย่างไรบ้าง บันทึกการสัมภาษณ์ลงในใบงานที่ 3 นำผลงานมาส่งครู

6.2 นักเรียนบอกหลักธรรมที่ใช้เป็นหลักในการดำเนินชีวิตประจำวันของตนเองและบอกประโยชน์ที่ได้รับจากการปฏิบัติตนตามหลักธรรมะนั้นๆ

สื่อการเรียนรู้

1. เครื่องเสียงและลำโพง
2. คลิปเสียงบทสวดมนต์
3. ใบงานที่ 1 บันทึกการพิจารณาตนเอง และข้อคิดจากการฟังธรรมะ
4. ใบงานที่ 2 บันทึกผลการสืบค้นและอภิปราย
5. ใบงานที่ 3 บันทึกการสัมภาษณ์ และธรรมะที่ข้าพเจ้ายึดถือปฏิบัติ
6. บันทึกสังเกตการเรียน/การปฏิบัติกิจกรรม

การวัดและประเมินผล

1. ตรวจสอบงานที่ 1 - 3
2. สังเกตการเรียน/การปฏิบัติกิจกรรม

ใบงานที่ 3

บันทึก การสัมภาษณ์ และธรรมะที่ข้าพเจ้ายึดถือปฏิบัติ

ชื่อ-นามสกุล.....เลขที่.....

บุคคลที่ 1 คือ

เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า คือ

หลักธรรมะที่ยึดถือ หรือใช้เป็นแนวทางปฏิบัติในการทำงาน/หรือดำรงชีวิตประจำวัน คือ

.....

.....

.....

.....

ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมะนี้ คือ

.....

.....

.....

.....

.....

บุคคลที่ 2 คือ

เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า คือ

หลักธรรมะที่ยึดถือหรือใช้เป็นแนวทางปฏิบัติในการทำงาน/หรือดำรงชีวิตประจำวัน คือ

.....

.....

.....

ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมะนี้ คือ

.....
.....
.....
.....

บุคคลที่ 3 คือ

เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า คือ

หลักธรรมะที่ยึดถือ หรือใช้เป็นแนวทางปฏิบัติในการทำงาน/หรือดำรงชีวิตประจำวัน คือ

.....
.....
.....
.....

ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมะนี้ คือ

.....
.....
.....

ธรรมะที่ข้าพเจ้ายึดถือปฏิบัติ คือ

.....
.....
.....
.....

ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติตามธรรมะนี้ คือ

.....
.....

แบบประเมินใบงานที่ 1 - 3

คำชี้แจง ให้เขียนคะแนนการประเมินลงในช่องการบันทึกตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วกรอกข้อมูลลงในตาราง

ที่	ชื่อ - สกุล	การบันทึก			รวมคะแนน	เกณฑ์ผลการตัดสิน
		เนื้อหา	การช้ภาษา	ผลงาน		
		4	3	3		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
๙						

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(นายพิษณุ พรหมวาทย)

เกณฑ์การประเมินใบงาน

เกณฑ์การให้คะแนน

1. เนื้อหา

เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนดและเชื่อมโยงได้	ได้ 4	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นที่กำหนด	ได้ 3	คะแนน
เขียนได้ตามประเด็นแต่ยังสับสน	ได้ 2	คะแนน
เขียนไม่ตรงประเด็นที่กำหนด	ได้ 1	คะแนน
ไม่เขียน	ได้ 0	คะแนน

2. การใช้ภาษา

ถูกต้องทั้งหมดสละสลวยและสื่อความหมายได้	ได้ 3	คะแนน
ถูกต้องเล็กน้อยและสื่อความหมายได้	ได้ 2	คะแนน
ผิดพลาดมากแต่สื่อความได้	ได้ 1	คะแนน
ผิดพลาดมากสื่อความหมายไม่ได้	ได้ 0	คะแนน

3. ผลงาน

ผลงานเสร็จสมบูรณ์ถูกต้อง	ได้ 3	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้อง 1 - 3 แห่ง	ได้ 2	คะแนน
ผลงานเสร็จ ไม่ถูกต้องมากกว่า 4 แห่ง	ได้ 1	คะแนน
ผลงานไม่เสร็จ	ได้ 0	คะแนน

เกณฑ์ตัดสิน

คะแนน 7 - 10	ผ่านเกณฑ์
คะแนนต่ำกว่า 7 คะแนน	ไม่ผ่านเกณฑ์

เกณฑ์การแปลความหมาย

คะแนน 8.5 - 10	มีทักษะการทำงานดี
คะแนน 7 - 8.4	มีทักษะการทำงานพอใช้
คะแนนต่ำกว่า 7	มีทักษะการทำงานปรับปรุง

ผลการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ 12 เรื่อง ธรรมชาติของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่.....

ที่	ชื่อ - สกุล	ใบงานที่ 1	ใบงานที่ 2	ใบงานที่ 3	รวม
		10	10	10	30
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
รวม					
ร้อยละ					

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง แบบประเมินนี้เป็นประโยชน์ที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ แม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่นักเรียนเป็นอยู่ก็ตาม ขอให้เลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริง และตอบทุกข้อ เพื่อที่จะได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนเองต่อไป

คำตอบมี 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยคคือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริง และจริงมาก โปรดเลือกช่องที่นักเรียนคิดว่าตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด

ข้อความ	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ก่อนข้างจริง	จริงมาก
1. เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
2. ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ				
3. เมื่อถูกขังใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้				
4. ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ				
5. ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย				
6. เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้				
7. ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ฉันมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง				
8. ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จักร				
9. ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด				
10. ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน				
11. ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป				
12. แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ				
13. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
14. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน				
15. เมื่อทำผิดฉันสามารถกล่าวคำ "ขอโทษ" ผู้อื่นได้				
16. ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่น ได้ยาก				
17. ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม				

ข้อความ	ไม่ จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก
18. ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น				
19. ฉันไม่รู้ว่าคุณเก่งเรื่องอะไร				
20. แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้				
21. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ				
22. ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ				
23. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้				
24. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ				
25. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ				
26. บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข				
27. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน				
28. เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่า จะทำอะไรก่อนหลัง				
29. ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย				
30. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน				
31. ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย				
32. ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน				
33. ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้				
34. ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน				
35. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ				
36. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้				
37. ฉันรู้สึกค้อยกว่าผู้อื่น				
38. ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด				
39. ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด				
40. ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก				
41. แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น				
42. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ				

ข้อความ	ไม่ จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก
43. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้				
44. ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน				
45. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน				
46. ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่				
47. ฉันไม่รู้ว่าทำอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย				
48. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้				
49. เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ				
50. ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่				
51. ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ				
52. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ				

แบบประเมินรูปแบบการเรียนการสอน ตามองค์ประกอบของรูปแบบการเรียนการสอน
กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

ประเด็นการประเมิน	มีความ สอดคล้อง มากที่สุด	มีความ สอดคล้อง มาก	มีความ สอดคล้อง ปานกลาง	มีความ สอดคล้อง น้อย	ไม่มี ความ สอดคล้อง
1. หลักการ/แนวคิด/ทฤษฎี 1.1 มีความเป็นไปได้ ปฏิบัติได้จริง 1.2 สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน 1.3 มีแนวคิด/ทฤษฎี รองรับ					
2. ขอบข่ายสอดคล้องกับหลักสูตร แกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551					
3. วัตถุประสงค์ ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น ทั้ง 3 ด้าน					
4. กระบวนการเรียนการสอน 4.1 มีองค์ประกอบครบถ้วน 4.2 มีเนื้อหาสาระที่สอดคล้องกับ จุดมุ่งหมาย 4.3 มีรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย					
5. ผลที่ผู้เรียนจะได้รับ 5.1 มีความเป็นไปได้ 5.2 ตรงตามวัตถุประสงค์ 5.3 นำความรู้ไปประยุกต์ใช้ชีวิต ประจำวันได้					

ภาคผนวก จ
แบบตอบรับและบทความวิจัย



ที่ ศธ ๐๕๐๘.๒/๑๑๖๕

สำนักงานเลขาธิการคุรุสภา

กระทรวงศึกษาธิการ

กทม. ๑๐๓๐๐

๓๑ มีนาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ตอบรับการลงพิมพ์เผยแพร่ผลงานวิจัยในวารสารวิทยจารย์

เรียน นายพิษณุ พรหมวาทย

ตามที่ท่านได้แจ้งความประสงค์เพื่อลงพิมพ์ผลงานวิจัย เรื่อง “การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอน กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓” ในวารสารวิทยจารย์ นั้น ขอเรียนว่าผลงานวิจัยของท่านได้รับการพิจารณาตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิเรียบร้อยแล้ว และจะเผยแพร่ในวารสารวิทยจารย์ ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๖ เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๕๘

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายกิตติ ดอนสำราญ)

รองเลขาธิการคุรุสภา ปฏิบัติการแทน

เลขาธิการคุรุสภา

สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศ

โทร. ๐ ๒๒๘๒ ๑๓๐๔

โทรสาร. ๐ ๒๒๘๒ ๒๓๔๓

การพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา
เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

The Development of Guidance Activities Based on Contemplative Education Learning

Model to Improve the Emotional Intelligence for Mattayom 3 Students

พิชญ พรหมวาที

นักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน ปีการศึกษา 2557

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

อาจารย์ที่ปรึกษา รศ.ดร. บังอร เสรีรัตน์

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และ 2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า

1) รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มี 5 องค์ประกอบ คือ 1) หลักการ/แนวคิด 2) ขอบข่าย 3) วัตถุประสงค์ 4) กระบวนการจัดการเรียนการสอน และ 5) ผลที่จะได้รับ ในส่วนกระบวนการจัดการเรียนการสอนใช้กระบวนการ 6 ต เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ ด้านเก่ง ด้านดี และด้านสุข

2) หลังได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

คำสำคัญ : กิจกรรมแนะแนว จิตปัญญาศึกษา ความฉลาดทางอารมณ์

ABSTRACT

The purposes of this research were 1) to develop the guidance activity based on contemplative education to enhance the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students and 2) to compare the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students between before and after attending guidance activity based on contemplative education. The sample included 16 Matthayomsuksa 3 students from Watthabunturngtham School in Nontaburi Province. Data was statistically analyzed in percentage, mean, standard deviation, and t-test.

The findings revealed as follows:

1. The guidance activity based on contemplative education to enhance the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students delineated components: (1) principle/concept (2) limitations (3) objectives (4) instructional process and (5) learning outcomes. The following steps were adopted for instruction: preparation, self-realization, fulfillment, reflection, decoration, and follows in order to enhance the students' emotional quotient in 3 aspects i.e. competency, virtue, and happiness.

2. After attending the guidance activity based on contemplative education, the emotional quotient of Matthayomsuksa 3 students was significantly higher than the previous one at .01 level.

Keywords: Guidance Activity, Contemplative Education, Emotional Quotient

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาใหญ่ที่สุดของโลกปัจจุบัน คือ มนุษย์กำลังสนใจสิ่งที่อยู่ด้านนอกตัว หรือสิ่งที่เป็นรูปธรรมเท่านั้นและละทิ้งสิ่งที่เป็นนามธรรมไป คุณค่าของความเป็นมนุษย์จึงถูกลดทอนลง โดยกระบวนการเรียนรู้แบบแยกส่วนทำให้มนุษย์หลงลืมที่จะพัฒนาคุณภาพด้านในของตนเอง (ชนา นิลชัยโกวิทและคณะ, 2551, น. 1) และจากผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับวัยรุ่นไทยอายุ 13-16 ปี พบว่าวัยรุ่นเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมส่วนตัว (สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ, น 168-169) นอกจากนี้แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 11 กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาคนมุ่งเตรียมคนให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง (สำนักงานคณะกรรมการการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554, น.23)

จากการศึกษาสภาพปัญหาที่พบจากการจัดการเรียนการสอนของครูผู้สอน(สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2553, น.9) พบว่า ครูส่วนใหญ่ยังจัดการเรียนการสอนแบบดั้งเดิม ยังไม่

ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ครูผู้สอนไม่ได้วิเคราะห์หลักสูตรที่จะนำไปใช้ในชั้นเรียน ครูขาดความรู้ความเข้าใจในการใช้เครื่องมือและวิธีการวัดที่หลากหลาย ด้านนักเรียนพบว่านักเรียนไม่ได้ลงมือปฏิบัติภาระงานจริง ขาดการเชื่อมโยงในการนำความรู้ไปใช้ใน นอกจากนี้ปัญหาที่เกิดจากตัวผู้เรียน ครอบครัว สิ่งแวดล้อม สภาพสังคมและผู้ปกครองก็มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน ด้านทัศนคติของผู้ปกครองที่ไม่ส่งเสริมและเห็นความสำคัญของการศึกษาเท่าที่ควร

ด้านหลักสูตรการศึกษาแกนกลางขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ได้กำหนดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน คือ กิจกรรมแนะแนว ที่มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ สามารถจัดการตนเองได้ และอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข และส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิต ทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, น.20)

สำหรับจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative) เป็นแนวทางที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานภายในตน (Transfomplative Leaming) ทำให้บุคคลเข้าใจด้านในของตนเอง รู้ตัวเข้าถึงความจริง จิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ภายใน ทำให้ได้มาซึ่งความรู้จากประสบการณ์และกระบวนการ ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองให้ตระหนัก เห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรียนรู้ที่จะรัก เรียนรู้ที่จะเข้าถึงความจริง นำไปสู่ความตั้งใจที่จะทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นซึ่งเป็นการพัฒนาคุณลักษณะภายในที่ถาวรของผู้เรียน(ประเวศ วะสี, 2549. อ้างถึงในกรศศิริจิตติ และณัฐพร อุทัยธรรม.บทคัดย่อ น.106)

สำหรับ อีคิว (EQ :Emotional Quotient) กรมสุขภาพจิต (2547, น. 1) ให้ความหมาย อีคิว หมายถึง ความฉลาดทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์ และมีความสุข เป็นความสามารถที่จะใช้อารมณ์หรือมีความมั่นคงทางอารมณ์ รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความมุ่งมั่น ในการกระทำด้วยเหตุผล

จากปัญหาและความสำคัญดังกล่าวมา แสดงว่า กิจกรรมแนะแนวนั้นจะมีผลต่อการดูแลช่วยเหลือผู้เรียนให้มีพัฒนาการทางอารมณ์และสังคม ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาพัฒนาเป็นรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังจากที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดนนทบุรี อำเภอบางใหญ่ 7 โรงเรียน จำนวนนักเรียน 112 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนวัดท่าบันเทิงธรรม อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 16 คน ซึ่งได้รับการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Random Sampling)

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น คือ รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

2.2 ตัวแปรตาม คือ ความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ

1) ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง รู้จัก เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

2) ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น

3) ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3. เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย

เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัยคือ เนื้อหาในกิจกรรมแนะแนวตามขอบข่ายกิจกรรมแนะแนวซึ่งกำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 มีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ ด้านการศึกษา ด้านการทำงานและอาชีพ และด้านชีวิตและสังคม

ผลการวิจัย

ผลการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากการสังเคราะห์สภาพ การจัดการศึกษาในภาวะปัจจุบัน แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา แนวทางการพัฒนาความฉลาดทาง อารมณ์ มีผลของการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญา ศึกษา โดยมีองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ และมีรายละเอียดแต่ละองค์ประกอบ ดังนี้

1. ทฤษฎี/หลักการ/แนวคิดของรูปแบบ

หลักการของกิจกรรมแนะแนวนั้นเป็นไปเพื่อให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ เข้าใจ รักและ เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น สามารถวางแผนการเรียน อาชีพ รวมทั้งการดำเนินชีวิตในสังคม สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และสำหรับความ ฉลาดทางอารมณ์นั้น เป็นความสามารถด้านการปรับตัวด้านอารมณ์ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการ ดำรงชีวิตในโลกปัจจุบัน พัฒนาได้โดยผ่านการเรียนรู้จากสื่อและกิจกรรมต่างๆ กิจกรรมเรียนรู้ด้วย ตนเอง กิจกรรมเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น โดยเน้นการรู้จักอารมณ์ตนเอง จัดการกับอารมณ์ตนเอง สร้างแรงจูงใจให้ตนเอง หยั่งรู้อารมณ์ของผู้อื่นและรักษาสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ส่วนจิตตปัญญา ศึกษา เป็นแนวคิดที่สำคัญประการหนึ่งที่เน้นการเรียนรู้ด้วยใจ อย่างใคร่ครวญ เข้าใจด้านในของ ตัวเอง เข้าถึงความจริง ทำให้เปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับโลกและผู้อื่น เกิดความเป็นอิสระ ความสุข ปัญญา ความรักต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เน้นการศึกษาเรียนรู้จาก การปฏิบัติ

2. ขอบข่าย

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ผ่านกิจกรรมแนะแนว มีขอบข่าย 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านการศึกษา ด้านการทำงานและอาชีพ ด้านชีวิตและสังคม

3. วัตถุประสงค์ของรูปแบบ

เพื่อให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองในด้านความฉลาดทางอารมณ์ ใน 3 ด้าน คือ ด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบ ด้านเก่ง ประกอบด้วย การมี แรงจูงใจ การตัดสินใจแก้ปัญหาและสัมพันธภาพ ด้านสุข ประกอบด้วย ความภูมิใจในตนเอง ความ พอใจในชีวิต และความสงบสุขทางใจ

4. กระบวนการจัดการเรียนการสอน

กระบวนการเรียนการสอนตามรูปแบบฯ มี 6 ขั้นตอน มีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นเตรียม (Prepare) หมายถึง ขั้นก่อนเรียนที่จะให้ผู้เรียน มีความพร้อม ในการเรียนรู้ด้วยกิจกรรมต่างๆ อาทิ การทบทวนความรู้เดิม การตั้งคำถามนำ การแจ้งเนื้อหาและ

จุดประสงค์ การสำรวจตนเอง การแสดงท่าโยคะหรือท่าบริหารสมอง เป็นต้น ทั้งนี้ครูต้องสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย สบาย ๆ และเป็นกันเอง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นตระหนักรู้ (Realize the self) หมายถึง ขั้นการสงบนิ่ง คิดใคร่ครวญ อาทิ การสูดหายใจยาว ๆ การนั่งสมาธิ การสวดมนต์ การใช้นับลูกหิน หรือการเปรียบเทียบตนเองกับธรรมชาติที่ดงาม เช่น ดอกไม้ ผีเสื้อ นก ปลา ก้อนหิน เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนได้สังเกตความคิด ความรู้สึกของตัวเองทุกขณะ อันเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพอันดีงามภายในของตนผ่านกระบวนการทบทวนชีวิตอย่างลึกซึ้ง

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นเติมเต็ม (Full fill) หมายถึง ขั้นการเรียนรู้ผ่านสื่อและกิจกรรมต่าง ๆ อาทิ สุนทรียสนทนา จิตอาสา กระบวนการกลุ่ม การสืบค้น การพูด การอ่าน การเขียน การฟัง การแสดงบทบาทสมมุติ และการลงมือปฏิบัติ เป็นต้น ในขั้นนี้เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนอันเป็นการแสดงความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก การมองโลกมองชีวิตจากความสดใหม่ปัจจุบันขณะจากสถานการณ์ที่เผชิญ มองเห็นตนเองและเห็นความแตกต่างของตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดการเรียนรู้แบบหยั่งเห็น (insight) การมีสติสัมปชัญญะ การละวางตัวตน

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นไตร่ตรอง (Reflect) หมายถึง ขั้นการเรียนรู้ช่วงกลางที่ผู้เรียนเกิดความรู้สึกต่อตนเองผ่านการใคร่ครวญภายในเชื่อมโยงสู่ภายนอกด้วยบรรยากาศที่ผ่อนคลาย อาทิ การฟังเพลงบรรเลง การวาดภาพ การเล่าเรื่องราว เป็นต้น ทั้งนี้ในช่วงนี้เป็นช่วงที่ผู้เรียนจะได้คิด ตัดสินใจและสรุปความรู้ด้วยตนเอง

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นตกแต่ง (Decorate) หมายถึง ขั้นที่มีการตกผลึกทางความรู้ มีการพิจารณาความคิดที่เกิดขึ้นใหม่ผ่านการอภิปราย การวิพากษ์ หรือเป็นการลงความคิดเห็นต่อความคิดนั้น พร้อมทั้งอธิบายเหตุผลและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความคิดใหม่ แล้วจึงนำเสนออันเป็นการสะท้อนความคิด

ขั้นตอนที่ 6 ขั้นติดตาม (Follow) หมายถึง ขั้นการมอบหมายภาระงานเพื่อประเมินผล การเรียนรู้จากการตรวจผลงานผู้เรียน โดยครูเปิดโอกาสให้ผู้เรียนกำหนดเกณฑ์วัดและประเมินผลมีส่วนร่วมในการวัดและประเมินผล รวมทั้งนำผลประเมินไปปรับปรุงและพัฒนาการเรียนรู้ของตนเอง

5. ผลที่จะเกิดขึ้นกับผู้เรียน

ผู้เรียนจะพัฒนาใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ประกอบด้วย การควบคุมตนเอง เห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบ ด้านเก่ง ประกอบด้วย การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจในแก้ปัญหา และสัมพันธภาพด้านสุข ประกอบด้วย มีความภูมิใจในตนเอง มีความพอใจในชีวิต และมีความสุขทางใจ

สำหรับผลการทดลองใช้รูปแบบการเรียนการสอนนั้น ปรากฏผลการทดลอง ดังนี้ ก่อนเรียนความฉลาดทางอารมณ์ $\bar{x} = 48.50$ และ S.D = 7.36 ส่วนหลังเรียน $\bar{x} = 51.96$ และ S.D = 4.40 เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าคะแนนเฉลี่ยโดยใช้ค่าสถิติที (t-test) ปรากฏหลังได้รับการเรียนตามรูปแบบฯ ผู้เรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

สรุปผลการวิจัย

จากการวิจัยเรื่องการพัฒนา รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. ผลการวิจัย ได้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมี 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) หลักการ/แนวคิด 2) ขอบข่าย 3) วัตถุประสงค์ 4) การจัดกระบวนการเรียนการสอน และ 5) ผลที่ผู้เรียนจะได้รับ การจัดกระบวนการเรียนการสอนใช้กระบวนการ 6 ต ได้แก่ 1) ขึ้นตระเตรียม (Prepare) 2) ขึ้นตระหนักตน (Realize the self) 3) ขึ้นเติมเต็ม (Full fill) 4) ขึ้นตรึกรอง (Reflect) 5) ขึ้นตกแต่ง (Decorate) 6) ขึ้นติดตาม (Follow)

2. ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังได้รับการเรียนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลของความฉลาดทางอารมณ์หลังการเรียน นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

1. ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นวิจัยเชิงทดลอง ผู้วิจัยได้พัฒนารูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยผลการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ได้รูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สร้างขึ้น มีองค์ประกอบ 5 องค์ประกอบ เมื่อผู้เรียนได้รับการจัดการเรียนการสอนตามรูปแบบ และใช้กระบวนการเรียนรู้ 6 ต ซึ่งเป็นกระบวนการที่พัฒนาจากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ส่งผลให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน คือ เก่ง ดี และสุข ซึ่งเป็นไปตามความหมายของการพัฒนารูปแบบการสอน ซึ่งสอดคล้องกับ ทิศนา แจมมณี (2556, น.4) ที่กล่าวถึงรูปแบบการสอนจำเป็นต้องมีองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ มีปรัชญา ทฤษฎีแนวคิด หรือความเชื่อที่เป็นพื้นฐานหรือเป็นหลักของรูปแบบนั้นๆ สำหรับกระบวนการเรียนการสอน 6 ต ที่พัฒนาขึ้นเป็นการสังเคราะห์จากข้อมูล 2 ส่วน คือ หลักการพื้นฐานของจิตตปัญญา

7 C's (ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ, 2550, น.147-161) และแนวทางการจัดกระบวนการเรียนรู้ของจิตตปัญญาศึกษา(มหาวิทยาลัยมหิดล, 2551, น. 71) ซึ่งสอดคล้องกับ จอยส์ และ วิล (Joyce & Weil, 1996, p.169-171) ได้กล่าวถึงลักษณะของการนำเสนอรูปแบบการเรียนการสอนไว้ตอนหนึ่งว่า รูปแบบการเรียนการสอนนั้นมีที่ขึ้นตอน โดยเรียงกิจกรรมที่จะสอนเป็นขั้นๆ ซึ่งแต่ละรูปแบบจะมีขั้นตอนการสอนไม่เท่ากัน ส่วนขอบข่ายและวัตถุประสงค์ของรูปแบบเป็นการนำเอาแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553, น.20) ด้านผลที่ผู้เรียนจะได้รับนั้น ภายหลังผู้เรียนได้รับการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ผู้เรียนมีพัฒนาการด้านความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข

2. ผลการเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังได้รับการเรียนตามรูปแบบการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนา ความฉลาดทางอารมณ์ ผลของความฉลาดทางอารมณ์ หลังการเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พิมพ์ฤดี ประเสริฐสังข์ (2554.) ได้ศึกษาวิจัย การพัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความรักและเข้าใจตนเอง ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการศึกษา ค้นคว้าพบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้อตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา นักเรียนสามารถควบคุมตนเอง สร้างแรงจูงใจ รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและผู้อื่น มีความเมตตา กรุณา เกิดความคิด ความรู้สึก มีความเชื่อมั่น ทักษะคิด การมองโลก และชีวิตที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กับโลกภายนอก ทั้งในแง่ของการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติต่างๆ ได้อย่างสอดคล้องกับวัย วุฒิภาวะ ความพร้อม และมีความเชื่อมั่นในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อื่น ได้ปฏิบัติตามมาก

ข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัย ดังนี้

1. ก่อนที่จะนำรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ครูผู้สอนควรศึกษาองค์ประกอบของรูปแบบให้เข้าใจอย่างถ่องแท้
2. ควรทำวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ กับนักเรียนระดับชั้นอื่นและสาระการเรียนรู้อื่น

บรรณานุกรม

- กรศศิริ ชิดดี และณัฐพร อุทัยธรรม. (2556, พฤษภาคม – สิงหาคม). กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา : กลยุทธ์การพัฒนาบุคลิกภาพนักศึกษาพยาบาล. วารสาร **Princes of Naradhiwas University Journal**. 5 (2), 106-177.
- กรมสุขภาพจิต. (2550). **อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์.(ฉบับปรับปรุง)**. (พิมพ์ครั้งที่ 4).นนทบุรี : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด. สำนักพัฒนาสุขภาพจิต.
- กรมสุขภาพจิต. (2547). **คู่มือการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์**. ค้นเมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2556. จาก <http://www.dmh.go.th/ebook/dl.asp?id=11>.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2553). **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551**. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย .
- ทิตินา แจมมณี. (2544). **กระบวนการเรียนรู้ ความหมาย แนวทางการพัฒนา และปัญหาข้อใจ**. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- . (2556). **รูปแบบการเรียนรู้การสอน ทางเลือกที่หลากหลาย**. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนา นิลชัยโกวิท และอดิสร จันทรสุข. (2551). **ศิลปะการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง : คู่มือกระบวนการจิตปัญญา**. กรุงเทพฯ : เอส พีเอ็ม การพิมพ์.
- พิมพ์ฤดี ประเสริฐสังข์. (2554). **การพัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความรักและเข้าใจตนเองตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- มหาวิทยาลัยมหิดล ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา. (2551). **โครงการวิจัยและจัดการความรู้จิตตปัญญาศึกษา**. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ. (2552). **สุขภาพของเด็ก และวัยรุ่นไทย พุทธศักราช 2552**. กรุงเทพฯ : บีคอนต์เอ็นเตอร์ไพซ์.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2554). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบเอ็ด พุทธศักราช 2555-2559**. กรุงเทพฯ : สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2553). **ข้อเสนอเชิงนโยบายการพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษา**. กรุงเทพฯ : พริกหวานกราฟฟิค.
- Joyce. & Weil,M. (1996). **Models of Teaching**. (5th ed.) London : Allyn and Bacon.

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นายพิษณุ พรหมวาทย์
วัน เดือน ปี เกิด	7 กันยายน 2510
สถานที่เกิด	อำเภอปง จังหวัดพะเยา
ที่อยู่ปัจจุบัน	99/61 หมู่ 6 หมู่บ้านร่มไม้ ถนนกาญจนาภิเษก ตำบลเสาธงหิน อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี
ประวัติการศึกษา	การศึกษาระดับบัณฑิต(การแนะแนวการศึกษาและจิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตสงขลา