

**ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนา
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ**

นางปาริยา แก้วธรรม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
พ.ศ. 2550

**The Effects of Using an Integrated Guidance Activities Package on
Development of Emotional Quotient of Pratom Suksa V Students of Ban
Bakdong School in Si Sa Ket Province**

Mrs. Pareeya Kaewthum

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Education in Guidance
School of Educational Studies
Sukhothai Thammathirat Open University
2007

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนา
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ

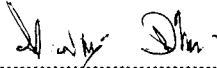
ชื่อและนามสกุล นางปาริษา แก้วธรรม

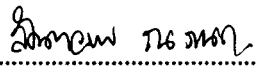
แขนงวิชา การแนะแนว

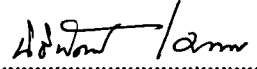
สาขาวิชา ศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์ ดร.ศักดิ์วารณ ฅ ระนอง
2. อาจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร

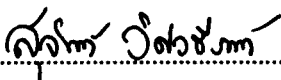
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้ให้ความเห็นชอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว


.....ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ประดิษฐ์ นิต)


.....กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ศักดิ์วารณ ฅ ระนอง)


.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร)

คณะกรรมการบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์
ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชา
การแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช


.....ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา
(รองศาสตราจารย์ ดร. สุจินต์ วิศวรรัตน)

วันที่...30...เดือน.....ตุลาคม.....พ.ศ.....2551.

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง
จังหวัดศรีสะเกษ

ผู้วิจัย นางปาริษา แก้วธรรม **ปริญญา** ศีษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนว)

อาจารย์ที่ปรึกษา (1) รองศาสตราจารย์ ดร.ลัดดาวรรณ ณ ระนอง (2) อาจารย์ ดร.นิธิพัฒน์
เมฆขจร **ปีการศึกษา** 2550

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ และ (2) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ ปีการศึกษา 2550 ได้มาจากการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 40 คน จากนั้นจึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 20 คน ผู้วิจัยดำเนินการกับกลุ่มทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ จำนวน 14 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที และกลุ่มควบคุมได้รับโปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะจำนวน 14 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เช่นเดียวกัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการสำหรับกลุ่มทดลอง (2) โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม (3) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ใช้คัดแยกนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง ปานกลาง ต่ำ (4) แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีความเที่ยงเท่ากับ .92 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลอง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (2) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ความฉลาดทางอารมณ์

Thesis title: The Effects of Using an Integrated Guidance Activities Package on Development of Emotional Quotient of Prathom Suksa V Students of Ban Bakdong School in Si Sa Ket Province

Researcher: Mrs. Pareeya Kaewthum; **Degree:** Master of Education (Guidance);

Thesis advisors: (1) Dr. Laddawan Na Ranong, Associate Professor; (2) Dr. Nitipat Mekkhachorn; **Academic year:** 2007

ABSTRACT

The purposes of this study were to: (1) compare the effects on development of emotional quotient of the experimental group prior to and after using an integrated guidance activities package; and (2) compare the emotional quotient of the experimental group students using an integrated guidance activities package with that of the control group students using the provided information program.

The subjects were 40 Prathom Suksa V students of Ban Bakdong School in Si Sa Ket province in the 2007 academic year obtained as a result of evaluation of their emotional quotient. After that, they were randomly assigned into an experimental group and a control group each of which comprised 20 students. The researcher trained the experimental group with the use of an integrated guidance activities package for 14 periods of 50 minutes each; while the control group was trained from a provided information program also for 14 periods of 50 minutes each. The employed research instruments were (1) an integrated guidance activities package for the experimental group, (2) an information program for the control group, (3) the emotional quotient assessment form of the Department of Mental Health for classifying the students into the high, medium, and low emotional quotient groups, and (4) an emotional quotient assessment form developed by the researcher with .92 reliability coefficient. The employed statistics for data analysis were the mean, standard deviation, and t-test.

The research findings were (1) after using the integrated guidance activities package, emotional quotient scores of the experimental group students were significantly higher than their counterpart scores before using it at the .05 level; and (2) after using the integrated guidance activities package, emotional quotient scores of the experimental group was significantly higher than the counterpart scores of the control group using the information program at the .05 level.

Keywords: Integrated guidance activities package, Emotional quotient

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์อย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.ถนัดดาธรรม ฅ ระนอง รองศาสตราจารย์ ดร. ประคินันท์ อุปรมัย อาจารย์ ดร.นิธิพัฒน์ เมฆขจร ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและติดตามการทำวิทยานิพนธ์ นับตั้งแต่เริ่มต้นจนสำเร็จเรียบร้อย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณนายมานิต สิทธิศร ศึกษาพิเศษ วิทยฐานะเชี่ยวชาญ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4 นายสุวิทย์ ผลสุข ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสำโรงปล้น วิทยฐานะเชี่ยวชาญ นางสาวมยุรี สาริบุตร ศึกษาพิเศษ วิทยฐานะชำนาญการพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4 นางพิมพ์นิภา ศรีสุแล ศึกษาพิเศษ วิทยฐานะชำนาญการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4 นางสุภาพิศ จันทรมณีเลิศ ครู วิทยฐานะชำนาญการ ช่วยราชการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 3 ซึ่งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่กรุณาตรวจแก้ไขเครื่องมือในการวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบพระคุณนายอะเด็น สมัครพงศ์ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบักคอง อาจารย์ วรรณรา พงษ์สิน ครูชำนาญการ โรงเรียนบ้านบักคอง อาจารย์หทัยทิพย์ ชมภูพันธ์ ครูชำนาญการ โรงเรียนบ้านบักคอง และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง ที่ให้การสนับสนุนให้กำลังใจและให้คำแนะนำจนสามารถเก็บข้อมูลได้เรียบร้อย

คุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอมอบบูชาพระคุณของบิดา มารดา ครู อาจารย์ ที่ได้อบรมสั่งสอนและชี้แนะทางการศึกษาแก่ผู้วิจัยมาโดยตลอด

ปารีชา แก้วธรรม

เมษายน 2551

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ณ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	4
สมมติฐานการวิจัย.....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	5
นิยามศัพท์.....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความความฉลาดทางอารมณ์.....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ.....	30
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	43
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	44
ประเภทและแบบของการวิจัย.....	44
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	44
ตัวแปรและนิยามเชิงปฏิบัติการ.....	45
เครื่องมือวิจัยและวิธีการสร้าง.....	46
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	51
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	52
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	55

๗
สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	59
สรุปการวิจัย.....	59
อภิปรายผลการวิจัย.....	62
ข้อเสนอแนะ.....	65
บรรณานุกรม.....	67
ภาคผนวก.....	76
ก ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ.....	77
ข แบบวัดและแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์.....	79
ค แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบวัด.....	87
ง แสดงความสอดคล้องของแบบวัดและชุดกิจกรรมแนะแนว.....	89
จ ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและ โปรแกรมการให้ข้อเสนอเทศ.....	93
ฉ แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่ร่วมกิจกรรม.....	162
ประวัติผู้วิจัย.....	164

ฉ
สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 4.1 อธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติพื้นฐาน.....	57
ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและทดสอบความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง....	58
ตารางที่ 4.3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและทดสอบความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่างของ กลุ่มทดลอง.....	59
ตารางที่ 4.4 แสดงค่าอำนาจจำแนก.....	88
ตารางที่ 4.5 แสดงความสอดคล้องของชุดกิจกรรมแบบบูรณาการ.....	90
ตารางที่ 4.6 แสดงความสอดคล้องของของแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์.....	91
ตารางที่ 4.7 โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ.....	95

ญ
สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์.....	15
ภาพที่ 2.2 แสดงขั้นตอนและวงจรกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้.....	38
ภาพที่ 2.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	46
ภาพที่ 4.1 กราฟแสดงคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง.....	57
ภาพที่ 4.2 กราฟแสดงคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง.....	58

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 มาตรา 81 ระบุไว้ว่า รัฐต้องจัดการศึกษา อบรมและสนับสนุน ให้เอกชนจัดการศึกษาอบรมให้ผู้เรียนเกิดความรู้ คู่คุณธรรม ซึ่งการปฏิรูปการศึกษาเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งของการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ สถานศึกษาต้องพัฒนาผู้เรียนให้เต็มตามศักยภาพและมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ คือ เป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาศึกษา ศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม ระยะที่ 9 (พ.ศ. 2545 –2549) (กรมวิชาการ 2545 : 10-11) มุ่งให้คนไทยได้รับการพัฒนาให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นคนดี คนเก่ง มีความสุข พึ่งพาตนเองได้ มีจิตสำนึกในความ เป็นไทย มีศาสนธรรมและวัฒนธรรมในวิถีชีวิต มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างประชาคมไทย และ ประชาคมโลกให้มีความรู้ สังคมคุณภาพ สังคมคุณธรรม สังคมสมานฉันท์และเอื้ออาทร บน พื้นฐานภูมิปัญญาไทยและสากล อันนำไปสู่ระบบเศรษฐกิจที่ใช้ความรู้เป็นฐาน ซึ่งแผนพัฒนา การแนะแนวจะเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการพัฒนาให้คนไทยเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ดังกล่าว ทั้งนี้ เพราะการแนะแนวเป็นกระบวนการที่จะช่วยให้บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถเลือกตัดสินใจ ได้อย่างเหมาะสมมีทักษะในการจัดการชีวิต ตลอดจนสามารถปรับตนเองและดำรงชีวิตอยู่ใน สังคมได้อย่างมีความสุข

สภาพการณ์ในปัจจุบันเป็นยุคสมัยของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ส่งผลให้มีการ แข่งขันกันในทุกๆด้าน ไม่ว่าจะเป็นในด้านการทำงาน การเรียนหนังสือ หรือการประกอบธุรกิจ ล้วนแล้วแต่เป็นการแข่งขันกันทั้งสิ้น การที่วิทยาการทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เจริญก้าวหน้าขึ้น มิได้หมายความว่าสภาพจิตใจของผู้คนในสังคมจะพัฒนาการตามวิทยาการนั้นๆ ทำให้คนที่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ที่เข้ามาสู่เราได้ นั้นมีปัญหาส่งผลกระทบต่อภาวะ จิตใจ ทำให้เกิดภาวะของความเครียด เพราะคนเหล่านี้ไม่มีภูมิด้านทานของสภาวะทางจิตใจอ้างอิง จาก สำนักปลัดกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (2546 : 1)

ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เป็นปัจจัยประการสำคัญที่บ่งชี้ความสำเร็จของบุคคล ทั้งในด้านการงานและการดำรงตนอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข เพราะบุคคลที่มีความฉลาดทาง

อารมณ์จะเป็นบุคคลที่มีแผนในการดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม รู้จักแสวงหาความสุขให้ตนเองได้ตามอัธยาศัยสามารถเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคได้โดยไม่ย่อท้อ มีวินัย มีความรับผิดชอบ สามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาคืออย่างสุขุม รอบคอบ สมเหตุสมผล มีความเมตตากรุณา มีอารมณ์ขัน มีแนวคิดเชิงบวก มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อยู่รอบข้างและสามารถปรับตัวอยู่ในสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม จากที่กล่าวไว้ใน เอกสารประกอบการฝึกอบรมความฉลาดทางอารมณ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช (2546 : คำนำ) ซึ่งสอดคล้องกับ ทศพร ประเสริฐสุข (2543 : 89-111) กล่าวว่า ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะประสบความสำเร็จในด้านการเรียนและด้านการทำงาน เป็นที่ยอมรับของสังคม สามารถร่วมงานกับผู้อื่นได้ดี มองโลกในแง่ดีและดำเนินชีวิตด้วยความสุข ในทางกลับกันหากมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำจะเป็นคนที่ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความขัดแย้งภายในตนเองได้ ไม่มีความสุข เอาตัวเองเป็นใหญ่ ไม่ค่อยเป็นมิตร วิตกกังวล คิดมาก ไร้ไหว้วาง ขาดมิตร มีปัญหาในการทำงานร่วมกับผู้อื่นปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมรอบตัวไม่ได้ ทำให้เกิดปัญหาต่างๆมากมาย

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งสำคัญ เนื่องจากเด็กในวัยประถมศึกษาจะมีอารมณ์สลับซับซ้อน มีความรู้สึกที่หลากหลายอันเป็นผลเนื่องจากความคิดที่เติบโตขึ้นมาและความรู้สึกเกี่ยวกับโลกรอบตัวที่กว้างขึ้น อุมพร ตรีภพสมบัติ (2544 : 49) และแม้ว่าเด็กในวัยนี้จะเรียนรู้การควบคุมอารมณ์ แต่ก็ยังไม่สามารถทำได้ดี ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 63) ซึ่งสอดคล้องกับ เทอดศักดิ์ เศรษฐ (2542 : 59) ที่ได้ศึกษาพบว่า เด็กไทยในปัจจุบัน มีความสุขน้อยลง มีความเครียดสูงขึ้น ซึ่งมีสาเหตุหลายประการ ตั้งแต่การขาดทักษะในการผ่อนคลายตนเอง ปัญหาการปรับตัวกับเพื่อน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และความมั่นคงทางอารมณ์ ในขณะที่เด็กวัยประถมศึกษาเป็นวัยที่เริ่มจะใช้เวลาส่วนมากอยู่กับเพื่อน และเริ่มเรียนรู้ที่จะให้ความร่วมมือ รู้จักให้และรับ เด็กจะใช้เวลากับเพื่อนร่วมวัยมากขึ้น เด็กเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมต่างๆ จากเพื่อน สุรางค์ โค้วตระกูล (2544 : 86) เด็กวัยนี้ อิริคสัน (Erikson อ้างถึงใน กันตวรรณ มีสมสาร 2544 : 4) กล่าวว่า เป็นระยะวิกฤต(Critical Period) เป็นระยะที่มีการเรียนรู้ที่มีการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพของมนุษย์ เด็กจึงต้องพบกับปัญหาเฉพาะ ถ้าเด็กสามารถแก้ปัญหาได้สำเร็จก็จะเกิดความรู้สึกที่ดี แต่ถ้าแก้ปัญหาไม่ได้ก็จะเกิดความรู้สึกที่ไม่ดี ซึ่งส่งผลกระทบต่อการพัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพในขั้นต่อไป วัยช่วงเข้าสู่วัยรุ่นซึ่งอยู่ในช่วงอายุ 10-12 ปี เป็นวัยที่อยู่ในช่วงระยะวิกฤตช่วงหนึ่งของพัฒนาการ เพราะเป็นช่วงที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยรุ่น นับว่าเป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโต และมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สุรางค์ โค้วตระกูล (2544 : 89) ดังนั้นเด็กวัยนี้จึงเป็นช่วงวัยที่ควรได้รับการฝึกฝนกิจกรรมที่พัฒนาและส่งเสริมทักษะ

ทางด้านอารมณ์ เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข เด็กเกิดการเรียนรู้ทักษะทางสังคมในการปรับตัวกับเพื่อน และการจัดการกับอารมณ์นับว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งของการเข้ากลุ่มกับเพื่อน จัดได้ว่าเป็นส่วนของการรู้จักสร้าง และรักษาสัมพันธภาพโดยที่การเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความคล่องแคล่วในการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์จากความร่วมมือของผู้อื่น กรมสุขภาพจิต (2543 : 17-18) ในช่วงวัยนี้จึงจัดได้ว่าเป็นช่วงเวลาที่จะฝึกฝนกิจกรรมประเภททักษะต่างๆ ให้แก่เด็กได้อย่างดีเลิศ ซึ่งสิ่งที่ได้รับการฝึกนั้นจะเป็นสิ่งที่ติดตัวติดใจเด็กไปจนตลอดชีพ เนื่องจากอยู่ในช่วงวัยที่อยู่ในระยะเอาใจเขามาใส่ใจตัวเองกับปมด้อย (Industry vs. Inferiority) ศรีเรือน แก้วกังวาล (2544 : 50-51) ซึ่งสอดคล้องกับ เทอดศักดิ์ เศษคง (2542 : 41) กล่าวว่า นักการศึกษาและนักจิตวิทยาเชื่อกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้โดยวิธีการต่างๆ หลายวิธี หนึ่งในวิธีการเหล่านั้นคือ การแนะนำด้านส่วนตัวและสังคมที่มุ่งเน้นการแก้ปัญหาและพัฒนาผู้รับบริการให้มีชีวิตที่ดีและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เหมือนกับ สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 22) ได้กล่าวว่าการแนะนำด้านส่วนตัวและสังคมในสภาพสังคมไทยในปัจจุบันประเด็นสำคัญประการหนึ่งที่จะต้องเน้นคือ การควบคุมตนเองเมื่อเผชิญปัญหาและการจัดการกับความเครียดอย่างสมเหตุสมผล เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

การใช้กิจกรรมแนะนำเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนได้เพราะเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นการพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักสภาพแวดล้อม สามารถเลือกและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสมตลอดจนปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้กิจกรรมแนะนำแบบกลุ่มย่อยด้านส่วนตัวและสังคมซึ่ง วัชร ทรัพย์มี (2545 : 176) กล่าวว่า เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็น เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจตนเอง มีทักษะในการสื่อสารและทักษะทางสังคม ทำสิ่งต่างๆ อย่างมีเหตุผล ซึ่งสอดคล้องกับ กรมวิชาการ (2542 : 19-20) ได้ระบุว่า กิจกรรมเป็นส่วนหนึ่งที่จะสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน เนื่องจากกิจกรรมเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาความรู้ ความสามารถ ความคิดเห็น ความชำนาญการในด้านต่างๆ ที่มีอยู่ในตัวของนักเรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถเพิ่มสมรรถนะในด้านการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ให้แก่นักเรียนได้อีกทางหนึ่ง กิจกรรมที่จะนำมาใช้เพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนมีหลากหลายรูปแบบ เช่น เกม บทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง เป็นต้น ดังเช่นงานวิจัยของ อักษรา ศิลปสุข (2545) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรม

แนะแนวที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเปรียบเทียบระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ แรงจูงใจในการทำงาน การตัดสินใจและการแก้ปัญหา สัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ความภูมิใจและพอใจชีวิตของตนเอง ความสุขสงบทางใจและสมาธิในการทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระดับ .05 แสดงว่ากิจกรรมมีผลต่อการช่วยให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น นอกจากนี้ยังมี ลินิทธ์ วงศ์ธิดา (2546) ยังได้ทำการวิจัย เรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้าง ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแม่สายประสิทธิ์ศาสตร์ จังหวัด เชียงราย ผลปรากฏว่าหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนักเรียนมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น

จากข้อมูลข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยเล็งเห็นความสำคัญของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ และการให้ข้อเสนอแนะแก่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง เพราะเด็กในวัย 6-12 ปี เป็นช่วงวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มากขึ้น ต้องการที่จะแสดงความคิดเห็นและแก้ปัญหาต่างๆ ต้องการรู้สึกว่าคุณเองสามารถทำอะไรได้หลายๆอย่าง เพื่อการสร้างความนับถือในตนเอง ตลอดจนต้องการการยอมรับจากเพื่อนและครูในโรงเรียน เด็กในวัยนี้สามารถสอนได้ง่ายเพราะความที่อยากรู้อยากจะทำ อยากรู้อะไรของคน และอยากรู้อะไร ผู้วิจัยจึงมีความสนใจอยากทำการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและการให้ข้อเสนอแนะเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยนี้เพื่อให้เป็นคนดี คนเก่งและมีความสุข ตรงตามเป้าหมายของการจัดการศึกษาตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ต่อไป

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

2.3 เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลอง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ขอบเขตการวิจัย

4.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 66 คน

4.2 กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลางเมื่อเทียบกับเกณฑ์ปกติ และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 40 คน สุ่มอย่างง่ายเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน

4.3 รูปแบบของการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยศึกษาจากกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมวัดก่อนและหลังการทดลอง (The Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design)

4.4 ตัวแปรที่ศึกษา

4.4.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

- 1) ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ
- 2) โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

4.4.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน

4.5 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

4.5.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสำหรับกลุ่มทดลอง

4.5.2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิตใช้สำหรับให้
ผู้ปกครองประเมินความฉลาดทางอารมณ์เพื่อคัดแยกนักเรียน

4.5.3 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นใช้สำหรับให้นักเรียนกลุ่ม
ทดลองและกลุ่มควบคุมวัดความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการทดลอง

4.5.4 โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม

5. นิยามศัพท์เฉพาะ

5.1 นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง
อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ ปีการศึกษา 2550

5.2 ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนิน
ชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ประกอบด้วยปัจจัย 3 ประการ คือ ด้านดี
ด้านเก่ง และด้านสุข

5.2.1 ด้านดี ประกอบด้วย ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความ
ต้องการของตนเอง ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น และความสามารถในการรับผิดชอบ

5.2.2 ด้านเก่ง ประกอบด้วย ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้แก่
ตนเอง ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา และความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับ
ผู้อื่น

5.2.3 ด้านสุข ประกอบด้วย ความภูมิใจในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต และ
ความสงบทางใจ

5.3 ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่
ประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวหลายๆกิจกรรมที่นำมารวมกันเพื่อให้การจัดกิจกรรมเป็นไปตาม
เป้าหมายที่ต้องการโดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย 1) คำชี้แจงและการเตรียมตัวของผู้
ให้บริการ 2) แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุชื่อ ใบบงาน ใบบความรู้หรืออุปกรณ์การจัดกิจกรรม
ไว้ในแต่ละแผน 3) เครื่องมือและคำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลมาจากการ
ใช้กิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

5.4 โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ หมายถึง โปรแกรมการให้ความรู้ ข้อมูลข่าวสาร
ข้อเท็จจริง คำแนะนำ คำบอกเล่า หรือความคิดที่ถ่ายทอดออกมาเป็นคำพูดหรือข้อเขียน ซึ่ง

บันทึกหรือเสนอไว้ในรูปแบบต่างๆ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้รับข้อเสนอเทศาได้รับรู้และเข้าใจเพื่อใช้ประโยชน์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ

5.5 บรูณาการ หมายถึง การนำชุดกิจกรรมที่มีกิจกรรมที่หลากหลายและแตกต่างกันนำมาบูรณาการเข้าด้วยกันเพื่อให้การจัดกิจกรรมบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 ได้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ

6.2 สามารถนำชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการไปใช้ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนวัยเดียวกันที่มีลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ

6.3 เป็นแนวทางให้ผู้สนใจศึกษาและพัฒนาจิตลักษณะหรือคุณลักษณะที่พึงประสงค์อื่นๆ ได้ศึกษาวิจัยต่อไป

6.4 ใ้ค้นวัตกรรมทางการแนะแนวที่ใช้พัฒนานักเรียนระดับประถมศึกษา

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์และการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.2 ลักษณะของบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง
 - 1.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.5 ทฤษฎีพัฒนาการของช่วงวัยรุ่นตอนต้น อายุ 10-11 ปี
 - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์
 - 1.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศ
 - 1.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในต่างประเทศ
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ
 - 2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.3 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.4 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว
 - 2.5 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.6 ขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.7 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.8 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
3. กรอบแนวคิดในการวิจัย

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

1.1 ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

มาจากศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Emotional Quotient (EQ) หรือ Emotional Intelligence ซึ่งนักการศึกษา นักจิตวิทยา ได้ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ไว้ดังนี้

บาร์-ออน (Bar-On, 1997 อ้างถึงใน วีรวรรณ ปิ่นนิทามัย 2542 : 30) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นชุดของขีดความสามารถ สมรรถนะและทักษะทางจิตพิสัยที่ส่งผลต่อความสามารถที่จะประสบความสำเร็จ ในการต่อสู้กับข้อเรียกร้องและแรงกดดันต่างๆที่มาจากภาวะแวดล้อม ที่มีผลต่อการมีสุขภาพจิตที่ดีและการประสบความสำเร็จในชีวิต

ซาโลเวย์และเมเยอร์ (Salovey & Mayer อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข 2542 : 16) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึกและสภาวะอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นได้ และสามารถควบคุมอารมณ์ของตนทำให้สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผล สอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธที่ดีกับบุคคลอื่น

คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf, 1997 อ้างถึงใน นิรดา อุดลยพิเชษฐ 2542 : 5) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และรู้จักใช้พลังทางด้านอารมณ์ของตนเอง เป็นรากฐานในการสร้างสัมพันธภาพและโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น

โกลแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน กรมวิชาการ 2543 : 85) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและ ความรู้สึกของผู้อื่นจนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ

พระราชวรมนี (ประยูร รมุมจิตโต 2543 : 1) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผลเป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดความประพฤติ ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็เป็นพลังบอด ปัญญาจึงเป็นตัวกำกับชีวิตของเราให้การแสดงออกเป็นไปในทางที่ถูกต้อง

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต 2543 : 3) อธิบายถึงความฉลาดทางอารมณ์ว่า อารมณ์ก็คือสภาพจิตที่โยงไปถึงพฤติกรรมในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เพราะอารมณ์หรือสภาพจิตนั้น อาศัยพฤติกรรมเป็นช่องทางสื่อสารแสดงออก

กรมสุขภาพจิต (2543 : 1) ได้ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ประกอบด้วยปัจจัย 3 ประการ คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข

ทศพร ประเสริฐสุข (2542 ข : 63) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึง ความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่ตระหนักถึงความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถระงับการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม

วิลาศลักษณ์ ชิววัณลี (2542 : 41) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จะเข้าใจ จัดการและใช้ประโยชน์จากอารมณ์ของตนเอง สามารถเข้าใจ อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นและมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างบุคคลได้

สันตนิย์ ฉัตรคุปต์ (2543 : 10) ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความฉลาดในการพัฒนาอารมณ์ของมนุษย์ ซึ่งจะเห็นได้ง่ายๆ จากบุคลิกภาพนั่นเอง

เทอดศักดิ์ เดชคง (2544 : 39) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า มีความสุข และยังสามารถขยายความว่า “คำว่าคนดี รวมความหมายของความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือ ความเมตตากรุณาในแง่ของพระพุทธศาสนา ส่วนนี้ก็คือศีล คือข้อปฏิบัติเพื่อขัดเกลามนุษย์นั่นเอง มีคุณค่านั้นสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว ส่วนมีความสุขเกิดจากการรู้จักมองโลกเลือกหาความสุขใส่ตัวเมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไข อันนี้คล้ายกับการใช้ปัญญา”

รัตติกร จงวิศาล (2544 : 88) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า คือ ความสามารถในการตระหนักรู้และเข้าใจอารมณ์ หรือความรู้สึกของตนเอง สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองและสามารถใช้อารมณ์ให้เกิดประโยชน์และเป็นความสามารถในการตระหนักรู้ และเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ธีระ ชัยบุทธรขรรจง (2544 : 37) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรู้จักเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถเข้าถึงจิตใจผู้อื่น รักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ด้วยการจัดการกับตนเองให้สามารถเผชิญกับความคับข้องใจ ความเศร้าโศก ความยากลำบาก ความกลัวได้อย่างมั่นคง ทนต่อแรงปะทะทางอารมณ์และความรู้สึก

ของผู้อื่นได้อย่างดี รู้จักนำพลังแห่งอารมณ์และความรู้สึกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและมี
ความสุขในชีวิต

สินิทธ์ วงศ์ธิดา (2546 : 10) ได้ให้ความหมายว่า คือความสามารถของบุคคลที่
จะตระหนักรู้ความคิด ความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง อารมณ์ของผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์
และแรงกระตุ้นภายใน ตลอดจนสามารถตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม ถูก
กาลเทศะ

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2548 : 11) ให้ความหมายว่า หมายถึง ความสามารถของ
บุคคลในอันที่จะตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นอย่างสอดคล้องและถูกต้องตามความเป็น
จริง อีกทั้งมีความสามารถในการบริหารจัดการและควบคุมอารมณ์ของตน พร้อมทั้งสามารถแสดง
อารมณ์ของตนออกมาอย่างเหมาะสม ถูกต้อง ตามกาลเทศะกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ใน
ขณะนั้น

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์
หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมี
ความสุข ประกอบด้วย ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข คือ มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์
และความต้องการของตนเอง มีความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบ รู้จักและสร้าง
แรงจูงใจให้แก่ตนเอง มีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มี
ความภูมิใจในตนเอง มีความพึงพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

1.2 ลักษณะของบุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง

ห้องพรหม เกิดพิทักษ์ (2542 : 16) กล่าวว่า บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะ
เป็นบุคคลที่มีลักษณะต่างๆ ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง
สามารถควบคุมจัดการและแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม มีสติที่สามารถรับรู้และตระหนักรู้ได้ว่า
ขณะนี้กำลังทำอะไร รู้สึกอย่างไร ตลอดจนสามารถรับรู้เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม
2. มีพลังใจ มีแรงบันดาลใจที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมายในชีวิต
3. สามารถอดทนอดกลั้นต่อสภาพต่างๆ ที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถเผชิญต่อ
สภาพแวดล้อมต่างๆที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างเหมาะสม
4. มีความยืดหยุ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่นจนทำให้ปรับตัวไม่ได้
5. มีความสามารถที่จะควบคุมตนเอง
6. มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

7. มีสัมพันธภาพที่บ่งบอกถึงความไว้วางใจผู้อื่น จริงใจ ซื่อสัตย์

8. มีความคิดริเริ่ม มีความคิดสร้างสรรค์

9. มองโลกในแง่ดี

แดเนียล โกลแมน (อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต 2543 : 47) ผู้เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ กล่าวถึงลักษณะของคนที่มี อีคิวสูง หรือมีความฉลาดทางอารมณ์สูงไว้ ดังนี้

1. เป็นคนที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์
2. มีการตัดสินใจที่ดี
3. สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้
4. มีความอดทนอดกลั้น
5. ไม่หุนหันพลันแล่น
6. สามารถทนต่อความผิดหวังได้
7. สามารถเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น
8. เข้าใจสถานการณ์ทางสังคม
9. ไม่ย่อท้อหรือยอมแพ้ง่าย
10. มีพลังใจที่ฝ่าฟันต่อสู้กับปัญหาชีวิตได้
11. ไม่ปล่อยให้ความเครียดท่วมท้นจนทำอะไรไม่ถูก

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะเป็นผู้ที่รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น แยกแยะระหว่างความคิดและความรู้สึกได้ มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน ตัดสินใจในการแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องและมีเหตุผล อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

1.3 องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยาหลายท่าน ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

โกลแมน (Goleman, 1998 อ้างถึงใน ทศพร ประเสริฐสุข 2542 : 25-27) เสนอแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ แบ่งออกเป็น 2 สมรรถนะ ดังนี้

1. สมรรถนะทางสังคม เป็นการสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่นประกอบด้วย

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การตระหนักรู้ถึงความต้องการ ความรู้สึกและมีความสนใจห่วงใยผู้อื่น ดังนี้

- 1) การเข้าใจผู้อื่น ตระหนักรู้ถึงความรู้สึกนึกคิดและมุมมองของผู้อื่น สนใจและให้ความสำคัญผู้อื่นมากขึ้น
- 2) การมีจิตใจใฝ่บริการ รับรู้ คาคะเนและตอบสนองความต้องการของบุคคลอื่นหรือผู้ที่มาติดต่อสัมพันธ์กับตนเองได้
- 3) ส่งเสริมผู้อื่น ทราบความต้องการและช่วยพัฒนาให้เขามีความรู้ความสามารถให้ถูกทาง
- 4) ให้โอกาสบุคคลอื่น สามารถมองเห็นความเป็นไปได้ จากการมองเห็นความแตกต่างของคนและไม่ถึงเขาถือเรา
- 5) ตระหนักรู้ถึงทัศนคติความคิดเห็นของกลุ่มและสามารถคาคะเนสถานการณ์ในด้านความสัมพันธ์ของบุคคลในกลุ่มได้

1.2 ทักษะทางสังคมด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นความคล่องในการติดต่อกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี โดยสามารถแสวงหาความร่วมมือจากผู้อื่นได้ ประกอบด้วย

- 1) ความสามารถในการโน้มน้าวจิตใจ สามารถแสดงวิธีการโน้มน้าวความคิดเห็นของผู้อื่นอย่างนุ่มนวล แนบเนียนและได้ผล
- 2) มีการสื่อสารที่ดี นุ่มนวลถูกต้องน่าเชื่อถือ
- 3) มีความเป็นผู้นำ โน้มน้าวใจผลักดันกลุ่มได้อย่างดี ถูกทิศทาง
- 4) สามารถกระตุ้นเร้า ริเริ่ม ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี นั่นคือการบริหารการเปลี่ยนแปลง
- 5) สามารถบริหารความขัดแย้งได้ดี เจรจาต่อรอง แก้ไขปัญหา หาทางยุติข้อขัดแย้งได้อย่างเหมาะสม
- 6) สร้างสายสัมพันธ์เสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกันปฏิบัติภารกิจให้บรรลุเป้าหมาย
- 7) ทำงานเป็นทีม ร่วมมือกันเพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย
- 8) สร้างสมรรถนะของทีมงาน ให้เกิดพลังร่วมมือ

2. สมรรถนะส่วนบุคคล เป็นความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองได้
 อย่างดี ประกอบด้วย

2.1 การตระหนักรู้ตนเอง เป็นการตระหนักรู้ความรู้สึกและความโน้มเอียงของตนเองต่อการตอบสนองสิ่งเร้ารอบตัวและความพร้อมของคน ประกอบด้วย

1) เป็นผู้รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง รู้ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์นั้นๆ และคาดคะเนผลที่จะเกิดตามมาได้

2) สามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง รู้จุดเด่น จุดด้อย

3) มีความมั่นใจตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถและคุณค่าของตน

4) การจัดการกับความรู้สึกภายในคนให้อยู่ในภาวะที่พอเหมาะได้

2.2 ความสามารถในการควบคุมตนเอง การควบคุมตนเองเป็นปัจจัยสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ไม่ทำอะไรโดยใช้อารมณ์พาไป ประกอบด้วย

1) ควบคุมตนเอง จัดการกับภาวะอารมณ์ฉุนเฉียวต่างๆ ได้

2) ความเป็นคนที่มีความซื่อสัตย์ เป็นที่ไว้วางใจ ปฏิบัติตนรักษาคุณงามความดีเป็นแนวทางชีวิต

3) เป็นผู้ใช้สติปัญญาแสดงความรับผิดชอบ

4) มีความสามารถในการปรับตัว ยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ

5) ชอบสร้างสรรค์สิ่งใหม่ เปิดใจกว้างกับความคิดและข้อมูลใหม่ๆ ได้ อย่างมีความสุข

2.3 ความสามารถสร้างแรงจูงใจ และจูงใจตนเองได้ เพื่อเป็นแนวโน้มนำทางอารมณ์ที่เกื้อหนุนต่อการมุ่งสู่เป้าหมาย ประกอบด้วย

1) มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ โดยพยายามทำภารกิจต่างๆ มีการปรับปรุงให้สู่มาตรฐานอันดีเลิศ

2) มีความจงรักภักดียึดมั่นกับกลุ่มเป้าหมายของกลุ่มและเป้าหมายขององค์กร

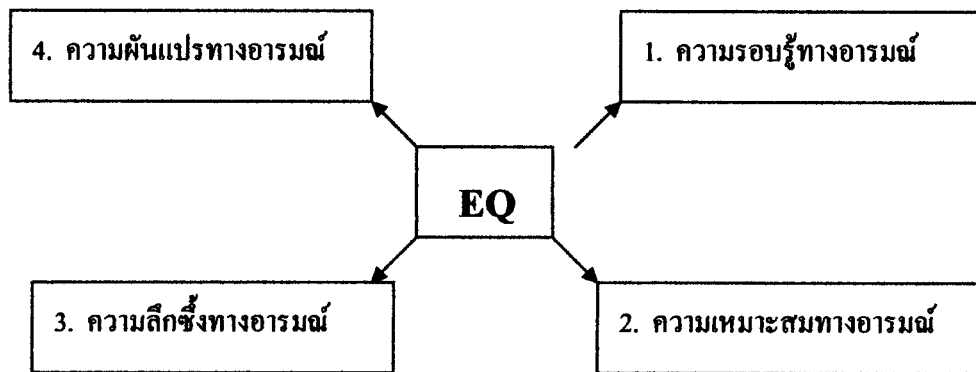
3) มีความคิดริเริ่มและพร้อมที่จะปฏิบัติตามที่โอกาสเอื้ออำนวย

4) การมองโลกในแง่ดี เผชิญกับปัญหาและอุปสรรคได้อย่างไม่ย่อท้อจนสำเร็จบรรลุตามเป้าหมาย

คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf, อ้างถึงใน วีระวัฒน์ ปันนิดาบย์ 2544 : 74-75) ได้แสดงโมเดลของความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วยหลักสำคัญ 4 หลักด้วยกัน

ในแต่ละหลักจะมี 4 องค์ประกอบย่อย ซึ่งนำไปสู่การวัดการประเมินที่เรียกว่า แผนที่ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ Map) ดังแผนภาพ

- การแสดงการหยังรู้ได้
- การคิดใคร่ครวญได้
- การเล็งเห็นโอกาส
- การสร้างอนาคต
- ความซื่อสัตย์ทางอารมณ์
- อารมณ์ที่มีพลัง
- การรับทราบผล
- ความสามารถหยังรู้ตามความเป็นจริง



- การผูกพัน รับผิดชอบและมีสติ
- การมีเป้าหมายและศักยภาพที่โดดเด่น
- พุดกับทำตรงกันด้วยคุณธรรม
- การโน้มน้าวโดยไม่ต้องใช้สิทธิอำนาจ
- มีอยู่อย่างแท้จริง
- การแผ่ความไว้นี้เชื่อใจ
- การไม่พึงพอใจในเชิงสร้างสรรค์
- การกลับคืนสู่สภาพปกติและเดินหน้า

ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์

ธีระ ชัยยุทธบรรยง (2544 : 36) ได้กล่าวว่า ผู้ที่จัดว่ามีความฉลาดทางอารมณ์ควรมีองค์ประกอบดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองรู้ในขณะนั้นตนเองมีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร เช่น รู้ว่าตนเองโกรธ และไม่พอใจ การรู้จักเข้าใจอารมณ์ของตนเองจนทำให้ไม่เป็นทาสอารมณ์และทำอะไรด้วยอารมณ์ชั่ววูบหรือวู่วาม

2. เข้าใจถึงจิตใจผู้อื่น และรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ต้องรู้ว่าบุคคลอื่นที่เราเกี่ยวข้องกับเขามีอารมณ์ความรู้สึกอย่างไร เข้าใจว่าทำไมเขาจึงเกิดอารมณ์และความรู้สึกเช่นนั้นให้ความเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา ไม่กล่าวโทษผู้ใดว่าเป็นสาเหตุของวิกฤติการณ์ต่างๆ ต้องให้ความสำคัญ เห็นคุณค่าและยกย่องให้เกียรติผู้อื่น

3. รู้จักจัดการกับตนเอง ให้สามารถเผชิญกับความคับข้องใจ ความเศร้า เสียใจ ความยากลำบาก ความกลัว อื่นๆ ได้อย่างมั่นคง โดยมีรายละเอียดดังนี้

3.1 ควบคุมตนเองไม่ให้แสดงอารมณ์ในทางไม่ดีออกมา เช่น โกรธที่รู้ว่าโกรธ แต่ต้องแสดงออกด้วยท่าทางที่สงบเยือกเย็น ไม่วู่วาม ออกทน พร้อมทั้งจะรอเวลาอันเหมาะสมหรือมีความคิดรอบคอบ ตัดสินข้อขัดแย้งด้วยความใจเย็นและมีสติ

3.2 ทนต่อแรงปะทะทางอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างสงบนิ่ง มั่นคง ยืนหยัด เผชิญกับภาวะที่ไม่น่าอภิรมย์ ความไม่สบายใจ ความพ่ายแพ้ ท้อแท้ ทอดอาลัย รู้จักสงบนิ่งกับสิ่งที่สุดท้ายจะแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้

3.3 สื่อสารความรู้สึกนึกคิดกับผู้อื่นได้ดี รู้จักรักษาน้ำใจผู้อื่น สุภาพ อ่อนโยน ไม่ใช่ถ้อยคำที่เยาะเย้ยถากถางฝ่ายตรงข้าม ไม่พูดจาต่อเสียด หาเรื่องที่จะทำให้เกิดความขัดแย้ง

3.4 รู้จักนำพลังแห่งอารมณ์ ความรู้สึกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต้องรู้ว่าตนเองมีความสามารถด้านใด มีความต้องการทำสิ่งใด รู้จักสร้างแรงจูงใจให้ตัวเองอย่างสม่ำเสมอในการนำตนเองไปสู่ความสำเร็จโดยใช้อารมณ์ความรู้สึกเป็นตั้งกระตุ้น มีความมานะพยายามสามารถตรากตรำทำงานฟันฝ่าสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดความผิดหวัง แม้ล้มเหลวก็สามารถลุกขึ้นมาสู้ต่อไปโดยไม่ย่อท้อ เมื่อตัดสินใจสิ่งใดไปแล้วจะมั่นคงอยู่กับการตัดสินใจนั้น แม้ผิดก็รับเป็นบทเรียนไม่กลัวเสียหน้า

กรมสุขภาพจิต (2543 : 28-30) กำหนดองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 3 ประการดังนี้

1. ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

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

1.2 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น

- 1) ใส่ใจผู้อื่น
- 2) เข้าใจและยอมรับผู้อื่น
- 3) แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบ

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

2. ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง

- 1) รู้ศักยภาพของตนเอง
- 2) สร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ตนเองได้
- 3) มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย

2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

- 1) รับรู้และเข้าใจปัญหา
- 2) มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- 3) มีความยืดหยุ่น

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

- 1) รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- 2) กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- 3) แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

3. ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ความภูมิใจในตนเอง

- 1) เห็นคุณค่าในตนเอง
- 2) เชื่อมั่นในตนเอง

3.2 ความพึงพอใจในชีวิต

- 1) รู้จักมองโลกในแง่ดี
- 2) มีอารมณ์ขัน
- 3) พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 ความสงบทางใจ

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

จากแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ของ นักจิตวิทยา นักการศึกษา ตลอดจนกรมสุขภาพจิต จะเห็นได้ว่าส่วนมากมีความสอดคล้องกัน ส่วนใหญ่จะให้น้ำหนักในเรื่องของความเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขด้วย ผู้วิจัยจึงขอยึดหลักการจัดองค์ประกอบของกรมสุขภาพจิตเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนในครั้งนี้ จึงขอสรุปองค์ประกอบเป็น 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข ซึ่งแยกเป็นด้านย่อยได้ 9 ด้านดังนี้

1. การควบคุมตนเอง
2. ความเห็นใจผู้อื่น
3. ความรับผิดชอบ
4. การมีแรงจูงใจ
5. การตัดสินใจแก้ปัญหา
6. สัมพันธภาพกับผู้อื่น
7. ความภูมิใจในตนเอง
8. ความพอใจในชีวิต
9. ความสุขสงบทางใจ

1.4 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

นักจิตวิทยา นักการศึกษา ได้เสนอแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไว้
ดังนี้

ดาเนียล โกลแมน (อ้างถึงในกรมสุขภาพจิต 2544 : 31-33) มีรายละเอียดดังนี้

1. การพัฒนา การรู้จักอารมณ์ของตนเอง ทำได้ดังนี้คือ

1.1 ให้เวลาแก่ตนเองในการทบทวนอารมณ์ของตนเองทำได้ดังนี้ คือ
อารมณ์เช่นไรมักจะคล้อยตามอารมณ์ของตนเอง คล้อยตามอารมณ์ของผู้อื่นหรือคล้อยตาม
สิ่งแวดล้อมภายนอก

- 1) ทบทวนผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ที่เราได้แสดงอาการใด
ออกไป
- 2) ทบทวนผลย้อนกลับจากการแสดงอารมณ์ของเรา
- 3) รู้สึกอย่างไรกับผลย้อนกลับ
- 4) ถ้ารู้สึกไม่สบายใจคิดว่าไม่เหมาะสม หาวิธีการที่ดีกว่าสำหรับใช้ใน
คราวต่อไป
- 5) ถ้ารู้สึกพอใจ เหมาะสมแล้วต้องแน่ใจว่าไม่มีการเข้าข้างตัวเองหรือ
หลอกตัวเองแล้วใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

1.2 การฝึกรู้ตัวบ่อยๆ มีสติอยู่กับการรู้ตัว

- 1) ขณะนี้เรากำลังรู้สึกอย่างไรกับตัวเองหรือกับสิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆตัว
รู้สึกสบายใจ ไม่สบายใจ
- 2) คิดอย่างไรเมื่อเกิดความรู้สึกนั้น
- 3) ความคิด ความรู้สึกนั้นมีผลอย่างไรกับการแสดงออกของตนเอง

2. การพัฒนาการจัดการอารมณ์ของตนเอง

2.1 ทบทวนว่ามีอะไรบ้างที่เราทำลงไปเพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้น ดูด้วย
ว่าผลที่ตามมาเป็นเช่นไร

2.2 เตรียมการในการแสดงอารมณ์ ตั้งใจไว้เกี่ยวกับการแสดงอารมณ์ใน
คราวต่อไป ฝึกการสั่งตัวเองว่าจะทำอะไร / จะไม่ทำอะไร

2.3 ฝึกการรับรู้ถึงต่างๆที่เกิดขึ้นแล้วยอมรับความจริงที่เราต้องเกี่ยวข้องใน
ด้านดี สร้างอารมณ์แจ่มใสเกิดความสบายใจ

2.4 ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง/ผู้อื่น/สิ่งอื่นที่อยู่รอบตัว ทำให้เกิดความคิดที่ดี การกระทำที่ดี ทำให้เกิดผลย้อนกลับที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

2.5 ฝึกการมองหาประโยชน์/โอกาส จากอุปสรรค/ปัญหาที่เกิดขึ้น โดยการเปลี่ยนมุมมองทางแง่ดี โดยคิดว่าเป็นสิ่งท้าทายให้เราได้แสดงความสามารถ ทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับเรา มีทางเลือกมากกว่า 1 ทาง จึงเลือกทางที่เป็นประโยชน์ที่สุด หรือมีโทษน้อยที่สุด

2.6 ฝึกการผ่อนคลายความเครียดที่เกิดจากอารมณ์ไม่ดี โดยเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตัวเองเพราะถ้ามีความเครียดมากๆจะไม่มีพลังพอที่จะให้หลุดพ้นจากการครอบงำของอารมณ์ เมื่อควบคุมอารมณ์ได้แล้วก็จะหาทางระบายอารมณ์ในทางที่เหมาะสมต่อไป

3. การพัฒนาการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง

1) ทบทวนว่าสิ่งสำคัญในชีวิตเรามีอะไรบ้างที่เราต้องการอยากได้ อยากมี อยากเป็น จัดอันดับความสำคัญ หลังพิจารณาว่าการจะบรรลุสิ่งที่ต้องการแต่ละสิ่งนั้นสิ่งใดมีทางที่จะเป็นไปได้ สิ่งใดเป็นไปได้ สิ่งใดที่เกิดประโยชน์ สิ่งใดที่เกิดโทษ

2) นำความต้องการในข้อ 1 ที่เป็นไปได้และเกิดประโยชน์มาตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนให้แก่ตัวเอง หลังวางขั้นตอนที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายนั้น

3) ในการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต้องระวังอย่าให้เหตุการณ์บางอย่างมาทำให้ไขว่เขวไปจนออกนอกทางที่จะบรรลุเป้าหมาย

4) ฝึกการมองหาประโยชน์จากอุปสรรคมองหาสิ่งดีจากสิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นแล้ว เพื่อสร้างความรู้สึกที่ดีๆที่จะเป็นพลังให้เกิดสิ่งดีอื่นๆต่อไป

5) ฝึกสร้างทัศนคติที่ดี ทำความเข้าใจในเรื่องการมองโลกในแง่ดี หามุมมองในเรื่องที่ดีที่เราไม่พอใจ มองปัญหาให้เป็นการเรียนรู้ การคิดในแง่ดี ทำให้รู้สึกดีมีพฤติกรรมที่ดีแก่ความพึงพอใจเป็นการเพิ่มพลัง-แรงจูงใจให้กับตนเอง

6) หมั่นสร้างความหมายในชีวิตให้แก่ตนเอง มองหาสิ่งดีในตนเองนึกถึงสิ่ง ที่สร้างความภูมิใจแม้จะเป็นสิ่งเล็กๆน้อยๆ ในตัวเราและพยายามใช้สิ่งที่ดีในตนสร้างให้เกิดคุณค่าแก่ตนเองและผู้อื่นอยู่เสมอก็จะยิ่งเพิ่มพูนความหมายในชีวิตมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังเพิ่มแรงจูงใจที่จะรู้สึก คือ ปฏิบัติสิ่งที่ดีต่างๆ

7) ให้กำลังใจตนเอง คิดอยู่เสมอว่าเราทำได้ เราจะทำ ลงมือทำ

4. การพัฒนาการหยั่งรู้อารมณ์ผู้อื่น

1) ให้ความสนใจการแสดงอารมณ์ของผู้อื่น โดยสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทางการพูด ถ้อยคำ น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่นๆ ฝึกสังเกตบ่อยๆ จะเห็นอารมณ์ผู้อื่น จากสิ่งต่างๆที่สามารถสังเกตได้โดยเฉพาะจากสีหน้า แววตา จะสังเกตได้ง่ายกว่าผู้อื่น

2) ด้านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นจากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขากำลังมีอารมณ์ความรู้สึกใด อาจตรวจสอบโดยถามความรู้สึกเขา แต่จากการตรวจสอบต้องทำในสถานะเหมาะสมมิฉะนั้นอาจเป็นการทำลายความรู้สึกกันได้

3) ทำความเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลตามสภาพที่เขาเผชิญอยู่จริง ที่เรียกกันทั่วไปว่าคิดเอาใจเขามาใส่ใจเรา ถึงแม้จะไม่ถูกต้องทุกประการ แต่ก็มีความคล้ายคลึงหรือใกล้เคียงบ้าง

4) การแสดงการตอบสนองอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น การแสดงว่าเข้าใจ เห็นใจกัน ทำให้อารมณ์ความรู้สึกที่ดีต่อกัน

5. แนวทางการดำเนินการด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น

1) การรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจำเป็นต้องมีพื้นฐานมาจากการมองตนเองและผู้อื่นในแง่ดี สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกันการฝึกสร้างอารมณ์ที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้อื่น จะทำให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้น

2) ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ สร้างความเข้าใจที่ตรงกันชัดเจน ฝึกการเป็นผู้ฟังและผู้พูดที่ดี ที่สำคัญต้องคำนึงถึงความรู้สึกของผู้รับการสื่อสารด้วย

3) ฝึกแสดงน้ำใจ ความเอื้อเฟื้อรู้จักการรับการให้ การแลกเปลี่ยนให้เกิดคุณค่า เกิดประโยชน์สำหรับตนเองและสำหรับบุคคลที่เกี่ยวข้อง

4) ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงใจ ให้การยอมรับ เพราะเป็นสิ่งที่จะทำให้ผู้รับมีความภาคภูมิใจและมีความรู้สึกที่ดีตอบแทนมา

5) ฝึกการแสดงความชื่นชอบ ชื่นชม และให้กำลังใจซึ่งกันและกันตามวาระที่เหมาะสม

กัตดาวรรณ ณ ระนอง (2548 : 39-44) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็กด้วยการสร้างเสริมให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนี้

1. ให้ความรักที่ปราศจากเงื่อนไข
2. ให้การยอมรับนับถือเด็ก

3. เลี้ยงเด็กให้มีน้ำใจ
4. การฝึกวินัยในเชิงบวก
5. เลี้ยงเด็กให้เป็นอิสระและเป็นตัวของตัวเอง

อุสา สุทธิสาคร (2544 : 24) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทาง

อารมณ์ดังนี้

1. การพัฒนาความเห็นอกเห็นใจและเอื้ออาทร
2. การพัฒนาความซื่อสัตย์
3. การพัฒนาทักษะกระบวนการคิด
4. การฝึกทักษะแก้ปัญหา
5. การพัฒนาทักษะทางสังคม
6. การสร้างแรงจูงใจและทักษะสู่ความสำเร็จ
7. การพัฒนาทักษะควบคุมอารมณ์

ประคินันท์ อุปรมัย (2548 : 23) ได้เสนอแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทาง

อารมณ์ของผู้ปกครองเด็ก คือ

การศึกษามองตนเองตามที่เป็นจริง สามารถทำได้โดยการฝึกปฏิบัติดังนี้

1. สำรวจตนเองว่าในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมาท่านมีความรู้สึกหรืออารมณ์ใดบ้าง
2. เมื่อรวมจำนวนความรู้สึกหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นในข้อ 1 ได้แล้ว ขอให้จัดอันดับ

ความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีความถี่ของการเกิดมากที่สุด

3. เมื่อรู้แล้วว่าในรอบสัปดาห์ที่ผ่านมาท่านเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์อย่างไรบ่อยมากที่สุด ขอให้เขียนข้อความ 1-2 ประโยคที่เป็นความคิดเกี่ยวกับชีวิตของท่านในขณะนี้

เมื่อได้รู้แล้วว่าในรอบสัปดาห์ที่แล้วเราเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ในลักษณะใดมากที่สุดขอให้นึกทบทวนต่อว่าความรู้สึกหรืออารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดนั้น เกิดขึ้นกับใคร หรือเกิดขึ้นในสถานการณ์ใดบ้างและเมื่อเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์ดังกล่าวเราแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างไรบ้างเขียนพฤติกรรมที่แสดงออกไว้ตามที่เป็นอย่างจริง พร้อมทบทวนต่อด้วยว่าพฤติกรรมที่แสดงออกไปนั้นเหมาะสมหรือไม่

ถ้าเหมาะสม พฤติกรรมนั้นๆมีผลต่อตัวท่านหรือบุคคลอื่นในขณะนั้นอย่างไร และทำให้ท่านเกิดความคิดในขณะนี้อย่างไร

ถ้าไม่เหมาะสมพฤติกรรมนั้นๆสร้างความไม่สบายใจหรือก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ท่านหรือแก่ใครคนอื่นต่อไปอีกหรือไม่ อย่างไร และทำให้ท่านเกิดความคิดในขณะนี้อย่างไร

การฝึกมองคนโดยหวนคิดถึงอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในแต่ละสัปดาห์ (หรือแต่ละวันจนถึงแต่ละชั่วโมง หรือแต่ละนาที) ก็คือการฝึกให้เราฝึกสติรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาในตัวเอง เพียงแต่ว่าการจะให้สามารถรู้เท่าทันอารมณ์ได้ตลอดเวลาจำเป็นต้องอาศัยเวลาในการฝึกฝนอยู่เป็นนิจนั่นเอง

จะเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นคุณลักษณะที่สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้สาระสำคัญโดยรวม ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ต่างมุ่งเน้นให้รู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองที่เกิดขึ้น ตลอดจนสามารถจัดการกับความขัดแย้งต่างๆที่เกิดขึ้นทั้งภายในตนเอง ในสถานะแวดล้อม อีกทั้งแสดงอารมณ์ได้เหมาะสมตามสถานการณ์ เพื่อรักษาสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นจะนำไปสู่การดำเนินชีวิตที่สงบสุข

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งเน้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยมีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนได้พัฒนาคุณลักษณะที่มีความสอดคล้องกับองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต โดยสร้างชุดกิจกรรมและแนวแบบบูรณาการโดยใช้กิจกรรมหลากหลาย เน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมกับการเรียนและฝึกปฏิบัติจริง นำผลการเรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันและสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนให้เพิ่มสูงขึ้นเต็มตามศักยภาพของแต่ละบุคคลต่อไป

1.5 ทฤษฎีพัฒนาการของช่วงวัยรุ่นตอนต้น อายุ 10-11 ปี

จากการศึกษาพัฒนาการในวัยเด็กช่วงอายุ 10-11 ปีได้มีผู้ให้แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการในแต่ละด้านไว้อย่างหลากหลาย ซึ่งผู้วิจัยมีความสนใจแนวคิดของ พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2547 : 1-2) ที่ได้แบ่งทฤษฎีพัฒนาการไว้ 5 ด้าน คือ ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสติปัญญา ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพ ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสังคมและทฤษฎีพัฒนาการทางด้านจริยธรรม ซึ่งพัฒนาการแต่ละด้านนั้นจะมีความต่อเนื่องกันทุกช่วงวัย สำหรับเด็กในช่วงวัย 10-11 ปีนั้น จะมีพัฒนาการต่างๆตามหัวข้อที่กล่าวข้างต้นดังนี้

1. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านร่างกายและการเคลื่อนไหว

เด็กในวัยนี้จะมีลักษณะเด่นทางด้านร่างกาย คือเป็นในแง่ของความอองกวม เจริญเติบโตถึงขีดสมบูรณ์ เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ ความเจริญเติบโตมีทั้งส่วนภายนอกที่มองเห็นได้ง่าย เช่น ส่วนสูง น้ำหนัก รูปหน้า ส่วนลึกของร่างกาย ลักษณะเส้นผม ฯลฯ และความเจริญส่วนภายใน เช่น การทำงานของต่อมบางชิ้น โครงกระดูกแข็งแรงขึ้น การผลิตเซลล์สืบพันธุ์ในเด็กชาย การมีประจำเดือนของเด็กหญิง

2. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสติปัญญา

เด็กในวัยนี้สามารถเริ่มคิดสิ่งที่เป็นนามธรรมได้ รู้จักตั้งสมมติฐาน สามารถแก้ปัญหาได้โดยใช้หลักวิทยาศาสตร์ วินัดดา ปิยศิลป์ และพนม เกตุมาน (2545 : 23) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เพียเจต์ (Piaget อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2547 : 44) กล่าวว่าเด็กในช่วงวัยนี้มีระดับพัฒนาการความเข้าใจอย่างมีเหตุผล ระเบียบนี้เป็นพัฒนาการทางด้านสติปัญญาและความคิดของเด็กนั้นจะพัฒนาขึ้นสู่ระดับวุฒิภาวะสูงสุด คือเด็กในวัยนี้จะเริ่มคิดเหมือนผู้ใหญ่ ความคิดแบบเด็กจะสิ้นสุดลง เด็กจะสามารถที่จะคิดอย่างมีเหตุผล สามารถที่จะคิดอย่างเป็นวิทยาศาสตร์สามารถที่จะตั้งสมมติฐานและทฤษฎีต่างๆและสามารถที่จะเกิดความคิดรวบยอดสิ่งที่เป็นนามธรรม นอกเหนือไปจากสิ่งที่ตาของเขามองเห็น

3. พัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพ

ในวัยนี้จะมีพัฒนาการทางด้านอารมณ์และบุคลิกภาพที่เด่นชัดที่สุด เนื่องจากเป็นวัยที่นักวิชาการ นักจิตวิทยาได้ระบุว่า ภัยพายุบุแคม (Storm and Stress) ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 336) ซึ่งเป็นวัยที่แสดงความเป็นตัวของตัวเองมากที่สุด ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กกำลังต้องการแสวงหาความเป็นตัวคนที่แท้จริง เพราะยังคงมีความสับสนเนื่องจากเป็นช่วงวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ เป็นช่วงที่เปลี่ยนวัยจึงส่งผลต่อในเรื่องของการปรับตัว จากแนวคิดทฤษฎีบุคลิกภาพของ อิริคสัน (Erikson อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2547 : 93) ได้กล่าวว่าในเด็กช่วงวัยนี้จะมีความรู้สึกขัดแย้งระหว่างตนประสบความสำเร็จหรือรู้สึกด้อย (Sense of Industry vs. Sense of Inferiority) เป็นช่วงของการที่เด็กได้มีโอกาสเรียนรู้ประสบการณ์สิ่งใหม่ๆมากขึ้น จึงเป็นส่วนหนึ่งที่เด็กพยายามทำตามแบบของผู้ใหญ่ ถ้าสามารถทำได้ก็จะรู้สึกประสบความสำเร็จทั้งที่ต้องทุ่มเทแรงกายแรงใจ ในขณะที่ถ้าไม่สามารถทำได้เช่นเดียวกับผู้ใหญ่ก็เป็นเหตุให้เด็กรู้สึกด้อย (Feeling of Inferiority) ซึ่งส่งผลถึงพัฒนาการด้านอารมณ์โดยแสดงออกทางพฤติกรรม ตามแนวคิดของ ออซูเบล (Ausubel อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2547 : 97) ได้กล่าวว่าสิ่งที่จะส่งผลต่อพัฒนาการนั้นเกิดจากองค์ประกอบ 3 ประการคือ ประการแรกคือองค์ประกอบทางด้านสังคม (Social Factor) เป็นองค์ประกอบที่กล่าวถึงสถาบันทางสังคมที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มและภายในกลุ่ม ระหว่างบุคคล และองค์การทางสังคม ซึ่งเป็นตัวกำหนดทิศทางและพฤติกรรมของพัฒนาการ ทั้งยังมีบทบาทสำคัญในการก่อให้เกิดความเจริญเติบโตทางโครงสร้างของบุคลิกภาพด้วย ประการที่ 2 คือ องค์ประกอบภายใน เป็นผลของปฏิสัมพันธ์ (Interaction)

ระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมที่ผ่านมาและเป็นแนวโน้มของการเลือกตอบสนองต่อประสบการณ์หรือเป็นขอบเขตทิศทางตอบสนองต่อประสบการณ์ ประการที่ 3 คือ องค์ประกอบทางการรับรู้ เป็นการที่บุคคลรู้อย่างไรจะมีผลต่อพฤติกรรมและพัฒนาการของเขา โดยตรง และการรับรู้ที่นี้อาจจะไม่ตรงกับสภาพความเป็นจริงก็ได้ ทั้งนี้จึงกล่าวได้ว่า การแสดงอารมณ์นั้นจะแสดงออกทางพฤติกรรม ดังนั้นการที่เด็กจะแสดงพฤติกรรมได้นั้นเกิดจาก องค์ประกอบภายใน คือการรับรู้ตนเองในขณะนั้น และประสบการณ์เดิมที่ตนเคยเรียนรู้ รวมถึง องค์ประกอบภายนอกที่เป็นปัจจัยกำหนดให้เกิดพฤติกรรมต่างๆขึ้น

4. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านสังคม

กล่าวได้ว่า เด็กวัยนี้เป็นวัยที่อยู่กับสังคมโรงเรียนมากกว่าสังคมในบ้าน ดังนั้นเพื่อนจึงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเด็กวัยนี้ เป็นวัยที่เพื่อนมีอิทธิพลมาก เพราะต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน จึงมักยอมทำตามคำนิยามของเพื่อน นางพงา ลิมสุวรรณ (2542 : 91) ซึ่งสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 337) กล่าวว่าเด็กวัยนี้จะให้ความสำคัญกับเพื่อนร่วมวัยและมีความผูกพันแน่นแฟ้นกับเพื่อนในกลุ่มมากขึ้น และจะเริ่มในชีวิตกลุ่มที่แท้จริง

5. ทฤษฎีพัฒนาการทางด้านจริยธรรม

เด็กวัยนี้สามารถทำตามกฎเกณฑ์ของสังคมเพื่อให้ได้รับการยอมรับว่าเป็นเด็กดี มีความรับผิดชอบ ใฝ่รู้ใฝ่เรียน จากแนวคิดของ โคลเบอร์ก (Kohlberg อ้างถึงใน พรหมทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2547 : 166) สำหรับเด็กวัยนี้เป็นช่วงระดับมีจริยธรรมอย่างมีกฎเกณฑ์ (Conventional level) ระดับนี้เริ่มใช้กฎเกณฑ์ต่างๆขึ้นมากำหนดความถูกต้อง ความดี ความควรขึ้นมา โดยเริ่มจากการยอมรับของกลุ่มขึ้นเป็นกฎเกณฑ์ที่กำหนดในสังคม เช่น ระเบียบประเพณี จนถึงกฎหมาย เหตุผลทางจริยธรรมในระดับนี้อาจแบ่งออกเป็น 2 ประการคือ

ประการแรก คือ การยอมรับของกลุ่ม (Mutual Interpersonal Expectations Relationships and Interpersonal Conformity) เป็นพฤติกรรมที่ถูกต้อง ที่ดี ที่ควร ในขั้นพัฒนาการวัยนี้ คือการยอมรับของกลุ่มหรือการยอมรับของพรรคพวกเพื่อนพ้อง เช่น กลุ่มเพื่อน (Peer Group) เป็นต้น

ประการที่สอง คือ ระเบียบระบบของสังคม (Social System and Conscience) ในขั้นนี้พฤติกรรมที่ถูกต้อง ที่ดี ที่ควร ขึ้นอยู่กับระเบียบประเพณีหรือกฎเกณฑ์ที่สังคมกำหนดไว้หรือคั่งไว้ เช่น การฆ่าสัตว์เป็นสิ่งไม่ดี เพราะศีล 5 ในพุทธศาสนา ข้อที่ 1 ห้ามฆ่าสัตว์ ถ้าฆ่าสัตว์จึงผิดศีลเป็นสิ่งไม่ดี หรือค่านิยมไทย ลูกชายต้องบวชเรียน ฉะนั้นการบวชเรียนของลูกชายจึงเป็นสิ่งที่ดี ที่ถูกต้อง ที่ควร เป็นต้น

จากพัฒนาการข้างต้น จะพบว่า ตามทฤษฎีพัฒนาการของ เฮวิกเฮิร์ส (Havighurst อ้างถึงใน สุรางค์ โค้วตระกูล 2544 : 90-93) กล่าวว่า ทุกคนต้องมีงานพัฒนาการ (Development Tasks) โดยที่เป็นงานที่มนุษย์ทุกคนจะต้องทำในแต่ละวัยของชีวิต ซึ่งในช่วงวัย 10-11 ปี จัดได้ว่า จะต้องมียงานพัฒนาการ ดังนี้

1. เรียนรู้ที่จะใช้ทักษะทางร่างกายที่จำเป็นสำหรับการเล่นเกมต่างๆ
2. สร้างทัศนคติที่ดีต่อตนเองในฐานะเป็นมนุษย์
3. เรียนรู้ในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนร่วมวัย
4. เรียนรู้บทบาททางสังคมที่เหมาะสมสำหรับเพศชายและเพศหญิง
5. พัฒนาทักษะพื้นฐานในการอ่าน การเขียน และการคิดคำนวณ
6. พัฒนาความคิดรวบยอดที่จำเป็นสำหรับชีวิตประจำวัน
7. พัฒนามาตรฐานจริยธรรม มโนธรรม และค่านิยม
8. มีความอิสระ สามารถที่จะทำอะไรได้ด้วยตนเอง
9. พัฒนาทัศนคติต่อสังคมและสถาบันสังคม

จากข้อมูลที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น พอประมวลได้ว่า การพัฒนาเด็กในช่วงวัย 10-11 ปี นั้นควรให้ความสำคัญกับพัฒนาการทางด้านอารมณ์ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อบุคลิกภาพ และการปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ทั้งนี้ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญในการพัฒนาทางด้านอารมณ์ จึงจัดกิจกรรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งเป็นช่วงที่กำลังเริ่มต้นเข้าสู่วัยรุ่นและเรียนรู้ในสิ่งที่เป็นนามธรรมมากขึ้น พร้อมทั้งเป็นช่วงที่เรียนรู้ประสบการณ์ใหม่เพื่อนำไปสู่การนำไปใช้ชีวิตประจำวันต่อไป

1.6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

1.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องภายในประเทศ

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้พัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ จากกลุ่มประชากร 6,812 คน ในภาคกลาง, ภาคเหนือ, ภาคใต้, และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จากกรอบความคิดของ บาร์ออน (Bar-on 1998) โกลแมน (Goleman 1997) เมเยอร์และสโลเวย์ (Mayer & Salovey 1997) คูเปอร์และซาวาฟ (Cooper & Sawaf 1997) พัฒนาเป็นข้อคำถาม 52 ข้อ จำแนกเป็นความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง ด้านสุข

อัมพร หัสสิริ (2543) ศึกษาความสามารถทางเชาวน์ปัญญาและ
ความสามารถทางอารมณ์ของนักเรียนในระดับประถมศึกษาที่มีปัญหาการเรียน โดยศึกษาจาก
ประชากรที่เป็นนักเรียนในกลุ่มโรงเรียนทักษิณ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 6 โรงเรียน
จำนวน 156 คน ใช้แบบทดสอบเชาวน์ปัญญาและแบบประเมินความสามารถทางอารมณ์ พบว่า
นักเรียนที่มีปัญหาการเรียนส่วนใหญ่มีเชาวน์ปัญญาไม่ดีและมีความสามารถทางอารมณ์ปานกลาง

กันตวรรณ มีสมสาร (2544) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบความฉลาดทาง
อารมณ์ของเด็กวัยย่างเข้าสู่วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของ
ตนเอง กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนสหศึกษาในเขต
กรุงเทพมหานครจำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 3 แบบ คือ แบบสำรวจการอบรม
เลี้ยงดู แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ และแบบวัดความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมเด็ก ผลการวิจัย
ปรากฏว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบดูแลเอาใจใส่มีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูง
กว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้อำนาจควบคุม การอบรมเลี้ยงดูแบบรักตามใจ และการ
อบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้งอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ครุณี ร่องสุวรรณ (2545) ได้ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในด้านการตระหนักรู้ตนเอง การควบคุมตนเอง การสร้างแรงจูงใจ การ
เอาใจเขามาใส่ใจเรา ทักษะทางสังคมกับความสามารถทางสมองในด้านภาษา ปริมาณ การคิด
อย่างมีเหตุผล การรับรู้ การมองเห็น ความสัมพันธ์ ความจำ โดยจำแนกเพศ พบว่า นักเรียนชาย
มีความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละด้านและโดยรวมทุกด้านต่ำกว่านักเรียนหญิงอย่างมีนัยสำคัญทาง
สถิติ

คมเพชร ฉัตรศุกกุล (2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การสร้างแบบวัด
ความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่มีอายุระหว่าง 9-12 ปี และกำลังเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 -
6 โรงเรียนระดับประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยครั้งนี้ ได้แบบวัดความฉลาดทาง
อารมณ์สำหรับเด็กที่มีรายละเอียดต่างๆ สอดคล้องกับผลการศึกษาของ สตรีโดม (Strydom 1999)
ซึ่งเป็นข้อมูลที่สามารถยืนยันได้ว่า แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์สำหรับเด็กของการวิจัยครั้งนี้ มี
องค์ประกอบที่สามารถประเมินความฉลาดทางอารมณ์ได้ตรงประเด็น

อักษรา ศิลปสุข (2545) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อ
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อเปรียบเทียบระดับความฉลาดทาง
อารมณ์ของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรม พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์
เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ แรงจูงใจในการทำงาน การ

ตัดสินใจและการแก้ปัญหา สัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ความภูมิใจและพอใจชีวิตของตนเอง ความสุขสงบทางใจและสมาธิในการทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และระดับ .05 แสดงว่ากิจกรรมมีผลต่อการช่วยให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น

ธัญยาภรณ์ พาพลงาม (2545) ได้ศึกษาผลของการใช้ตัวแบบวิถีทัศน์ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านห้วยแก้วห้วยสำราญ ตำบลหนองม อำเภอบางบาล จังหวัดร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างจำนวน 22 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ วิถีทัศน์ที่มีเนื้อหาในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ของ ชนมม สุขวงศ์ (2543) ที่ปรับปรุงมาจากมาตรวัดสติปัญญาทางอารมณ์ ของ อรพินทร์ ชูชม และคณะ (2542) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ศึกษาความฉลาดทางอารมณ์จากตัวแบบวิถีทัศน์ มีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ดีขึ้นและมีความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการได้รับเงื่อนไขการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศุภิดา พลขำนิ (2546) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนวมวิทย์ จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 186 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิภา จตุกุล (2547) ได้ศึกษาผลการใช้การสอนแบบระดมสมองที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ต่างกัน กลุ่มเป้าหมายคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านเกาะหลวง อำเภอดอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 17 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยแบบทดสอบความสามารถในการแก้ปัญหา แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ แผนการสอนแบบระดมสมองวิชาวิทยาศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ระดับ คือ กลุ่มที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูง ปานกลาง และต่ำ มีพัฒนาการด้านความสามารถในการแก้ปัญหาเพิ่มสูงขึ้น

ศิริศุภา ลดาวัลย์ ณ อยุธยา (2548) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา ผลการวิจัย

พบว่า หลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์ต่างกับกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ในต่างประเทศ

เทรปาและฟริก (Treppa and Frike 1972 : 466-468) ได้ฝึกกิจกรรมกลุ่มกับกลุ่มทดลองจำนวน 11 คน และกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกเลยจำนวน 11 คน พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองไปในทางที่ดีขึ้นในด้านความสามารถ ในการควบคุมตนเอง คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การนับถือตนเอง การยอมรับตนเอง และความเข้าใจในความมีมนุษยสัมพันธ์และความคิดเกี่ยวกับคนในอุดมคติ

กรีนเนอร์ (Greenier 1989 อ้างถึงใน วิชาสัทภรณ์ ชวัลลภ, 2543) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะและความสามารถทางอารมณ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคมของเด็ก อายุ 8-12 ปี พบว่า เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงจะมีคะแนนความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีอารมณ์ทางบวก มีความแม่นยำในการตีความแสดงอารมณ์ทางสีหน้า และมีการจัดการกับอารมณ์ ได้ดีกว่าเด็กที่มีการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นต่ำ นอกจากนี้เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงจะได้รับการยอมรับจากเพื่อนมากกว่าด้วยและยังพบว่า เด็กหญิงได้คะแนนความสามารถทางอารมณ์และพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงกว่าเด็กชาย

จอห์น กอตต์แมน (John Gottman อ้างใน เทอคศักดิ์ เศษคง 2542 : 46) ได้รวบรวมครอบครัวจำนวน 56 ครอบครัว เพื่อศึกษาถึงผลการสอนทักษะความฉลาดทางอารมณ์ต่อการเรียนของลูก การศึกษานี้ทำตั้งแต่ปี พ.ศ. 2529 แล้วติดตามผลอยู่หลายปี ปรากฏว่า แม้จะควบคุมระดับ I.Q. ของเด็กๆ ให้มีระดับใกล้เคียงกันแล้ว ก็ยังพบว่าคะแนนสอบของแต่ละรายวิชา ตัวอย่างเช่น คณิตศาสตร์ และการอ่านสูงขึ้นในกลุ่มพ่อแม่ที่เลี้ยงลูกแบบเน้นทักษะทางอารมณ์

โอม (Ohm,1998) ได้ทำการศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ในฐานะความฉลาดชนิดหนึ่ง ซึ่งมีผลต่อความสำเร็จในการเรียน เพื่อสนับสนุนให้สถาบันการศึกษานำความฉลาดทางอารมณ์มาใช้ในการเรียนการสอน จากผลการศึกษาพบว่า ทักษะทางอารมณ์ที่ดีกับความสำเร็จทางการเรียนและความสำเร็จของบุคคลมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

โกลแมน (Goleman 1995 : 209 อ้างอิงจาก อิลิแอส และแครบบี Elias and Crabby. 1992) ได้สร้างโปรแกรมเพื่อพัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาทางด้านสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในมลรัฐนิวเจอร์ซีย์ โดยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มควบคุมกับ

กลุ่มทดลอง ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมที่พัฒนาทักษะในการแก้ปัญหาทางสังคม มีทักษะในการแก้ปัญหาทางสังคมเพิ่มขึ้น โดยมีความเข้าใจในพฤติกรรมของตนเองเพิ่มมากขึ้น เห็นคุณค่าของตนเองสูงขึ้น รู้จักควบคุมตนเอง (Self-Control) สามารถตระหนักรู้ในสังคม (Social-Awareness) และมีความสามารถในการตัดสินใจดีขึ้น

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นแสดงให้เห็นว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาให้เพิ่มขึ้นได้ โดยวิธีการที่หลากหลาย แต่ยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดลองศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลางให้เพิ่มสูงขึ้น และสามารถนำเครื่องมือและกิจกรรมที่ได้ไปพัฒนานักเรียนในวัยเดียวกัน ที่มีลักษณะความฉลาดทางอารมณ์ต่ำและเป็นแนวทางให้ผู้ที่สนใจศึกษาและพัฒนาจิตลักษณะหรือคุณลักษณะที่พึงประสงค์อื่นๆ ได้ศึกษาวิจัยต่อไป

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

ถัดคารวรรณ ฃ ระนอง (2544 : 136) กล่าวถึงกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นการกำหนดรูปแบบการเรียนรู้ให้แก่ผู้รับบริการด้วยการใช้เทคนิควิธีต่างๆ ที่เหมาะสมกับวัย และหลักสูตรแนะแนวที่วางไว้สำหรับแต่ละวัย

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 11) ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นมวลประสบการณํทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคน แต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือมีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนาส่งเสริมป้องกันและแก้ไขปัญหาทังคํานการศีกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

กรมวิชาการ (2546 :6) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียน ให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธภาพที่ดี

พิทยาภรณ์ พิทยาธฤต (2546 : 36) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่าเป็นกิจกรรมที่เป็นมวลประสบการณ์ที่จัดให้เพื่อพัฒนา ป้องกัน และแก้ปัญหาให้แก่ผู้รับบริการทุกคนทุกเพศ ทุกวัย ทั้งวัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ โดยมีขอบข่ายทั้งสามด้านคือ ด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อให้บุคคลรู้จักเข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข

สินิทธิ์ วงศ์ธิดา (2546 : 30) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า หมายถึงมวลประสบการณ์ที่จัดให้ผู้รับบริการแนะแนวได้ปฏิบัติหรือมีส่วนร่วมเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายและขอบข่ายของการแนะแนว

พิมลรัตน์ ขุนแก้ว (2548 : 28) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นกิจกรรมหรือบริการที่โรงเรียนต้องจัดให้กับนักเรียนทุกคน เพื่อช่วยให้นักเรียนได้ค้นพบความสามารถและศักยภาพของตนเอง เพื่อเป็นการเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ ตระหนักคุณค่าในตนเอง สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ประภัสสรา โลहनันทชัย (2548 : 61) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบ พัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนเชิงพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธภาพที่ดี รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ ความถนัด อันจะนำไปสู่การพัฒนากระบวนการคิด และการวางแผนการแก้ปัญหาตลอดจนการสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

สรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์ที่จัดให้ผู้รับบริการแนะแนวได้ปฏิบัติหรือมีส่วนร่วมเพื่อช่วยให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์และขอบข่ายของการแนะแนว ตามศักยภาพของแต่ละบุคคล สามารถนำมวลประสบการณ์ต่างๆไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 24) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถ ความสนใจของตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักแสวงหาความรู้จากข้อมูล ข่าวสาร แหล่งความรู้ ทั้งด้าน การศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพ ได้เหมาะสมสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง
3. เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ มีทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ในงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต
4. เพื่อให้ให้นักเรียนมีค่านิยมที่พึงามในการดำเนินชีวิต เสริมสร้างวินัย คุณธรรม และจริยธรรมแก่ผู้เรียน
5. เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและ ประเทศชาติ

พิทยาภรณ์ พิทยาภรณ์ (2546 : 37) ได้สรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว ไว้ว่า เป็นวัตถุประสงค์สำคัญหรือผลลัพธ์การเรียนรู้ที่มุ่งให้เกิดแก่ผู้รับบริการ คือการเสริมสร้าง ให้ผู้รับบริการดำเนินชีวิตส่วนตัวโดยราบรื่นที่เป็นทั้งคนดี คนเก่ง และอยู่ร่วมกับผู้อื่นโดยสันติสุข

พิมลรัตน์ ขุนแก้ว (2548 : 29) ได้สรุปวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบศักยภาพความสามารถของตนเอง รู้จักการแสวงหาความรู้ข้อมูล พัฒนา บุคลิกภาพปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีอาชีพสุจริต มีคุณธรรมจริยธรรม และ จิตสำนึกต่อการรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม

สรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมหรือพัฒนาผู้รับบริการ ให้ค้นพบศักยภาพของตนเอง สามารถนำมวลประสบการณ์ที่ได้รับไปแก้ปัญหาหรือพัฒนาตนเอง ให้สามารถปรับตัว มองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

2.3 ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราวณี รามสูต (2545 : 33-47) ได้กล่าวถึง “ขอบข่ายของ กิจกรรมแนะแนว” ไว้ว่า อาจจะมองได้หลายลักษณะ เช่น อาจมองในลักษณะของกิจกรรม แนะแนวในชั้นเรียนและกิจกรรมแนะแนวนอกชั้นเรียน หรืออาจมองในลักษณะของกิจกรรมสั้นๆ เหมือนการสอนแต่ละชั่วโมงและกิจกรรมในรูปแบบของโครงการที่ใช้เวลาต่อเนื่องยาวนานขึ้น แต่ในความหมายที่ใช้กันทั่วไปสำหรับวงการแนะแนวในประเทศไทย มักหมายถึง ขอบข่ายของ กิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม ซึ่งลักษณะการแบ่งขอบข่าย ดังนี้ เมื่อมาถึงยุคปัจจุบันจะแบ่งได้ไม่ชัดเจนดังได้กล่าวไว้แล้วในเรื่องของการกำหนด วัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่จะต้องบูรณาการองค์ความรู้ทุกด้านเข้าด้วยกัน เพื่อความเป็นคนดี

คนเก่ง และมีความสุข ดังนั้นในกิจกรรมแนะแนวแต่ละด้านจะต้องผสมผสานด้านอื่นเข้าไว้ด้วย แต่การแบ่งขอบข่ายกิจกรรมแนะแนวของประเทศไทยเราก็มียึดตามจุดเน้นมากที่สุดของกิจกรรมว่าเน้นด้านการศึกษาหรือเน้นด้านอาชีพ หรือด้านส่วนตัวและสังคมเป็นหลัก นอกจากขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนวที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งสามด้าน การจัดกิจกรรมแนะแนวจำเป็นต้องให้สอดคล้องกับผู้รับบริการทั้ง 3 วัย ได้แก่ วัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ เพราะบุคคลในแต่ละวัยจะมีธรรมชาติประจำวัย ปัญหา และความต้องการที่แตกต่างกัน ซึ่งในการจัดกิจกรรมแนะแนวนั้นมี 2 รูปแบบ คือ กิจกรรมแนะแนวรายบุคคลและกิจกรรมแนะแนวเป็นกลุ่ม โดยคำนึงถึงผู้รับบริการเป็นสำคัญ ทั้งด้านความพร้อม ความเต็มใจ และความจำเป็นของการพัฒนาว่ามุ่งทักษะสังคมมากน้อยเพียงใด นอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นที่ต้องพิจารณาไปด้วย เช่น งบประมาณ เวลา แรงงาน และความพร้อมของผู้ให้บริการ

2.4 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว

กระทรวงศึกษาธิการ (2546 : 25-26) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวควรมีลักษณะดังนี้

1. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจของผู้เรียน
2. สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษา การงานอาชีพ ชีวิตและสังคม เพื่อใช้ในการวางแผนการเรียน การศึกษาต่ออาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง
3. เสริมสร้างทักษะต่างๆ ให้ผู้เรียนพัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข
4. เสริมสร้างค่านิยมที่ดี วินัย คุณธรรมและจริยธรรม
5. เพิ่มพูนประสบการณ์เพื่อเสริมให้ผู้เรียนมีความรู้และทักษะในวิชาการต่างๆ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีนิสัยรักการทำงานและสามารถเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนเอง
6. จัดกลุ่มผู้เรียนเพื่อทำกิจกรรมหรือครูเป็นผู้ริเริ่ม เป็นที่ปรึกษาโดยอยู่บนพื้นฐานความต้องการของผู้เรียน เพื่อทำกิจกรรมที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาการด้านต่างๆ และแก้ปัญหาผู้เรียนได้
7. จัดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริมพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียน
8. เป็นกิจกรรมที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการ แต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง

9. วัดและประเมินผลในแต่ละกิจกรรมโดยมีการประเมินผลจากเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม การผ่านจุดประสงค์ของกิจกรรมที่แสดงถึงการพัฒนาของผู้เรียนเพื่อนำไปใช้ในการผ่านช่วงชั้น

10. สรุปการประเมินผลการพัฒนาการของผู้เรียนตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด และนำเสนอผู้ที่เกี่ยวข้อง

พิทยาภรณ์ พิทยาภรกุล (2546 : 41) ได้ให้ข้อสรุปไว้ว่า ลักษณะการจัดกิจกรรมแนะแนวมีการปรับปรุงพัฒนาขึ้นมาเป็นลำดับ จากเดิมเน้นที่ครูผู้จัดกิจกรรมเป็นศูนย์กลาง แต่ปัจจุบันจะเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 มุ่งเน้นพัฒนาให้ผู้เรียน เป็นคนดี คนเก่ง และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยใช้เทคนิคและวิธีการที่หลากหลาย ซึ่งกิจกรรมแนะแนวที่จัดนี้ ต้องคำนึงถึงปรัชญาของการแนะแนวคือ ความแตกต่างระหว่างบุคคล ให้ผู้เรียนค้นพบความสามารถ ความถนัด ความสนใจ นอกจากนี้ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องกำหนดวัตถุประสงค์ ขอบข่าย วัตถุประสงค์และปัจจัยแวดล้อมของผู้รับบริการให้สอดคล้องกัน นั่นคือจะต้องกระจำว่า จะทำอะไร ทำให้ใคร ทำอย่างไร จะทำที่ใด เวลาใด จึงจะเหมาะสม เพื่อการจัดกิจกรรมแนะแนวจะได้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

พิมลรัตน์ ขุนแก้ว (2548 : 31) ได้ให้ข้อสรุปไว้ว่า ลักษณะของกิจกรรมแนะแนวเพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความสามารถของตนเอง เพื่อแก้ปัญหา ส่งเสริม พัฒนาการเรียนรู้ ไม่เน้นวิชาการ แต่เน้นการสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์และสอดคล้องกับชีวิตจริง สามารถวัดผลและประเมินผลได้

สรุปได้ว่า ลักษณะของกิจกรรมแนะแนวจะต้องเน้นให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมายและจัดให้ครบทุกด้าน เน้นผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลสามารถวัดและประเมินผลได้

2.5 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว

จำเนียร ช่วงโชติ (2527 : 118-120) ได้เสนอแนะเทคนิคในการจัดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า ควรจัดบรรยากาศให้เป็นกันเอง ให้นักเรียนรู้สึกอิสระ สบายใจในการแสดงออก มีการกระตุ้นให้นักเรียนแสดงออกมากที่สุดทั้งในด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความกล้าในการพูด ความรู้สึกที่ต้องการระบายออก เปิดโอกาส กระตุ้นและช่วยให้ นักเรียนมีส่วนร่วมในการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เรียนรู้แก้ปัญหาและปฏิบัติงานร่วมกันให้ได้มากที่สุด มีการมอบหมายความรับผิดชอบให้ทำงานในกิจกรรมนั้นๆ ตามความถนัด ความสามารถและความสนใจ ครูไม่ควรสอนโดยการพูดคนเดียวและให้นักเรียนจด ควรมีการ

สร้างความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด เรียนรู้หน้าที่ของตน มีการช่วยเหลือพยายามเข้าใจกัน ให้ความร่วมมือเห็นอกเห็นใจกัน เรียนรู้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการนำเอาเทคนิคกระบวนการกลุ่ม รวมถึงการนำเกมทางจิตวิทยาเข้ามาประกอบการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสนุก เรียนรู้เข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น ตลอดจนปลูกฝังนิสัย เจตคติ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และจริยธรรมเข้าไปด้วยพร้อมกันนี้ครูและแนวความคิดต่างๆ ของการสอนไว้ทุกครั้ง และครูควรเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทำการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองด้วย

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 29-41) ได้กล่าวถึงหลักการพัฒนา กิจกรรมแนะแนวสรุปได้ดังนี้

1. ลักษณะของสิ่งที่ต้องการพัฒนา ในการพัฒนากิจกรรมแนะแนวควรครอบคลุมขอบข่ายของการแนะแนวทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และด้านส่วนตัวและสังคม โดยคำนึงถึงปัจจัยในด้านต่างๆ อาทิ ความจำเป็นและความต้องการของผู้รับบริการ สภาพสังคมและปัญหา กระแสโลกาภิวัตน์ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พระราชบัญญัติการศึกษา แผนพัฒนางานแนะแนว ฯลฯ เพื่อกำหนดเป็นวัตถุประสงค์ในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว โดยให้สอดคล้องกับปรัชญาการแนะแนว ที่มุ่งเน้นในการพัฒนาและเสริมสร้างตนเอง สามารถแก้ปัญหา ป้องกันปัญหาได้

2. ลักษณะของผู้รับบริการ การพัฒนากิจกรรมแนะแนวจะต้องจัดให้สอดคล้องกับพัฒนาการแต่ละวัยที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย 3 วัย ได้แก่

2.1 วัยเด็ก เป็นวัยที่ชอบสนุกสนาน สนุกสนาน สนใจการเล่น รับรู้เชิงรูปธรรมมากกว่านามธรรม ควรเน้นกิจกรรมการเรียนรู้ปนเล่น ส่งเสริมการแสดงออก ใช้สื่อหรือกิจกรรมสอดแทรกการพัฒนาการทางสังคม และเน้นกิจกรรมกลุ่ม

2.2 วัยรุ่น เป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่น ต้องการการยอมรับ ความอิสระเสรี แสวงหาเอกลักษณ์และบทบาท สนใจการมีอุดมการณ์แห่งชีวิต มีพลังมากทั้งด้านร่างกาย ความคิดและปัญญา ควรเน้นกิจกรรมแบบกลุ่มและให้ลงมือปฏิบัติมากที่สุด การฝึกทักษะสังคมด้านการยอมรับ ส่งเสริมกิจกรรมประเภทที่ช่วยให้ได้แสดงออก ให้มีการคิดวิเคราะห์กรณีศึกษา ใช้สื่อ เกม เพลง กระบวนการกลุ่มที่สอดคล้องกับยุคสมัย

2.3 วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีประสบการณ์ชีวิตหลายด้าน มีสถานะทางสังคม มีอาชีพ มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ แต่อาจมีปัญหาบางประการที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางอาชีพและสังคม ควรเน้นกิจกรรมที่ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ระหว่าง

ผู้รับบริการและผู้ให้บริการ เน้นการคิดวิเคราะห์ หาเหตุผลและเสนอแนวคิด ควรหลีกเลี่ยงกิจกรรมที่ทำให้ผู้รับบริการเล่นสนุกสนานหรือออกท่าทางมากเกินไป

2.6 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 48) กล่าวว่า ขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนวที่จัดในชั้นเรียนควรประกอบด้วย ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม ขั้นดำเนินกิจกรรม ขั้นสรุปและขั้นประเมินผล กิจกรรมเพื่อมุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการเรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning) และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม (Group Process Learning) ซึ่งนักการศึกษาส่วนใหญ่ ยอมรับว่า การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม จะเสริมสร้างผู้รับบริการทั้งกระบวนการคิดและการปฏิบัติ นำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาพฤติกรรม ซึ่งผู้ให้ต้องกระตุ้นให้ผู้รับบริการได้เป็น “ผู้ร่วมทำกิจกรรม” ไม่ใช่ “ผู้สังเกตการณ์” และต้องจัดกิจกรรมให้ผู้รับบริการมีอารมณ์ร่วมสนุกสนานมีชีวิตชีวา โดยอาจใช้ เกม เพลง นิทาน ข่าว กรณีศึกษา ฯลฯ เป็นสื่อผ่านทางในการจัดกิจกรรมที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีแนวทางการดำเนินการ 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ (Experiencing) ผู้รับบริการอาจเล่นเกม บทบาทสมมติ ทำงาน ทำกิจกรรม สถานการณ์จำลอง ฟัง/อ่านกรณีศึกษา ค้นคว้า เล่าคิด เล่าเรื่องแบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสาระสำคัญ หรือผลลัพธ์การเรียนรู้ หรือจุดมุ่งหมายของกิจกรรม

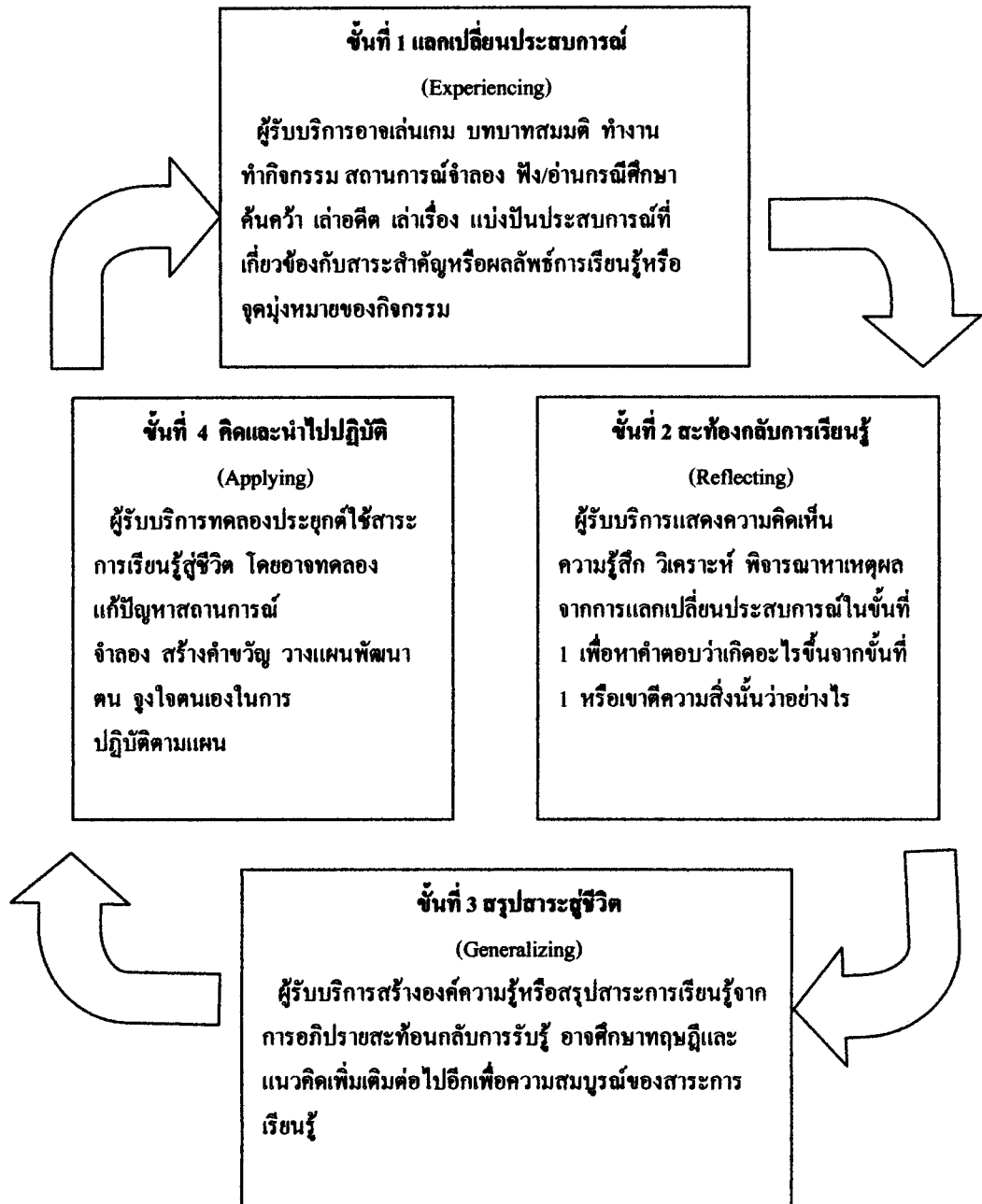
ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้ (Reflecting) ผู้รับบริการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก วิเคราะห์ พิจารณาหาเหตุผลจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ขั้นที่ 1 เพื่อหาคำตอบว่า เกิดอะไรขึ้นจากขั้นที่ 1 นั้น หรือเขาตีความว่าสิ่งนั้นอย่างไร

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต (Generalizing) ผู้รับบริการสร้างองค์ความรู้ หรือสรุปสาระการเรียนรู้จากการอภิปรายสะท้อนกลับ การรับรู้จากทฤษฎีและแนวคิดเพิ่มเติมต่อไปอีก เพื่อความสมบูรณ์ของสาระการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับชีวิต

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ (Applying) ผู้รับบริการทดลองประยุกต์ใช้สาระการเรียนรู้สู่ชีวิต โดยอาจทดลองแก้ปัญหาสถานการณ์จำลอง สร้างคำขวัญ วางแผนพัฒนาตน ภูมิใจตนเองในการปฏิบัติตามแผนซึ่งขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม จากขั้นที่ 1 ถึงขั้นที่ 4 อาจมีความต่อเนื่องคาบเกี่ยวกันจนแยกไม่ออกหรือบางครั้งมีการสลับขั้นตอน เช่น อาจจัดกิจกรรมนำเสนอสาระการเรียนรู้หรือองค์ความรู้ก่อน จากนั้นเป็นขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ แล้วเป็นกิจกรรม

สะท้อนกลับการเรียนรู้ สุดท้ายเป็นกิจกรรมได้ทดลองประสบการณ์และประยุกต์ใช้ ซึ่งขั้นตอนนี้จะอยู่เป็นขั้นสุดท้ายของกิจกรรมเสมอและเมื่อถึงขั้นคิดและนำไปปฏิบัติก็อาจกลับเข้าสู่การแลกเปลี่ยนประสบการณ์เป็นวงจรต่อไปใหม่ เพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้ให้มั่นคงขึ้นนำไปสู่การปฏิบัติได้ดีขึ้นและเรียนรู้สิ่งใหม่ที่ต่อเนื่องต่อไปอีก

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 50) กำหนดขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน เป็นวงจรการเรียนรู้ (Four Phases of Learning Cycle) คือ “แลกเปลี่ยนประสบการณ์ → สะท้อนกลับการรับรู้ → สรุปสาระสู่ชีวิต → คิดและนำไปปฏิบัติ” แสดงเป็นภาพได้ดังนี้



ภาพที่ 2.2 แสดงขั้นตอนและวงจรกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เชิงประสบการณ์
ที่มา : สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545 : 50)

2.7 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

บุษบากร ตัณฑววรรณ (2545 : 30) กล่าวถึง คณาจารย์และนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย แขนงวิชาการแนะแนว สาขาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ปีการศึกษา 2545 ได้กำหนดให้ชุดกิจกรรมแนะแนว (Guidance Activity Package) หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนวหลายๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันเข้าอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายทางการแนะแนว โดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย (1) คำชี้แจงและการเตรียมการของผู้ให้บริการ (2) แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุชื่อ ใบบงาน ใบบความรู้ หรือ อุปกรณ์การจัดกิจกรรมไว้ในแต่ละแผน (3) คำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ และ (4) เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ

ฉัตรสุภา หาญประกอบสุข (2541 : 5) กล่าวว่า ชุดการแนะแนวเป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยการใช้สื่อประสมที่สอดคล้องกับวิชา หน่วยการสอน และหัวข้อ เพื่อช่วยให้เกิดพฤติกรรมตามเป้าหมายและการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2545 : 80) กล่าวถึงชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวว่าเป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อประสม เช่น รูปภาพ วิดีทัศน์ แถบบันทึกเสียง เอกสารที่บันทึกรายละเอียดของกิจกรรมต่างๆ ทั้งเกม กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ แบบฝึกหัดก่อนเรียน และหลังเรียนโดยจัดไว้เป็นชุด หรือกล่อง หรือซอง และภายในกล่องหรือซองจะบรรจุคู่มือครู คู่มือผู้เรียน และสื่อประกอบการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วย กิจกรรมแนะแนวหลายๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันเข้าอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายทางการแนะแนว โดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย (1) คำชี้แจงและการเตรียมการของผู้ให้บริการ (2) แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุชื่อ ใบบงาน ใบบความรู้ หรือ อุปกรณ์การจัดกิจกรรมไว้ในแต่ละแผน (3) คำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และ (4) เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นๆ สร้างขึ้นโดยการใช้สื่อประสมที่สอดคล้องกับวิชา หน่วยการสอน และหัวข้อ เพื่อช่วยให้เกิดพฤติกรรมตามเป้าหมายและการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2.8 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว

วัชรินทร์ ทรัพย์มี (2531 : 4-5) กล่าวว่า การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวนั้น ต้องคำนึงถึง หลักการและขอบข่ายของงานทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ให้กับวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่

ธีระ ชัยยุทธบรรยง (2533 : 65) กล่าวถึงลำดับขั้นตอนในการสร้างชุดการแนะแนวไว้ดังนี้

1. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องที่จะศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นการกำหนดเนื้อหาให้เหมาะสมกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า
2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับการสร้างชุดการแนะแนวจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. สร้างโปรแกรมการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนวให้สอดคล้องกับความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า
4. นำโปรแกรมที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ เพื่อให้สอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ เนื้อหา อุปกรณ์ และการประเมินผล
5. นำโปรแกรมที่สร้างไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาข้อบกพร่องของคู่มือครูและโปรแกรมการสอน โดยใช้ชุดการแนะแนวทดลองจนเวลาที่ใช้
6. ปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการสอนโดยใช้ชุดแนะแนวเพื่อนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

พิทยาภรณ์ พิทยาภรกุล (2546 : 47) ได้ให้ข้อสรุปว่า การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นมีลำดับขั้นตอนต่างๆ ในการสร้างซึ่งต้องคำนึงถึง วัตถุประสงค์และสาระสำคัญของการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นหลัก เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรม หรือโครงสร้างชุดที่ชัดเจนเป็นระบบและดำเนินการตามขั้นตอนที่เหมาะสม เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมแนะแนวให้แก่นักเรียน

สรุปได้ว่าการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวนั้น ต้องคำนึงถึงหลักการและขอบข่ายของงานแต่ละด้าน วัตถุประสงค์และกลุ่มเป้าหมายที่อยู่ในวัยใด ต้องสร้างให้เหมาะสมกับความสนใจ ความต้องการ ของผู้รับบริการ และดำเนินการสร้างตามขั้นตอนอย่างเหมาะสมต่อไป

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีวัตถุประสงค์ต้องการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการซึ่งประกอบไปด้วยกิจกรรมอย่างหลากหลาย

ที่บูรณาการเข้าด้วยกัน โดยการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการในครั้งนี้ได้ดำเนินการสร้างตามขั้นตอนและคำนึงถึงผู้รับบริการเป็นสำคัญ

2.9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

จากการศึกษาค้นคว้าพบว่า มีผู้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา ส่งเสริม ป้องกันและแก้ไขปัญหาพฤติกรรมต่างๆ ไว้มากหลาย เช่น

บุญลักษณ์ อึ้งชัยพงษ์ (2526) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านพรานกระต่าย อำเภอพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ยุพิน ปิคตะคุ (2537) ทำการศึกษาเรื่องผลของการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงขึ้นหลังจากได้รับการใช้ชุดการแนะแนวและนักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนวมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ

ปนัดดา อิ่มสกุล (2538) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อความสามัคคีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านท่ากลอย กิ่งอำเภอท่าตะเียน จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมด้วยชุดการแนะแนวมีความสามัคคีสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

น้องนุช เพียรดี (2542) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการใช้ชุดการแนะแนวในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคลองสวน อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา จากการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนวมีคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนตามโปรแกรมการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พิทยาภรณ์ พิทยาธกุล (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนาหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนาหลวง ที่ต้องปรับลดพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนจำนวน 12 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวลดลง

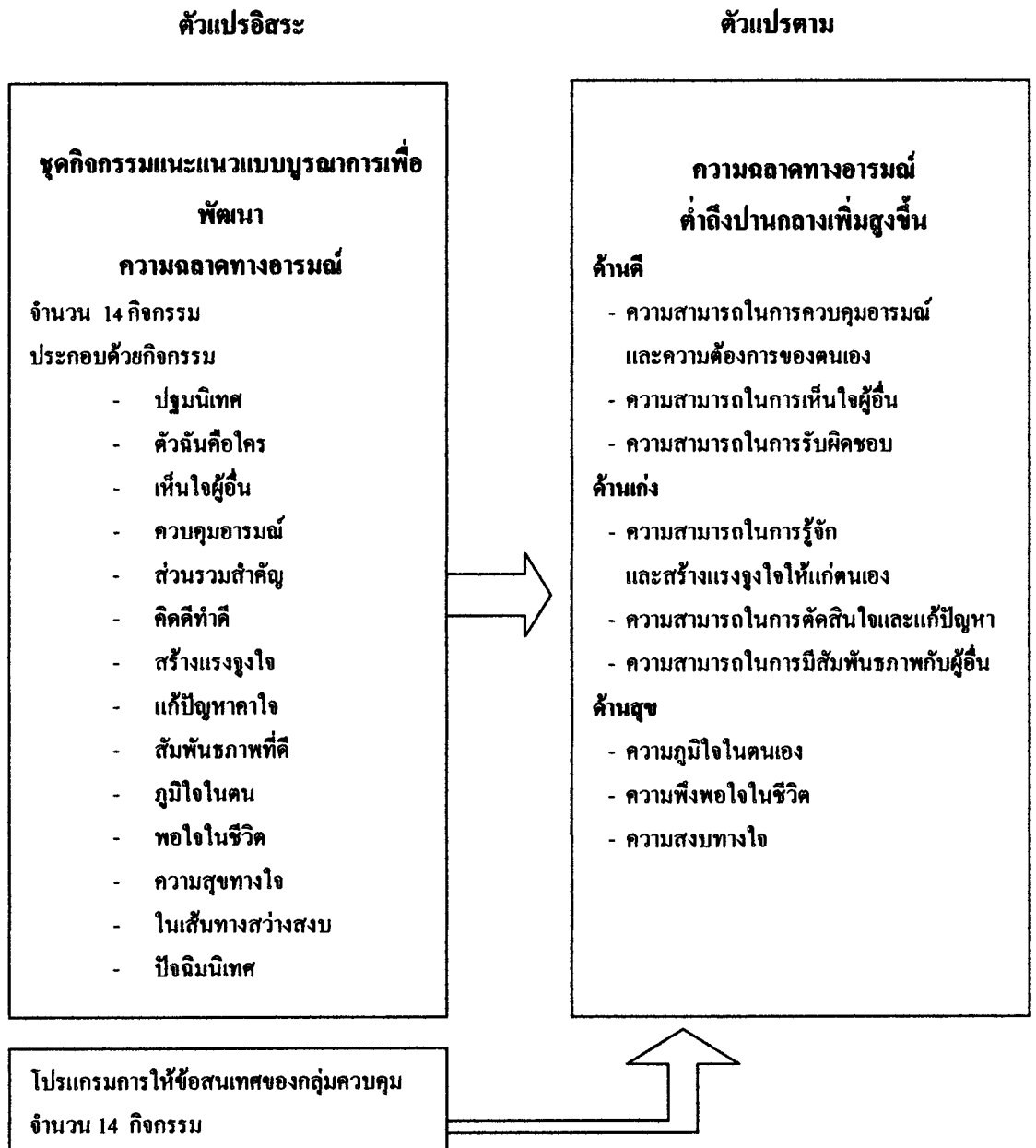
อัมพร แสงวิเชียร (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกุศบาทรามภูรีบ่อไร่ จังหวัดสกลนคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมีพฤติกรรมประชาธิปไตยสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและนักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีสติปัญญาต่ำมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมประชาธิปไตยสูงขึ้น

อัมพร ชนะทอง (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่องการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความมีน้ำใจ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดพลับพลา จังหวัดจันทบุรี ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความก้าวหน้าในการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ด้านความมีน้ำใจสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการนำชุดกิจกรรมแนะแนวไปใช้ในการพัฒนาและแก้ปัญหาของนักเรียนจากหลายกลุ่มตัวอย่างและเป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับการวิจัยในครั้งนี้ แสดงว่าชุดกิจกรรมแนะแนวสามารถพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักเรียนให้เกิดขึ้นได้จริง ดังนั้น ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงใช้ผลการวิจัยดังกล่าวเป็นแนวทางในการตั้งสมมติฐานของการทดลองและเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนต่อไป

4. กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าวมาแล้วข้างต้น แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสังเคราะห์ ได้กรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้



ภาพที่ 2.3 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ มีวิธีการดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

1. ประเภทและแบบของการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. ตัวแปรและนิยามเชิงปฏิบัติการ
4. เครื่องมือวิจัยและวิธีการสร้าง
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ประเภทและแบบของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีรูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยศึกษาจากกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมวัดก่อนและหลังการทดลอง (The Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design)

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 66 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลาง เมื่อเทียบกับเกณฑ์ปกติ และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 40 คน จากนั้นจึงสุ่มอย่างง่าย เป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน

3. ตัวแปรและนิยามปฏิบัติการ

3.1 ตัวแปรที่ศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย

3.1.1 *ตัวแปรอิสระ* ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

3.1.2 *ตัวแปรตาม* ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน

3.2 นิยามปฏิบัติการ

3.2.1 *ความฉลาดทางอารมณ์* หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ประกอบด้วยปัจจัย 3 ประการ คือ ด้านศีลด้านเก่ง และด้านสุข

1) *ด้านศีล* หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม

2) *ด้านเก่ง* หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตัวเอง มีแรงจูงใจในตนเองสามารถตัดสินใจแก้ไขปัญหาและแสดงออกอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

3) *ด้านสุข* หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง ภูมิใจในชีวิตและมีความสุขสงบทางใจ

3.2.2 *ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ* หมายถึง เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวหลายๆกิจกรรมที่นำมาบูรณาการเข้าด้วยกันเพื่อให้การจัดกิจกรรมเป็นไปตามเป้าหมายที่ต้องการ โดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย 1) คำชี้แจงและการเตรียมตัวของผู้ให้บริการ 2) แผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งระบุชื่อ ใบบงาน ใบความรู้หรืออุปกรณ์การจัดกิจกรรมไว้ในแต่ละแผน 3) เครื่องมือและคำชี้แจงการใช้เครื่องมือตรวจสอบพฤติกรรมที่เป็นผลมาจากการใช้กิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

3.2.3 *โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ* หมายถึง การให้ความรู้ ข้อมูลข่าวสาร ข้อเท็จจริงคำแนะนำ คำบอกเล่า หรือความคิดที่ถ่ายทอดออกมาเป็นคำพูดหรือข้อเขียน ซึ่งบันทึกหรือเสนอไว้ในรูปแบบต่างๆ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้รับข้อเสนอแนะได้รับรู้และเข้าใจเพื่อใช้ประโยชน์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และประกอบการตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ

4. เครื่องมือวิจัยและวิธีการสร้าง

4.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ

- 4.1.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
- 4.1.2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต
- 4.1.3 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น
- 4.1.4 โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม

4.2 วิธีการสร้างเครื่องมือและกิจกรรม

4.2.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ มีขั้นตอนการสร้าง ดังนี้

1) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้เป็นกรอบแนวคิดในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

2) กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกิจกรรม

3) จัดทำโครงสร้างของชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการตามโครงสร้างที่กำหนดไว้จำนวน 14 กิจกรรม โดยทุกกิจกรรมประกอบด้วย 1) ชั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ 2) ชั้นสะท้อนกลับการรับรู้ 3) ชั้นสรุปสาระสู่ชีวิต 4) ชั้นคิดและนำไปปฏิบัติ และ 5) สรุปและประเมินผล

4) ตรวจสอบคุณภาพของชุดกิจกรรมโดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดทำชุดกิจกรรม เพื่อตรวจสอบ ความสมบูรณ์ของเนื้อหา ภาษา ข้อคำถาม และรูปแบบของชุดกิจกรรม

5) นำชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำชุดกิจกรรมแนะแนวไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเพื่อตรวจสอบความเข้าใจในขั้นตอนและความเหมาะสมของเวลาตลอดจนสื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

6) นำชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมาปรับปรุงให้มีความเหมาะสมเพื่อนำไปใช้ในการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างและเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

4.2.2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กอายุ 6-11 ปี สำหรับครู/ผู้ดูแลเด็ก สร้างขึ้นโดยสำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2545) ประเมินโดยผู้ปกครองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ในระยะก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล แบบวัดนี้ประเมินคุณลักษณะ 3 ด้านคือ

- 1) ด้านดี เป็นความพร้อมทางอารมณ์ที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่น โดยประเมินจากการควบคุมอารมณ์ การใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น และการยอมรับคิด
- 2) ด้านเก่ง คือความพร้อมที่จะพัฒนาตนไปสู่ความสำเร็จ โดยประเมินจากการมุ่งมั่นพยายาม การปรับตัวต่อปัญหา และการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม
- 3) ด้านสุข คือความพร้อมทางอารมณ์ที่ทำให้เกิดความสุข โดยประเมินจาก การมีความพอใจในตนเอง การรู้จักปรับใจ และความรื่นเริงเบิกบาน

ลักษณะของเครื่องมือ เป็นลักษณะมาตราส่วนประเมินค่า ประกอบด้วยข้อความเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 60 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้านคือ ดี เก่ง สุข โดยแต่ละด้านแบ่งออกเป็น 3 ข้อย่อย คือ

- 1) ด้านดี ประกอบด้วย
 - (1) ควบคุมอารมณ์ มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ 1,2,3,4,5,6,7
 - (2) ใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น มีจำนวน 9 ข้อ ได้แก่ 8,9,10,11,12,13,14,15,16,
 - (3) ยอมรับถูกผิด มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ 17,18,19,20,21,22,23
- 2) ด้านเก่ง ประกอบด้วย
 - (1) มุ่งมั่นพยายาม มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ 24,25,26,27,28,29,30
 - (2) ปรับตัวต่อปัญหา มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 31,32,33,34,35,36
 - (3) กล้าแสดงออก มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 37,38,39,40,41,42
- 3) ด้านสุข ประกอบด้วย
 - (1) พพอใจในตนเอง มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 43,44,45,46,47,48,
 - (2) รู้จักปรับใจ มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 49,50,51,52,53,54
 - (3) รื่นเริงเบิกบาน มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ 55,56,57,58,59,60

เกณฑ์การให้คะแนน มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ ไม่เป็นเลย เป็นบางครั้ง เป็นบ่อยครั้ง เป็นประจำ ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้คือ คะแนนสำหรับข้อความทางบวกและทางลบ

คำตอบ	คะแนนทางบวก	คะแนนทางลบ
ไม่เป็นเลย	1	4
เป็นบางครั้ง	2	3
เป็นบ่อยครั้ง	3	2
เป็นประจำ	4	1

จากนั้นให้ดำเนินการต่อไปนี้

1) รวมคะแนนในแต่ละ 9 ด้านย่อย คือ ความคุมอารมณ์ ใฝ่ใจและเข้าใจ อารมณ์ผู้อื่น ขอมรับถูกผิด มุ่งมั่นพยายาม ปรับตัวต่อปัญหา กล้าแสดงออก พื่อใจในตนเอง รู้จัก ปรับใจ รื่นเริงเบิกบาน

2) นำคะแนนที่ได้ไปแปลงเป็นคะแนนมาตรฐาน คะแนนที่ (T- Score)ตาม ตารางเปรียบเทียบคะแนนที่ได้กับเกณฑ์ปกติคะแนนที่ (T- Score Norms) ของความฉลาดทาง อารมณ์แต่ละด้าน

3) นำค่าคะแนนที่ได้ในแต่ละด้านย่อย รวม 9 ด้าน มารวมกันแล้วหาร ด้วย 9 จึงนำมาเปรียบเทียบระดับพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ โดยสามารถเปรียบเทียบได้ ดังนี้

เกณฑ์คะแนนที่ ตั้งแต่ 50 ขึ้นไป บ่งบอกว่า เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ อยู่ในเกณฑ์ที่ดี ควรส่งเสริมและรักษาคุณลักษณะนี้ให้คงไว้

เกณฑ์คะแนนที่ 40-49 บ่งบอกว่า เด็กควรได้รับการพัฒนาความฉลาดทาง อารมณ์ในด้านนั้นๆ ให้ดีขึ้น ผู้ใหญ่ควรร่วมกันส่งเสริมให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้าน นั้นๆอย่างต่อเนื่อง

เกณฑ์คะแนนที่ต่ำกว่า 40 คะแนน บ่งบอกว่า เด็กจำเป็นต้องได้รับการ พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้นๆ ให้ดียิ่งขึ้น ผู้ใหญ่จำเป็นต้องช่วยกันเอาใจใส่พัฒนา ความฉลาดทางอารมณ์อย่างจริงจังและสม่ำเสมอ

สำหรับการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์มาให้ ผู้ปกครอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 66 คน ประเมินนักเรียน เพื่อคัดแยก นักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง หรือ ระดับปกติเมื่อเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานของ

กรมสุขภาพจิต ออกไป ได้นักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ ถึงปานกลางที่สมัครใจเข้าร่วม การทดลองจำนวน 40 คน มาทำการทดลองต่อไป

4.2.3 แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

โดยขั้นตอนการสร้างแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

ขั้นที่ 1 กำหนดจุดมุ่งหมายของการสร้างแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

ขั้นที่ 2 ศึกษานิยาม ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ

ความฉลาดทางอารมณ์

ขั้นที่ 3 กำหนดนิยามปฏิบัติการของความฉลาดทางอารมณ์

ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ คี เก่ง สุข และแบ่งเป็นองค์ประกอบย่อยเพื่อกำหนดเป็นข้อคำถามทั้ง ด้านบวกและด้านลบ

ขั้นที่ 4 การสร้างและจัดพิมพ์แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ลักษณะของ เครื่องมือ เป็นลักษณะมาตราส่วนประเมินค่า ประกอบด้วย ข้อความเกี่ยวกับความฉลาดทาง อารมณ์ จำนวน 50 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้านคือ คี เก่ง สุข โดยแต่ละด้านแบ่งออกเป็น 3 ข้อ ย่อยคือ

1. ด้านคี ประกอบด้วย

- 1) ควบคุมอารมณ์ มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1,2,3,4,5,6
- 2) รู้จักเห็นใจผู้อื่น มีจำนวน 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 7,8,9,10,11,12,13
- 3) รับผิดชอบต่อส่วนรวม มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ

14,15,16,17,18

2. ด้านเก่ง ประกอบด้วย

- 1) รู้จักสร้างแรงจูงใจแก่ตนเอง มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ข้อ

19,20,21,22,23,24

- 2) การตัดสินใจและแก้ปัญหา มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ

25,26,27,28,29

- 3) มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น มีจำนวน 5 ข้อ ได้แก่ ข้อ

30,31,32,33,34

3. ด้านสุข ประกอบด้วย

- 1) ความภูมิใจในตนเอง มีจำนวน 4 ข้อ ได้แก่ ข้อ 35,36,37,38

2) ความพึงพอใจในชีวิต มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ข้อ

39,40,41,42,43,44

3) ความสงบทางใจ มีจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ข้อ 45,46,47,48,49,50

เกณฑ์การให้คะแนน มีคำตอบ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละ

ประโยค คือ **จริงที่สุด** **ค่อนข้างจริง** **จริงบางครั้ง** **ไม่จริงเลย** มีความหมายดังนี้

จริงที่สุด หมายถึงผู้ตอบมีลักษณะเช่นนั้นเสมอ

ค่อนข้างจริง หมายถึงผู้ตอบมีลักษณะเช่นนั้นบ่อยมาก

จริงบางครั้ง หมายถึงผู้ตอบมีลักษณะเช่นนั้นแต่ไม่บ่อยนัก

ไม่จริงเลย หมายถึงผู้ตอบไม่มีลักษณะอย่างนั้นเลย

ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้คือ คะแนนสำหรับข้อความทางบวกและทางลบ

คำตอบ	คะแนนทางบวก	คะแนนทางลบ
จริงที่สุด	4	1
ค่อนข้างจริง	3	2
จริงบางครั้ง	2	3
ไม่จริงเลย	1	4

กลุ่มที่ 1 ด้านบวก ได้แก่

ข้อ 1,3,6,8,10,13,14,16,17,19,23,26,27,28,31,32,33,36,37,39,40,43,45,47,49

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบจริงที่สุด ให้ 4 คะแนน ตอบค่อนข้างจริง ให้ 3 คะแนน

ตอบจริงบางครั้ง ให้ 2 คะแนน ตอบไม่จริงเลย ให้ 1 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ด้านลบ ได้แก่

ข้อ 2,4,5,7,9,11,12,15,18,20,21,22,24,25,29,30,34,35,38,41,42,44,46,48,50

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบจริงที่สุด ให้ 1 คะแนน ตอบค่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน

ตอบจริงบางครั้ง ให้ 3 คะแนน ตอบไม่จริงเลย ให้ 4 คะแนน

ขั้นที่ 5 นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ ความสอดคล้องของข้อคำถาม

กับวัตถุประสงค์และนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุง ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นที่ 6 นำแบบวัดที่ปรับปรุงแล้วไปใช้กับนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 50 คน จากนั้นจึงนำมาหาค่าความเที่ยงด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค ได้ค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .92

ขั้นที่ 7 นำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

4.2.4 โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม

เป็นโปรแกรมให้ข้อเสนอแนะในรูปแบบต่างๆแก่กลุ่มควบคุม จำนวน 14 ครั้ง

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

5.1 ขั้นตอนการทดลอง

5.1.1 ขออนุญาตเก็บข้อมูลเพื่อทำการวิจัย โดยการทำหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านบักคอง

5.1.2 ผู้วิจัยดำเนินการส่งแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ให้ผู้ปกครองของนักเรียนเพื่อประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 66 คน

5.1.3 จากการประเมินความฉลาดทางอารมณ์คัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงออกไป โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน คงเหลือนักเรียนที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลางไว้

5.1.4 สอบถามความสมัครใจของนักเรียนที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลาง จำนวน 40 คน สุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน และใช้แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมาวัด คะแนนที่ได้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

5.2 ขั้นตอนการทดลอง

5.2.1 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ทดลองสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ รวมทั้งสิ้น 14 กิจกรรม

5.2.2 ทำการทดสอบหลังการทดลอง(Posttest) โดยให้กลุ่มทดลองทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการทดลอง 1 สัปดาห์

5.2.3 ดำเนินการทดลองกับกลุ่มควบคุมโดยใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ สัปดาห์ 3 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวัน อังคาร พฤหัสบดี และวันศุกร์ รวมทั้งสิ้น 14 กิจกรรมทำการทดสอบหลังการทดลองโดยให้กลุ่มควบคุมทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ หลังจากการทดลอง 1 สัปดาห์เช่นเดียวกัน

5.2.4 นำคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ไปทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบด้วยวิธีการทางสถิติ

6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

6.1 สถิติที่ใช้ในการวิจัย

6.1.1 นำคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้สูตรดังนี้

1) การหาค่าเฉลี่ย (\bar{x})

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อ \bar{x} แทน ค่าเฉลี่ย

$\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนน

n แทน จำนวนคน

2) การหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยใช้สูตรดังนี้

$$S.D. = \sqrt{\frac{n\sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ S.D. แทน ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

x แทน คะแนน

n แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

6.2 สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

6.2.1 การหาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ 2524 : 177)

$$\text{สูตร } \alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ \frac{SD^2 - \sum S_i^2}{S^2} \right\}$$

เมื่อ α = แทน ค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่น

N = แทน จำนวนข้อคำถามในแบบวัด

S^2 = แทน ค่าความแปรปรวนจากแบบวัดทั้งฉบับ

S_i^2 = แทน ค่าความแปรปรวนของข้อคำถามรายข้อ

6.2.2 หาค่าความแม่นยำตรงเชิงเนื้อหาโดยใช้สูตรดัชนีค่าความสอดคล้อง (IOC)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ค่าดัชนีความสอดคล้อง

$\sum R$ แทน ผลรวมของคะแนนที่ผู้ทรงคุณวุฒิลงคะแนน

N แทน จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

6.2.3 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้สูตร t - test เทคนิค 25 เปอร์เซนต์ ของกลุ่มสูง และกลุ่มต่ำ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์ 2531: 39)

$$t = \frac{\bar{X}_{\text{สูง}} - \bar{X}_{\text{ต่ำ}}}{\sqrt{\frac{S_{\text{สูง}}^2}{n_{\text{สูง}}} + \frac{S_{\text{ต่ำ}}^2}{n_{\text{ต่ำ}}}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าอำนาจจำแนก

$X_{\text{สูง}}$ แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มสูง

X_{i_1}	แทน	คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มต่ำ
$S^2_{สูง}$	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มสูง
$S^2_{ต่ำ}$	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนในกลุ่มต่ำ
$n_{สูง}$	แทน	จำนวนคนในกลุ่มสูง
$n_{ต่ำ}$	แทน	จำนวนคนในกลุ่มต่ำ

6.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

6.3.1 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังการทดลอง โดยการทดสอบค่าทีโดยใช้สูตรดังนี้

1) การทดสอบค่าทีแบบไม่อิสระ (t – dependent)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n\sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}} \text{ เมื่อ } df = n-1$$

D แทน เป็นความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่

n แทน จำนวนคู่

$\sum D$ แทน ผลรวมความต่างของคะแนนแต่ละคู่

6.3.2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที โดยใช้สูตรดังนี้

1) การทดสอบค่าทีแบบอิสระ (t – independent)

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1) + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left\{ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right\}}}$$

เมื่อ \bar{x}_1 แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

\bar{x}_2 แทน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

n_1 แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

n_2 แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

s_1^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

s_2^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อ

1. เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ
2. เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

2. การเสนอผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

2.1 อธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิตและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4.1

2.2 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ และการใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4.2

2.3 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการของกลุ่มทดลอง รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4.3

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

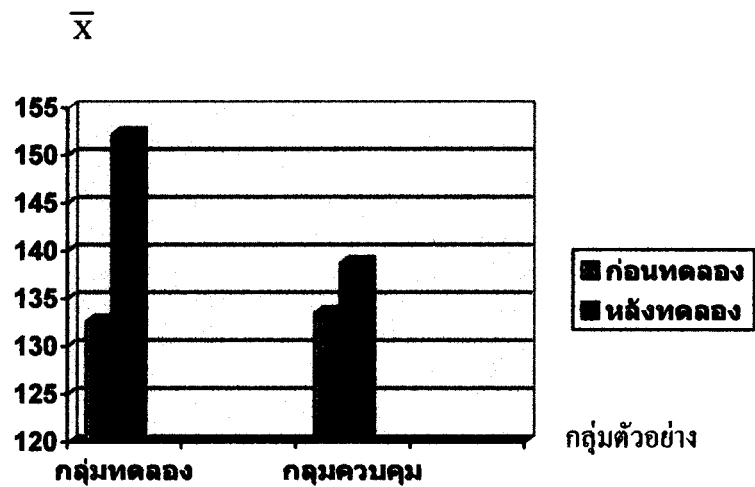
n	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย

S.D.	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
df	แทน	ระดับชั้นแห่งความเป็นอิสระ
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณาค่า t - Distribution
*	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4.1 อธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิตและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลอง รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4.1

กลุ่มตัวอย่าง	การทดลอง	n	\bar{X}	S.D.
กลุ่มทดลอง	ก่อน	20	132.6	14.86
	หลัง	20	152.2	16.91
กลุ่มควบคุม	ก่อน	20	133.5	14.51
	หลัง	20	138.7	15.82

จากตารางที่ 4.1 นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทดลอง เท่ากับ 132.6 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.86 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังการทดลองเท่ากับ 152.2 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 16.91 สำหรับกลุ่มควบคุมพบว่า ก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์เท่ากับ 133.5 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 14.51 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังการทดลองเท่ากับ 138.7 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 15.82 คะแนนเฉลี่ยแสดงเป็นกราฟได้ ดังภาพที่ 4.1



ภาพที่ 4.1 คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (t-independent test) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ หลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ความฉลาดทางอารมณ์	n	หลังการทดลอง			
		\bar{X}	S.D.	df	t
กลุ่มทดลอง	20	152.2	16.91	38	2.606*
กลุ่มควบคุม	20	138.7	15.82		

$$*P < .05 \text{ (df 38, .05) } = 1.697$$

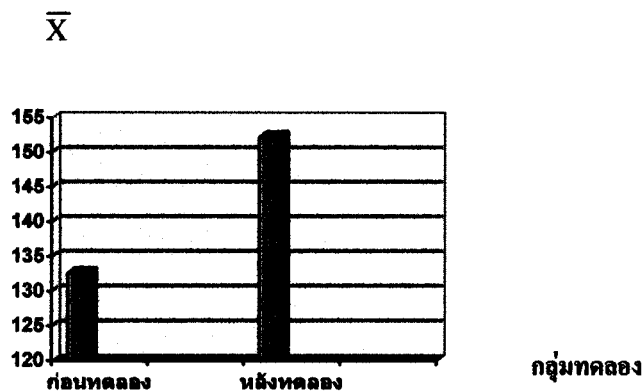
จากตารางที่ 4.2 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์หลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้วยการทดสอบค่าทีแบบไม่อิสระ (t-dependent test) ของคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง

ความฉลาดทางอารมณ์	n	\bar{X}	S.D.	df	t
ก่อนการทดลอง	20	132.6	14.86	19	5.956*
หลังการทดลอง	20	152.2	16.91		

* $P < .05$ t (df 19, .05) = 1.729

จากตารางที่ 4.3 พบว่าภายหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงเป็นกราฟได้ ดังภาพที่ 4.2



ภาพที่ 4.2 คะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง

บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่องผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ ผู้วิจัยได้สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะไว้ดังนี้

1. สรุปการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย และผลการวิจัยมีดังนี้

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบผลของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการและกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะ

1.2 สมมติฐานการวิจัย

1.2.1 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.2 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.3 วิธีการวิจัย

1.3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากร คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 66 คน

2) *กลุ่มตัวอย่าง* ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอบึงสามพัน จังหวัดศรีสะเกษ ที่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ต่ำถึงปานกลางเมื่อเทียบกับเกณฑ์ปกติ และสมัครใจเข้าร่วมการทดลอง จำนวน 40 คน สุ่มอย่างง่ายเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน

1.3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- 1) ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 14 กิจกรรม
- 2) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต นำมาใช้เพื่อให้ผู้ปกครองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนจำนวน 66 คน เพื่อคัดแยกนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ สูง ปานกลาง และต่ำ แยกนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงออกไป นำนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ ปานกลางและต่ำ จำนวน 40 คน มาทำการทดลอง
- 3) แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำมาวัดความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังการทดลองทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
- 4) โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม เป็นแผนกิจกรรมให้ความรู้และข้อเสนอแนะในรูปแบบต่างๆแก่กลุ่มควบคุม จำนวน 14 กิจกรรม

1.3.3 วิธีดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ มีขั้นตอนการทดลองดังนี้

- 1) ขั้นก่อนการทดลอง แจกแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต ให้ผู้ปกครองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนจำนวน 66 คน เพื่อคัดแยกนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ สูง ปานกลาง และต่ำ แยกนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงออกไป นำนักเรียนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ ปานกลางและต่ำ จำนวน 40 คน นำมาสุ่มอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 20 คน กลุ่มควบคุม 20 คน นำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มาให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำการวัดเพื่อเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนเรียน
- 2) ขั้นทดลอง ดำเนินการทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองกับกลุ่มทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ทดลองสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ รวมทั้งสิ้น 14 กิจกรรม รวม 5 สัปดาห์ ตั้งแต่เวลา 15.00 - 15.50 โดยเริ่มทดลอง ตั้งแต่วันที่ 23

กรกฎาคม 2550 - วันที่ 5 กันยายน 2550 และดำเนินการทดลองกับกลุ่มควบคุมโดยใช้โปรแกรมการให้ข้อสนเทศสัปดาห์ 3 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที ในวัน อังคาร พุธ ศุกร์ รวมทั้งสิ้น 14 กิจกรรม เช่นเดียวกัน

3) ขั้นสิ้นสุดการทดลอง ทำการทดสอบหลังการทดลอง โดยให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์หลังจากการทดลอง 1 สัปดาห์

4) นำคะแนนที่ได้จากการทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลองทั้งของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไปทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบด้วยวิธีการทางสถิติต่อไป

1.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

1) ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ แล้วดำเนินการดังนี้

2) นำคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย (\bar{x}) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

3) นำคะแนนของกลุ่มทดลองจากการวัดก่อนเรียนและหลังเรียน มาเปรียบเทียบความก้าวหน้าโดยใช้ค่าที (t-test)

4) เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้ค่าที (t-test)

1.5 ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังนี้

1) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลอง มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านบักคอง จังหวัดศรีสะเกษ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ซึ่งอภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ที่เป็นเช่นนี้เพราะนักเรียนบรรลุวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้จากการได้ทำกิจกรรมร่วมกัน เกิดการเรียนรู้ร่วมกันโดยมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ความรู้ ความคิด ในระหว่างเพื่อนจึงทำให้การพัฒนาจากสิ่งที่ไม่รู้ หรือรู้มาบ้างเป็นการรู้มากขึ้นและนำมาสู่การปฏิบัติ ในชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ชุดนี้มุ่งพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ครอบคลุมองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านคิด ด้านเก่ง และด้านสุข โดยกิจกรรมที่พัฒนาองค์ประกอบด้านคิด ได้แก่ กิจกรรมที่ 2 - กิจกรรมที่ 6 มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาให้ผู้ร่วมกิจกรรมมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม กิจกรรมที่พัฒนาในด้านเก่ง ได้แก่ กิจกรรมที่ 7 - กิจกรรมที่ 10 มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเองพยายามไปสู่ความสำเร็จ สามารถแก้ปัญหาด้วยความยืดหยุ่น มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ภูมิใจในความสามารถของตนเอง กิจกรรมที่พัฒนาในด้านสุข ได้แก่ กิจกรรมที่ 11 - กิจกรรมที่ 13 มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาให้เกิดความพึงพอใจในสิ่งที่คนมีอยู่ มีความสุขสงบทางด้านจิตใจ มีใจเป็นสมาธิสุขสงบ ซึ่งโครงสร้างของชุดกิจกรรมสอดคล้องกับหลักในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของ ดาเนียล โกลแมน (อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต 2544 : 31-33) ที่กล่าวถึงแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ว่า ควรจะพัฒนาให้รู้จักอารมณ์ของตนเอง พัฒนาการจัดการอารมณ์ของตนเอง พัฒนาการสร้างแรงจูงใจ พัฒนาการหยั่งรู้อารมณ์ของผู้อื่นและพัฒนาการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น นอกจากนี้ยังมีการแจ้งวัตถุประสงค์ให้ผู้เรียนได้ทราบอย่างชัดเจน การร่วมกิจกรรมตามลำดับขั้นตอนของกิจกรรมตามวงจรการเรียนรู้ (Four Phases of Learning Cycle) 4 ขั้นตอน คือ ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้ ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต ขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ ทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมเข้าใจกิจกรรมได้ง่ายขึ้น นอกจากนี้นักเรียนยังได้เรียนจากเอกสาร เช่น ใบความรู้ เอกสารประกอบกิจกรรมและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ เช่น นิทาน เพลง เกม บทบาทสมมติ สถานการณ์

จำลอง กรณีตัวอย่าง เทปธรรมะ การนั่งสมาธิ นำมาบูรณาการเข้าด้วยกัน จึงสามารถกระตุ้นเร้าให้เกิดการเรียนรู้ การคิด การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จึงสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนให้เพิ่มขึ้นได้

นอกจากนี้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ ยังเป็นชุดกิจกรรมที่นำกิจกรรมต่างๆ มาบูรณาการเข้าด้วยกัน โดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ซึ่งรูปแบบของกิจกรรมเป็นการสร้างความรู้จากประสบการณ์เดิมและเรียนรู้จากการปฏิบัติ โดยนักเรียนร่วมกันคิดและอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น สรุปความรู้ที่ได้รับนำไปสู่การปฏิบัติและใช้ได้ด้วยตนเอง การดำเนินกิจกรรมเน้นให้ปฏิบัติร่วมกันเป็นกลุ่มเล็กๆ 4-5 คน จากนั้นแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและสรุป เปิดโอกาสให้นักเรียนแต่ละคนมีส่วนร่วมทุกขั้นตอน นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนมีความมั่นใจในตนเองยอมรับความคิดเห็นของเพื่อน มีความรับผิดชอบ และมีแนวคิดที่จะปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องของตนเองเพราะเกิดจากนักเรียนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นในการปฏิบัติกิจกรรม และปฏิบัติงานภายใต้กฎเกณฑ์ หรือกติกาของกลุ่มและกิจกรรม และได้ปฏิบัติกิจกรรมเกี่ยวกับการพูด การร้องเพลง การเล่านิทาน การแสดงบทบาทสมมุติ การฟังเทปธรรมะ การนั่งสมาธิ จึงทำให้มีความมั่นใจในตนเองสูงขึ้นไปด้วย สอดคล้องกับการค้นพบของ คมกริช ใจคำปิ่น (2542) และ วิภามาส เมืองอยู่ (2542) ที่พบว่า ผลจากการร่วมกิจกรรมกลุ่มนักเรียนจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง และปรับตัวเข้ากับสังคมเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม การจับคู่ฝึกแสดงความคิดเห็นและฝึกพูดในโอกาสต่างๆ ซึ่งรูปแบบการจัดกิจกรรมดังกล่าวเป็นการเรียนรู้ที่นักการศึกษาให้การยอมรับว่า จะสามารถเสริมสร้างผู้รับบริการทั้งกระบวนการคิดและการปฏิบัติ (อุษา พึ่งธรรม และคณะ 2544 : 13) อีกทั้งยังพบว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวในรูปแบบต่างๆ โดยใช้หลักของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่เน้นรูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ให้ผู้บริการค้นพบและเกิดการเรียนรู้ผ่านกระบวนการพัฒนาโดยใช้ชุดกิจกรรม จะช่วยให้ผู้รับบริการเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่พึงประสงค์ เช่นเดียวกับ อักษรา ศิลปสุข (2545) ทำการวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านปงสนุก จังหวัดลำปาง ผลปรากฏว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีประสิทธิภาพสามารถพัฒนาลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้รับบริการให้เพิ่มขึ้นได้

2.2 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นเพราะ

2.2.1 เมื่อเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เกี่ยวกับการควบคุมตนเอง ความเห็นใจผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ ความรับผิดชอบ การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจแก้ปัญหา การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ความภูมิใจในตนเองและความสุขสงบทางใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และระดับ .05 แสดงว่า กิจกรรมทั้ง 14 กิจกรรม เป็นชุดกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพช่วยทำให้นักเรียนที่ผ่านการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้การออกแบบกิจกรรมได้แนวความคิดจากหลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มุ่งให้เกิดการเรียนรู้ผ่านกระบวนการกลุ่มที่มีขั้นตอนตามรูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ของ สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545: 50) ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน เป็นวงจรการเรียนรู้ มีหลักสำคัญคือเป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์เดิมของนักเรียน ระหว่างการเรียนรู้นี้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีปฏิสัมพันธ์ด้วยตนเอง มีการสื่อสารทั้งการพูดและการเขียนเพื่อแลกเปลี่ยนวิเคราะห์และสังเคราะห์ความรู้ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่ได้จากการปฏิบัติด้วยตนเองและจากการที่ผู้เข้าร่วมมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันทำให้รู้จักยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และยังทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น ตลอดจนเข้าใจอารมณ์ของตนเองมากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานที่จะทำให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้น นอกจากนี้การเรียนรู้จากการปฏิบัติเป็นแนวทางหนึ่งที่จะเชื่อว่าจะช่วยเสริมสร้างพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ดี ดังจะเห็นได้จากผลการศึกษาวิจัยที่แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมตามหลักการแนะแนวโดยมุ่งให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่เน้นการเรียนรู้แบบมีประสบการณ์ผ่านกระบวนการกลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เพิ่มขึ้นได้ เช่น งานวิจัยของศิริสุดา ลดาวัลย์ ณ อุรุทยา (2548) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการศึกษา ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองและระยะติดตามผลกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์ต่างกับกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการนักเรียนกลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นเพราะ

2.3.1 กิจกรรมที่นำมาสร้างเป็นชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมุ่งพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ครอบคลุมทั้งด้านคิด ด้านเก่ง ด้านสุข มีส่วนช่วยให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มขึ้น เพราะแต่ละกิจกรรมนักเรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การทำงานเป็นกลุ่ม

โดยสลับเปลี่ยนกันเป็นผู้นำผู้ตามที่ดี เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ จึงทำให้นักเรียนยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน และมีความรับผิดชอบในการทำงานเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิภามาส เมืองอู่ (2542) ที่พบว่า กิจกรรมกลุ่มช่วยทำให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับสังคมเพิ่มสูงขึ้น โดยมีการปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ดี และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นนอกจากนี้บางกิจกรรมนักเรียนได้มีการผ่อนคลายอารมณ์ ด้วยการร้องเพลง เล่นเกม ฟังนิทาน ทำให้นักเรียนมีความสุขไม่เครียด และกล้าแสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออกมากขึ้น ในบางกิจกรรมจะใช้สถานการณ์จำลอง กรณีตัวอย่างและในตอนท้ายกิจกรรมนักเรียนจะได้ศึกษาเพิ่มเติมจากใบความรู้ เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาและกิจกรรมได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

สอดคล้องกับหลักการพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคมของ วัชรีย์ ทรัพย์มี (2545 : 156 -158) ที่ระบุว่าในการพัฒนากิจกรรมแนะแนวต้องพิจารณาลักษณะของผู้รับบริการ จัดกิจกรรมโดยเน้นเนื้อหาสาระมากกว่าความสนุกสนานของกิจกรรม ให้ผู้รับบริการมีโอกาสอภิปรายและฝึกทักษะต่างๆมากกว่าการบรรยาย ตลอดจนให้สมาชิกได้เปิดเผยตนเอง รู้จักไว้วางใจผู้อื่น และมีการยกตัวอย่างเรื่องใกล้ตัวที่ผู้รับบริการสามารถนำไปใช้ได้ สอดคล้องกับหลักการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่เน้นให้ทบทวน ตรวจสอบการกระทำ หรือการแสดงออกทางอารมณ์ที่ผ่านมาของตัวเองว่าได้แสดงอาการใดออกไปแล้วย้อนวิเคราะห์เหตุผลการกระทำของตนเองว่าเหมาะสมหรือไม่ มีจุดใดที่ควรแก้ไขปรับปรุงและจะดำเนินการแก้ไขปรับปรุงได้อย่างไร หมั่นฝึกทักษะในการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม (คานีเยล โกลแมน อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต 2544 : 31-33) นอกจากนี้ยังพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นักเรียนส่วนใหญ่ให้ความสนใจอยากที่จะเข้าร่วมกิจกรรมอีกรวมทั้งนักเรียนยังสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการพัฒนาตนให้มีความฉลาดทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้น อยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข เพราะเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้นจึงทำให้คะแนนความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองเพิ่มสูงกว่ากลุ่มควบคุมเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

3.1.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์สามารถนำไปใช้กับนักเรียนชั้นอื่นๆ ในระดับประถมศึกษา โดยการปรับให้เหมาะสมกับผู้รับบริการ

3.1.2 ผู้ให้บริการที่จะนำชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการไปใช้ควรมีการศึกษา คู่มือ วิธีการใช้ให้ชัดเจน เตรียมวัสดุอุปกรณ์ให้พร้อม เพื่อให้การปฏิบัติกิจกรรมเป็นไปอย่างราบรื่น บรรลุตามวัตถุประสงค์ได้ดียิ่งขึ้น

3.1.3 เมื่อสิ้นสุดการจัดกิจกรรมควรมีการประเมินและติดตามผลอย่างต่อเนื่อง เพื่อความคงทนของการพัฒนาจิตลักษณะหรือคุณลักษณะที่พึงประสงค์

3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรมีการศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนในชั้นอื่นๆ

3.2.2 ควรมีการเปรียบเทียบระหว่างการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการกับการใช้กิจกรรมแบบอื่น เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ว่าผลที่ได้มีความแตกต่างกันหรือไม่ วิธีใดจะสามารถพัฒนาได้ดีกว่ากัน

3.2.3 ควรมีการติดตามผลเพื่อดูความคงทนของการพัฒนาจิตลักษณะหรือคุณลักษณะที่พึงประสงค์

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ (2542) คู่มือพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตระดับมัธยมศึกษา กรุงเทพมหานคร
โรงพิมพ์การศาสนา กรมการศาสนา
- _____ (2545) คู่มือการบริหารจัดการแนะแนว กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์องค์การรับส่ง
สินค้าและพัสดุภัณฑ์
- กันตวรรณ มีสมสาร (2544) “การเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กวัยย่างเข้าสู่วัยรุ่นที่
ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในรูปแบบที่แตกต่างกันตามการรับรู้ของตนเอง” ปรินญา
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย
- คมกริช ใจคำป็น (2542) “ การศึกษาเปรียบเทียบบุคลิกภาพความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนไชยปราการตามแนวทฤษฎีของ มาสโลว์”
ภาควิชาประเมินผลและวิจัยการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2545) แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของเด็ก กรุงเทพมหานคร
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- จำเนียร ช่วงโชติ (2527) เทคนิคการแนะแนว กรุงเทพมหานคร อัมรินทร์การพิมพ์
- ฉัตรสุดา หาญประกอบสุข (2541) “การใช้ชุดแนะแนวเพื่อการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดบ้านม้า อำเภอเมืองลำพูน” การศึกษา
ค้นคว้าอิสระบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ชนมน สุขวงศ์ (2542) “ความสัมพันธ์ระหว่างการเลี้ยงดูกับความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่น
ตอนต้น” วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- ครุณี ร่องสุวรรณ (2545) “การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์กับความสามารถทางสมองของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ทศพร ประเสริฐสุข (2543) “ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา” ใน *รวมบทความทาง
วิชาการอีคิว* หน้า 89-119 อัจฉรา สุขารมณ์, วิลาศลักษณ์ ชวีวัลลีและอรพินทร์ ชูชม
กรุงเทพมหานคร DESKTOP

- เทิดศักดิ์ เดชคง (2542) ความฉลาดทางอารมณ์ พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร มติชน
- เทิดศักดิ์ เดชคง (2544) จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติและปัญญา พิมพ์ครั้งที่ 7
กรุงเทพมหานคร พินเนศพรินต์ติ้ง
- ธีระ ชัยบุษยธรรม (2544) “การพัฒนาคุณลักษณะทางอารมณ์” วารสารวิชาการ หน้า 36-40 นันทา
ผู้รักษา “การใช้ EQ กับตนเอง ครอบครัวและการทำงาน” ใน รวมบทความทาง
วิชาการอีคิว หน้า 43-52 อัจฉรา สุขารมณ, วิลาศลักษณ์ ชวัลลภและอรพินทร์ ชูชม
กรุงเทพมหานคร DESKTOP
- ธัญภรณ์ พาพลงาม (2545) “ผลของการใช้ตัวแบบวิถีทัศน์เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านห้วยแก้วห้วยตำราญ ต.หนอง
อ.อาจสามารถ จ.ร้อยเอ็ด วิทยานิพนธ์ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2548) “รู้จักกับความฉลาดทางอารมณ์(EQ) กันก่อน” ใน เอกสาร
ประกอบการฝึกอบรมหลักสูตรการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็ก
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช
- นงพะงา ลิมสุวรรณ (2542) เลี้ยงลูกถูกวิธีชีวิตมีความสุข (พิมพ์ครั้งที่ 3) กรุงเทพมหานคร
เมคอิน โฟ จี ดี
- น้องนุช เพียรดี (2542) “ผลของการใช้ชุดการแนะแนวในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของ
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดคลองสวน จังหวัดฉะเชิงเทรา”
วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยาการแนะแนว
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- บุญลักษณ์ อึ้งชัยพงษ์ (2536) “ผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม
ด้านความซื่อสัตย์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านพรานกระต่าย
จังหวัดกำแพงเพชร” วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการ
แนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- บุษบากร คัมขาวรรณ (2545) “การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเองตาม
แนวคิดของดูเปอร์ สมิธ และพฤติกรรมกรรมการเรียนที่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในโรงเรียนเขากลางคันคร
จังหวัดลำปาง วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช

- ปนัดดา อิ่มสกุล (2538) “ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความสามัคคีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านท่ากลอย กิ่งอำเภอท่าตะเอน จังหวัดฉะเชิงเทรา” ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- ประดิษฐ์ อุประมัย (2548) “การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้ปกครองเด็ก ด้วยการมองคนตามที่เป็นจริง” ใน เอกสารประกอบการฝึกอบรมหลักสูตรการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็ก มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ประภัสสรา โลहनันทชัย (2548) “การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1” ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2542) “คุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับ EQ” *พฤติกรรมศาสตร์* 1 (สิงหาคม 2542) หน้า 15-17
- _____ . (2545) “การพัฒนากิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา” ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว* หน่วยที่ 10 : 69-105 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2543) “เจตโกศลหรือปรีชาเชิงอารมณ์” ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว* หน้า 69-105 อังนรา สุขารมณั์ วิชาสถิติ ชั่ววัลลีและอรพินทร์ ชูชม กรุงเทพมหานคร DESKTOP
- พระราชวรมุณี (ประยูร ธรรมจิตโต) (2543) “อิคิวในแนวทางพุทธศาสนา” ใน *รวมบทความทางวิชาการอิคิว* หน้า 21-34 อังนรา สุขารมณั์, วิชาสถิติ ชั่ววัลลีและอรพินทร์ ชูชม กรุงเทพมหานคร DESKTOP
- พรณทิพย์ สิริวรรณบุศย์ (2547) *ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ (พิมพ์ครั้งที่ 2)* กรุงเทพฯ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2531) *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์* กรุงเทพฯ ฟิงเกอร์ปรีนแอนคัมมีเดีย
- พิทยาภรณ์ พิทยาธฤกุล (2546) “การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมก่อนนอนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนนาหลวง สังกัดกรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

- พิมพ์รัตน์ ขุนแก้ว (2548) “การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาสุขภาพกายของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2” ปรินญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช (2548) “การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็ก” ใน เอกสารประกอบการฝึกอบรมหลักสูตรการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็ก ตุลาคม 2548 : คำนำ
- ยุพิน ปิคตะดู (2537) “ผลของการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ สังกัดกรุงเทพมหานคร” ปรินญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- รัตติกร จงวิศาล (2544) “เชาวน์อารมณ์ (Emotional Intelligence) กับการทำงาน” ใน สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ 27 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2544) :17
- ลัดดาพรรณ ณ ระนอง (2544) “หน่วยที่ 12 การแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม” ใน *ประมวลสาระชุดวิชาหลักการและแนวคิดทางการแนะแนว* นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- _____ (2548) “การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็กด้วยการสร้างเสริมให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเองและมีความเชื่อมั่นในตนเอง” ใน *เอกสารประกอบการฝึกอบรมหลักสูตรการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้เด็ก* มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- ล้วน สายยศ (2544) “หน่วยที่ 4 ระเบียบวิธีทางสถิติบางประการเพื่อการวิจัย” ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการวิจัยทางการแนะแนว* หน้า 229- 341 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- วัชรีย์ ทรัพย์มี (2545) “การพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม” ใน *ประมวลสาระชุดวิชาหลักการและแนวคิดทางการแนะแนว* หน่วยที่ 12 นนทบุรี สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- วินัดดา ปิยะศิลป์ และพนม เกตุมาน (2545) *คำราจิตเวชเด็กและวัยรุ่น* กรุงเทพมหานคร บิขอนแก่น เอ็นเทอร์ไพรซ์
- วิภามาส เมืองอยู่ (2542) “ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบุพราชวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่” วิทยานิพนธ์ปรินญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี (2543) “การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการทำงาน” ใน
รวมบทความทางวิชาการอีคิว หน้า 63-87 อัจฉรา สุขารมณ, วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี
และอรพินทร์ ชูชม กรุงเทพมหานคร DESKTOP
- วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์ (2542) *เขาวน้ออารมณ์(EQ) : คัมภีร์วัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต*
กรุงเทพมหานคร เอกซเปอร์เน็ท
- (2544) *เขาวน้ออารมณ์(EQ) : คัมภีร์วัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต*
กรุงเทพมหานคร เอกซเปอร์เน็ท
- คันสนีย์ ฉัตรกุลปต์ (2543) *การพัฒนาบุคลิกภาพทางอารมณ์* วารสารกองทุนสงเคราะห์การศึกษา
เอกชน 10 (92) : 2-3 มีนาคม
- ศิริสุดา ฤควัดย์ ณ อยุธยา (2548) “ผลของโปรแกรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของ
นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ศูนย์วิจัย
และพัฒนาการศึกษา” วิทยานิพนธ์ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
(จิตวิทยาพัฒนาการ) มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540) *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย(เล่ม2)* กรุงเทพมหานคร
ไทยวัฒนาพานิช
- ศึกษานิการ, กระจ่าง (2542) *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542* กรุงเทพมหานคร
กระทรวงศึกษาธิการ
- สมร ทองดีและปราวณี รามสูต (2545) “หน่วยที่ 9 แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว” ใน
ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว นนทบุรี สาขาวิชา
ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สาธารณสุข, กระจ่าง กรมสุขภาพจิต (2543) *อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์* นนทบุรี สำนัก
พัฒนาสุขภาพจิต
- สาธารณสุข, กระจ่าง กรมสุขภาพจิต (2544) *การพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์
สำหรับประชาชนชาวไทย อายุ 12-60 ปี* กรุงเทพมหานคร กรมสุขภาพจิต
- (2544) *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์* กรุงเทพมหานคร กรมสุขภาพจิต
- (2546) *ความรู้เรื่องการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3-11 ปี สำหรับ
นักวิชาการ* กรุงเทพมหานคร องค์การทหารผ่านศึก

- สินิทธิ์ วงศ์ธิดา (2546) “การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนแม่สายประสิทธิ์ศาสตร์ จังหวัดเชียงราย”
ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนวสาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช
- สุริดา พลธานี (2546) “ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนวมวิทย์จังหวัดเชียงใหม่”
การศึกษาค้นคว้าอิสระ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- สุรางค์ ไคว่ตระกูล (2544) *จิตวิทยาการศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 5) กรุงเทพฯ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- อรพิน ชูชม (2543) “สถานภาพการวัด EQ” ใน *รวมบทความทางวิชาการอีคิว* หน้า 221-239
อัจฉรา สุขารมย์, วิลาศลักษณ์ ชั่ววัลลี และอรพินทร์ ชูชม กรุงเทพมหานคร
DESKTOP
- อภิภา จัตตุกุล (2547) “ผลการใช้การสอนแบบระดมสมองที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหา
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ต่างกัน”
วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- อุมาพร ตรีรงค์สมบัติ (2544) *สร้างEQ ให้ลูกคุณ* กรุงเทพมหานคร ชานคำการพิมพ์
- อุษา พึ่งธรรม และคณะ (2544) *คู่มือการฝึกอบรมอย่างมีส่วนร่วม* กรมสุขภาพจิต กระทรวง
สาธารณสุข กรุงเทพมหานคร วงศ์กมลโปรดักชัน
- อักษรา ศิลปสุข (2545) “ผลการใช้ชุดกิจกรรมที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านปงสนุก จังหวัดลำปาง” วิทยานิพนธ์ปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- อัมพร ชนะทอง (2546) “การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการใช้
เหตุผลเชิงจริยธรรม ด้านความมีน้ำใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัด
พลับพลา จังหวัดจันทบุรี” ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช
- อัมพร แสงวิเชียร (2546) “ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อพฤติกรรม
ประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนกุดบากราชบุรีบำรุง
จังหวัดสกลนคร วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช

- อัมพร หัสศิริ (2543) “ความสัมพันธ์ระหว่างเขาวนปัญญาและความสามารถทางอารมณ์ของนักเรียนประถมศึกษาที่มีปัญหาทางการเรียน” การค้นคว้าแบบอิสระศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- Bar-On R. BarOn (1997) Emotional Quotient Inventory (EQ-I) : Technical manual.Toronto Canada: Multi-Health Systems, อ้างถึงใน *กรมสุขภาพจิต การพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนชาวไทยอายุ 12-60 ปี* กรุงเทพมหานคร กรมสุขภาพจิต
- Claudia Marshall Shelton.(2000) *Portraits in Emotional Awareness. Educational Leadership / September*
- Cooper, R.k.,& Sawaf, A. Executive (1997) EQ : Emotional intelligence in leadership and organizations. New York. อ้างถึงใน“สถานภาพการวัด EQ”ใน *รวมบทความทางวิชาการอีคิว* หน้า 221-239 อัจฉรา สุขารมณ, วิทยาลัยเกษม ชั่ววัลลีและอรพินทร์ ชูชม กรุงเทพมหานคร DESKTOP
- Domhein, L.(1998). Development and validation of a measure of emotional Intelligence. *Personallity and Individual Differences. 25,167-177*
- Goleman, D.(1995) Emotional Intelligence. New York : Bantam,
- Goleman, Deniel. Schooling The Emotional, Emotional Intelligence : A Bantam, Book,อ้างถึงใน กรมสุขภาพจิต (2543) *อีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์ นนทบุรี สำนักพัฒนาสุขภาพจิต*
- Mayer,J.D.& Salovey, P. (1997) Whet is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter,(Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Education Impiication. New York : Basic Book.*
- Ohm, Paul.John (1998). “Emotional Intelligence”: A different of smart. *Teaching for Success through and emotion – based model.*
[http://www.cdnet.3.car.chula.Ac.th/plweb-cgi-fastweb.exe.](http://www.cdnet.3.car.chula.Ac.th/plweb-cgi-fastweb.exe)
- Tapia,Martha.Luisa. (1999). A study of the relationships of the Emotional IntellGence Inventory (online). Available : <http://www.lip.umi.com/dissertations/fullcit/9907040>. (2000, September,3).

Weisnger,H. (1998). Emotional intsligence at work:The untappededge for success. San Francisco:Jossey-Bass.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ชื่อ นายมานิต สิริศิริ
สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4
วุฒิการศึกษา กศม. (การวัดผลการศึกษา)
ประสบการณ์หรือความชำนาญ ศึกษานิเทศก์ วิทยฐานะเชี่ยวชาญ
2. ชื่อ นางสาวพิมพ์นิกา ศรีสุแล
สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4
วุฒิการศึกษา กศม. (จิตวิทยาการศึกษา)
ประสบการณ์หรือความชำนาญ ศึกษานิเทศก์ วิทยฐานะชำนาญการ
3. ชื่อ นางสาวมยุรี สาริบุตร
สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 4
วุฒิการศึกษา กศม. (การแนะแนว)
ประสบการณ์หรือความชำนาญ ศึกษานิเทศก์ วิทยฐานะชำนาญการพิเศษ
4. ชื่อ นายสุวิทย์ ผลสุข
สถานที่ทำงาน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสำโรงพลัน
วุฒิการศึกษา กศม. (บริหารการศึกษา)
ประสบการณ์หรือความชำนาญ ผู้อำนวยการโรงเรียนในพื้นที่ วิทยฐานะเชี่ยวชาญ
5. ชื่อ นางสุภาพิศ จันทรมณีเลิศ
สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศรีสะเกษ เขต 3
วุฒิการศึกษา ศษ.บ. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)
ประสบการณ์หรือความชำนาญ หัวหน้าฝ่ายแนะแนว โรงเรียนบุษพันธ์

ภาคผนวก ข
แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์
และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง

แบบวัดฉบับนี้เป็นประโยชน์ที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวเองมากที่สุด ไม่มีคำตอบถูกหรือผิด โปรดตอบตามความเป็นจริง เพื่อที่จะได้รู้จักตนเองและนำไปสู่การพัฒนาตนเองต่อไป

คำตอบมี 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ จริงที่สุด ก่อนข้างจริงจริงบางครั้ง และไม่จริงเลย โปรดเลือกช่องที่นักเรียนคิดว่าตรงกับตัวเองมากที่สุด

ข้อความ	จริงที่สุด	ก่อนข้างจริง	จริงบางครั้ง	ไม่จริงเลย
1. ฉันเป็นคนอารมณ์ดีอยู่เสมอ				
2. ฉันต้องการเป็นคนสำคัญสำหรับทุกคน				
3. ฉันรู้สึกมีความสุขในทุกสถานการณ์				
4. ฉันไม่ชอบชมเชยคนอื่น				
5. ฉันบอกสิ่งที่ฉันต้องการทุกครั้งกับทุกคน				
6. ฉันยินดีช่วยเหลือเพื่อนขอความช่วยเหลือ				
7. ฉันไม่ชอบให้ใครได้ชื่นหน้า				
8. ฉันจะรู้สึกผิดถ้าทำตัวไม่ดี				
9. ฉันจะโกรธทุกครั้งเมื่อมีคนมาตำหนิ				
10. ฉันรู้สึกพอใจกับรูปร่างหน้าตาของฉัน				
11. ฉันรู้สึกว่าชีวิตยังขาดอะไรอีกมากมาย				
12. ฉันจะเครียดทุกครั้งเมื่องานไม่เสร็จ				
13. ฉันมักจะผ่อนคลายอารมณ์ด้วยการฟังเพลง				
14. ฉันเชื่อว่าทุกคนมีความดีอยู่ในตัวเสมอ				
15. ฉันจะฟ้องครูทุกครั้งเมื่อเห็นเพื่อนทำผิด				
16. ฉันเป็นคนไม่ค่อยโกรธใครง่ายๆ				
17. ฉันชอบทำสิ่งที่ท้าทายความสามารถ				
18. ฉันไม่ชอบเลี้ยงสัตว์ทุกชนิด				

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงบางครั้ง	ไม่จริงเลย
19. ฉันมักให้อภัยเมื่อเพื่อนทำผิดแล้วขอโทษ				
20. ฉันไม่ชอบถ้ามีคนมาสั่งให้ทำสิ่งนั้นสิ่งนี้				
21. ถ้าเพื่อนทำฉันเจ็บฉันต้องแก้แค้น				
22. ฉันจะคุยด้วยเฉพาะคนที่สนิทกันเท่านั้น				
23. ฉันชอบอาชีพที่มีโอกาสช่วยเหลือคนอื่น				
24. ฉันชอบให้ทุกคนตามใจฉัน				
25. เวลาโกรธฉันชอบตะโกนเสียงดัง				
26. ฉันยิ้มให้เพื่อนก่อนเสมอ				
27. ฉันคิดว่าคนเรียนเก่งน่าเลียนแบบ				
28. ฉันจะมีความสุขเมื่อได้ช่วยเหลือคนอื่น				
29. ฉันจะทำเฉพาะสิ่งที่ฉันพอใจ				
30. ฉันจะโกรธมากถ้าถูกเพื่อนล้อเลียน				
31. ถึงแม้จะมีอุปสรรคฉันก็จะทำงานจนสำเร็จ				
32. ฉันมักจะเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีเสมอ				
33. ฉันภูมิใจในความสามารถที่ฉันมี				
34. ฉันชอบคิดถึงปมค้อยของตนเองเสมอ				
35. ฉันชอบวิตกกังวลในเรื่องที่ยังไม่เกิดขึ้น				
36. ฉันเรียนรู้ที่จะรอคอยในสิ่งที่อยากได้				
37. ถ้าเผชิญปัญหาฉันจะค่อยๆ คิดแก้ไข				
38. การเสียสละเป็นสิ่งไร้สาระ				
39. ฉันมองคนในแง่ดีเสมอ				
40. เป็นคนดีไม่จำเป็นต้องเรียนเก่ง				
41. ฉันใส่ใจเฉพาะคนที่ฉันชอบเท่านั้น				
42. ฉันรู้สึกท้อแท้เมื่อเจอปัญหา				
43. การผูกมิตรกับคนอื่นเป็นสิ่งที่ดี				
44. เมื่อฉันโกรธฉันจะแสดงออกทันที				

ข้อความ	จริงที่สุด	ค่อนข้างจริง	จริงบางครั้ง	ไม่จริงเลย
45. ฉันควบคุมอารมณ์ได้เสมอ				
46. ฉันไม่ชอบช่วยเหลือใคร				
47. ฉันชอบเสียสละเพื่อส่วนรวมเสมอ				
48. ฉันคิดว่าความคิดฉันถูกต้องเสมอ				
49. ฉันคิดว่าทุกปัญหาต้องมีทางแก้ไข				
50. ฉันชอบเอาเปรียบคนอื่นเสมอ				

การให้คะแนนจะแบ่งข้อความออกเป็น 2 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ด้านบวก ได้แก่

ข้อ 1,3,6,8,10,13,14,16,17,19,23,26,27,28,31,32,33,36,37,39,40,43,45,47,49,

ตอบ จริงที่สุด ให้ 4 คะแนน

ตอบ ค่อนข้างจริง ให้ 3 คะแนน

ตอบ จริงบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

ตอบ ไม่จริงเลย ให้ 1 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ด้านลบ ได้แก่

ข้อ 2,4,5,7,9,11,12,15,18,20,21,22,24,25,29,30,34,35,38,41,42,44,46,48,50

ตอบ จริงที่สุด ให้ 1 คะแนน

ตอบ ค่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน

ตอบ จริงบางครั้ง ให้ 3 คะแนน

ตอบ ไม่จริงเลย ให้ 4 คะแนน

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้เป็นการอธิบายถึงอารมณ์ ความรู้สึกและพฤติกรรมของเด็กในช่วง 4 เดือนที่ผ่านมา โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวเด็กมากที่สุด มีคำตอบที่เป็นไปได้ 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยคคือ ไม่เป็นเลย เป็นบางครั้ง เป็นบ่อยครั้ง เป็นประจำ

ให้ผู้ปกครองหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กประเมินพฤติกรรมของเด็กดังนี้

เด็กแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นเสมอ	หมายถึงเป็นประจำ
เด็กแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นบ่อยมาก	หมายถึงเป็นบ่อยครั้ง
เด็กแสดงพฤติกรรมเช่นนั้นแต่ไม่บ่อย	หมายถึงเป็นบางครั้ง
เด็กไม่แสดงพฤติกรรมลักษณะอย่างนั้นเลย	หมายถึงไม่เป็นเลย

ข้อ	ข้อความ	ไม่เป็นเลย	เป็นบางครั้ง	เป็นบ่อยครั้ง	เป็นประจำ
1.	ไม่ใช้กำลังเวลาโกรธหรือไม่พอใจ				
2.	รู้จักรอคอย เมื่อยังไม่ถึงคราวหรือเวลาของตน				
3.	ยับยั้งที่จะทำอะไรตามใจตนเอง				
4.	ต้องการอะไรต้องได้ทันที				
5.	เมื่อมีอารมณ์โกรธ ต้องใช้เวลานานกว่าจะหายโกรธ				
6.	หมกมุ่นกับการเล่นมากเกินไป				
7.	ชี้แจงเหตุผลแทนการใช้กำลัง				
8.	ช่วยปกป้อง ดูแล และช่วยเหลือเด็กที่เล็กกว่า				
9.	เห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นเดือดร้อน				
10.	ใส่ใจหรือรู้ว่าใครชอบอะไร ไม่ชอบอะไร				
11.	เป็นที่พึ่งได้เมื่อเพื่อนต้องการความช่วยเหลือ				
12.	ระมัดระวังที่จะไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนหรือเสียใจ				
13.	ไม่ช่วยเหลือหรือไม่ให้ความร่วมมือกับผู้อื่น				

ข้อ	ข้อความ	ไม่เป็นเลย	เป็นบางครั้ง	เป็นบ่อยครั้ง	เป็นประจำ
14.	รู้จักให้กำลังใจผู้อื่น				
15.	รู้จักรับฟังผู้อื่น				
16.	รู้จักแสดงความห่วงใยผู้อื่น				
17.	มักสารภาพเมื่อทำผิด				
18.	ไม่ชอบแก่งแย่งเพื่อน				
19.	ยอมรับว่าผิดเมื่อถูกถาม				
14.	รู้จักให้กำลังใจผู้อื่น				
15.	รู้จักรับฟังผู้อื่น				
16.	รู้จักแสดงความห่วงใยผู้อื่น				
17.	มักสารภาพเมื่อทำผิด				
18.	ไม่ชอบแก่งแย่งเพื่อน				
19.	ยอมรับว่าผิดเมื่อถูกถาม				
20.	เมื่อทำผิดมักแก้ตัวว่าไม่ได้ตั้งใจ				
21.	ยอมรับกฎเกณฑ์ เช่น ยอมรับการลงโทษเมื่อทำผิด				
22.	รู้จักขอโทษ				
23.	ยอมรับคำตำหนิหรือตักเตือนเมื่อทำผิด				
24.	มีความตั้งใจเมื่อทำสิ่งต่างๆที่สนใจ				
25.	มีสมาธิในการทำงาน เช่น อ่านหนังสือได้นานๆ				
26.	พยายามทำงานที่ยากให้สำเร็จได้ด้วยตนเอง เช่น การบ้านงานฝีมือ				
27.	สนุกกับการแก้ปัญหาต่างๆ หรือท้าทาย เช่น ปัญหาการบ้าน ของเล่นที่แปลกๆ ใหม่ๆ				
28.	เฉื่อยชา ไม่สนใจที่จะทำงานให้เสร็จ				
29.	บ่นหรือต่อรองว่างานต่างๆยากเกินกว่าที่จะได้ ทั้งๆที่ยังไม่ได้ลงมือทำ				

ข้อ	ข้อความ	ไม่เป็นเลย	เป็นบางครั้ง	เป็นบ่อยครั้ง	เป็นประจำ
30.	ทำงานต่อไปจนเสร็จแม้ว่าเพื่อนๆ ไปเล่นแล้วก็ตาม				
31.	ไม่ท้อใจเมื่อประสบกับความผิดหวัง				
32.	หาทางตกลงกับเพื่อนหรือเด็กคนอื่นเมื่อเกิดข้อขัดแย้ง				
33.	ไม่เอะอะโวยวายเมื่อพบปัญหาหรือความยุ่งยาก				
34.	รู้จักรอจังหวะหรือรอคอยเวลาที่เหมาะสมในการแก้ปัญหา				
35.	เมื่อมีปัญหาจะคิดหาวิธีการแก้หลายๆทาง				
36.	ร่วมกิจกรรมที่ตนไม่ชอบ หรือไม่ถนัดกับผู้อื่นได้				
37.	ทักทายหรือทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่				
38.	กล้าแสดงความสามารถที่มีอยู่ต่อหน้าคนหมู่มาก				
39.	กล้าซักถามข้อสงสัย				
40.	เมื่อถูกถาม ใช้วิธีนิ่งเฉย แทนการตอบว่าไม่รู้				
41.	มักจะใช้ข้ออ้างเมื่อไม่กล้าทำอะไร				
42.	ไม่กล้าออกความเห็นเมื่ออยู่กับผู้อื่น				
43.	เล่าถึงความสำเร็จของตนเองให้ผู้ใหญ่ฟัง				
44.	ไม่อายในสิ่งที่ตนมีอยู่ เช่น ฐานะบ้าน อาชีพของพ่อแม่ รูปร่างกายตา ความสามารถของตนเอง ฯลฯ				
45.	ภูมิใจที่ตนเองมีจุดดีหรือความสามารถพิเศษบางอย่าง เช่น เรียนเก่ง เล่นกีฬาเก่ง เล่นดนตรีได้				
46.	ภูมิใจที่ได้รับความไว้วางใจจากผู้ใหญ่ เช่น ดูแลน้อง ดูแลสัตว์เลี้ยง ช่วยเหลืองานผู้ใหญ่				
47.	น้อยใจง่าย				
48.	รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจที่ผู้อื่นไม่ได้				
49.	พอใจกับผลการเรียนที่ได้ แม้จะไม่ดีเด่นมากนัก				
50.	เมื่อไม่ได้สิ่งที่ต้องการก็รู้จักยอมรับสิ่งทดแทนอย่างอื่นได้				
51.	แม้เกมหรือกีฬาแพ้ก็ไม่เสียใจนาน				

ข้อ	ข้อความ	ไม่เป็นเลย	เป็นบางครั้ง	เป็นบ่อยครั้ง	เป็นประจำ
52.	แม้เป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นก็เรียกร้องที่จะเอาให้ได้ตามที่ต้องการ				
53.	หงุดหงิดอยู่นานเมื่อไม่ได้ดังใจ				
54.	เมื่อทำอะไรไม่ได้ตามต้องการจะผิดหวังมาก เช่นบ่นคร่ำครวญ หรือซึม				
55.	มีอารมณ์ขัน				
56.	เล่นสนุกสนานหรือล้อกันเล่นสนุกๆ ได้				
57.	เมื่ออยู่คนเดียวก็รู้จักหาสิ่งมาทำให้ตัวเองเพลิดเพลินได้				
58.	รู้จักผ่อนคลายอารมณ์ด้วยการดูหนัง ฟังเพลง เล่นสนุก วาดรูป พุดคุยกับเพื่อน				
59.	เป็นคน แจ่มใส อิ่มง่าย หัวเราะง่าย				
60.	สนุกกับการแข่งขันแม้จะรู้ว่าไม่ชนะ				

ที่มา.จากรายงานวิจัยการพัฒนาแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ เด็กอายุ 3-5 ปี และ 6-11 ปี (หน้า93-94), โดยกรมสุขภาพจิต,กระทรวงสาธารณสุข.2545,กรุงเทพฯ:องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก

ภาคผนวก ก

แสดงค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

ตารางที่ 4.4 แสดงค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

ชื่อ	ค่าอำนาจจำแนก	ชื่อ	ค่าอำนาจจำแนก
1	4.28*	26	3.28*
2	1.94*	27	3.10*
3	2.86*	28	3.20*
4	2.07*	29	2.15*
5	2.01*	30	5.41*
6	3.61*	31	4.93*
7	2.80*	32	2.64*
8	3.10*	33	2.22*
9	1.76*	34	2.39*
10	4.81*	35	6.10*
11	2.76*	36	4.90*
12	3.69*	37	2.29*
13	1.97*	38	2.25*
14	2.29*	39	2.38*
15	8.05*	40	3.44*
16	2.23*	41	2.43*
17	2.84*	42	1.74*
18	3.60*	43	4.45*
19	4.03*	44	2.13*
20	2.29*	45	2.50*
21	2.54*	46	19.83*
22	3.21*	47	2.23*
23	2.31*	48	2.82*
24	1.94*	49	5.57*
25	7.65*	50	10.23*

* $P < .05$ ค่า $t_{28}, 0.05 = 1.684$

ภาคผนวก ง

ตารางแสดงความสอดคล้องของชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

และ

ตารางแสดงความสอดคล้องของแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายข้อ

ตารางที่ 4.5 แสดงความสอดคล้องของชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

ชุดที่	ผู้เชี่ยวชาญ					IOC (%)
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
1	1	1	1	1	1	1.00
2	1	1	1	1	1	1.00
3	1	1	1	1	1	1.00
4	1	0	1	1	1	0.80
5	1	1	1	1	1	1.00
6	1	1	1	1	1	1.00
7	1	1	1	1	1	1.00
8	1	1	1	1	1	1.00
9	1	1	1	1	1	1.00
10	1	1	1	1	1	1.00
11	1	1	1	1	1	1.00
12	1	1	1	1	1	1.00
13	1	1	1	1	1	1.00
14	1	1	1	1	1	1.00
รวมเฉลี่ย	1	0.92	1	1	1	0.98

หมายเหตุ 0 และ -1 มีค่าคิดเป็น 0 คือ ไม่สอดคล้อง

ตารางที่ 4.6 แสดงความสอดคล้องของแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์เป็นรายข้อ

ข้อที่	ผู้เชี่ยวชาญ					IOC(%)
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
1	1	1	1	1	1	1.00
2	1	1	1	1	1	1.00
3	1	1	1	1	1	1.00
4	1	1	1	1	0	0.80
5	1	1	1	1	0	0.80
6	1	1	1	1	1	1.00
7	1	1	1	1	0	0.80
8	1	1	1	1	1	1.00
9	1	1	1	1	0	0.80
10	1	1	1	1	1	1.00
11	1	1	1	1	0	0.80
12	1	1	1	1	0	0.80
13	1	1	1	1	1	1.00
14	1	1	1	1	1	1.00
15	1	1	1	1	1	1.00
16	1	1	1	1	1	1.00
17	1	1	1	1	1	1.00
18	1	1	1	1	1	1.00
19	1	1	1	1	1	1.00
20	1	1	1	1	0	0.80
21	1	1	1	1	0	0.80
22	1	1	1	1	0	0.80
23	1	1	1	1	1	1.00
24	1	1	1	1	1	1.00
25	1	1	1	1	0	0.80

ข้อที่	ผู้เชี่ยวชาญ					IOC(%)
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
26	1	1	1	1	1	1.00
27	1	1	1	1	1	1.00
28	1	1	1	1	1	1.00
29	1	1	1	1	0	0.80
30	1	1	1	1	0	0.80
31	1	1	1	1	1	1.00
32	1	1	1	1	1	1.00
33	1	1	1	1	1	1.00
34	1	1	1	1	0	0.80
35	1	1	1	1	0	0.80
36	1	1	1	1	1	1.00
37	1	1	1	1	1	1.00
38	1	1	1	1	0	0.80
39	1	1	1	1	1	1.00
40	1	1	1	1	1	1.00
41	1	1	1	1	0	0.80
42	1	1	1	1	0	0.80
43	1	1	1	1	1	1.00
44	1	1	1	0	1	0.80
45	1	1	1	1	1	1.00
46	1	1	1	1	0	0.80
47	1	1	1	1	1	1.00
48	1	1	1	1	1	1.00
49	1	1	1	1	1	1.00
50	1	1	1	1	0	0.80
รวมเฉลี่ย	1	1	1	0.98	0.62	0.92

ภาคผนวก จ

ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการสำหรับกลุ่มทดลอง

และ

โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มควบคุม

คำชี้แจง

ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยเน้นรูปแบบการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ ประกอบด้วยกิจกรรมที่หลากหลายนำมาบูรณาการเข้าด้วยกัน การดำเนินกิจกรรมประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ (Experiencing) ผู้รับบริการอาจเล่นเกม บทบาทสมมติ ทำงาน ทำกิจกรรม สถานการณ์จำลอง ฟัง อ่าน กรณีศึกษา ค้นคว้า เล่าอดีต เล่าเรื่อง แบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสาระสำคัญหรือจุดมุ่งหมายของกิจกรรม

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้ (Reflecting) ผู้รับบริการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก วิเคราะห์ พิจารณาหาเหตุผลจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต (Generalizing) ผู้รับบริการสร้างองค์ความรู้หรือสรุปสาระการเรียนรู้จากการอภิปราย สะท้อนกลับการรับรู้

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ (Applying) ผู้รับบริการทดลองประยุกต์ใช้สาระการเรียนรู้สู่ชีวิต โดยอาจทดลองแก้ปัญหา สถานการณ์จำลอง สร้างคำขวัญ วางแผนพัฒนาตน ภูมิใจตนเอง ในการปฏิบัติตามแผน

ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมี ทั้งหมด 14 กิจกรรม ใช้เวลาในการจัดกิจกรรม 14 ครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลา 50 นาทีและ โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะของกลุ่มควบคุมจำนวน 14 กิจกรรม แผนการจัดกิจกรรมแต่ละแผน ประกอบด้วยวัตถุประสงค์ของกิจกรรม สื่อ ใบบงาน ใบความรู้ สรุปและประเมินผล

ตารางที่ 4.7 โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนา
ความฉลาดทางอารมณ์

ชื่อ กิจกรรม	องค์ประกอบ ที่ต้องการพัฒนา		วัตถุประสงค์	เทคนิค/สื่อ/ อุปกรณ์
	องค์ประกอบ ใหญ่	องค์ประกอบ ย่อย		
1.ปฐมนิเทศ			<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ให้นักเรียนเข้าใจถึงจุดมุ่งหมายและวิธีการเข้าร่วมกิจกรรม 2. เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความสนิทสนมคุ้นเคยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ลูกอมหลากสี 20 เม็ด 2. นกหวีด 3. แบบสัมภาษณ์
2.ตัวฉันคือใคร	ดี	การควบคุมตนเอง	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง 2. เพื่อให้ให้นักเรียนกล้าเปิดเผยตัวเองต่อผู้อื่นมากขึ้น 3. เพื่อให้นักเรียนสำรวจจุดเด่นจุดด้อยของตนเองได้ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. แบบสำรวจตนเอง
3.เห็นใจผู้อื่น	ดี	ความเห็นใจผู้อื่น	<ol style="list-style-type: none"> 1. สามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น 2. ฝึกแสดงความเห็นใจและพูดในโอกาสต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม 3. เพื่อให้เกิดความเข้าใจต่อสภาวะอารมณ์ของคนรอบข้างและปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ใบกิจกรรมที่ 1,2 2. กระดาษ 3. ปากกา/สีเมจิก 4. ใบความรู้
4.ควบคุมอารมณ์	ดี	การควบคุมอารมณ์	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการทำความรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง 2. เพื่อให้นักเรียนมีแนวทางในการฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเองและสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ลูกโป่ง,ยางรัด 2. ใบความรู้ 3. เกม

ชื่อ กิจกรรม	องค์ประกอบ ที่ต้องการพัฒนา		วัตถุประสงค์	เทคนิค/สื่อ/ อุปกรณ์
	องค์ประกอบ ใหญ่	องค์ประกอบ ย่อย		
5.ส่วนรวม สำคัญ	ดี	ความ รับผิดชอบ	1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักเสียสละ การให้และการ รับ 2. เพื่อปลูกฝังให้นักเรียนเห็นแก่ประโยชน์ ส่วนรวม	1. ใบงาน 2. ใบความรู้
6.คิดดีทำดี	ดี	ความ รับผิดชอบ	1. เพื่อให้นักเรียนฝึกคิดในสิ่งที่ดี ถูกต้องและ เป็นไปได้ 2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการปฏิบัติตนในสิ่งที่ดี	1. เพลงเด็กดี 2. กรณี ตัวอย่าง
7.สร้าง แรงจูงใจ	เก่ง	การมีแรงจูงใจ	1. เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างแรงจูงใจให้แก่ ตนเองได้ 2. เพื่อให้นักเรียนมีความมุ่งมั่นพยายามไปสู่ เป้าหมายที่วางไว้	1. เกม 2. กระดาษสี 3. ใบงาน
8.แก้ปัญหา คาใจ	เก่ง	การตัดสินใจ แก้ปัญหา	1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาคด้วยความ ยืดหยุ่น	1. กรณี ตัวอย่าง 2. ใบงาน 3. ขนมหงอก
9. สัมพันธ์ภาพ ที่ดี	เก่ง	การสร้าง สัมพันธ์ภาพ กับผู้อื่น	1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ภาพ ที่ดีกับผู้อื่น 2. เพื่อให้นักเรียนนำทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพ ไปใช้ในชีวิตประจำวันและทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้	1. กระดาษสี 2. ใบงาน 3. เพลง 4. กรณีตัว อย่าง
10.ภูมิใจใน คน	เก่ง	ความภูมิใจใน ตนเอง	1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างขวัญและกำลังใจ ให้แก่ตนเองได้	1. กระดาษ 2. ดินสอ ปากกาสีเมจิก 3. ใบความรู้

ชื่อ กิจกรรม	องค์ประกอบ ที่ต้องการพัฒนา		วัตถุประสงค์	เทคนิค/สื่อ/ อุปกรณ์
	องค์ประกอบ ใหญ่	องค์ประกอบ ย่อย		
11.พอใจในชีวิต	สุข	ความพอใจในชีวิต	1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกพอใจในสิ่งที่คนมีอยู่ เป็นอยู่ 2. เพื่อให้นักเรียนนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	1.ใบงาน 2.กรณีตัวอย่าง 3.ใบความรู้
12.ความสุขทางใจ	สุข	ความสุขสงบทางใจ	1.นักเรียนสามารถเลือกกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขให้กับตนเองได้ 2.เพื่อให้นักเรียนมีความสุข สงบทางจิตใจ	1.เกม 2.คำขวัญ 3.ก้อนหิน 4.นกหวีด
13.ในเส้นทางสว่างสงบ	สุข	ความสุขสงบทางใจ	1.เพื่อฝึกให้นักเรียนมีใจเป็นสมาธิสุขสงบ 2.เพื่อให้นักเรียนฝึกการนั่งสมาธิ	1.เทพธรรมะ 2.ใบความรู้
14.ปัจฉิมนิเทศ			1.เพื่อสรุปสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ตลอดการเข้าร่วมกิจกรรม 2.เพื่อประเมินผลการร่วมกิจกรรม	1.แบบประเมิน 2.แบบวัด

ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลอง

ครั้งที่ 1

ชื่อกิจกรรม	ปฐมนิเทศ
ประเภทของกิจกรรม	ปรับ / ละลายพฤติกรรม
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงจุดมุ่งหมาย กฎเกณฑ์ และวิธีการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนิทสนมคุ้นเคยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

เครื่องมือ / สื่อกิจกรรม

1. ลูกอมหลากสี 20 เม็ด
2. นกหวีด
3. แบบสัมภาษณ์

การเตรียมการล่วงหน้า

1. ครูศึกษาขั้นตอนการจัดกิจกรรม
2. ครูเตรียมสื่อ / อุปกรณ์ ก่อนการจัดกิจกรรม

วิธีดำเนินการ

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

- 1.1 ครูและนักเรียนแนะนำชื่อตัวเอง และบอกวัตถุประสงค์การทำกิจกรรมร่วมกัน
- 1.2 นักเรียนหยิบลูกอมคนละ 1 เม็ด แล้วจับคู่เพื่อนที่จับได้ลูกอมรสเดียวกัน
- 1.3 แจกแบบสัมภาษณ์ให้นักเรียนผลัดกันสัมภาษณ์คู่ของตน ให้เสร็จภายในเวลา 5

นาที

- 1.4 นักเรียนออกมาแนะนำคู่ของตน คู่ละไม่เกิน 5 นาที

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. นักเรียนร่วมกันอภิปรายและแสดงความคิดเห็น สุ่มถามนักเรียนประมาณ 4-5 คน

โดยมีแนวคำถามดังนี้

- นักเรียนเคยเล่นกิจกรรมนี้มาก่อนหรือไม่
 - ในขณะที่ร่วมกิจกรรมมีปัญหาอะไรหรือไม่ และแก้ไขอย่างไร
 - ได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรมนี้บ้าง
2. สุ่มถามนักเรียน 2-3 คน

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. นักเรียนร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากการร่วมกิจกรรมโดยให้คุยกับคู่ของคนก่อนแล้วจึงสุ่มถามโดยใช้แนวคำถามดังนี้

- จะนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปใช้อะไรได้บ้าง
- ได้ประโยชน์อะไรจากกิจกรรมนี้
- จะปรับปรุงพัฒนาตนเองให้เข้ากับผู้อื่นได้อย่างไร
- การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นมีความจำเป็นอย่างไร
- การปฏิบัติงานร่วมกับผู้อื่นจะต้องปฏิบัติตนอย่างไร

2. ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติมและชี้แจงวัตถุประสงค์ว่ากิจกรรมนี้ต้องการให้สมาชิกทุกคนใน

กลุ่มมีความคุ้นเคยกัน มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

ขั้นที่ 4 กิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำประโยชน์เกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

2. สุ่มถามนักเรียน 4-5 คน

สรุปและประเมินผล

สรุป ครูสรุปเพิ่มเติมและชี้แจงวัตถุประสงค์ว่ากิจกรรมนี้ต้องการให้สมาชิกทุกคนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ซึ่งส่งผลให้การทำงานร่วมกันเป็นไปอย่างราบรื่นและประสบผลสำเร็จ

การประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรมและการแสดงความคิดเห็น
2. ประเมินผลจากแบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์

ชื่อ.....นามสกุล.....ชื่อเล่น.....
วัน/เดือน/ปีเกิด.....
วิชาที่ชอบ.....กีฬาที่ชอบ.....
สีที่ชอบ.....อาหารที่ชอบ.....
คาราที่ชื่นชอบ.....สัตว์เลี้ยงตัวโปรด.....
ความสามารถพิเศษ.....
อื่นๆ.....

ครั้งที่ 2

ชื่อกิจกรรม	ตัวฉันคือใคร
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียน รู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อให้ นักเรียนกล้าเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่นมากขึ้น
3. เพื่อให้ นักเรียนสำรวจจุดเด่น จุดด้อยของตนเอง

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. แบบสำรวจตนเอง
2. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนจับคู่กันและครูแจกแบบสำรวจตนเองแก่นักเรียนทั้งหมด
2. กำหนดให้นักเรียนสำรวจตนเองโดยใช้แบบสำรวจตนเอง 5 นาที และให้เพื่อนสำรวจอีก 5 นาที
3. เมื่อสำรวจเสร็จให้คู่ข้อความที่ตนเองและเพื่อนเห็นตรงกันและซักถามเหตุผลในข้อที่เห็นแตกต่างกัน

4. นักเรียนสรุปผลการสำรวจตนเองว่าคุณลักษณะที่แท้จริงของตนเป็นเช่นไร ข้อดี และข้อเสีย จุดเด่น จุดด้อย

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. นักเรียนอภิปรายแสดงความคิดเห็นถึงกิจกรรมที่ทำว่าการสำรวจตนเองจะก่อให้เกิดประโยชน์อะไรบ้างแก่นักเรียน
2. ผลการสำรวจตนเองและเพื่อนเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

ครูตั้งคำถามให้นักเรียนตอบและสรุปดังนี้

1. นักเรียนจะนำแนวคิดจากกิจกรรมนี้ไปสำรวจพฤติกรรมตนเองได้อย่างไร

2. จุดเด่น จุดด้อยของตนเองมีอะไรบ้าง

ขั้นที่ 4 กิจและนำไปปฏิบัติ

1. ผลการสำรวจตนเองที่ได้จะนำไปปรับปรุงตนเองได้อย่างไร
2. ผลจากการสำรวจทำให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองดีขึ้นอย่างไร
3. จะนำการสำรวจพฤติกรรมตนเองไปใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่อย่างไร

สรุปและประเมินผล

สรุป การสำรวจตนเองเป็นสิ่งที่ทำให้เราทราบถึงจุดดี จุดด้อย ของตนเอง ทำให้เราทราบว่า จะพัฒนาหรือแก้ไขในจุดไหนดี การมองตัวเอง จะเหมือนหรือแตกต่างกับคนอื่นมอง เรา ควรยอมรับในความคิดเห็นที่บุคคลอื่นมองว่าเราเป็นอย่างไร

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น

แบบสำรวจตนเอง

คำชี้แจง

1. ให้นักเรียนประเมินตนเองโดยใช้เครื่องหมาย ในช่อง ใช่ หรือ ไม่ใช่
2. ให้เพื่อนประเมินนักเรียนโดยใช้เครื่องหมาย ในช่อง ใช่ หรือ ไม่ใช่

ข้อ	คุณลักษณะ	นร. ประเมินตนเอง		เพื่อนประเมิน นร.	
		<input type="radio"/> ใช่	<input type="radio"/> ไม่ใช่	<input checked="" type="checkbox"/> ใช่	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่ใช่
1	เป็นคนช่างฝัน				
2	เป็นคนก้าวร้าว				
3	เป็นคนชอบบอัสระ				
4	เป็นคนใจกว้าง				
5	เป็นคนร่าเริง				
6	เป็นคนเก็บกด				
7	เป็นคนฉลาด				
8	เป็นคนน่าเบื่อ				
9	เป็นคนเครียด				
10	เป็นคนช่างคิด				
11	เป็นคนชอบให้บังคับ/ควบคุม				
12	เป็นคนชอบอยู่คนเดียว				
13	เป็นคนชอบสังคม				
14	เป็นคนปรับตัวง่าย				
15	เป็นคนมีกฎเกณฑ์				
16	เป็นคนช่างสังเกต/มีเหตุผล				
17	เป็นคนวิตกกังวล				
18	เป็นคนเจ้าอารมณ์				
19	เป็นคนสงบ				
20	เป็นคนใจเกรงใจ				

ข้อ	คุณลักษณะ	นร. ประเมินตนเอง		เพื่อนประเมิน นร.	
		<input type="radio"/> ใช่	<input type="radio"/> ไม่ใช่	<input checked="" type="checkbox"/> ใช่	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่ใช่
21	เป็นคนอ่อนไหว				
22	เป็นคนทอดถอย				
23	เป็นคนเชื่อง่าย				
24	เป็นคนชอบช่วยเหลือผู้อื่น				
25	เป็นคนไม่มีระเบียบ				
26	เป็นคนเสแสร้ง				
27	เป็นคนหัวแข็ง				
28	เป็นคนชอบโต้แย้ง				
29	เป็นคนอบอุน				
30	เป็นคนยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น				

ใบความรู้

การสำรวจตนเองเป็นสิ่งที่ทำให้เราทราบถึงจุดดี จุดด้อย ของตนเอง ทำให้เราทราบว่า จะพัฒนาหรือแก้ไขในจุดไหนดี การมองตัวเอง จะเหมือนหรือแตกต่างกับคนอื่นมอง เราควรยอมรับในความคิดเห็นที่บุคคลอื่นมองว่าเราเป็นอย่างไร เพื่อนำข้อคิดที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาตัวเราให้ดียิ่งขึ้น

ครั้งที่ 3

ชื่อกิจกรรม	เห็นใจผู้อื่น
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกแสดงความเห็นใจและพูดในโอกาสต่างๆได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อให้เกิดความเข้าใจต่อสภาวะอารมณ์ของคนรอบข้างและปฏิบัติตนได้อย่าง

เหมาะสม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน, ใบความรู้
2. กระดาษ
3. ปากกา / สีเมจิก
4. สถานการณ์
5. เกม

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนเล่นเกม นิ่ง ขึ้น กระโดด โดยครูเป็นคนพูดให้นักเรียนทำตาม และพูดสลับกันไปเรื่อยๆและเร็วขึ้น ใครทำผิดให้แยกออกมาขึ้นแยกออกจากกลุ่ม จนได้คนทำผิดทั้งหมด 5 คน

2. แจกกระดาษที่มีข้อความประโยคต่างๆ ให้นักเรียนทั้ง 5 คน คนละ 1 ประโยค ให้นักเรียนอ่านข้อความและแสดงท่าทางให้สอดคล้องกับประโยคที่ตนเองได้

3. นักเรียนที่เหลือทายอารมณ์จากลักษณะท่าทางที่คนทั้ง 5 แสดงออก

4. นักเรียนสลับกันออกมาแสดงท่าทางตามข้อความที่ได้รับ

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. สุ่มถามนักเรียนที่สามารถทายความรู้สึกของผู้อื่น โดยสังเกตจากอะไร (ลักษณะท่าทาง สีหน้า แววตา น้ำเสียง)

2. การแสดงความคิดเห็นผู้อื่นเป็นสิ่งที่สมควรทำหรือไม่ เพราะเหตุใด
3. อภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการแสดงความคิดเห็นผู้อื่นในโอกาสต่างๆ ที่

บุคคลอื่นประสบกับปัญหา หรือเหตุการณ์นั้นๆ

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. นักเรียนอภิปราย สรุป ถึงความสำคัญและวิธีการที่จะเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้
2. นักเรียนสรุปความสำคัญ วิธีการ และข้อคิดเห็นที่ได้จากเพื่อนๆ เขียนลงในใบ

งาน

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1 นักเรียนแต่ละคนฝึกพูดแสดงความคิดเห็นผู้อื่นในโอกาสต่างๆ ครูถามกระตุ้นให้นักเรียนคิดเพื่อนำไปปฏิบัติโดยใช้คำถามดังนี้

- การแสดงความคิดเห็นผู้อื่นในโอกาสต่างๆ จำเป็นต้องใช้ในการชีวิตประจำวันหรือไม่ เพราะเหตุใด

- นักเรียนนำไปปฏิบัติจริงในชีวิตประจำวัน

สรุปและประเมินผล

สรุป เราสามารถที่จะเข้าใจผู้อื่นได้จากการสังเกต ลักษณะท่าทาง สีหน้า แววตา ตลอดจนคำพูดที่ใช้สื่อสารต่อกัน เป็นการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น และปฏิบัติต่อกันได้อย่างเข้าใจให้ถูกต้องและเหมาะสม ทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นไปด้วยความสงบสุข

ประเมินผล

1. สังเกตจากการสนทนาแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตการฝึกพูดและการร่วมกิจกรรม

ใบความรู้

การรับรู้และเข้าใจอารมณ์ผู้อื่นเป็นสิ่งที่เราสามารถที่จะเข้าใจผู้อื่นได้จากการสังเกตลักษณะท่าทาง สีหน้า แววตา ตลอดจนคำพูดที่ใช้สื่อสารต่อกัน เป็นการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่นและปฏิบัติต่อกันได้อย่างเข้าใจให้ถูกต้องและเหมาะสม ทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมเป็นไปด้วยความสงบสุข

ข้อความแสดงอารมณ์ต่างๆ

ข้อความที่ 1 แม่กำลังป่วยหนักไม่มีแม่แต่เงินจะพาแม่ไปหาหมอ

ข้อความที่ 2 ผลสอบออกมาแล้ว ไซโย ฉันสอบได้คะแนนดีเยี่ยมเลย

ข้อความที่ 3 ทำไมฉันต้องโดนว่าทั้งๆ ที่ฉันไม่ได้เป็นคนทำ

ข้อความที่ 4 งานที่ส่งเข้าประกวดฉันว่ายอดเยี่ยมมากแล้วแต่ก็ขาดรางวัลที่ 1

ข้อความที่ 5 โอ๊ย เมื่อไหร่จะหยุดเปิดเพลงเสียงดังเสียที ฉันอ่านหนังสือไม่รู้เรื่องเลย

ใบงาน

ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ให้ได้ใจความ

เราจะสังเกตอารมณ์ของผู้อื่นได้จากสิ่งใด

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

ประโยชน์ในการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น

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

ให้นักเรียนเขียนข้อความที่แสดงถึงความเห็นใจผู้อื่นจากสถานการณ์ต่อไปนี้

1. เมื่อเพื่อนแพ้การแข่งขันความเป็นเลิศทางวิชาการ

.....
.....

2. เมื่อครอบครัวของเพื่อนได้รับความเดือดร้อน

.....
.....

3. เมื่อเพื่อนได้รับความเสียใจจากเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

.....
.....

4. เมื่อเพื่อนสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก

.....
.....

ครั้งที่ 4

ชื่อกิจกรรม	ควบคุมอารมณ์
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการทำความรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง

2. เพื่อให้นักเรียนมีแนวทางในการฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเองและสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

- ลูกโป่ง,ยางรัด
- กรณิดัวอย่าง
- ใบความรู้
- เกม

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ครูแจกลูกโป่งคนละ 1 ลูก ทุกคนพร้อมยางรัด 1 เส้น ให้ทุกคนเป่าลูกโป่งให้ใหญ่ที่สุดแล้วมัดลูกโป่งไว้ที่ข้อเท้าของตนเอง ให้ทุกคนเล่นเกม โดยพยายามเหยียบลูกโป่งคนอื่นให้แตก ในขณะที่เดียวกันต้องระวังไม่ให้คนอื่นมาเหยียบลูกโป่งของตนเอง คนที่สามารถรักษาลูกโป่งไว้ได้เป็นผู้ชนะ

- สอบถามนักเรียนว่าเคยเล่นเกมนี้มาก่อนหรือไม่

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. สุ่มถามนักเรียน 4-5 คน ออกมาอภิปรายถึงความรู้สึกในขณะที่เล่นเกมว่าอยู่ในอารมณ์ใด

- ครูกระตุ้นให้นักเรียนร่วมกันคิดวิเคราะห์และหาคำตอบจากข้อความต่อไปนี้
 - นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรขณะถูกเหยียบลูกโป่งแตก
 - คนที่ต้องคอยระวังลูกโป่งมีความรู้สึกอย่างไร

- นักเรียนจะมีวิธีควบคุมอารมณ์อย่างไร เมื่อเกิดความไม่พอใจ

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. นักเรียนจะนำแนวคิดจากการร่วมกิจกรรมนี้มาใช้ประโยชน์ได้อย่างไร
2. นักเรียนจะฝึกควบคุมอารมณ์อย่างไรในขณะที่เกิดความไม่พอใจ
3. การควบคุมอารมณ์ตนเองก่อให้เกิดประโยชน์อย่างไรต่อมิตรภาพระหว่างเพื่อน

และบุคคลอื่น

ขั้นที่ 4 กิจและนำไปปฏิบัติ

1. ต่อไปนี้เมื่อเพื่อนแสดงความรู้สึกไม่พอใจ นักเรียนจะตอบสนองอย่างไร เพื่อก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี

2. ถ้าเพื่อนแสดงความรู้สึกในแง่ลบ เช่น โกรธ เกลียด ไม่พอใจ ฯลฯ

นักเรียนควรตอบสนองอย่างไร

3. หากนักเรียนรู้จักสังเกตความรู้สึก / อารมณ์ของตนเองก่อให้เกิดประโยชน์อย่างไร ในการนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

4. แนวคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างไรบ้าง

สรุปและประเมินผล

สรุป การแสดงความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองต่อคนรอบข้างควรคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดตามมา ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ด้านบวกหรือด้านลบหากเกินความพอดีหรือขาดการควบคุม ย่อมเป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ของสังคม

ประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. สังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็น

ใบความรู้

การแสดงความรู้สึกและอารมณ์ของตนเองต่อคนรอบข้างควรคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดตามมา ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ด้านบวกหรือด้านลบหากเกินความพอดีหรือขาดการควบคุม ย่อมเป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ของสังคม ทำให้การอยู่ร่วมกันเป็นไปอย่างไม่ราบรื่น อาจก่อให้เกิดผลเสียตามมา

กรณีตัวอย่าง

ประเสริฐกำลังเดินอย่างเร่งรีบเพื่อไปรับประทานอาหารเช้าที่ร้านอาหาร เขาหิวจนตาลาย เพราะทำงานไม่เสร็จจึงไม่ได้ลงมาซื้ออาหารรับประทาน เจอศักรดาเด็กเกรือกห้องหนึ่งยื่นขวางหน้าพูดจาขี้นกวนโมโห

ถ้านักเรียนเป็นประเสริฐจะทำอย่างไร

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

สมศรีชวนน้องไปเที่ยวตลาดนัด ขณะกำลังเดินเลือกซื้อของอยู่นั้น มีวัยรุ่นกลุ่มหนึ่งเข้ามาพูดจาหาเรื่องชวนทะเลาะและผลักน้องล้มลง

ถ้านักเรียนเป็นสมศรีจะทำอย่างไร

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

พรกำลังรอคิวเข้าห้องน้ำสาธารณะ มีผู้หญิง 2 คนเดินมาลัดคิวหน้าตาเฉย

ถ้านักเรียนเป็นพรจะทำอย่างไร

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

ครั้งที่ 5

ชื่อกิจกรรม	ส่วนรวมสำคัญ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการเสียสละ การให้ การรับ
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม มากกว่าประโยชน์ส่วนตน

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลใกล้ตัวหรือหน่วยงานในท้องถิ่นที่ทำประโยชน์ให้แก่สังคมส่วนรวมโดยไม่หวังผลตอบแทน เช่น
 - อสม.
 - หน่วยกู้ชีพประจำตำบล
 - คณะกรรมการ โรงเรียนที่มาอยู่เวรยามรักษาความปลอดภัย

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้

1. นักเรียนตอบคำถามตามใบงานที่ 1 (จับกลุ่ม 4 คน)
2. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมาอภิปรายตามใบงาน

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. จากการทำใบงานที่ 1 และจากการฟังผลการอภิปรายของกลุ่มอื่นๆ ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันสรุปข้อคิด ผลที่เกิดจากการทำประโยชน์เพื่อสังคมและแนวทางหรือหลักในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม
2. สุ่มตัวแทนออกมาสรุป

ขั้นที่ 4 กิจและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าตนเองในฐานะเป็นนักเรียนและประชาชนคนหนึ่ง จะสามารถทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวมทั้งในโรงเรียนและในสังคมได้อย่างไรบ้าง

2. สุ่มถามนักเรียน 4-5 คน

3. ครูให้กำลังใจนักเรียนในการปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมและเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว

สรุปและประเมินผล

สรุป การทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวม เป็นการเสียสละที่ยิ่งใหญ่สามารถที่จะปลูกฝังให้มีในเด็กไทยทุกคน ให้คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตัว จะทำให้คนในสังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ประเมินผล

1. สังเกตการอภิปรายและตอบคำถาม

2. ตรวจสอบคำตอบจากใบงานในการปฏิบัติตนเพื่อส่วนรวม

ใบความรู้

ส่วนรวมสำคัญ

การทำประโยชน์ให้แก่ส่วนรวม เป็นการเสียสละที่ยิ่งใหญ่ที่สามารถที่จะปลุกฝังให้มีในเด็กไทยทุกคน ให้คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตัว จะทำให้คนในสังคมอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

ใบงานที่ 1

ตามที่นักเรียนได้ยกตัวอย่างบุคคลใกล้ตัว หรือหน่วยงานในท้องถิ่นที่ทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมไปแล้วให้สมาชิกในกลุ่มแสดงความคิดเห็นและตอบคำถามดังต่อไปนี้

1. นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการกระทำของผู้ที่ทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม

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

2. การกระทำของบุคคลหรือหน่วยงานที่ทำประโยชน์แก่ส่วนรวม ส่งผลดีต่อบุคคลในชุมชนอย่างไร

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

3. ถ้าทุกคนเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนมากกว่าส่วนรวม สังคมจะเป็นอย่างไร

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

4. จะมีวิธีการอย่างไรที่จะทำให้มีคนที่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตนเพิ่มมากขึ้น

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

5. นักเรียนคิดว่าตนเองได้ทำอะไรเพื่อประโยชน์ส่วนรวมบ้าง

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

ครั้งที่ 6

ชื่อกิจกรรม	คิดดีทำดี
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนฝึกคิดในสิ่งที่ถูกต้องและเป็นไปได้
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการปฏิบัติตนในสิ่งที่ดี

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. ใบความรู้
3. กรณิดัวอย่าง
4. เพลงหน้าที่เด็ก

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ให้นักเรียนร้องเพลง “หน้าที่เด็ก” พร้อมทั้งปรบมือให้จังหวะ
2. สนทนาถึงความดีในเนื้อเพลงแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการทำความดี

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มตามความสมัครใจให้ได้ 4 กลุ่ม แจกใบงานกรณิดัวอย่าง
กลุ่มละ 1 ใบงานพร้อมทั้งตอบคำถามในใบงานท้ายบท
2. นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน ออกมาอภิปรายคำตอบท้ายบทแต่ละกลุ่ม

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. นักเรียนสรุปถึงความสำคัญของการทำความดี
2. การทำความดีมีประโยชน์ต่อชีวิตของคนเราอย่างไร
3. การทำสิ่งไม่ดีมีผลเสียอย่างไรต่อตัวเรา
4. นักเรียนควรเลือกทำตามกระทำให้ใคร เพราะเหตุใด

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนเขียนคำขวัญหรือคติพจน์ในการดำเนินชีวิต เช่น “เสียชีพอย่าเสียสัตย์”
“คบคนพาลพาลพาไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล”
2. นำคำขวัญหรือคติพจน์ไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันให้เป็นไปตามความตั้งใจ
ของตนเอง
3. ครูให้กำลังใจนักเรียนในการปฏิบัติตนเป็นคนดี คิดดี ทำดี

สรุปและประเมินผล

สรุป การทำความดีเป็นสิ่งที่ทำได้ไม่ยากหากใจใฝ่ดี การทำความดีต้องเริ่มที่จิตใจ
ก่อน ถ้าใจคิดดี การกระทำความดีก็จะตามมา

ประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. ตรวจสอบคำตอบจากใบงาน

ใบความรู้

กิดดีทำดี

การทำความคิดเป็นสิ่งที่ไม่ยากหากใจไม่ฝืด การทำความคิดต้องเริ่มที่จิตใจก่อน ถ้าใจกิดดี การกระทำความคิดก็จะตามมา เป็นสิ่งที่ควรฝึกฝนและปลูกฝังให้นักเรียนได้ปฏิบัติตน เพื่อให้เกิดเป็นนิสัยที่ติดตัวตลอดไป

เพลงหน้าที่เด็ก

เด็กเอ๋ยเด็กดี	ต้องมีหน้าที่สิบอย่างด้วยกัน
หนึ่งนับถือศาสนา	สองรักษาธรรมเนียมมัน
สามเชื่อพ่อแม่ครูอาจารย์	สี่ว่าจ้านั้นต้องสุภาพอ่อนหวาน
ห้าซื่อสัตย์สุจริต	หกเป็นผู้รู้รักการงาน
เจ็ดต้องศึกษาให้เชี่ยวชาญ	ต้องมานะบากบั่นไม่เกียจไม่คร้าน
แปดรู้จักออมประหยัด	เก้าต้องซื่อสัตย์ตลอดกาล
เก้าใจนักกีฬากล้าหาญ	ให้เหมาะกับกาลสมัยชาติพัฒนา
สิบทำตนให้เป็นประโยชน์	รู้บาปบุญ คุณโทษ สมบัติชาติต้องรักษา
เด็กในสมัยชาติพัฒนา	จะเป็นเด็กที่พาชาติไทยเจริญ

กรณีตัวอย่าง

สมชายและปราโมทย์เป็นเพื่อนรักกัน ทั้งสองมีผลการเรียนดีเท่าๆ กัน ทั้งสองไปไหนมาไหนด้วยกันเสมอ ในโรงเรียนจะมีแก๊งค์ชอบลักขโมยสิ่งของเล็กๆ น้อยๆ ไปจนถึงการขโมยตัดสายไฟไปขาย มีบางครั้งที่ปราโมทย์ถูกชักชวนให้ไปร่วมในกลุ่มนี้ด้วย และมีการแบ่งเงินกันและเอาไปเที่ยวเล่นเกมอย่างสนุกสนาน ปราโมทย์จึงมาชักชวนสมชายให้ไปร่วมขโมยของกับกลุ่มนี้ด้วย บอกว่าหาเงินง่ายรายได้ดี ครูหรือผู้ใหญ่ไม่มีทางจับได้ ไม่ต้องขอเงินพ่อแม่ก็มีเงินใช้ แต่สมชายบอกว่าเราไม่ควรไปขโมยของๆ ใครเพราะเป็นสิ่งผิดกฎหมาย ถ้าถูกจับได้ต้องติดคุกครูและพ่อแม่ไม่เคยสอนให้เป็นเด็กลักขโมย เขาไม่ทำเด็ดขาด ต่อมาแก๊งค์ลักขโมยถูกจับได้ และมีการสอบสวนว่ามีใครบ้างที่ร่วมลักขโมยมีการซักทอจนถึงปราโมทย์ด้วย และถูกทางโรงเรียนภาคทัณฑ์

ต่อมามีผู้ใจบุญให้ทุนการศึกษาจนจบปริญญาตรีแก่เด็กเรียนดี ความประพฤติดีแต่ยากจน สมชายได้รับคัดเลือกให้เป็นบุคคลที่ได้รับทุนเพราะเขาเป็นเด็กที่คิดดีและทำแต่ความดี

คำถามท้ายบท

1. นักเรียนคิดว่าการคิดดีทำดี มีผลต่อชีวิตหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

2. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร ต่อการกระทำของปราโมทย์

.....

.....

.....

3. นักเรียนควรเลียนแบบการกระทำของใคร

.....

.....

.....

ครั้งที่ 7

ชื่อกิจกรรม	สร้างแรงจูงใจ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเองได้
2. เพื่อให้ นักเรียนมีความมุ่งมั่นพยายามไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. เพลง “หนูอยากเป็นอะไร”
2. ใบความรู้
3. เกม
4. กระดาษสี 4 สี

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนร้องเพลง “หนูอยากเป็นอะไร” พร้อมทั้งปรบมือให้จังหวะ
2. ครูแจกกระดาษสีจำนวน 4 สี จนครบทุกคนให้นักเรียนที่จับได้สีเหมือนกัน

กันอยู่กลุ่มเดียวกัน

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอ่านและตอบคำถามใช้เวลา 10 นาที

ขั้นที่ 2 สะท้อนถ้อยคำการรับรู้

1. สนทนาซักถามเกี่ยวกับเพลงและการตอบคำถามในใบงาน ดังนี้
 - นักเรียนได้ข้อคิดอะไรบ้างจากเนื้อเพลง
 - ความใฝ่ฝันที่จะไปสู่อาชีพหรือเป้าหมายที่วางไว้
2. นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน ออกมาอภิปรายคำตอบท้ายบทแต่ละกลุ่ม

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. นักเรียนร่วมกันคิดวิเคราะห์และสรุปแนวทางการปฏิบัติตนไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

ให้ประสบผลสำเร็จ

2. ให้กำลังใจนักเรียนทุกคนให้มีความพยายามทำตามสิ่งที่มุ่งหวังให้สำเร็จ รู้จักการสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเองไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร
2. จะปฏิบัติตนอย่างไร จึงจะประสบผลสำเร็จในการเรียน การทำงาน หรือการประกอบอาชีพต่างๆ

3. ครูให้กำลังใจนักเรียนในการปฏิบัติตนในการที่จะพยายามเป็นคนดี กิเลสดี ทำดีตามสิ่งที่มุ่งหวัง

สรุปและประเมินผล

สรุป การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จได้นั้น จะต้องมีความมุ่งมั่นที่จะประสบความสำเร็จ และตั้งเป้าหมายไว้เพื่อกระตุ้นตัวเองให้เดินทางไปสู่เป้าหมายนั้นอย่างไม่ย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรค ไม่ล้มเลิกกลางคันแล้วจะมีฝันที่เป็นจริง

ประเมินผล

1. ตรวจใบงาน
2. สังเกตจากการนำเสนอและการร่วมกิจกรรม

ใบความรู้

การสร้างแรงจูงใจ

การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จได้นั้น จะต้องมีความมุ่งมั่นที่จะประสบความสำเร็จ และตั้งเป้าหมายไว้เพื่อกระตุ้นตัวเองให้เดินทางไปสู่เป้าหมายนั้นอย่างไม่ย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรค ไม่ล้มเลิกกลางครันแล้วจะมีฝันที่เป็นจริง

เพลงหนูอยากเป็นอะไร

อนาคตที่จะสุขศรี	โตขึ้นหนูนี้จะเป็นอะไร
หนูอยากเป็นทหาร	ป้องกันอธิราชศัตรู
หนูอยากจะเป็นครู	ให้ความรู้เด็กๆ ทั่วไป
หนูอยากเป็นตำรวจ	วิ่งไล่กวดผู้ร้ายเร็วไว
หนูอยากเป็นอะไร	อ้อนี่ก็ได้เป็นพยาบาล
หนูจำหนู	ต้องเรียนรู้ให้เชี่ยวชาญ
หนูจะต้องขยัน	หมั่นทำการบ้านมาส่งคุณครู

เรื่องฝันให้ไกลและไปให้ถึง

ให้นักเรียนวางเป้าหมายในชีวิตไว้ว่าอยากเรียนอะไร

.....

.....

เรียนด้านไหน

.....

.....

ประกอบอาชีพอะไร

.....

.....

ทำอย่างไรจึงจะไปถึงจุดหมายที่วางไว้

.....

.....

.....

ครั้งที่ 8

ชื่อกิจกรรม	แก้ปัญหาคาใจ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาด้วยความยืดหยุ่น

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. กรณีตัวอย่าง
3. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 กลุ่ม ตามสีของขนมที่ครูแจก
2. แจกใบงานให้แต่ละกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์และเขียนวิธีการแก้ปัญหา

ร่วมกันตามใบงาน

3. นักเรียนส่งตัวแทนออกมาอภิปรายวิธีแก้ปัญหากลุ่ม

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

ครูใช้คำถามกระตุ้นให้นักเรียนคิดและตอบคำถาม ดังนี้

1. นอกจากวิธีที่นักเรียนคิดและตอบมายังมีวิธีแก้ปัญหาลักษณะอื่นที่แตกต่างอีก

หรือไม่

2. การแก้ปัญหายังมีอีกหลายวิธีจึงค่อยๆคิดและแก้ปัญหอย่างยืดหยุ่น

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. ความสำคัญของการฝึกการแก้ปัญหาจะทำให้เราเป็นคนรู้เท่าทันปัญหา และมองว่า

ปัญหาทุกปัญหามีทางแก้ไข ไขหรือไม่

2. การฝึกคิดแก้ปัญหาให้ประโยชน์อะไรกับนักเรียนบ้าง

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนจะนำแนวคิดการแก้ปัญหาจากกิจกรรมนี้ไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง

2. เมื่อเผชิญปัญหานักเรียนควรแก้ปัญหาหรือหลีกเลี่ยงปัญหา
3. ครูให้กำลังใจนักเรียนในการฝึกฝนวิธีการที่จะแก้ปัญหาย่างชาญฉลาด

สรุปและประเมินผล

สรุป การฝึกการแก้ปัญหาจะช่วยให้เราไม่กลัวปัญหาและคิดได้ว่า ปัญหาทุกปัญหามีทางออก และมีวิธีการหลากหลายวิธีในการแก้ปัญหา

ประเมินผล

1. ตรวจสอบคำตอบจากใบงาน
2. สังเกตจากการนำเสนอและการร่วมกิจกรรม

ใบความรู้

การแก้ปัญหา

การฝึกการแก้ปัญหาจะช่วยให้เราไม่กลัวปัญหาและคิดได้ว่า ปัญหาทุกปัญหามีทางออก และมีวิธีการหลากหลายวิธีในการแก้ปัญหา

กรณีตัวอย่าง

วันนี้ฉันต้องไปโรงเรียนแต่เช้าเพราะเป็นวันสอบไล่ แต่ปรากฏว่านิคทบทวนหนังสือเรียนดึกไปหน่อย เลยทำให้นอนตื่นสาย นิครีบอาบน้ำแต่งตัวอย่างรวดเร็ว เพื่อจะไปให้ทันเข้าห้องสอบ แต่ในระหว่างทางนิคเจอเด็กคนหนึ่งประสบอุบัติเหตุรถล้มขาหัก นอนร้องไห้อยู่ ไม่มีใครอยู่ในบริเวณนั้นเลย

ถ้านักเรียนเป็นนิค นักเรียนจะแก้ปัญหายังไง

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

เพราะเหตุใด

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

ฉันมีเงินจำนวนน้อยนิด ในขณะที่แม่ไม่สบายต้องซื้อยากิน แต่ข้าวที่จะหุงกินก็หมดพอดี
ถ้านักเรียนเป็นฉัน นักเรียนจะแก้ปัญหายังไง

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

เพราะเหตุใด

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

ครั้งที่ 9

ชื่อกิจกรรม	สัมพันธภาพที่ดี
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกทักษะการสร้างสัมพันธภาพไปใช้ในชีวิตประจำวันและการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ทำงานร่วมกับผู้อื่น

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. เพลง “กินเดือนหงาย”
2. กรณียตัวอย่าง
3. ใบงาน
4. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนจับฉลากและให้เข้ากลุ่มตามหมายเลขที่จับได้ เป็น 5 กลุ่มตามสี เหลือง แดง ชมพู ม่วง เขียว กลุ่มละ 4 คน
2. นักเรียนแต่ละคนออกไปสัมภาษณ์คนที่อยู่สีอื่นๆ ให้ได้มากที่สุด ให้ครบทุกสีตามหัวข้อที่ให้ เช่น ชื่อเล่น วันเกิด อาหารที่ชอบ ตัวเลี้ยงที่รัก คาราที่ปลื้ม

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. นักเรียนแต่ละสีส่งตัวแทนคนที่สัมภาษณ์เพื่อน ได้มากที่สุดและครบทุกสีออกมาอภิปราย
2. แจกใบงานที่ 1,2 ให้ทำกิจกรรมตอบคำถามตามใบงาน

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

ตั้งคำถามกระตุ้นให้นักเรียนตอบดังนี้

1. การพูดคุย สัมภาษณ์ กับบุคคลอื่น ทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เกิดความสนิทสนมคุ้นเคย มีความเป็นมิตรเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้เกิดความรู้สึที่ดีต่อกัน

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่า การพูดคุยกัน สันทนาการแลกเปลี่ยน มีผลดีหรือไม่อย่างไร
2. นักเรียนคิดว่าในชีวิตประจำวันของคนเรามีความจำเป็นมากน้อยแค่ไหนในการสร้างสัมพันธภาพกับคนรอบข้าง
3. สัมพันธภาพที่ดีมีประโยชน์อย่างไรบ้าง

สรุปและประเมินผล

สรุป การรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจำเป็นต้องมีพื้นฐานมาจาก การมองตนเองและผู้อื่นในแง่ดี สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกัน การฝึกสร้างความรู้สึที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้ จะทำให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้นอื่น

ประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการออกมาอภิปรายผล

ใบความรู้

การสร้างสัมพันธภาพที่ดี

การรักษาความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจำเป็นต้องมีพื้นฐานมาจาก การมองตนเองและผู้อื่น
ในแง่ดี สร้างอารมณ์ที่ดีต่อกัน การฝึกสร้างความรู้สึที่ดีต่อผู้อื่น เข้าใจ เห็นใจผู้ จะ
ให้การเริ่มต้นของการมีสัมพันธภาพที่ดีเกิดขึ้นอื่น

มองแต่ดี

เขามีส่วนเลวบ้างช่างหัวเขา
จงเลือกเอาส่วนที่ดีเขามีอยู่
เป็นประโยชน์แก่โลกบ้างยังนำดู
ส่วนที่ชั่วอย่าไปรู้ของเขาเลย
จะหากคนมีดีโดยส่วนเดียว
อย่าได้เที่ยวมองหาสหายเอ๋ย
เหมือนมองหาหนวดเต่าตายเปล่าเลย
ฝึกให้เคยมองแต่ดีมีคุณจริง

(ท่านพุทธทาสภิกขุ)

เพลง คินเคือนหงาย

ขามกลางคินเคือนหงาย
เย็นอะไรก็ไม่เย็นจิต
เย็นร่วมธงไทยปกไทยทั่วหล้า

เย็นพระพายโบกพลิ้วปลิวมา
เท่าเย็นผูกมิตรไม่เบื่อระอา
เย็นอิงน้ำฟ้ามาประพรมเอย

ใบงานที่ 1

ให้นักเรียนคิดว่า ถ้าหากตนเองอยู่ในสถานการณ์ต่อไปนี้จะทำอย่างไร จึงจะรักษา
สัมพันธภาพที่ดีไว้ได้

1. เมื่อเพื่อนขอลอกการบ้าน

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

2. เพื่อนชวนหนีเรียน

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

3. เพื่อนให้รอดแต่แม่ให้รับกลับบ้าน

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

กรณีตัวอย่าง

สุดา นารี มีนา เรียนหนังสืออยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ห้องเดียวกัน เป็นเพื่อนรักกัน นั่งใกล้กันและชอบไปไหนมาไหนด้วยกันตลอด ในเดือนกุมภาพันธ์ของทุกปีจะมีกิจกรรมเข้าค่ายพักแรมของลูกเสือ-ยุวกาชาด ในปีนี้ก็เช่นกัน ทั้ง 3 คน เป็นยุวกาชาดต้องไปเข้าค่ายร่วมกับโรงเรียนอื่นและการเข้าค่ายต้องมีการทำกิจกรรมร่วมกันกับนักเรียนโรงเรียนอื่นและผู้นำยุวกาชาดบอกว่า นักเรียนต้องหาเพื่อนต่างโรงเรียนให้ได้อย่างน้อย 8 คน สุดาเป็นคนเข้ากับคนง่ายและชอบคุยกับทุกๆ คน จึงหาเพื่อนใหม่ได้ครบโดยไม่ยากเย็น นารีหาได้ 5 คน ส่วนมีนาเป็นคนขี้อายไม่ค่อยกล้าพูดกล้าคุยกับใคร หาได้แค่ 2 คน

คำถามท้ายบท

1. การมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นๆ มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของคนเราอย่างไร

.....

.....

.....

2. นักเรียนคิดว่าตัวเองเป็นคนมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นหรือไม่ จงอธิบายพร้อมยกตัวอย่างและให้เหตุผล

.....

.....

.....

.....

ครั้งที่ 10

ชื่อกิจกรรม	ภูมิใจในตน
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ตนเองได้

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. กระดาษ
2. ดินสอ ปากกา สีเมจิก
3. ใบความรู้
4. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ครูสนทนาซักถามเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองและสามารถที่นักเรียนทำได้ดี
2. ครูแจกกระดาษเปล่าให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น ให้นักเรียนวาดภาพตนเองแบบการ์ตูน ในชุดแต่งกายที่ตนเองชอบที่สุด
3. นักเรียนเขียนฉายาที่ได้รับจากคนรอบข้างในทางที่ดี เช่น “ทีมคนเก่ง” แคนคนดี” “น้อยคนสวย” “ปราชญ์ผู้นำรัก”

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. นักเรียนเขียนถึงลักษณะนิสัยที่ดีของตนเองจากการรับรู้ของตนเอง หรือจากพ่อแม่ ญาติ และเพื่อนๆ บอก เขียนลงในกระดาษให้ได้มากที่สุด
2. ครูแจกใบงานให้นักเรียนตอบคำถาม ใช้เวลา 10 นาที
3. นักเรียนออกมาพูดถึงสิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเองให้เพื่อนๆ ฟัง

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

1. นักเรียนเขียนสรุปสิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเองเรียงลำดับจากสิ่งที่ภูมิใจมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดตามใบงาน
2. นักเรียนออกมาพูดถึงสิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเอง

ขั้นที่ 4 กิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร
2. นักเรียนนำกระดาษที่วาดรูปไปติดที่บอร์ดหน้าห้อง

สรุปและประเมินผล

สรุป ความภาคภูมิใจในตนเองก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมการสนทนาแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากการออกมาอภิปรายผล

ใบความรู้

ความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นสิ่งที่ควรให้เด็กตระหนักรู้ต้องเริ่มต้นจากการที่เรารู้จักตัวเองก่อน ค้นให้พบจุดดีที่มีอยู่ในตัวเราและพร้อมที่จะเปิดเผยให้ผู้อื่นรู้จักตัวเราเพิ่มมากขึ้น เกิดเป็นความมั่นใจที่จะทำสิ่งต่างๆ ให้ประสบผลสำเร็จ

การที่เราทำสิ่งใดประสบความสำเร็จ หรือเคยช่วยเหลือใครๆ แม้จะเป็นสิ่งเล็กน้อยในสายตาคนอื่น ก็เป็นที่ทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้เรามีกำลังใจที่จะทำความดีหรือช่วยเหลือคนอื่นให้มากยิ่งขึ้น นึกถึงที่ไรก็เกิดความสุขใจ เป็นการสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ตนเองมีพลังที่จะสร้างสรรค์แต่สิ่งที่ดีตลอดไป

ใบงานที่ 1

ให้นักเรียนเขียนถึงสิ่งที่เคยทำและประสบความสำเร็จมาเป็นข้อๆ

- 1.....
.....
- 2.....
.....
- 3.....
.....
- 4.....
.....

ให้นักเรียนเขียนบอกถึงความสามารถที่นักเรียนภาคภูมิใจมาเป็นข้อๆ

- 1.....
.....
- 2.....
.....
- 3.....
.....
- 4.....
.....

ครั้งที่ 11

ชื่อกิจกรรม	พอใจในชีวิต
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ได้

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. กรณิดตัวอย่าง
2. ใบความรู้
3. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แล้วให้แต่ละกลุ่มนั่งเป็นวงกลม
2. ครูแจกใบความรู้ให้แต่ละกลุ่มศึกษา กรณิดตัวอย่าง แล้วให้ตอบคำถามจากเรื่องที่

อ่าน

3. นักเรียนตอบคำถามจากใบงาน (ให้เวลากลุ่มละ 10 นาที)

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้

1. ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตน โดยครูใช้คำถามให้

นักเรียนคิดวิเคราะห์ดังนี้

- นักเรียนมีความรู้สึกร้อย่างไรกับเรื่องนี้
- ใครเป็นคนที่น่าเห็นใจมากที่สุด เพราะเหตุใด
- ถ้านักเรียนเป็นสมจิตรจะอย่างไร

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

นักเรียนร่วมกันอภิปรายตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ได้ข้อคิดอะไรจากเรื่องนี้

2. นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนได้อย่างไร
3. จะสามารถนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปแนะนำคนอื่นได้อย่างไร

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

2. นักเรียนออกมาเล่าประสบการณ์ของตนเองที่เคยอยากได้ในสิ่งที่พ่อแม่คิดว่า เป็นไปไม่ได้ และรู้สึกอย่างไร

สรุปและประเมินผล

สรุป ข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ให้นักเรียนสามารถที่จะบูรณาการไปสู่เรื่องการปฏิบัติตนในเรื่องอื่นๆ เช่น การปฏิบัติตนให้พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ เป็นอยู่ แก้ปัญหาอย่างชาญฉลาด ไม่ควรฟุ้งเฟ้อ เหน่อตามแฟชั่น รู้จักการประหยัด รู้ใช้ รู้จ่าย รู้ควรไม่ควร

ประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายและสรุป
2. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม

ใบความรู้ ความพอใจในสิ่งที่คนมีอยู่

ความพอใจในสิ่งที่คนมีอยู่เป็นปรัชญาในการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้นักเรียนสามารถที่จะบูรณาการไปสู่เรื่องการปฏิบัติตนในเรื่องอื่นๆ เช่น การปฏิบัติตนให้พอใจในสิ่งที่คนมีอยู่ เป็นอยู่ แก้ปัญหาอย่างชาญฉลาด ไม่ควรฟุ้งเฟ้อ เหน็ดตามแฟชั่น รู้จักการประหยัด ใ้รู้จ่าย รู้ควรไม่ควร

กรณีตัวอย่าง

เรื่องสมจิตรอยากได้รถ

สมจิตรกำลังเรียนอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนแห่งหนึ่ง เขาอาศัยอยู่กับยาย 2 คน พ่อกับแม่แยกทางกันและไปมีครอบครัวใหม่ทั้ง 2 คน ทั้งให้สมจิตรอยู่กับยายเพียงลำพัง ยายมีอาชีพรับจ้างทั่วไป และแม่ของสมจิตรก็ส่งเงินค่าเล่าเรียนมาทุกเดือน แต่ไม่มากมายอะไร เพราะแม่ต้องรับผิดชอบครอบครัวใหม่ของตนเองด้วย สมจิตรไปโรงเรียนโดยการขี่จักรยานที่ทางโรงเรียนให้นักเรียนขี่เรียน เป็นระยะทางประมาณ 3 กิโลเมตร

มีวันหนึ่งสมจิตรบอกยายว่าอยากได้รถจักรยานยนต์เหมือนเพื่อนที่โรงเรียน และอ้อนวอนให้ยายซื้อให้ สมจิตรโทรศัพท์หาแม่ที่กรุงเทพฯ บอกว่าอยากได้รถจักรยานยนต์ ถ้าไม่ซื้อให้จะไม่เรียนหนังสือ แม่และยายกลัวใจมาก เพราะลำพังค่ากินอยู่แต่ละวันก็แทบจะไม่พอกิน

จากกรณีตัวอย่างให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

- นักเรียนคิดว่าการกระทำของสมจิตรก่อความเดือดร้อนให้ใครบ้าง

.....

.....

.....

- ถ้านักเรียนเป็นสมจิตรจะทำอย่างไร

.....

.....

.....

ครั้งที่ 12

ชื่อกิจกรรม	ความสุขทางใจ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถเลือกกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขให้กับตนเองได้
2. เพื่อให้ นักเรียนมีความสุขสงบด้านจิตใจ

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. ใบงาน
3. ก้อนหิน (เกม ส่งกล่องดวงใจ)

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. นักเรียนแบ่งกลุ่มตามชื่อผลไม้ 4 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แต่ละกลุ่มจัดแถวเรียงตอน ลึกให้แข่งขันกันเล่นเกมส่งกล่องดวงใจ โดยครูนำก้อนหินก้อนเล็กๆ ให้นักเรียนคนแรกของกลุ่ม ประคองก้อนหินด้วยสองมือส่งลอดหว่างขาตัวเองให้เพื่อนคนที่สองในแถวตัวเองแล้วส่งต่อไปจนครบทุกคน แถวไหนเสร็จก่อนให้นั่งลง (ห้ามทำก้อนหินหล่นหาย)

2. ครูแจกใบความรู้ให้นักเรียนศึกษาและตอบคำถาม

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการรับรู้

1. ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลือกกิจกรรมที่ตนเองชอบและพอใจทำให้เกิดความสุขเมื่อได้ทำกิจกรรมนั้น โดยครูใช้คำถามให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ดังนี้

- ถ้านักเรียนไม่สบายใจจะเลือกทำสิ่งใดระหว่าง ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ นอน เที่ยว อื่นๆ
- กิจกรรมที่นักเรียนเลือกทำแล้วสบายใจต้องไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ตนเองและผู้อื่น

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเรื่องการประทับใจที่คิดตั้งแต่เรื่องบวก เรื่องที่มีผลดีต่อจิตใจและเลือกกิจกรรมที่ทำให้ใจเป็นสุข เช่นการนั่งสมาธิ การฟังเพลง การใช้ เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การช่วยเหลือบุคคลอื่น

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้ดังนี้

1. นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนได้อย่างไร
2. จะสามารถนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปแนะนำคนอื่นได้อย่างไร

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

2. ครูยกตัวอย่างคำกลอนสอนใจของท่านพุทธทาสที่สามารถนำมาใช้ได้ (ตามใบความรู้)

สรุปและประเมินผล

สรุป การเลือกทำกิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบจะช่วยทำให้ผ่อนคลายความเครียดและเป็น การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ทำจิตใจให้ผ่องใส ดำเนินชีวิตสายกลางตามแนวพระพุทธศาสนา พยายามในสิ่งที่ตนมีอยู่ คิดดี คิดบวก จะทำให้เกิดความสุขสงบทางจิตใจ

ประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายและสรุป
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

ใบความรู้

ความสุขทางใจ

ความสุขทางใจควรเป็นการเลือกทำกิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบจะช่วยทำให้ผ่อนคลายความเครียดและเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ทำจิตใจให้ผ่องใส ดำเนินชีวิตสายกลางตามแนวพระพุทธศาสนา พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ คิดดี คิดบวก จะทำให้เกิดความสุขสงบทางจิตใจ

บทกลอน

ทุกข์สุขอยู่ที่ใจไม่ใช่หรือ
ถ้าใจดีก็เป็นทุกข์ไม่ทุกข์ใด
ใจไม่ดีก็เป็นสุขไม่ทุกข์ใจ
ถ้าใจอยากได้สุขไม่ทุกข์เลย

(ท่านพุทธทาสภิกขุ)

ใบงาน

ให้นักเรียนเขียนกิจกรรมที่นักเรียนชอบทำและเป็นผลดีต่อจิตใจ

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....

ในขณะที่ทำกิจกรรมดังกล่าวฉันมีความรู้สึก

.....

.....

.....

.....

ประโยชน์ที่ได้จากการทำกิจกรรมดังกล่าวคือ

.....

.....

.....

.....

ครั้งที่ 13

ชื่อกิจกรรม	ในเส้นทางสว่างสงบ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนมีใจที่เป็นสมาธิ สุข สงบ
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกการนั่งสมาธิให้จิตใจสงบ

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. เทปธรรมะการนั่งสมาธิ
3. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. ครูเปิดเทปธรรมะให้นักเรียนฟังและให้นักเรียนฝึกการนั่งสมาธิตามเทป
2. ให้เวลาในการนั่งสมาธิ 20 นาที

ขั้นที่ 2 สะท้อนกตัญญูการรับรู้

1. สันทนาซักถามเกี่ยวกับการนั่งสมาธิ การสวดมนต์ไหว้พระ การบวชชี

พรหมณ์ การทำบุญ

2. นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลที่นักเรียนคิดว่าเป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ การนั่งสมาธิ

ชอบ การนั่งสมาธิ

3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเรื่องการประทับระครองจิตใจให้คิดถึงแต่เรื่องบวก เรื่องที่มีผลดีต่อจิตใจและเลือกกิจกรรมที่ทำให้ใจเป็นสุข เช่น การนั่งสมาธิ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การช่วยเหลือบุคคลอื่น

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้ดังนี้

1. นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับคนได้อย่างไร
2. จะสามารถนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปแนะนำคนอื่นได้อย่างไร

3. สรุปถึงความสำคัญของการนั่งสมาธิและการทำใจให้สงบ

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

2. นักเรียนวางแผนว่าจะนั่งสมาธิได้ในวันใด เวลาเท่าไร หลังจากปฏิบัติได้ผลอย่างไร

สรุปและประเมินผล

สรุป การนั่งสมาธิอย่างสม่ำเสมอจะทำให้มีจิตใจสงบ มีสมาธิ ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน ฝึกให้เป็นคนมีความละเอียดถี่ถ้วน ใจเย็น ไม่วุ่นวาย มีสติ ไม่ประมาทในการใช้ชีวิต

ประเมินผล

1. สังเกตการนั่งสมาธิ
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

ใบความรู้

การนั่งสมาธิ

การนั่งสมาธิอย่างสม่ำเสมอจะทำให้มีจิตใจสงบ มีสมาธิ ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน ฝึกให้เป็นคนมีความละเอียดถี่ถ้วน ใจเย็น ไม่วุ่นวาย มีสติ ไม่ประมาทในการใช้ชีวิต

ใบงาน

1. ให้นักเรียนบอกความรู้สึกในขณะนั่งสมาธิ

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

2. ประโยชน์ที่ได้จากการนั่งสมาธิ

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

3. นอกเหนือจากการนั่งสมาธิมีวิธีการใดบ้างในการทำจิตใจให้สงบ

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

ครั้งที่ 14

ชื่อกิจกรรม	ปัจฉิมนิเทศ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสรุปสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ตลอดการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. แบบประเมิน
2. แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

การดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์

1. สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นถึงการปฏิบัติกิจกรรมทั้งหมด
2. สุ่มถามนักเรียน 5-6 คน
3. นักเรียนสรุปความคิดเห็นลงในใบงาน

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้

1. นักเรียนบอกประโยชน์และข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรม
2. นักเรียนร่วมกันประเมินกิจกรรม
3. ส่งตัวแทนออกมารายงาน 4-5 คน

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต

ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้ดังนี้

1. นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนได้อย่างไร
2. จะสามารถนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปแนะนำคนอื่นได้อย่างไร
3. สรุปถึงความสำคัญของการร่วมกิจกรรมทุกกิจกรรมที่ผ่านมา

ขั้นที่ 4 กิดและนำไปปฏิบัติ

1. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

2. ครูให้กำลังใจในการเข้าร่วมกิจกรรมและกล่าวชื่นชมเชยนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

สรุปและประเมินผล

สรุป การทำกิจกรรมร่วมกันต้องได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่ายจึงจะประสบความสำเร็จและบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

ประเมินผล

1. การตอบแบบประเมิน
2. การสรุปของนักเรียนจากใบงาน
3. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

ใบงาน

ให้นักเรียนสรุปข้อคิดที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

ประโยชน์ที่ได้รับ

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

ข้อที่ควรปรับปรุง / พัฒนา

- 1.....
- 2.....
- 3.....

**โปรแกรมการให้ข้อเสนอแนะของกลุ่มควบคุม
ครั้งที่ 1**

ชื่อกิจกรรม	ปฐมนิเทศ
ประเภทของกิจกรรม	ปรับ / ละลายพฤติกรรม
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงจุดมุ่งหมาย กฎเกณฑ์ และวิธีการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนทนสนมคุ้นเคยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

เครื่องมือ / สื่อกิจกรรม

แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

วิธีดำเนินการ

ครูใช้เทคนิคการอธิบายและสร้างความคุ้นเคยกับนักเรียน

1. ครูแนะนำตัวเองให้นักเรียนรู้จักและให้นักเรียนทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียน (Pretest)
2. ครูชี้แจงถึงจุดประสงค์ของการสอนการให้ข้อเสนอแนะเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ พร้อมทั้งแจกกำหนดการและแนวปฏิบัติการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้
3. นัดหมายวันเวลาและสถานที่การเข้าร่วมการเรียนรู้ในครั้งต่อไป
4. เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม

การประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. ประเมินผลจากแบบวัด

ครั้งที่ 2

ชื่อกิจกรรม	ตัวฉันคือใคร
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียน รู้จักและเข้าใจตนเอง
2. เพื่อให้ นักเรียนกล้าเปิดเผยตนเองต่อผู้อื่นมากขึ้น
3. เพื่อให้ นักเรียนสำรวจจุดเด่น จุดด้อยของตนเอง

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ครูใช้เทคนิคการสอน การอธิบาย ให้ข้อสนเทศ การยกตัวอย่างและการใช้คำถาม

1. ครูอธิบายถึงความสำคัญของการรู้จักและเข้าใจตนเองพร้อมยกตัวอย่างประกอบ
2. ครูแจกใบความรู้ให้นักเรียนศึกษา
3. นักเรียนเขียนจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง
4. นักเรียนส่งตัวแทนออกมาสรุป 4-5 คน
5. นักเรียนซักถามข้อสงสัย
6. ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการเรียนรู้

การประเมินผล

1. สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 3

ชื่อกิจกรรม	เห็นใจผู้อื่น
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถรับรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกแสดงความเห็นใจและพูดในโอกาสต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อให้เกิดความเข้าใจต่อสภาวะอารมณ์ของคนรอบข้างและปฏิบัติตนได้อย่าง

เหมาะสม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้, กระดาษ, เกม

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนเล่นเกม นั่ง ขึ้น กระโดด โดยครูเป็นคนพูดให้นักเรียนทำตาม และพูดสลับกันไปเรื่อยๆ และเร็วขึ้น ใครทำผิดให้แยกออกมาขึ้นแยกออกจากกลุ่ม จนได้คนทำผิดทั้งหมด 5 คน

2. นักเรียน 5 คนแสดงอารมณ์ต่างๆ
3. นักเรียนที่เหลือทายอารมณ์จากลักษณะท่าทางที่คนทั้ง 5 แสดงออก
4. ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการแสดงอารมณ์
5. สุ่มถามนักเรียนที่สามารถทายความรู้สึกของผู้อื่น โดยสังเกตจากอะไร (ลักษณะท่าทาง สีหน้า แววตา น้ำเสียง)
6. การแสดงความเห็นใจผู้อื่นเป็นสิ่งที่สมควรทำหรือไม่ เพราะเหตุใด
7. นักเรียนอภิปราย สรุป ถึงความสำคัญและวิธีการที่จะเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้

ประเมินผล

1. สังเกตจากการสนทนาแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตการณ์ฝึกพูดและการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 4

ชื่อกิจกรรม	ควบคุมอารมณ์
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการทำความรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเอง

2. เพื่อให้ นักเรียนมีแนวทางในการฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเองและสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ครูใช้เทคนิคอธิบายให้ข้อสนเทศและการใช้คำถาม

1. ครูอธิบายถึงการควบคุมอารมณ์ของตนเองและยกตัวอย่างประกอบ
2. แจกกระดาษคนละ 1 แผ่น เขียนถึงข้อดีของการควบคุมอารมณ์และข้อเสียของการไม่ควบคุมอารมณ์
3. สุ่มนักเรียน 4-5 คน ออกมาอภิปรายและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการควบคุมอารมณ์ของตนเอง

4. นักเรียนซักถามข้อสงสัย

5. ช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการเรียนรู้

ประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม

2. สังเกตการตอบคำถามและแสดงความคิดเห็น

ครั้งที่ 5

ชื่อกิจกรรม	ส่วนรวมสำคัญ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียน รู้จักการเสียสละ การให้ การรับ
2. เพื่อให้ นักเรียน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลใกล้ตัวหรือหน่วยงานในท้องถิ่นที่ทำประโยชน์ให้แก่สังคมส่วนรวมโดยไม่หวังผลตอบแทน เช่น อสม. หน่วยกู้ชีพประจำตำบล
2. แบ่งนักเรียนเป็น 4 กลุ่มร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญของการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวมและตอบคำถามจากใบงาน
4. จากการฟังผลการอภิปรายของกลุ่มอื่นๆ ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันสรุปข้อคิดผลที่เกิดจากการทำประโยชน์เพื่อสังคมและแนวทางหรือหลักในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม
5. สุ่มตัวแทนออกมาสรุป

ประเมินผล

1. สังเกตการอภิปรายและตอบคำถาม
2. ตรวจสอบคำตอบจากใบงานในการปฏิบัติตนเพื่อส่วนรวม

ครั้งที่ 6

ชื่อกิจกรรม	กิดดีทำดี
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนฝึกคิดในสิ่งที่ถูกต้องและเป็นไปได้
2. เพื่อให้ นักเรียนรู้จักการปฏิบัติตนในสิ่งที่ดี

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

ครูใช้เทคนิคการอธิบาย การให้ข้อเสนอแนะ การยกตัวอย่าง

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มตามความสมัครใจให้ได้ 4 กลุ่ม แจกใบงานกรณีตัวอย่าง
- กลุ่มละ 1 ใบงานพร้อมทั้งตอบคำถามในใบงานท้ายบท
2. นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน ออกมาอภิปรายคำตอบท้ายบทแต่ละกลุ่ม
 3. นักเรียนสรุปถึงความสำคัญของการทำความดี
 4. การทำความดีมีประโยชน์ต่อชีวิตของคนเราอย่างไร
 5. การทำสิ่งไม่ดีมีผลเสียอย่างไรต่อตัวเรา
 6. ครูให้กำลังใจนักเรียนในการปฏิบัติตนเป็นคนดี กิดดี ทำดี

ประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. ตรวจสอบคำตอบจากใบงาน

ครั้งที่ 7

ชื่อกิจกรรม	สร้างแรงจูงใจ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเองได้
2. เพื่อให้ นักเรียนมีความมุ่งมั่นพยายามไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. กระดาษสี 4 สี

การดำเนินกิจกรรม

ครูใช้เทคนิคการอธิบาย การยกตัวอย่าง การใช้คำถาม

1. ผู้วิจัยแจกกระดาษสีจำนวน 4 สี จนครบทุกคนให้นักเรียนที่จับได้สีเหมือนกันอยู่กลุ่มเดียวกัน

2. ผู้วิจัยแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอ่านและตอบคำถามให้เวลา 10 นาที
3. นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คน ออกมาอภิปรายคำตอบท้ายบทแต่ละกลุ่ม
4. นักเรียนร่วมกันคิดวิเคราะห์และสรุปแนวทางการปฏิบัติตนไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

ให้ประสบผลสำเร็จ

5. ให้กำลังใจนักเรียนทุกคนให้มีความพยายามทำตามสิ่งที่มุ่งหวังให้สำเร็จ รู้จักการสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเองไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

6. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร
7. จะปฏิบัติตนอย่างไร จึงจะประสบผลสำเร็จในการเรียน การทำงาน หรือการประกอบอาชีพต่างๆ

ประเมินผล

1. ตรวจใบงาน
2. สังเกตจากการนำเสนอและการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 8

ชื่อกิจกรรม	แก้ปัญหาคาใจ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาด้วยความยืดหยุ่น

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม 4 กลุ่ม ตามสีของขนมที่ครูแจก
2. แจกใบงานให้แต่ละกลุ่มร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์และเขียนวิธีการแก้ปัญหา

ร่วมกันตามใบงาน

3. นักเรียนส่งตัวแทนออกมาอภิปรายวิธีแก้ปัญหากลุ่ม
4. ครูใช้คำถามกระตุ้นให้นักเรียนคิดและตอบคำถาม ดังนี้
 - นอกจากวิธีที่นักเรียนคิดและตอบมายังมีวิธีแก้ปัญหาลักษณะอื่นที่แตกต่างกันอีก

หรือไม่

- การแก้ปัญหายังมีอีกหลายวิธีจึงค่อยๆคิดและแก้ปัญหอย่างยืดหยุ่น
 - ความสำคัญของการฝึกการแก้ปัญหจะทำให้เราเป็นคนรู้เท่าทันปัญหา และมองว่าปัญหาทุกปัญหามีทางแก้ไข ใช่หรือไม่
 - การฝึกคิดแก้ปัญหาก็ประโยชน์อะไรกับนักเรียนบ้าง
5. นักเรียนจะนำแนวความคิดการแก้ปัญหามาจากกิจกรรมนี้ไปใช้แก้ปัญหในชีวิตประจำวัน

ได้อย่างไรบ้าง

6. เมื่อเผชิญปัญหานักเรียนควรแก้ปัญหาหรือหลีกเลี่ยงปัญหา
7. ครูให้กำลังใจนักเรียนในการฝึกฝนวิธีการที่จะแก้ปัญหอย่างชาญฉลาด

ประเมินผล

1. ตรวจสอบคำตอบจากใบงาน
2. สังเกตจากการนำเสนอและการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 9

ชื่อกิจกรรม	สัมพันธภาพที่ดี
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกทักษะการสร้างสัมพันธภาพไปใช้ในชีวิตประจำวันและการ

ทำงานร่วมกับผู้อื่น

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

ครูใช้เทคนิคการให้ข้อเสนอแนะ การอธิบายและยกตัวอย่าง

1. ครูอธิบายและยกตัวอย่างการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
2. นักเรียนศึกษาใบความรู้และตอบคำถามท้ายบทตามใบงาน
3. ร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญและประโยชน์ของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
4. นักเรียนส่งตัวแทนสรุปข้อคิดที่ได้จากเรื่องที่อ่าน
5. นักเรียนซักถามข้อสงสัย

ประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม
2. สังเกตจากการออกมาอภิปรายผล

ครั้งที่ 10

ชื่อกิจกรรม	ภูมิใจในตน
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง
2. เพื่อให้ นักเรียนสามารถสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ตนเองได้

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

ครูใช้เทคนิคการให้ข้อเสนอแนะ การยกตัวอย่าง

1. ครูสนทนาซักถามเกี่ยวกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองและความสามารถที่นักเรียนทำได้ดี
2. นักเรียนเขียนถึงลักษณะนิสัยที่ดีของตนเองจากการรับรู้ของตนเอง หรือจากพ่อแม่ ญาติ และเพื่อนๆ บอก เขียนลงในกระดาษให้ได้มากที่สุด
3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนตอบคำถาม ให้เวลา 10 นาที
4. นักเรียนออกมาพูดถึงสิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเองให้เพื่อนๆ ฟัง
5. นักเรียนเขียนสรุปสิ่งที่ภาคภูมิใจในตนเองเรียงลำดับจากสิ่งที่ภูมิใจมากที่สุดไปหาน้อยที่สุดตามใบงาน

นัยที่สุดตามใบงาน

6. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

ประเมินผล

1. สังเกตจากการร่วมกิจกรรมการสนทนาแสดงความคิดเห็น
2. สังเกตจากการออกมาอภิปรายผล

ครั้งที่ 11

ชื่อกิจกรรม	พอใจในชีวิต
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ได้

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน แล้วให้แต่ละกลุ่มนั่งเป็นวงกลม
2. ครูแจกใบความรู้ให้แต่ละกลุ่มศึกษา แล้วให้ตอบคำถามจากเรื่องที่อ่าน
3. นักเรียนตอบคำถามจากใบงาน (ให้เวลากลุ่มละ 10 นาที)
4. ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการปฏิบัติตน โดยครูใช้คำถามให้

นักเรียนคิดวิเคราะห์

5. นักเรียนร่วมกันอภิปรายตามหัวข้อต่อไปนี้
 - ได้ข้อคิดอะไรจากเรื่องนี้
 - นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนได้อย่างไร

ประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายและสรุป
2. สังเกตจากการร่วมกิจกรรม

ครั้งที่ 12

ชื่อกิจกรรม	ความสุขทางใจ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถเลือกกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขให้กับตนเองได้
2. เพื่อให้ นักเรียนมีความสุขสงบด้านจิตใจ

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบความรู้
2. ใบงาน

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูแจกใบความรู้ให้นักเรียนศึกษาและตอบคำถาม
2. ร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการเลือกกิจกรรมที่ตนเองชอบและพอใจทำให้เกิดความสุขเมื่อได้ทำกิจกรรมนั้น โดยครูใช้คำถามให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ดังนี้
 - ถ้านักเรียนไม่สบายใจจะเลือกทำสิ่งใดระหว่าง ดูหนัง ฟังเพลง อ่านหนังสือ นอน เที่ยว อื่นๆ
 - กิจกรรมที่นักเรียนเลือกทำแล้วสบายใจต้องไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อน

แก่ตนเองและผู้อื่น

3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเรื่องการระคับระคองจิตใจให้คิดถึงแต่เรื่องบวก เรื่องที่มีผลดีต่อจิตใจและเลือกกิจกรรมที่ทำให้ใจเป็นสุข เช่นการนั่งสมาธิ การฟังเพลง การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การช่วยเหลือบุคคลอื่น

ประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายและสรุป
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

ครั้งที่ 13

ชื่อกิจกรรม	ในเส้นทางสว่างสงบ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนมีใจที่เป็นสมาธิ สุข สงบ
2. เพื่อให้นักเรียนฝึกการนั่งสมาธิให้จิตใจสงบ

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. ใบงาน
2. ใบความรู้

การดำเนินกิจกรรม

1. สนทนาซักถามเกี่ยวกับการนั่งสมาธิ การสวดมนต์ไหว้พระ การบวชชีพราหมณ์ การทำบุญ
2. นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลที่นักเรียนคิดว่าเป็นแบบอย่างที่ดีในการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ การนั่งสมาธิ
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงเรื่องการประทับระยองจิตใจให้คิดถึงแต่เรื่องบวก เรื่องที่มีผลดีต่อจิตใจและเลือกกิจกรรมที่ทำให้ใจเป็นสุข เช่น การนั่งสมาธิ การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ การช่วยเหลือบุคคลอื่น
4. ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้ดังนี้
 - นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับคนได้อย่างไร
 - จะสามารถนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปแนะนำคนอื่นได้อย่างไร
 - สรุปถึงความสำคัญของการนั่งสมาธิและการทำใจให้สงบ

ประเมินผล

1. สังเกตการนั่งสมาธิ
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

ครั้งที่ 14

ชื่อกิจกรรม	ปัจฉิมนิเทศ
ประเภทของกิจกรรม	พัฒนา
ระดับ / วัยของผู้รับบริการ	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
ระยะเวลา	ประมาณ 50 นาที

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสรุปสิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้ตลอดการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรม

เครื่องมือ/สื่อกิจกรรม

1. แบบประเมิน
2. แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์

การดำเนินกิจกรรม

1. สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นถึงการปฏิบัติกิจกรรมทั้งหมด
2. สุ่มถามนักเรียน 5-6 คน
3. นักเรียนสรุปความคิดเห็นลงในใบงาน
4. นักเรียนบอกประโยชน์และข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรม
5. นักเรียนร่วมกันประเมินกิจกรรม
6. ส่งตัวแทนออกมารายงาน 4-5 คน
7. ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้ดังนี้
 - นักเรียนสามารถนำข้อคิดที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนได้อย่างไร
 - จะสามารถนำข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปแนะนำคนอื่นได้อย่างไร
 - สรุปถึงความสำคัญของการร่วมกิจกรรมทุกกิจกรรมที่ผ่านมา.
8. นักเรียนคิดว่าจะนำข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

ชีวิตประจำวันได้อย่างไร

9. ครูให้กำลังใจในการเข้าร่วมกิจกรรมและกล่าวคำชมเชยนักเรียนทุกคนที่ให้ความ

ร่วมมือเป็นอย่างดี

ประเมินผล

1. การตอบแบบประเมิน
2. การสรุปของนักเรียนจากใบงาน
3. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

ภาคผนวก ง

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่ร่วมกิจกรรม

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่ร่วมกิจกรรม

ชื่อ.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความต่อไปนี้แล้วตอบแบบสอบถามความคิดเห็นทุกข้อ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ระดับคะแนนของความคิดเห็นมีดังนี้

3 = มาก

2 = ปานกลาง

1 = น้อย

ข้อ	ข้อความ	ระดับความคิดเห็น		
		3	2	1
1	ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม			
2	ความเหมาะสมของระยะเวลา			
3	ความน่าสนใจของกิจกรรม			
4	ความรู้ที่ได้รับจากเนื้อหาในกิจกรรม			
5	เห็นความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์			
6	เห็นแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์			
7	นำไปบูรณาการใช้ในชีวิตประจำวันได้			
8	ประโยชน์ต่อตนเอง			
9	สอดคล้องกับการดำเนินชีวิต			
10	มีความเป็นไปได้			

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

.....

.....

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางปรีชา แก้วธรรม
วัน เดือน ปีเกิด	14 กันยายน 2504
สถานที่เกิด	จังหวัดศรีสะเกษ
ประวัติการศึกษา	ศษ.บ (การประถมศึกษา) มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนบ้านบักคอง อำเภอขุนหาญ จังหวัดศรีสะเกษ
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการพิเศษ