ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ

นางสาวศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
พ.ศ. 2552

The Effect of Using a Guidance Activities Package Base for Development of Adversity Quotient of Prathom Suksa VI Students at Anubanlue Lue-Amnat School in Amnat Charoen Academic

Miss Siriluk Laeard-on

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Education in Guidance of Educational
School of Educational Studies
Sukhothai Thammathirat Open University
2009

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ

ชื่อและนามสกุล นางสาวศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน

แขนงวิชา การแนะแนว

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร

2. รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้ให้ความเห็นชอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง)

คณะกรรมการบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

..... ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร. สุจินต์ วิศวธีรานนท์)

วันที่ 2 เดือน กันยายน พ.ศ. 2553

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ

ผู้วิจัย นางสาวศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน **ปริญญา** ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนว)
อาจารย์ที่ปรึกษา (1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2) รองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง **ปีการศึกษา** 2552

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (2) เปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคกับกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จำนวน 60 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม จัดนักเรียนเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค กิจกรรมแนะแนวปกติ และแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค มีความเที่ยงเท่ากับ .98 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัย พบว่า (1) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

Thesis title: The Effect of Using a Guidance Activities Package Base for Development of Adversity Quotient of Prathom Suksa VI Students at Anubanlue Lue-Amnat School in Amnat Charoen Academic
Researcher: Miss Siriluk Laeard-on; **Degree:** Master of Education (Guidance);
Thesis advisors: (1) Dr.Nitipat Makkhachorn. Assistant Professor (2) Dr.Luddawan Na-Ranong Associate Professor **Academic year:** 2009

Abstract

The objectives of this research were (1) to compare the adversity quotient of the students in the experimental group before arid after using a guidance activities package based for develop adversity quotient; (2) to compare the adversity quotient of the students in the experimental group after using a guidance activities package based for develop adversity quotient and control group using a normal guidance package.

The sample was chosen from the students in Prathomsuksa 6 at Anubanlue-amnat School in Amnatcharoen total 60 students academic using a purposive sampling technique. The sample was divided into the experimental group and control group. There were 30 students in each group. The data was collected by using a guidance activities package based for develop adversity quotient , a normal guidance package and the adversity quotient assessment form, the reliability of which measured by the a co-efficient was 0.98. The data was analyzed by using the mean, standard deviation and t-test.

The findings were (1) the adversity quotient of the students in the experimental group increased significantly at the level of .01 and (2) The adversity quotient of the students in the experimental group was significantly higher than the control group at the level of .01

Keywords: Guidance Activities Package, Adversity Quotient

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร และรองศาสตราจารย์ ดร. ลัดดาวรรณ ณ ระนอง แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและติดตามการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ อย่างใกล้ชิดมาโดยตลอดนับตั้งแต่เริ่มต้นจนกระทั่งสำเร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้ง และกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในความกรุณาเป็นอย่างยิ่งของท่าน

ขอกราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล อาจารย์ ดร.โพธิพันธ์ พานิช อาจารย์นิรมิต ชาวระนอง อาจารย์จิตรฐิกานต์ สบายจิตร และอาจารย์พรฉวี ดาโรจน์ ที่ได้กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาเครื่องมือวิจัย ขอขอบพระคุณอาจารย์จงสมิทธิ์ ทองเถาว์ ผู้อำนวยการโรงเรียนและคณะครูโรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ ที่อำนวยความสะดวกในการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบใจนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล ที่กรุณามาเป็นประธานสอบวิทยานิพนธ์ รวมทั้งคณาจารย์แขนงวิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เพื่อนนักศึกษา และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการทำ วิทยานิพนธ์ครั้งนี้ทุกท่านที่ได้กรุณาให้การสนับสนุน ช่วยเหลือ ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อศิริพงษ์ คุณแม่กำไลทอง ละเอียดอ่อน คุณเบญจพล ละเอียดอ่อน พี่ชายและคุณวิไลพร ละเอียดอ่อน น้องสาว ที่ได้ช่วยเหลือ ให้กำลังใจในการศึกษา และจัดทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ด้วยดีเสมอมา

ท้ายนี้ ผู้วิจัยขอน้อมรำ ลึกถึงพระคุณของบิดา – มารดา บุพการี ญาติพี่น้องและเพื่อนๆ ทุกคน ที่ได้มีส่วนช่วยเหลือให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จด้วยดี

ศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน

กุมภาพันธ์ 2553

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ

กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ

สารบัญตาราง ..... ฌ

สารบัญภาพ ..... ญ

บทที่ 1 บทนำ 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย 5

สมมติฐานการวิจัย 6

ขอบเขตการวิจัย 6

นิยามศัพท์ 7

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 7

บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง 8

ชุดกิจกรรมแนะแนว 9

ความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค 23

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย 45

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง 45

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย 45

รูปแบบการวิจัย 46

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 47

วิธีสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 47

การเก็บรวบรวมข้อมูล 50

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล 52

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 55
ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค 55
ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค 56
ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค และกลุ่มควบคุมหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวปกติ 57
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 58
สรุปผลการวิจัย 58
อภิปรายผล 60
ข้อเสนอแนะ 62
บรรณานุกรม 63
ภาคผนวก 70
ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ 71
ข ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 73
ค กิจกรรมแนะแนวปกติ 105
ง แบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ) 134
จ ผลการตรวจสอบหาค่าคุณภาพของเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการหาค่า IOC 139
ฉ ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ) 142
ประวัติผู้วิจัย 144

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 3.1 แสดงแบบแผนการทดลอง 46
ตารางที่ 3.2 แสดงกำหนดการจัดกิจกรรมการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มทดลอง 51
ตารางที่ 3.3 แสดงกำหนดการจัดกิจกรรมการใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มควบคุม 52
ตารางที่ 4.1 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค 55
ตารางที่ 4.2 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค 56
ตารางที่ 4.3 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค และกลุ่มควบคุมหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวปกติ 57

สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 2.1 แสดงภาระงานในการแนะแนว 5 งานหลัก 11
ภาพที่ 2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างวิทยาศาสตร์ 3 สาขาที่เป็นทฤษฎีพื้นฐานสำคัญของAQ 26
ภาพที่ 2.3 ความเชื่อมโยงของ AQ กับคุณสมบัติทั้ง 3 ประการของ AQ 28
ภาพที่ 2.4 ระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่มีการกระจาย
แบบโค้งปกติ 35

บทที่ 1
บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในโลกปัจจุบันเป็นโลกที่หมุนไปเร็วมาก เป็นโลกแห่งยุคของข้อมูลข่าวสารที่เรียกว่า ยุคโลกาภิวัตน์ (Globalization) และเป็นสังคมความรู้ (Knowledge-Based Society) ต้องการความเร็วสูงและมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เมื่อเป็นเช่นนี้มนุษย์ต้องเพิ่มพูนศักยภาพของตนเอง เพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลก ซึ่งศักยภาพเป็นสิ่งที่จะบ่งบอกว่าบุคคลจะสามารถกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้ดีเพียงใด นอกจากนี้ ศักยภาพยังเป็นความสามารถทางสมองของมนุษย์ซึ่งถือว่าสมองของมนุษย์นั้นสามารถพัฒนาได้ โดยมีงานวิจัยค้นพบว่าสิ่งแวดล้อมมีผลต่อความสามารถในการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสมอง เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของสมอง รวมทั้งบุคลิกภาพ วิธีคิด วิธีปฏิบัติ การแสดงออก อารมณ์ อยู่ในสมองทั้งนั้น (ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ ม.ป.ป. : 1)

อุปสรรคและปัญหาทั้งหลายเป็นเรื่องที่คนไม่ต้องการและไม่ปรารถนาที่จะให้เกิดขึ้นกับตนเอง แต่ตลอดชีวิตของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย เราต้องผจญกับปัญหาและอุปสรรคมากมายต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเล็กหรือใหญ่ (เพ็ญพิไล ฤทธาคณานนท์ 2536 : 49) และต้องคิดหาวิธีการแก้ปัญหาอยู่ตลอดเวลาความสามารถในการแก้ปัญหาจึงเป็นเครื่องมือสำคัญยิ่งที่จะช่วยให้มนุษย์อยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข (ณัฐพร ทาเงิน 2536 : 1) บางคนก็มีการแก้ปัญหาที่ฉลาดหาทางออกที่ดี ๆ ให้กับตนเองรวมไปถึงมีความอดทนและทนทานต่อปัญหา มองเห็นปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นสิ่งที่ดีงาม เป็นโอกาสในการที่จะเสริมสร้างตนเองให้เข้มแข็งและมีประสิทธิภาพ เช่น "มหาบุรุษ" ของโลกหลายท่านที่เข้มแข็งอดทนต่อปัญหาและอุปสรรค สามารถเอาชนะและประสบผลสำเร็จในการทำงานและการดำเนินชีวิต แต่บางคนมีวิธีการแก้ปัญหาที่ผิด ๆ มีความอ่อนแอย่อท้อต่ออุปสรรคและปัญหา ไม่ต่อสู้กับปัญหาโดยการทำร้ายตัวเอง เช่น ติดยาเสพติด ฆ่าตัวตาย หรือทำร้ายคนอื่น ๆ ซึ่งปรากฏตามหน้าหนังสือพิมพ์ที่พบเห็นได้ในปัจจุบัน

การศึกษาเป็นกระบวนการสำคัญที่มุ่งพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่มีคุณภาพ มีความสามารถเต็มศักยภาพ มีพัฒนาการที่สมดุลทั้งทางด้านสติปัญญา จิตใจร่างกายและสังคม

เพื่อเสริมสร้างในการพัฒนาความเจริญเติบโตทั้งทางด้านเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ (กรมวิชาการ 2543 : 4) การพัฒนาผู้เรียนนั้นถือว่าผู้เรียนสำคัญที่สุด สามารถพัฒนา ตามธรรมชาติและตามศักยภาพ ท่ามกลางสภาพสังคมในโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้มีผลกระทบทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการดำรงชีวิตของผู้เรียน ซึ่งหากผู้เรียนไม่รู้จักเข้าใจตนเองและสภาพแวดล้อมไม่ดีพอและไม่สามารถปรับตัวได้ อาจก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา (กรมวิชาการ 2544 : 6)

กระทรวงศึกษาธิการเห็นความสำคัญและความจำเป็นของการแนะแนว มีการจัดทำแผนพัฒนาการแนะแนว ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) เพื่อให้การดำเนินงานแนะแนวเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ตอบสนองเจตนารมณ์ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2550 มาตรา 49 ซึ่งบัญญัติว่า บุคคลย่อมมีสิทธิเสมอกันในการรับการศึกษาขั้นพื้นฐานไม่น้อยกว่าสิบสองปีที่รัฐต้องจัดให้อย่างทั่วถึงและมีคุณภาพโดยไม่เก็บค่าใช้จ่าย และสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 ที่มุ่งเน้นให้การจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุขและยึดหลักให้เป็นการศึกษาตลอดชีวิต โดยให้ทุกส่วนของสังคมมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา และทุกส่วนทุกฝ่ายในสังคมมีบทบาท และมีส่วนร่วมในการแนะแนวชีวิตและสังคม เพื่อดูแลช่วยเหลือบุคคลในทุกช่วงวัยของชีวิตมีคุณภาพชีวิตและสังคมที่ดีขึ้น (กรมวิชาการ 2545 : 2)

การแนะแนวเป็นกระบวนการสำคัญ ที่มุ่งส่งเสริมบุคคลในทุกช่วงวัยของชีวิต โดยเฉพาะ ผู้ที่อยู่ในวัยเรียนให้รู้จักตนเอง พึ่งตนเอง มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศีลธรรม จริยธรรม มีทักษะชีวิต อยู่ดี มีสุข สามารถพัฒนาตนเองและสังคมได้เต็มตามศักยภาพ การแนะแนวจึงมีบทบาทสำคัญยิ่งต่อการพัฒนาตนโดยองค์รวม ให้เป็นบุคคลที่สามารถบูรณาการความคิด ค่านิยม ประเพณี วัฒนธรรม และเทคโนโลยี เข้าสู่วิถีชีวิตไทยได้อย่างเหมาะสม (คู่มือบริหารจัดการแนะแนว 2545 : 2) อันจะเป็นการช่วยเหลือกอบกู้วิกฤตของสังคมและประเทศชาติได้

วัยรุ่นเป็นวัยที่สำคัญ ซึ่งถือว่าเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยที่กำลังเข้าไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว เป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยแห่งปัญหา เป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์และเป็นวัยที่พร้อมจะแสวงหาและพัฒนาเอกลักษณ์ของตน (Ego Identity) อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคลิกภาพ ถ้าหากวัยรุ่นคนใดสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีแล้วก็จะเป็นผู้ที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตสมบูรณ์ ตรงกันข้ามกับวัยรุ่นที่ปรับตัวไม่ได้อาจเกิดความคับข้องทางจิตใจ และเกิดการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมตามมา ดังจะเห็น

ได้จากปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งพฤติกรรมของบุคคลเหล่านี้ ได้ปรากฏให้เห็น เช่น ปัญหานักเรียนติดยาเสพติด การมั่วสุมทางเพศ นักเรียนที่ฆ่าตัวตายเพื่อหนีปัญหาทางการเรียน เป็นต้น ซึ่งบุคคลเหล่านี้ไม่สามารถใช้ศักยภาพหรือความเก่งที่มีอยู่ได้ เนื่องจากบุคคลอื่น ๆ ไม่ให้ความร่วมมือ สาเหตุหลักๆ ก็จะเป็นเพราะว่าบุคคลเหล่านี้ มีปัญหาในการควบคุมอารมณ์ และขาดความสามารถในการต่อสู้เผชิญฝ่าฟันอุปสรรคที่เกิดขึ้นกับชีวิต (ทศพร ประเสริฐสุข 2542 : 90)

ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค หรือ AQ มาจากคำว่า Adversity Quotient ซึ่ง สตอลทซ์ (Paul G. Stoltz) เป็นผู้ริเริ่มแนวคิดทฤษฎีใหม่ขึ้น เพื่อที่จะตอบคำถามว่าเมื่อมีคนบางคนที่มีความเฉลียวฉลาดและมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาได้ดีเมื่อเผชิญปัญหาสามารถทำให้ผ่านพ้นปัญหาและยุติปัญหาได้อย่างรวดเร็วนั้นเป็นผลมาจากปัจจัยอะไร ซึ่งคำตอบก็คือ ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค หรือ AQ นั่นเอง โดยมีการศึกษาสำรวจผู้คนจากที่ต่าง ๆ จากทั่วโลกรวม 500 กว่าคน ทำให้ได้ข้อสรุปว่าสิ่งที่ทำให้บุคคลประสบผลสำเร็จนั้นจะต้องประกอบด้วยความมุ่งมาดปรารถนาในการที่จะบากบั่น แสวงหา พัฒนา บุกเบิกอย่างไม่หยุดยั้ง เพื่อตนเอง เพื่อธุรกิจ และเพื่อมนุษยชาติ ทั้งมวล สตอลทซ์ (Stoltz 1999 : 6-7) หรืออีกนัยหนึ่งก็คือ ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่ต้องเผชิญกับปัญหาหรือความทุกข์ยากลำบาก โดยผู้ที่มี AQ สูง จะมีจิตใจเข้มแข็ง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใด ๆ แม้จะพ่ายหรือล้มไปแล้วก็สามารถลุกขึ้นสู้ใหม่ได้ ส่วนผู้ที่มี AQ ต่ำ เวลาเผชิญกับความผิดหวังหรือความทุกข์ยากก็จะยอมแพ้ บางคนอาจจะละทิ้งงานไปกลางคัน หรือบางคนอาจถึงท้อแท้ต่อชีวิตขั้นลาออกจากงานเลยก็มี (มัณฑรา ธรรมบุศย์ 2544 : 14)

ความสามารถของคนที่จะจัดการกับปัญหาสิ่งแรก คือ ต้องมีความสามารถที่จะมุ่งมั่นแน่วแน่กับจุดมุ่งหมายไม่ว่าจะมีอุปสรรคปัญหาห้อมล้อมรุนแรงก็ตามจะต้องเพ่งไปที่จุดเป้าหมายจะไม่ถูกดึงให้วอกแวก หรือหันเหเบี่ยงเบนไปด้วยปัญหาต่างๆ ที่รุมล้อม จริงๆแล้วรูปแบบของการจัดการกับปัญหาหรือความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคนั้นเริ่มเกิดขึ้นจากใยประสาทในสมองตั้งแต่ช่วงที่ยังเป็นเด็ก ๆ วัยรุ่นเพราะเราจะเรียนรู้วิธีตอบสนอง ตอบคำถาม วิธีการจัดการกับปัญหาจากประสบการณ์ที่เราเห็นจากผู้ใหญ่ หรือวิธีการที่เขาไม่ต่อสู้กับปัญหาซึ่งประสบการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้จะอยู่รอบข้างเด็กตั้งแต่วัยเล็กและฝังเข้าในใยสมองสร้างเป็นใยประสาท แต่ข้อดี ก็คือสามารถที่จะปรับปรุงได้ พัฒนาได้ ประเด็นตรงนี้สำคัญมากเพราะในการเลี้ยงดูเด็กเราจะต้องเป็นตัวอย่างที่ดีในการที่จะแก้ไขปัญหาจะต้องเป็นคนที่มองปัญหามองโลกในแง่บวกก็จะทำให้เกิดใยประสาทต่าง ๆ เหล่านี้ในสมองของเด็กที่เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดีจริง ๆ แล้วฝึกฝนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคนั้นก็จะไปตามเกณฑ์ธรรมชาติของมันสมอง สตอลทซ์ เชื่อว่าความสามารถใน

การเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคนั้นพัฒนามาจากใยประสาทเริ่มเกิดในสมองเมื่อเด็กอายุ 12 ปี และเพิ่มมากขึ้นจนอายุ 16 ปีแต่ไม่สิ้นสุดจนกระทั่งอายุ 23 ปี อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะอายุเท่าไหร่ สามารถเปลี่ยนแปลงได้ สตอลทซ์ (Stoltz 2000 : 97)

ในการพัฒนาความสามารถฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคให้กับนักเรียนนั้นพบว่ามีกิจกรรมที่สอดคล้อง และเหมาะสมที่จะนำมาใช้ได้ คือ กิจกรรมแนะแนว ซึ่งเป็นกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 (กรมวิชาการ 2545 ก : 1) ในสาระสำคัญและแนวดำเนินการตามยุทธศาสตร์ ของแผนพัฒนาการแนะแนว ฉบับที่ 4 (พ.ศ. 2545 - 2549) ได้มีเป้าหมายหลัก ข้อ 1 คือ ผู้รับบริการในวัยเรียนที่ศึกษาในระบบการศึกษาได้รับการพัฒนาให้รู้จักตนเอง พึ่งตนเองได้และสามารถฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคทั้งนี้ นุชลี อุปภัย (2543) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการแนะแนวว่า เป็นการพยายามทำให้บุคคลรู้จักตนเองด้วยการทำให้บุคคลรู้ข้อดีและข้อบกพร่องของตนเอง ทั้งด้านอารมณ์ สติปัญญาความสามารถความถนัดและฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคและสอดคล้องกับรวีวรรณ ชินะตระกูล (2537) ที่กล่าวว่าการแนะแนวเป็นศาสตร์และศิลป์ มีรูปแบบที่เป็นกระบวนการต่าง ๆ โดยมีจุดมุ่งหมายให้บุคคลมีความสามารถช่วยตนเองได้ กล่าวคือ ช่วยให้รู้จักและเข้าใจตนเองทุกด้าน ช่วยให้รู้จักพัฒนาตนเอง รู้จักนำความรู้ ความสามารถ หรือศักยภาพของตนมาใช้ให้เป็นประโยชน์เพื่อฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคได้

จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนและสัมภาษณ์ผู้ปกครองนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ พบว่า นักเรียนแสดงออกทางอารมณ์ไม่เหมาะสม จัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นไม่ได้ ไม่อดทนต่อปัญหาต่าง ๆ ไม่มีความมุ่งมั่นตั้งใจในการทำงานและอดทนต่อปัญหาต่าง ๆ ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะครูแนะแนวจึงหาแนวทางในการแก้ปัญหาดังกล่าว เพื่อให้นักเรียนมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยได้พัฒนาชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค จำนวน 4 ชุด คือ ชุดที่ 1 การควบคุมสถานการณ์ ชุดที่ 2 การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตน ชุดที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค และชุดที่ 4 การอดทนต่อความยากลำบาก ซึ่งเป็นกิจกรรมที่นักเรียนมีส่วนในการร่วมปฏิบัติทุกขั้นตอน ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางในการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ของ ธิติมา จงพิพัฒน์วณิชย์ (2539) ที่กล่าวว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง วิธีที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยใช้เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างมีระบบ ซึ่งใช้เทคนิคต่าง ๆ ได้แก่ การอภิปราย กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง เกม การโต้วาที การทำงานเป็นกลุ่ม ตัวแบบ โดยใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นสื่อประสม ได้แก่ วีดิทัศน์ สไลด์รูปภาพ จุลสาร แผ่นโปร่งใส บัตรคำ เทปเพลง ซึ่งช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541)

กล่าวว่า การสร้าง ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นวิธีการนำเทคโนโลยี นวัตกรรมใหม่ ๆ ที่นิยมนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งครูแนะแนวสามารถดำเนินการได้ด้วยตนเอง เป็นการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ให้ลดน้อยลงได้ การใช้สื่อประสมหลาย ๆ รูปแบบจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ที่เน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ หรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้นได้ ดังผลการวิจัยของปิยนันท์ สีลม (2536) ผลการวิจัยของมลิวรรณ นิรมลพิศาล (2539) และผลการวิจัยของ วงแสงเดือน ประชาสุก (2536) ซึ่งต่างให้ผลสอดคล้องกันว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพ สามารถช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ นอกจากนี้ รูปแบบในการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้ ชุดกิจกรรมแนะแนว ยังมีความเหมาะสมและช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองแก่นักเรียนวัยรุ่นได้ ทั้งนี้เพราะกิจกรรมแนะแนวไม่ได้มุ่งผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ แต่จะมุ่งให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ประสงค์ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น และที่สำคัญคือหลักสูตรได้กำหนดขอบข่ายเนื้อหาวิชาไว้กว้างๆ จึงเหมาะสมที่จะปรับเนื้อหาสาระให้สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาพปัญหา เพื่อให้ตรงกับจุดมุ่งหมายที่ต้องการ ดังนั้นชุดกิจกรรมแนะแนวจึงน่าจะเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพ ที่มีผลต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนวัยรุ่นได้ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่นดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคง และมีความสุข ทั้งยังช่วยให้ได้ข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางในการนำไปใช้พัฒนาปรับปรุงกิจกรรมแนะแนว และการจัดบริการแนะแนวในโรงเรียน

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาและพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค เพื่อที่จะเกิดประโยชน์ในการช่วยเหลือนักเรียนและเป็นแนวทางสำหรับครูผู้สอน ครูแนะแนว และผู้เกี่ยวข้องที่นำผลของการวิจัยไปใช้ประโยชน์ในการปรับปรุงบุคลิกภาพของนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ให้ตรงกับความต้องการของบุคลิกภาพของตนเอง และเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ) ให้เกิดประโยชน์ในการทำความเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น มีเหตุผล สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ได้เป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดีและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

2.2 เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคกับกลุ่มควบคุม ที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

3.2 นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงกว่ากลุ่มควบคุม ที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

4. ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัย ดังนี้

4.1 ประชากร

ประชากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 2 ห้องเรียน รวม 60 คน

4.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 2 ห้องเรียน คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 และ 6/2 จำนวนห้องเรียนละ 30 คน รวม 60 คน ที่ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 1 ห้องเรียน

4.3 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

4.3.1 ตัวแปรอิสระ คือ ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

4.3.2 ตัวแปรตาม คือ ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

5. นิยามศัพท์

5.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค หมายถึง ชุดการจัดกิจกรรมแนะแนว ที่ให้นักเรียนร่วมปฏิบัติเพื่อพัฒนาและเสริมสร้างความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

5.2 ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนที่แสดงออกโดยพิจารณาจากความสามารถในด้านต่างๆ ดังนี้

5.2.1 การควบคุมสถานการณ์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ในยามที่มีอุปสรรคมีความเข้าใจและตัดสินใจแก้ปัญหานั้นได้

5.2.2 การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตน หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการนำตนเองเข้าไปแก้ปัญหาหรืออุปสรรค และยินดีรับผิดชอบต่อปัญหาหรืออุปสรรคนั้นๆ โดยไม่ผลักความรับผิดชอบให้ผู้อื่น

5.2.3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ระดับของปัญหาหรืออุปสรรค โดยไม่คิดปัญหาเล็กให้เป็นปัญหาใหญ่ รู้จักทางเลือกในการแก้ปัญหาที่ดีให้กับตนเอง

5.2.4 การอดทนต่อความยากลำบาก หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการอดทนเมื่อพบอุปสรรค โดยการมองโลกในแง่ดี

5.3 นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ ปีการศึกษา 2549

5.4 กิจกรรมแนะแนวปกติ หมายถึง การจัดกิจกรรมแนะแนว นักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 ที่จัดขึ้นตามหลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ

6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 ได้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนที่มีประสิทธิภาพ

6.2 เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย โดยการนำกิจกรรมแนะแนวไปใช้ในการส่งเสริมความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของผู้เรียนในรูปแบบอื่นๆ

บทที่ 2
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ค้นคว้า วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมแนะแนว และ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค เพื่อเป็นพื้นฐานสำหรับการวิจัย โดยนำเสนอตามลำดับหัวข้อ ดังต่อไปนี้

1. ชุดกิจกรรมแนะแนว
   - 1.1 ความหมายของการแนะแนว
   - 1.2 จุดมุ่งหมายของการแนะแนว
   - 1.3 ขอบข่ายของการแนะแนว
   - 1.4 การจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตร
   - 1.5 ชุดกิจกรรมแนะแนว
   - 1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. ความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค
   - 2.1 ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค
   - 2.2 ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค
   - 2.3 หลักการสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค
   - 2.4 คุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถพิเศษในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค สูง – ต่ำ
   - 2.5 เทคนิคการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและผู้ฝันฝ่าอุปสรรค
   - 2.6 การวัดและการแบ่งผลการประเมินความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค
   - 2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
     - 2.7.1 งานวิจัยภายในประเทศ
     - 2.7.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

1. ชุดกิจกรรมแนะแนว

1.1 ความหมายของการแนะแนว

กรมวิชาการ (2540 : 1) กล่าวว่า การแนะแนวเป็นศาสตร์สาขาหนึ่งที่มีประโยชน์ในการช่วยพัฒนาผู้เรียนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี คือรู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักคิดและตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเอง รู้จักตั้งเป้าหมายของชีวิต สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

กุญชรี ค้าขาย (2542 : 5) กล่าวว่า การแนะแนวเป็นศาสตร์ที่ถูกจัดระบบไว้ทั้งด้านองค์ความรู้ วิธีการ และกระบวนการ โดยมีเป้าหมายหลักเพื่อช่วยบุคคลแต่ละคนเข้าใจตนเอง สามารถวางแผนชีวิตที่มีคุณภาพ และดำเนินชีวิตตามแผนนั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล

นุชลี อุปภัย (2543 : 4) กล่าวว่า การแนะแนวตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า "Guidance" ซึ่งสามารถสรุปความหมายที่เฉพาะเจาะจงได้ว่า เป็นกระบวนการช่วยเหลือบุคคลให้รู้จักตนเอง รู้จักโลกกว้างที่เขาเผชิญชีวิตอยู่

กรมวิชาการ (2545 : 26) กล่าวว่า การแนะแนวเป็นกระบวนการที่ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถเลือกและตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม มีทักษะในการจัดการชีวิตตลอดจนสามารถปรับตัวและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

ความหมายของการแนะแนวเท่าที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยพบว่า การแนะแนวมีจุดเน้นเพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง ด้วยกระบวนการซึ่งประกอบด้วยศาสตร์และศิลป์ กล่าวคือ ศาสตร์ เป็นการให้ความรู้ความเข้าใจในด้านต่าง ๆ เช่น ทางด้านจิตวิทยา ความสนใจ ค่านิยมความถนัด ทักษะ บุคลิกภาพ และมนุษยศาสตร์ ส่วนศิลป์ เป็นการใช้เทคนิค วิธีการ และทักษะต่าง ๆ ของผู้แนะแนวแต่ละคน เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง

ดังนั้น แนะแนว จึงหมายถึง กระบวนการซึ่งประกอบไปด้วย ศาสตร์และศิลป์ที่ช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง มีทักษะในการดำเนินชีวิตเพื่อการพัฒนาและการปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

1.2 จุดมุ่งหมายของการแนะแนว

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ (2538 : 9) ได้กล่าวว่า การจัดบริการแนะแนวในโรงเรียนมีจุดมุ่งหมายสำคัญเพื่อส่งเสริมพัฒนาการของนักเรียนให้ครอบคลุมในเรื่องต่อไปนี้

1. ส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านของนักเรียนทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ให้เป็นไปด้วยดี ตั้งแต่ขึ้นเริ่มต้นของชีวิต เพื่อไม่ให้พัฒนาการของนักเรียนหยุดชะงัก

2. สร้างเสริม และแก้ไขพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาของนักเรียน ให้เปลี่ยนแปลงไปในแนวทางที่ดี มีคุณภาพชีวิต ที่พึงประสงค์ และเป็นที่ยอมรับของสังคม

3. ช่วยเหลือ ดูแลนักเรียนให้เรียนรู้สมรรถภาพของตนเอง มองเห็นคุณค่าความสำคัญของตนเองมองเห็นชีวิตในอนาคต รู้และปฏิบัติตนอย่างชาญฉลาด ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

ซึ่งในเรื่องเดียวกันนี้ นุชลี อุปภัย (2543 : 22) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการแนะแนวควรกำหนดไว้ดังนี้

1. การพยายามทำให้บุคคลรู้จักตนเอง เป็นการทำให้บุคคล รู้ข้อดี ข้อบกพร่องของตนเอง ทั้งทางด้านอารมณ์ สติปัญญา ความสามารถ และความถนัด

2. การพยายามช่วยให้บุคคลสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง เป็นความพยายามที่จะทำให้บุคคลรู้จักหาหนทาง ตัดสินปัญหา และเลือกแนวทางในการแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง

3. การช่วยให้บุคคลปรับตัว เป็นการช่วยสนับสนุน ให้บุคคลยอมรับตนเอง ทั้งจุดดีและจุดบกพร่อง จนเกิดการตัดสินใจแก้ปัญหา และนำพาตนเอง ไปสู่การพัฒนาที่เหมาะสมตามลำดับ

นอกจากนี้ กรมวิชาการ (2545 : 2) ได้กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการแนะแนวไว้ว่าเป็นกระบวนการที่มุ่งสร้างเสริมผู้เรียนให้มีคุณภาพเหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ค้นพบและพัฒนา ศักยภาพของตน มีทักษะการดำเนินชีวิต มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศีลธรรม จริยธรรม รู้จักการเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญา รู้จักคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาในช่วงวิกฤต วางแผนการศึกษาต่อ พัฒนาตนสู่โลกอาชีพ และการมีงานทำ รวมทั้งการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม ได้อย่างมีความสุข

จากจุดมุ่งหมายของการแนะแนวดังกล่าว สรุปได้ว่า การแนะแนวมีจุดมุ่งหมายที่เน้นถึงความพยายาม ที่จะช่วยให้บุคคลมีความสามารถนำตนเองได้ กล่าวคือ การช่วยให้รู้จักตนเองและสิ่งแวดล้อมรอบข้าง รู้จักพัฒนาศักยภาพของตนเอง ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม และทักษะความสามารถ เพื่อการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพตามเป้าหมายที่ตนเองต้องการ ช่วยให้รู้จักวิธีป้องกันปัญหา และการแก้ปัญหา มุ่งให้เป็นคนดีมีคุณธรรม และเป็นที่ยอมรับของสังคม รวมทั้งมีความสามารถในการปรับตัว เพื่อการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในสังคมปัจจุบัน

1.3 ขอบข่ายของการแนะแนว

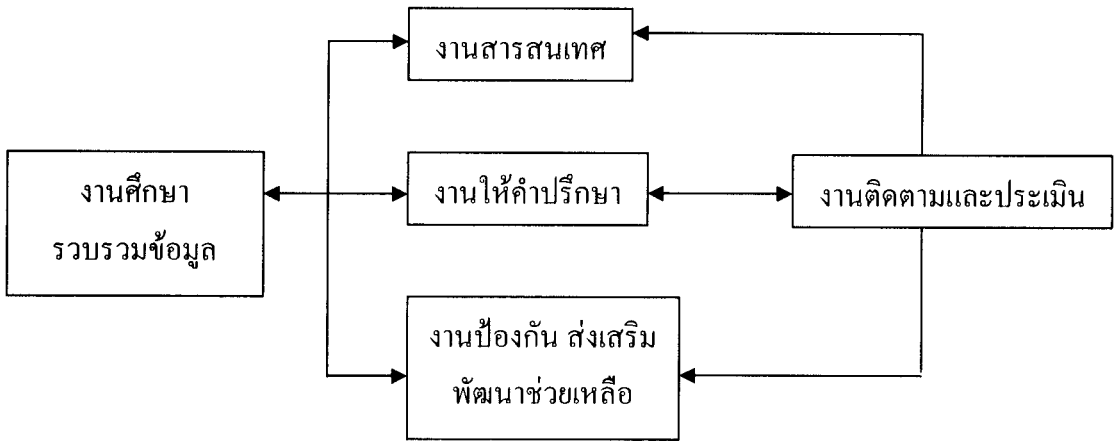
กรมวิชาการ (2545 ค : 5-6) ได้กำหนด ขอบข่าย และภารกิจการแนะแนว ตามความต้องการของผู้เรียน โดยอาศัยหลักการแนะแนวพื้นฐาน ซึ่งประกอบด้วยขอบข่ายสาระสำคัญ 3 ด้าน ดังนี้

1. การแนะแนวการศึกษา มุ่งหวังให้ผู้เรียนพัฒนาการเรียนได้เต็ม ศักยภาพ รู้จักแสวงหาความรู้ และวางแผนการเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวด้านการเรียน และมีนิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน

2. การแนะแนวอาชีพ ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง และโลกของงานอย่างหลากหลายมีเจตคติและนิสัยที่ดีในการทำงาน มีโอกาสได้รับประสบการณ์ ตามความถนัด ความสนใจ

3. การแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีอารมณ์มั่นคง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เข้าใจสิ่งแวดล้อม และสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีสุข

ทั้งนี้ได้จัดให้มีภาระงาน หรือกระบวนการแนะแนว ซึ่งประกอบด้วย 5 งานหลัก คือ งานศึกษารวบรวมข้อมูล งานสารสนเทศ งานให้คำปรึกษา งานป้องกัน ส่งเสริมพัฒนาช่วยเหลือและงานติดตามและประเมิน ซึ่งเชื่อมโยงกัน ดังภาพที่ 2.1



ภาพที่ 2.1 แสดงภาระงานในการแนะแนว 5 งานหลัก

1.4 การจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตร กรมวิชาการ (2538 : 2-5) กล่าวถึงกิจกรรมแนะแนว ว่า เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการแนะแนว ที่หลักสูตรกำหนดคาบเวลาไว้ให้

โรงเรียนจัดกิจกรรมให้แก่นักเรียน เพื่อช่วยให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง สิ่งแวดล้อม สามารถพัฒนาตนเอง ปรับตัวเข้ากับสังคม และสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ กิจกรรมที่จัดครอบคลุมทั้งกิจกรรมแก้ปัญหา และกิจกรรมพัฒนาการเรียนรู้

1.4.1 จุดมุ่งหมายของการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541: 16-17) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมในชั้นเรียน ควรจัดให้สอดคล้องกับจุดหมายของหลักสูตรมัธยมศึกษาในแต่ละระดับ และต้องสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการแนะแนวด้วย ซึ่งการจัดกิจกรรม แนะแนวโดยทั่ว ๆ ไป มีจุดมุ่งหมายดังนี้

1) เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับตนเองที่ตรงกับสภาพความเป็นจริง ทั้งในด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม ความต้องการ ความสามารถ ความถนัด และความสนใจตลอดจนค่านิยมที่ยึดถือ

2) เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาต่อในสถานศึกษาต่อในสถานศึกษาต่าง ๆ เช่น สถานที่ของสถาบันที่จะศึกษาต่อ รวมทั้งโอกาสที่จะเข้าไปศึกษาต่อในสถาบันนั้น ๆ

3) เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูล เกี่ยวกับโลกกว้างทางอาชีพ การแบ่งหมวดหมู่ของอาชีพ ลักษณะของอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของแต่ละคน และข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพตามที่ต้องการ

4) เพื่อให้นักเรียนสามารถนำข้อมูลที่ได้มาพิจารณาเลือกตัดสินใจ เกี่ยวกับแนวทางในการศึกษาต่อ และประกอบอาชีพได้เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตนมากที่สุด

5) เพื่อให้นักเรียนได้เพิ่มพูนประสบการณ์ เกี่ยวกับการศึกษาต่อ หรือการประกอบอาชีพที่ตนสนใจในรายละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้น เพื่อช่วยให้เกิดความมั่นใจการวางแผนเลือกทางเดินของชีวิตในอนาคต ถ้าพบว่าไม่เหมาะสมจะได้เปลี่ยนแปลงเป้าหมายได้ทันท่วงที ช่วยให้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

6) เพื่อให้ครูแนะแนวได้มีโอกาสพบปะกันนักเรียนในชั้นเรียนอย่างทั่วถึงทุกคนช่วยให้มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำให้ครูแนะแนวได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนที่แท้จริงอันจะส่งผลต่อความสำเร็จในการจัดบริการแนะแนวอื่น ๆ ต่อไป

1.4.2 หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว กรมวิชาการ (2537 : 8) ได้ให้หลักในการจัดไว้ดังนี้

1) จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ และธรรมชาติของเด็ก

2) กิจกรรมที่จัดต้องสนองจุดมุ่งหมายของหลักสูตรมัธยมศึกษา

3) จัดกิจกรรมเพื่อเด็กทุกคน และครอบคลุมเนื้อหาสาระ ด้านการพัฒนาตนเองการศึกษาและอาชีพ

4) ให้ครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม โดยครูแนะแนวทำหน้าที่ประสานงาน

1.4.3 ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว กรมวิชาการ (2537 : 6-7) ได้กล่าวถึงลักษณะของกิจกรรมแนะแนว สรุปได้ดังนี้

1) เป็นกิจกรรมที่ไม่ได้เน้นเนื้อหาวิชา และกระบวนการวัดผลการเรียนเหมือนการเรียนการสอนในวิชาทั่วไป

2) เป็นการรวมกลุ่มของนักเรียนเพื่อทำกิจกรรมอันจะช่วยให้นักเรียนเกิดพัฒนาการในด้านต่าง ๆ และสามารถแก้ปัญหาได้

3) ไม่มีหน่วยการเรียน

4) ไม่มีการประเมินผลได้ / ตก เหมือนรายวิชาทั่วไป

5) เป็นกิจกรรมแก้ปัญหาการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน

6) เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้ต้นพบความถนัด ความสามารถและความสนใจของตน

7) เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนได้รับข้อมูลข่าวสารด้านการศึกษาและอาชีพ เพื่อวางแผนการศึกษาและเลือกอาชีพที่เหมาะสม สอดคล้องกับความถนัด และความสนใจของตน

8) เป็นกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว รู้จักตนเอง สิ่งแวดล้อมและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

9) เป็นกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อปลูกฝังค่านิยมที่เป็นพื้นฐาน เช่น ขยัน ซื่อสัตย์ ประหยัด อดทน มีนิสัยรับผิดชอบ ฯลฯ

10) เป็นกิจกรรมเพื่อเสริมให้นักเรียนมีความรู้และทักษะในวิชาการต่าง ๆ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีเจตคติที่ดีต่อสัมมาชีพ มีนิสัยรักการทำงาน และสามารถเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตน

1.4.4 วิธีการจัดกิจกรรมแนะแนว กรมวิชาการ (2540 : บทนำ) กล่าวว่า ลักษณะของการจัดกิจกรรมแนะแนวเดิมมักใช้วิธีสอน บรรยาย อธิบาย ซักถาม โดยครูเป็นผู้นำเป็นส่วนใหญ่แต่ปัจจุบันจะเน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลาง ตามแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีจิตวิทยามนุษยนิยม โดยหาทางนำศักยภาพที่มีอยู่ในตัวนักเรียนออกมาใช้ให้มากที่สุด ให้ทุกคนรู้จักและเข้าใจในศักยภาพต่าง ๆ ของตน กิจกรรมต่างๆ จึงเปิดโอกาสให้นักเรียนดึงประสบการณ์ของตนมา

แลกเปลี่ยน ซึ่งกันและกัน ทำงานร่วมกัน แสดงความคิดเห็นร่วมกัน ให้เลือกตัดสินใจโดยเสรี พิจารณาผลที่เกิดจากการเลือก เห็นคุณค่าในสิ่งที่เลือกโดยยอมรับ ชื่นชม ยินดีในสิ่งที่เลือก ปฏิบัติตามสิ่งที่ตนเลือกโดยแสดงพฤติกรรมหรือกระทำตามสิ่งที่เลือก เห็นคุณค่าปฏิบัติจนเป็นลักษณะประจำตัว ตลอดจนสรุปข้อคิดที่ได้จากแต่ละกิจกรรม นักเรียนจะเกิดการพัฒนาตนเอง พร้อมที่จะใช้ศักยภาพของตนในการดำเนินชีวิต

1.4.5 ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541 : 18) กล่าวว่า ขอบข่ายในการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนไม่ได้กำหนดไว้ตายตัว เหมือนกับหลักสูตรวิชา อื่น ๆ ขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนตามที่กำหนดไว้ในหลักสูตรมัธยมศึกษาจะต้องครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน คือ

1) ด้านการศึกษา เป็นข้อมูลเกี่ยวกับการวางแนวทางการศึกษา ทั้งในปัจจุบันและอนาคต เช่น หลักสูตรมัธยมศึกษา กิจกรรมเสริมหลักสูตร แผนการเรียน ระเบียบการวัดผลแนวทางศึกษาต่อในสถาบันต่าง ๆ วิธีการเรียนที่ดี การดูหนังสือสอบ การใช้ห้องสมุด การใช้บริการแนะแนว เป็นต้น

2) ด้านอาชีพ เป็นข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพ เช่น โลกกว้างทางอาชีพ อาชีพต่าง ๆ ในชุมชนความต้องการของตลาดแรงงาน ความก้าวหน้าในอาชีพ สถานประกอบการอาชีพ เป็นต้น

3) ด้านสังคมและการปรับตัวหรือด้านส่วนตัว เป็นข้อมูลที่มุ่งพัฒนาบุคลิกภาพให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เช่น การปรับปรุงบุคลิกภาพตนเอง การคบเพื่อน การเข้าใจพฤติกรรมของตนเอง และผู้อื่น การรู้จักใช้เวลาว่าง การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การเสริมสร้างคุณธรรมและจริยธรรม เป็นต้น

จากข้อมูลดังกล่าว พบว่างานแนะแนวในโรงเรียน ไม่ได้กำหนดตายตัวเหมือนกับหลักสูตรวิชาอื่น ๆ ครูแนะแนวสามารถยืดหยุ่นให้เหมาะสมกับความต้องการที่จะพัฒนานักเรียนได้โดยให้มีความสอดคล้องกับหลักสูตร จุดมุ่งหมาย และขอบข่ายงานแนะแนว ทั้งทางด้านการศึกษาด้านอาชีพ และด้านส่วนตัวและสังคม ตลอดจนความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันกับภาระงานในการบริการทั้ง 5 งาน ซึ่งการจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนนั้นไม่เหมือนกับการสอนในรายวิชาทั่วไป เพราะไม่ได้เน้นการวัดผลตามเนื้อหาสาระ แต่เป็นการรวมกลุ่มนักเรียนเพื่อทำกิจกรรมให้เกิดการพัฒนาในด้านต่าง ๆ ตามจุดมุ่งหมายที่ต้องการ ทั้งนี้ครูและนักเรียนมีอิสระที่จะกำหนดเนื้อหาและกิจกรรมร่วมกัน เพื่อช่วยให้เกิดการพัฒนา และเป็นการเรียนรู้ร่วมกันได้อย่างมีความสุข

1.5 ชุดกิจกรรมแนะแนว

1.5.1 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็น นวัตกรรมทางการศึกษาในรูปแบบหนึ่ง ที่นิยมนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยมีนักการศึกษา นักจิตวิทยาและผู้วิจัยหลายท่าน ใช้ชื่อเรียกแตกต่างกันไป เช่น ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว ชุดกิจกรรมแนะแนวโปรแกรมการแนะแนว ชุดการสอน และชุดการแนะแนว เป็นต้น สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้คำว่า "ชุดกิจกรรมแนะแนว" ใช้เป็นชื่อเรียกในลักษณะเดียวกัน ซึ่งเกี่ยวกับความหมายของคำว่าชุดกิจกรรมแนะแนวนี้ ได้มีนักการศึกษา และนักจิตวิทยาหลายท่านให้นิยามความหมาย ไว้ดังนี้

อาภรณ์ เต็มยอด (2537 : 11) ชุดการแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างมีระบบ ซึ่งใช้วิธีการต่าง ๆ รวมทั้งมีอุปกรณ์ในการสอน ใช้เป็นสื่อประสม ชุดการแนะแนวมีรายละเอียดดังนี้ คู่มือครู คำชี้แจงทั่วไป วัตถุประสงค์ วิธีใช้ และเครื่องมือวัด ได้แก่ แบบสอบถาม และแบบทดสอบ โปรแกรมกิจกรรม ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ อุปกรณ์ และการประเมินผล

ยุพดี ปิคตะคุ (2537 : 7) ชุดการแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างมีระบบประกอบด้วย 2 ส่วน คือ คู่มือครู และโปรแกรมกิจกรรม โดยใช้วิธีการต่าง ๆ เช่น การอภิปราย การรายงานเป็นกลุ่มและเป็นรายบุคคล การแสดงบทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง การแก้ปัญหาพร้อมทั้ง มีอุปกรณ์ต่าง ๆ ประกอบ ได้แก่ วิดีทัศน์ แผนภูมิ แผ่นภาพแผ่นโปร่งใส ฯลฯ เพื่อช่วยให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้พฤติกรรมตามวัตถุประสงค์

มลิวรรณ นิรมลพิศาล (2539 : 9) ชุดการแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้น อย่างเป็นระบบ เพื่อใช้ประกอบการสอน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. คู่มือครู ซึ่งประกอบด้วย คำชี้แจงทั่วไป วัตถุประสงค์ วิธีการใช้ และเครื่องมือวัด ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับทัศนคติต่อการเรียน

2. โปรแกรมกิจกรรม เรื่อง ทัศนคติต่อการเรียน ประกอบด้วย ชื่อกิจกรรม วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ อุปกรณ์ และการประเมินผล

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541 : 223) ชุดการแนะแนว คือ โปรแกรมการจัดกิจกรรมแนะแนวที่จัดไว้ โดยมีวัตถุประสงค์เฉพาะเรื่องมีอุปกรณ์ในรูปของสื่อประสมที่จัดขึ้นสำหรับหน่วยการเรียนตามหัวข้อ เนื้อหา และประสบการณ์ของแต่ละหน่วย ประกอบด้วย ส่วนสำคัญ คือ คู่มือครู คู่มือนักเรียน เนื้อหา แผนการจัดกิจกรรม บัตรรายการต่าง ๆ แบบฝึกหัดและแบบประเมินผล บรรจุรวมกันไว้ในกล่องเป็นชุด อาจใช้ศึกษาเป็นรายบุคคล หรือเป็นกลุ่มแบบศูนย์การเรียน หรือใช้ประกอบการบรรยายของครู

สายพิณ ช่างไม้ (2544 : 24) ชุดการแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างมีระบบ ซึ่งใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ ได้แก่ การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง การอภิปรายกลุ่ม การรายงานเป็นรายบุคคล เกม และกรณีตัวอย่าง พร้อมทั้งอุปกรณ์การสอนที่ใช้เป็นสื่อประสม ได้แก่ เอกสาร แผ่นภาพ แผนภูมิ และแผ่นโปรงใส ซึ่งประกอบด้วยส่วนสำคัญ คือ คู่มือครู และโปรแกรมการสอน

จากความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนวดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างเป็นระบบ ให้มีความสอดคล้องกับเนื้อหาวิชา วัตถุประสงค์และกิจกรรม เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งจัดทำในลักษณะของสื่อประสม ประกอบไปด้วย คู่มือครู และโปรแกรมกิจกรรม โดยใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ เช่น เกมการอภิปรายกรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง ตลอดจนการใช้สื่อและอุปกรณ์ที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับเนื้อหาหรือกิจกรรม

1.5.2 บรรยากาศในการเรียนการสอน กรมวิชาการ (2545 ก : 31-32) ได้กล่าวว่าการจัดการเรียนการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพ ครูควรสร้างบรรยากาศห้องเรียนให้ผู้เรียนประสบผลสำเร็จในการทำงาน

1) บรรยากาศที่ท้ายทาย กระตุ้นให้กำลังใจ เพื่อให้ผู้เรียนประสบผลสำเร็จในการทำงาน

2) บรรยากาศที่มีอิสระ บรรยากาศที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และยอมรับนับถือความสามารถของตนเอง คือ บรรยากาศที่มีอิสระ ผู้เรียนมีโอกาสที่จะเลือกสิ่งที่มีความหมาย และมีคุณค่าสำหรับตนเอง

3) บรรยากาศที่มีการยอมรับนับถือ การที่ครูเห็นคุณค่าในตัวผู้เรียน เป็นสิ่งที่สำคัญในการพัฒนาความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง

4) บรรยากาศที่มีความอบอุ่น ความรู้สึกทางด้านจิตใจมีผลต่อความสำเร็จในการเรียน ดังนั้นการที่ครูมีความเข้าใจ เป็นมิตร ยอมรับ ตลอดจนให้ความช่วยเหลือ จะทำให้ผู้เรียนเกิดความอบอุ่น สบายใจอยากเข้าใกล้ ความรู้สึกนี้จะส่งผลต่อผู้เรียนที่จะเรียนรู้อย่างมีความสุข

5) บรรยากาศแห่งการควบคุม หมายถึง บรรยากาศที่มีวินัย แต่มิได้อยู่ภายใต้การควบคุมลงโทษ ครูจะต้องชี้แจงให้ผู้เรียนเข้าใจว่า เพราะเหตุใดจึงต้องทำสิ่งนี้ แต่ไม่ทำสิ่งนั้น และครูจะต้องคำนึงถึง การไม่ให้สิทธิพิเศษกับผู้เรียนบางคน เพราะทุกคนล้วนเป็นคนที่มีความสำคัญทั้งสิ้น

6) บรรยากาศแห่งความสำเร็จ เป็นสิ่งที่ครูควรจะสร้างให้เกิดขึ้นในชั้นเรียน ดังนั้น ครูจึงควรพูดถึงความสำเร็จมากกว่าพูดถึงความล้มเหลวของผู้เรียน ทั้งนี้เพราะคนเราเรียนรู้ว่าตนเอง มีความสามารถนั้นเกิดจากความสำเร็จ มิใช่จากความล้มเหลว

7) บรรยากาศแห่งความใกล้ชิด การเอาใจใส่ที่สอดคล้องกับสถานการณ์ของอารมณ์ความรู้สึก และความสามารถของผู้เรียน จะทำให้ผู้เรียนรู้สึกดีงาม มีชีวิตชีวา ตื่นตัว กระฉับกระเฉงและรู้สึกว่ามีความสำคัญ เช่น การสัมผัส การมอง การสบตา การยิ้มให้ การแสดงออกทาง สีหน้าการใช้คำพูด ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกมั่นใจและความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น

1.5.3 ข้อควรปฏิบัติระหว่างจัดกิจกรรมแนะแนวของครูผู้สอน กรมวิชาการ (2540 : บทนำ) กล่าวว่า ในการจัดกิจกรรมแนะแนวครูต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจ ในสภาพจิตใจของนักเรียน ซึ่งครูควรปฏิบัติตนระหว่างการจัดกิจกรรมแนะแนว ดังนี้

1) เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นก่อน แล้วจึงแสดงความคิดเห็นตาม หรือแสดงความคิดเห็น ในกรณีไม่เห็นด้วย พร้อมเหตุผลประกอบ

2) ไม่ด่วนตัดสินคำตอบ หรือทัศนคติของนักเรียนว่าถูกหรือผิด แต่พยายามให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นด้วยเหตุผลของเขา เพราะคำตอบ หรือทัศนคติของนักเรียนแต่ละคนย่อมถูกสำหรับเขา เขาย่อมมีเหตุผลในคำตอบหรือทัศนคติของเขา

3) ใช้อารมณ์ขัน หรือแสดงท่าทีด้วยการยิ้มแย้ม แจ่มใส เป็นมิตรทั้งคำพูด น้ำเสียง และท่าทาง

4) สังเกตและบันทึกการสังเกตเกี่ยวกับพฤติกรรมของนักเรียนในกลุ่มขณะจัดกิจกรรมทั้งพฤติกรรมที่แสดงออกและความรู้สึก

5) ฟังและสะท้อนความรู้สึกและเรื่องราว (ความคิด) ของคำตอบของนักเรียน แต่ละคน

6) ใช้คำพูดกระตุ้นให้เด็กคิด เพื่อแก้ปัญหาและหาคำตอบด้วยตนเองอย่างมีเหตุผลและประเมินความรู้สึกด้วย

7) กล่าวแสดงความรู้สึกชื่นชม พร้อมทั้งเหตุผล เมื่อนักเรียนกระทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ หรือตอบคำถามได้ถูกต้อง

8) เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทำงานกลุ่มร่วมกัน เน้นบรรยากาศที่เป็นประชาธิปไตย ให้มีการเลือกประธานกลุ่ม เลขานุการกลุ่ม และให้แสดงความคิดเห็นด้วยการใช้เหตุผล จนได้ ข้อยุติธรรม

9) สะท้อนค่านิยมของนักเรียนจากคำตอบที่เป็นเหตุผลของนักเรียน

10) ถ้านักเรียนค้นหาคำตอบไม่ได้ หรือแก้ปัญหาบางอย่างไม่ได้ ครูอาจยกตัวอย่างคำตอบของตนนำทางได้

11) เตรียมอุปกรณ์ ศึกษาเนื้อหา วิธีดำเนินกิจกรรม ทุกครั้งก่อนจัดกิจกรรม

12) ให้นักเรียนทุกคนได้ทราบข้อควรปฏิบัติในการร่วมกิจกรรมแนะแนว

1.5.4 เทคนิคต่าง ๆ ที่ใช้ในชุดการแนะแนว มีนักการศึกษาและผู้วิจัย เสนอเทคนิคต่าง ๆ ไว้ ดังนี้

1) เทคนิคแม่แบบ รัตนา ภัทรธัญญา (2535 : 5) กล่าวว่าเทคนิคแม่แบบหมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้จากการสังเกตพฤติกรรม ตลอดจนกิจกรรมต่าง ๆ ของตัวแบบผลจากการสังเกตจะทำให้นักเรียนเลียนแบบ พฤติกรรมของตัวแบบ แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

(1) ขั้นนำ ผู้วิจัยนำเข้าสู่การเสนอแม่แบบ โดยสนทนาซักถามนักเรียนเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องการให้นักเรียนสังเกตในครั้งนั้น ๆ

(2) ขั้นเสนอแม่แบบ ผู้วิจัยเสนอเรื่องราวของแม่แบบ ให้นักเรียนสังเกตพฤติกรรมของแม่แบบ โดยการฉายวีดิทัศน์ และให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายซักถามเกี่ยวกับสิ่งที่สังเกต เพื่อให้เกิดความคิดที่เลียนแบบพฤติกรรมแม่แบบ

(3) ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้จากการใช้เทคนิคแม่แบบแล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

2) เทคนิคบทบาทสมมติ บุญตา ยิ้มน้อย (2536 : 6) กล่าวว่า เทคนิคบทบาทสมมติ หมายถึง กิจกรรมการแสดงของนักเรียนตามบทบาทในสถานการณ์ที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้นให้ผู้เรียนแสดงออกตามที่ตนคิดว่าควรจะเป็น โดยไม่มีการฝึกซ้อมมาก่อน และถือเอาการแสดงออกทั้งความรู้สึก และพฤติกรรมของผู้แสดงมาเป็นข้ออภิปราย แบ่งเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

(1) ขั้นนำ ผู้วิจัยให้ข้อมูลเบื้องต้นแก่นักเรียน เพื่อเป็นการปูพื้นให้นักเรียนมีความเข้าใจตรงกันในเรื่องที่จะเรียน ใช้เวลาประมาณ 5 นาที

(2) ขั้นแสดง ผู้วิจัยให้นักเรียนอาสาสมัครบทบาทสมมติ จัดสถานที่เตรียมผู้สังเกตการณ์ เริ่มแสดง และหยุดการแสดง ใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที

(3) ขั้นอภิปราย ผู้แสดง และผู้สังเกตการณ์แสดงความรู้สึก และความคิดเห็นโดยเน้นเหตุผล และความรู้สึก ใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที

(4) ขั้นแสดงเพิ่มเติม ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงเพิ่มเติม ตามข้อเสนอแนะของกลุ่มซึ่งเป็นบทบาทที่สอดคล้องตามจุดมุ่งหมาย ใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที

(5) ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์และช่วยกันสรุป ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม ใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที

3) เทคนิคกรณีตัวอย่าง อัจจิมา จินวาลา (2535 : 8) กล่าวว่า เทคนิคกรณีตัวอย่าง หมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยนำเอา กรณีเรื่องราวปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง หรือมีส่วนใกล้เคียงกับชีวิตประจำวันมาปรับในส่วนของตัวบุคคลเหตุการณ์ และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้สอดคล้องกับเรื่องที่ต้องการพัฒนา แล้วเสนอเป็นตัวอย่างให้นักเรียนได้ศึกษา โดยผู้สอนตั้งประเด็นปัญหาให้นักเรียนได้อภิปราย แสดงความคิดเห็นร่วมกัน เป็นการเสริมสร้างให้นักเรียนมีพัฒนาการ และทักษะในเรื่องการคิด วิเคราะห์ตัดสินใจ การให้เหตุผล และมีแนวทางในการแก้ไขปัญหาได้ ซึ่งแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

(1) ขั้นนำ ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ที่ต้องการให้นักเรียนได้เรียนรู้

(2) ขั้นดำเนินการ ผู้วิจัยเสนอกรณีตัวอย่างให้นักเรียนศึกษา พร้อมทั้งตั้งคำถาม หรือประเด็นเพื่อให้นักเรียนได้อภิปรายร่วมกัน

(4) ขั้นสรุป ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน และผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

4) เทคนิคสถานการณ์จำลอง ณัฏฐา ระกำพล (2535 : 8) กล่าวว่า เทคนิคสถานการณ์จำลอง หมายถึง การจัดสภาพแวดล้อมให้ใกล้เคียง หรือเลียนแบบสภาพเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในห้องเรียนให้มากที่สุด เพื่อให้ผู้เรียนได้เผชิญกับสภาพการณ์ด้วยตนเอง โดยการปฏิบัติ แสดงและออกความคิดเห็น ซึ่งวิธีนี้จะทำให้ผู้เรียนสามารถเข้าใจ มีความรู้สึกร่วมต่อเหตุการณ์ได้ดี อีกทั้งยังสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้ไปสู่การปฏิบัติจริงต่อไป โดยขั้นตอนการใช้สถานการณ์จำลอง ดังนี้

(1) ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ของการทดลอง ในแต่ละครั้งที่ต้องการให้นักเรียนทราบ ให้นักเรียนอาสาสมัครที่จะแสดงบทบาท

(2) ขั้นดำเนินกิจกรรม นักเรียนแสดงบทบาทไปตามลำดับเหตุการณ์ที่เตรียมไว้ใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที

(3) ขั้นวิเคราะห์และการอภิปรายผล เมื่อกิจกรรมสิ้นสุดลง นักเรียนทบทวน และวิเคราะห์ประสบการณ์ต่าง ๆ ในขณะปฏิบัติกิจกรรม โดยเน้นที่กระบวนการและบรรยากาศของการแสดง

(4) ขั้นสรุป นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และช่วยกันสรุป ผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

5) เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม พุธชาติ เพชรสถิต (2535 : 7) กล่าวว่า เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่ทำให้สมาชิกในกลุ่ม สนทนาแลกเปลี่ยนข้อมูล ข่าวสารความคิดเห็นในสถานการณ์ที่ครูกำหนดให้ เพื่อพิจารณาข้อตกลงที่จะแก้ปัญหาในเรื่องนั้นๆ ด้วยหลักการอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยมีขั้นตอนในการอภิปรายกลุ่ม ดังนี้

(1) ขั้นเตรียมการ ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์ที่ต้องการ ให้นักเรียนทราบ ให้นักเรียนเลือกหัวหน้ากลุ่มและเลขานุการกลุ่ม

(2) ขั้นดำเนินกิจกรรม ให้นักเรียนในกลุ่มร่วมแสดงความคิดเห็น และแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น ตามหัวข้อที่กำหนด โดยมีหัวหน้ากลุ่มดำเนินการอภิปราย และมีเลขานุการกลุ่ม เป็นผู้บันทึก ใช้เวลาประมาณ 15-20 นาที

(3) ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผล ให้ตัวแทนกลุ่มออกมารายงานผลการอภิปรายกลุ่มและสรุปหน้าชั้น

(4) ขั้นสรุป นักเรียนและผู้วิจัยร่วมกันสรุปกันอีกครั้งหนึ่ง

6) เทคนิคเกม ปนัดดา ยิ้มสกุล (2538 : 8) กล่าวว่า เทคนิคเกม หมายถึง วิธีการอย่างหนึ่งที่นำมาใช้ประกอบการสอน ซึ่งผู้วิจัยสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น โดยใช้นักเรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลง หรือกติกาอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งนักเรียนจะต้องตัดสินใจ ทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ ชนะ เป็นการช่วยให้นักเรียนวิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ และช่วยให้นักเรียนเกิดความสนุกสนาน แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

(1) ขั้นการมีส่วนร่วม ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม แจกอุปกรณ์การเล่นเกม อภิบายกติกาการเล่น พร้อมทั้งกับเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถาม เพื่อเกิดความเข้าใจ และให้สัญญาเริ่มการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน

(2) ขั้นวิเคราะห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายในหัวข้อที่กำหนด แล้วให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงานผลการอภิปราย ผู้วิจัยช่วยสรุปซักถาม และช่วยเชื่อมโยงเรื่อง ต่าง ๆ

(3) ขั้นสรุป และประยุกต์หลักการ นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งเข้าร่วมกิจกรรม

(4) ขั้นประเมิน นักเรียนร่วมกันแลกเปลี่ยนข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรม

7) เทคนิคการใช้บทบาทสมมติ อรุณี ชินวงศ์อมร (2535 : 5) กล่าวว่า เทคนิคการใช้บทบาทสมมติ หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยใช้กิจกรรมการแสดงของนักเรียนซึ่งมีผู้วิจัยเป็นผู้กำหนดบทบาท และสถานการณ์สมมติให้นักเรียนแต่ละคนแสดงบทบาทตามเป็นการแสดงที่ไม่มีการซ้อนล่วงหน้า ผู้แสดงบทบาท แสดงไปตามลักษณะนิสัยของผู้แสดง และถือเอาการแสดงออกทั้งด้านความรู้สึก และพฤติกรรมของผู้แสดงมาเป็นข้ออภิปรายเพื่อการเรียนรู้ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องการพัฒนา ขั้นตอนในการแสดงบทบาทสมมติ มีดังนี้

(1) ขั้นเตรียมการ ครูกำหนดขอบเขตและสถานการณ์สมมติที่ง่ายและชัดเจน แจ้งให้นักเรียนทราบ ใช้เวลาประมาณ 5 นาที

(2) ขั้นแสดง ครูให้นักเรียนอาสาสมัครแสดงบทบาทสมมติ จัดฉากเตรียมผู้สังเกตการณ์เริ่มแสดงและหยุดการแสดง ใช้เวลา 10-15 นาที

(3) ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผล ผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์เปิดเผยความรู้สึกและความคิดเห็น โดยเน้นเหตุผลและความรู้สึกอย่างตรงไปตรงมา ใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที

(4) ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสรุป นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และช่วยกันสรุป ครูสรุปเพิ่มเติม ใช้เวลาประมาณ 5-10 นาที

1.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

อาภรณ์ เต็มยอด (2537 : 42) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อการเสียสละ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านบางมวง อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง จำนวน 20 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองได้รับการสอนโดยใช้ชุดการแนะแนว ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติผลการวิจัยพบว่านักเรียนได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีความเสียสละ มากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ยุพดี ปิคตะคุ (2537 : 46) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดการแนะแนว ที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ปนัดดา ยิ้มสกุล (2538 : 63) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อความสามัคคีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านท่ากลอย กิ่งอำเภอท่าตะเกียบ จังหวัด

ฉะเชิงเทรา จำนวน 20 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีความสามัคคีสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศรันยา ประใจ (2538 : บทคัดย่อ) ผลของชุดแนะแนวอาชีพที่มีต่อการเตรียมตัวประกอบอาชีพตัดเย็บเสื้อผ้า ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านปงเคียน อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย ผลของการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนวอาชีพมีการเตรียมตัวประกอบอาชีพตัดเย็บเสื้อผ้า เหมาะสมกว่านักเรียน ที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มลิวรรณ นิรมลพิศาล (2539 : 34) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อทัศนคติต่อการเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสีกัน(วัฒนานันท์อุปถัมภ์) กรุงเทพมหานคร จำนวน 24 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 12 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีทัศนคติต่อการเรียนดีขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สายพิณ ช่างไม้ (2544 : จ) ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดการแนะแนว กับการใช้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมเกล้าแสดงออกของนักเรียนชาวเขา ผลจากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับชุดการแนะแนวมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามสูง สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจริงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวดังกล่าว สรุปได้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนวสามารถพัฒนาผู้เรียนในด้านต่างๆ ได้ เช่น ความเสียสละ ความขยันหมั่นเพียร ความสามัคคี ทัศนคติต่อการเรียน และพฤติกรรมกล้าแสดงออก เป็นต้น

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวนั้นผู้วิจัยพบว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว มีจุดมุ่งหมายให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง หรือเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง และเป็นการพัฒนานักเรียนในลักษณะองค์รวม คือให้มีความสมดุล ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ตลอดจนการส่งเสริมการคิด และการแก้ปัญหา รวมทั้งการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ซึ่งขอบข่ายเนื้อหาและการจัดกิจกรรม กำหนดไว้อย่างกว้าง ๆ เพื่อให้สามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม จึงนำมาปรับใช้ ให้สอดคล้องกับเนื้อหา และจุดมุ่งหมายที่ต้องการจะพัฒนานักเรียนได้ ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ โดยมีขอบข่ายที่ครอบคลุม ในด้านการศึกษาอาชีพ ส่วนตัวและสังคม แต่ลักษณะของการจัดกิจกรรมดังกล่าว ยังเป็นแบบทั่ว ๆ ไป คือไม่ลึกซึ้งมากนัก ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์จะศึกษาวิธีการที่จะช่วยให้นักเรียนได้เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ให้ชัดเจนยิ่งขึ้นทั้งในด้านอารมณ์ความรู้สึก บุคลิกภาพ ค่านิยม ความสนใจ

และด้านทักษะ ทั้งนี้เพื่อให้เป็นแนวทาง ในการตัดสินใจในการเลือกเรียน และการเลือกประกอบอาชีพตลอดจนการวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคตที่ดี มีความเหมาะสมกับตนเอง และสามารถปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ นอกจากนี้ยังเป็นการพัฒนารูปแบบของกิจกรรม และเทคนิควิธีการใหม่ ๆ เพื่อนำมาใช้ในโรงเรียน ทั้งเป็นการสนองต่อหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 อีกด้วย

2. ความสามารถในการเผชิญและฝันฝ่าอุปสรรค

2.1 ความหมายของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค

สตอลทซ์ (Stoltz 1997 : 6 - 7) ได้ให้ความหมายของคำว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค หรือ A Q ว่าหมายถึง ความสามารถของบุคคลในการอดทนต่อปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ เมื่อเกิดอุปสรรคขึ้นในชีวิตแล้วสามารถที่ตอบสนองต่อปัญหาเหล่านั้นได้ และมีความสามารถที่จะควบคุมสถานการณ์ วิเคราะห์ได้ว่าใครเป็นต้นตอของอุปสรรค อีกทั้งยังมีความรับผิดชอบ มีความสามารถในการให้เหตุผลกับอุปสรรคต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มีความเข้าใจและสามารถแก้ไขปรับปรุงส่วนประกอบสำคัญของความก้าวหน้าในทุก ๆ วันจนชั่วชีวิต โดยที่สตอลทซ์จะกล่าวถึงความสามารถในการเผชิญอุปสรรค หรือ AQ ใน 3 แนวทางต่อไปนี้ คือ 1) เป็นโครงร่างตามแนวความคิดใหม่สำหรับการเข้าใจและช่วยกระดับทุก ๆ แง่มุมสถานการณ์ของความสำเร็จ 2) การวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรค คือการวัดว่า เมื่อเกิดอุปสรรคต่าง ๆ ขึ้นชีวิตแล้ว จะตอบสนองต่ออุปสรรคต่าง ๆ เหล่านั้นได้อย่างไร และ 3) เป็นเครื่องมือสำหรับปรับปรุง แก้ไขว่า บุคคลสามารถที่จะตอบสนองต่ออุปสรรคได้อย่างไร โดยที่มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ 3 วิชาด้วยกันมาสนับสนุน คือ จิตวิทยาว่าด้วยการเรียนรู้ (Cognitive Psychology) อิมมูนวิทยาของจิตประสาท (Psycho-neuron immunology) และเสรีวิทยาของระบบประสาท (Neuron – physiology)

ดังนั้น AQ จึงเป็นแนวคิดใหม่ การวัด และเครื่องมือในทางปฏิบัติ สามารถรวบรวมความหมายได้ว่า AQ คือ ข้อเสนอใหม่ที่สมบูรณ์เพื่อช่วยทำความเข้าใจ และแก้ไขปรับปรุงเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน สู่ความก้าวหน้าตลอดชีวิต

AQ สามารถกำหนดความสำเร็จทั้งในการทำงาน การเรียน และในชีวิต

1. AQ จะบอกถึงความทนทานต่ออุปสรรคและความสามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคได้เป็นอย่างดี

2. AQ จะทำนายว่าใครที่จะอยู่เหนืออุปสรรคและใครที่จะเป็นผู้พ่ายแพ้

3. AQ จะทำนายว่าใครที่ปฏิบัติ และมีศักยภาพที่เหนือว่าความคาดหมาย และใครที่จะล้มเหลวอย่างง่ายดาย

4. AQ จะทำนายได้ว่า ใครจะล้มเลิก และใครที่จะมีชัยชนะ

ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544) ได้กล่าวถึง ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค หรือ AQ ว่า คือความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นรูปแบบพฤติกรรมการตอบสนองต่อปัญหาและอุปสรรคในชีวิตปัญหาต่าง ๆ อาจเป็นปัญหาเล็กน้อย ปานกลางหรืออาจเป็นปัญหาใหญ่โตมหาศาลรูปแบบการตอบสนองดังกล่าว เป็นกลไกของสมองที่เกิดจากใยประสาทที่ถูกสร้างและฝึกฝนขึ้นรูปแบบดังกล่าวเป็นรูปแบบการจัดการกับปัญหาที่เปรียบง่าย ๆ กับ EQ ที่เป็นรูปแบบพฤติกรรมตอบสนองต่ออารมณ์ต่าง ๆ ของคนนั่นเอง การตอบสนองนี้เป็นการตอบสนองที่บางครั้งเป็นอัตโนมัติที่มาจากส่วนสึกสุดของสมอง AQ สามารถที่จะพัฒนาและปรับปรุงได้ไม่ว่าจะอายุเท่าใดและไม่ว่าจะเริ่มต้นที่จุดใดก็ตาม ถ้าหากบุคคลมีการพัฒนา AQ ดีจะช่วยในการทำให้ตนเองมีประสิทธิภาพ ถ้าองค์การมีบุคคลที่มี AQ ดีองค์การนั้นก็จะมีประสิทธิภาพ มีการเพิ่มผลผลิตและประสิทธิภาพการทำงานมากขึ้น

นัยพินิจ คชภักดี (2544 : 14) ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค หรือ เชาว์ปัญญาในการแก้ปัญหา หมายถึง หลักการที่มีพลัง ที่จะทำให้คุณประสบผลสำเร็จทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน เป็นทัศนะใหม่ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จและเป็นอาวุธที่สำคัญที่จะทำให้คนเราสามารถสู้รบปรบมือกับความท้าทายได้ ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฝันอุปสรรค จะที่ให้เรารู้จักความคิดของตนเองเมื่ออยู่ในภาวะที่มีอุปสรรครู้ถึงความสามารถในการเอาชนะอุปสรรค ทำให้เราสามารถจำแนกได้ว่าที่จะเอาชนะอุปสรรคนำเอาพลังความสามารถที่มีสำรองในตัวออกมาใช้ยืนหยัดมุ่งมั่น และใครที่จะวางมือทันทีที่พบอุปสรรค

วิทยา นาควัชระ (2544 : 19) ให้ความหมายของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฝันอุปสรรคคาดว่า เป็นความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคของบุคคล มีความอดทนเมื่อมีอุปสรรคและสามารถฝ่าฟันอุปสรรคได้อย่างคนที่มีกำลังใจและมีความหวังอยู่เสมอ โดยมนุษย์ทุกคนเกิดมามีทั้งข้อดีและข้อบกพร่องในตนเองที่ทำให้สุขหรือทุกข์ ประสบความสำเร็จมากขึ้นหรือน้อยลงกันทุกคน ขึ้นอยู่กับพันธุกรรม การอบรมเลี้ยงดูตั้งแต่วัยเด็ก และสิ่งแวดล้อม ซึ่งปัจจัยทั้ง 3 นี้ได้หล่อหลอมให้เกิดเป็นบุคลิกภาพที่ดีหรือไม่ดี เกิดเป็นนิสัยที่ทำให้ชีวิตเจริญหรือนิสัยที่ทำให้ชีวิตเสื่อมถอยลง

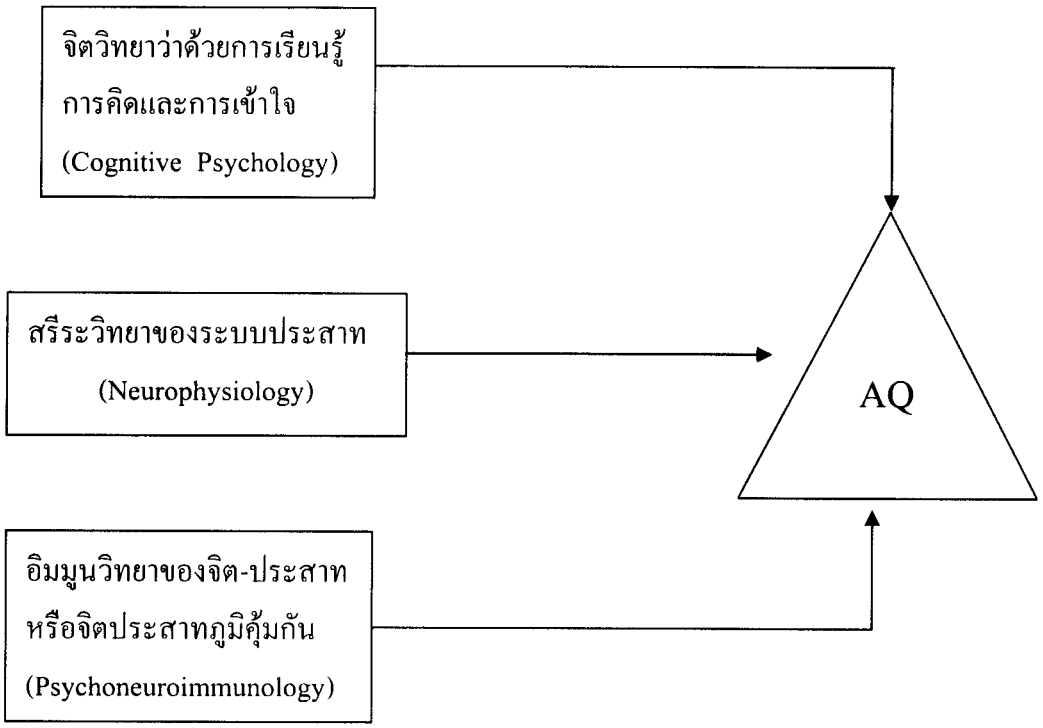
ปริทรรศ ศิลปะกิจ (2545 : online) ได้กล่าวไว้ว่า ความสามารถในการเผชิญอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการต่อสู้กับความยากลำบาก หรืออาจเรียกว่ามีความพากเพียรอุตสาหะ ไม่ย่อท้อ หรือมีความอึด แบบที่เห็นจากรายการสู้แล้วรวยนั่นเอง

เฉลา ประเสริฐสังข์ (2546 : online) ได้กล่าวว่าความสามารถในการเผชิญอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการทำงานที่ยากให้สำเร็จ ซึ่งก็คือความอดทน ความมุ่งมั่น ความตั้งใจจริงในการทำงานต่าง ๆ คนที่มี AQ สูง จะเป็นนักสู้ตัวเอง ชอบงานที่ยาก ๆ ล้มเหลวก็ไม่บ่น ลุกขึ้นมาสู้ใหม่ อดทนต่ออุปสรรค เรียนรู้ที่จะเอาชนะหรือความสำเร็จจากความล้มเหลวของตนหรือเป็นคนประเภท "กัดไม่ปล่อย" คือทำอะไรต้องจริงจัง และทำจริงจนกว่าจะสำเร็จ คือ "สู้งาน" นั่น

จากที่กล่าวมาทั้งหมดได้ว่า ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค หมายถึง ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนที่แสดงออกโดยพิจารณาจากความสามารถในด้าน การควบคุมสถานการณ์ การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตน การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค และการอดทนต่อความยากลำบาก

2.2 ทฤษฎีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ)

ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฝันอุปสรรค ได้อาศัยแนวคิดพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ 3 สาขา สตอลทซ์ (Stoltz 1997 : 93 - 84) ระบุว่า ในการประกอบกันเป็นผนังแต่ละด้านที่ประกอบกันขึ้นพีระมิดแห่งความสามารถในการเผชิญและฝ่าฝันอุปสรรค ซึ่งองค์ประกอบของ 3 หลักการดังกล่าว คือ จิตวิทยาว่าด้วยการเรียนรู้ – การรู้คิดและการเข้าใจ (Cognitive Psychology) สรีระวิทยาของระบบประสาทหรือจิตประสาทภูมิคุ้มกัน (Psycho-neuron immunology) ซึ่งเป็นทฤษฎีที่จะอธิบายว่าทำไมบางคนบางกลุ่ม หรือบางหน่วยงาน จึงมีคนเพิกเฉยละทิ้งงาน แต่ก็มีบางกลุ่มที่ยืนหยัดทำงานต่อไปนอกจากนี้ยังอธิบายได้ว่าทำงานอย่างไรจึงจะพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคได้และทำอย่างไรจึงจะสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติความเคยชิน เพื่อก้าวไปสู่ความสำเร็จ ซึ่งแสดงความสัมพันธ์ ดังภาพที่ 2.2



ภาพที่ 2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างวิทยาศาสตร์ 3 สาขาที่เป็นทฤษฎีพื้นฐานสำคัญของAQ

ที่มา (Stoltz 1997 : 83 - 84)

จิตวิทยาว่าด้วยการเรียนรู้ – การคิดและการเข้าใจ (Cognitive Psychology)

นักวิชาการพบว่า คนจำนวนมากเข้าใจว่าอุปสรรค ความคับข้องใจที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของตน ทำให้เกิดความท้อแท้สิ้นหวังและไม่รู้จักจะจัดการปัญหาอย่างไรดี นานเข้าคนเหล่านี้ก็จะทุกข์ทรมาน ล้มเหลวจมอยู่กับความทุกข์จากอุปสรรค ตรงกันข้ามบางคนคิดว่าความคับข้องใจ เป็นสิ่งชั่วคราว เป็นสิ่งที่ต้องเผชิญเพื่อที่จะเติบโตต่อไป คนกลุ่มนี้ยังมีความหวังมีกำลังใจจะฟันฝ่าอุปสรรคไปสู่ความสำเร็จ

สรีระวิทยาของระบบประสาท (Neurophysiology)

นักวิชาการมีความเห็นว่าสมองของคนเราประกอบด้วยโครงสร้างที่สมบูรณ์สามารถสร้างความเคยชินขึ้นมาได้ หากเปลี่ยนจิตใจสำนักเสียใหม่ สร้างทัศนคติทางบวกก็จะสามารถสร้างความเคยชินใหม่และพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคได้

อิมมูนวิทยาของจิตประสาทหรือจิตประสาท ภูมิคุ้มกัน (Psychoneurotic Menology)

นักวิชาการพบว่า ความสามารถในการขจัดอุปสรรคและความยากลำบากของคนเรามีคนเรานี้ เกี่ยวข้องกับสุขภาพและสุขภาพจิตของตนเองโดยตรง บางคนแม้จะป่วยด้วยโรคมะเร็งแต่ก็ยังมีชีวิตอยู่ไปได้เป็นสิบปี ส่วนคนที่ไม่อยากมีชีวิตอยู่ ก็มักจะเจ็บป่วยถึงแก่ชีวิตได้ง่าย ๆ ความเข้มแข็งในจิตใจและการควบคุมตนเองจะส่งผลต่อภูมิต้านทานโรคภัยไข้เจ็บของร่างกายผู้สูงอายุ หากได้รับการกระตุ้นให้กำลังใจ เข้าร่วมกิจกรรมรวมหมู่ เช่น เต้ารำ ร้องเพลง เล่น หมากรุก เล่นปิงปอง ก็จะทำให้คึกคักกระปรี้กระเปร่า ลดอัตราการป่วยลง หากเปรียบเทียบกับผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้อยู่กับบ้าน จะเห็นว่าคนกลุ่มแรกอายุยืนยาวกว่าและเจ็บป่วยน้อยลง

สตอลทซ์ (Stoltz 1997 : 7) กล่าวว่าความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค หรือ AQ เป็นแนวคิดที่ประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการ คือ หลักการทางวิทยาศาสตร์ที่สามารถพิสูจน์ได้ และการนำมาประยุกต์ใช้โลกแห่งความเป็นจริง AQ มีพื้นฐานมาจากหลักการทางวิทยาศาสตร์ 3 ศาสตร์ คือ จิตวิทยาว่าด้วยการเรียนรู้ (Cognitive Psychology) อิมมูนวิทยาของจิตประสาท (Psycho-neuron immunology) และสรีวิทยาของระบบประสาท (Neurophysiology) AQ จะสามารถบอกถึงความอดทน พากเพียร และความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคความยากลำบากต่าง ๆ พร้อมทั้งพยากรณ์ได้ว้า ใครจะสามารถฟันฝ่าอุปสรรคและใครที่จะแพ้พ่าย ใครจะมีผลงานและมีศักยภาพในการทำงานมากกว่า และใครจะพบกับความล้มเหลวในระยะเวลาอันสั้นนอกจากนั้นยังสามารถพยากรณ์ได้ว่าใครที่จะล้มเลิกการทำงานและใครที่จะได้รับชัยชนะ

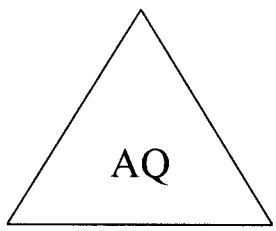
นอกจากนี้ AQ ยังมีคุณสมบัติที่สำคัญ 3 ประการ สตอลทซ์ (Stoltz 1997 : 7) ระบุไว้ดังนี้

ประการแรก AQ เป็นแนวคิดใหม่ที่ทำให้เข้าใจและส่งเสริมเรื่องของความสำเร็จโดยพัฒนาขึ้นจากพื้นฐานงานวิจัยและการฝึกหัด เป็นการเชื่อมโยงความรู้ใหม่ทำให้ทราบว่าสิ่งใดที่ทำให้คนพบกับความสำเร็จ

ประการที่ 2 AQ เป็นสิ่งวัดว่าคนจะตอบสนองต่ออุปสรรคและปัญหาอย่างไรเป็นครั้งแรกที่สามารถวัด และทำให้เกิดความเข้าใจ สามารถปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสิ่งนี้ได้

ประการที่ 3 AQ มาจากพื้นฐานด้านวิทยาศาสตร์ที่สามารถพิสูจน์ได้ เป็นเครื่องมือสำหรับพัฒนาการตอบสนองต่ออุปสรรคความยากลำบาก ซึ่งผลของ AQ จะเพิ่มประสิทธิภาพองค์การ

จากคุณสมบัติทั้ง 3 ประการดังกล่าวสามารถแสดงการเชื่อมโยงได้ ดังภาพที่ 2.3



ภาพที่ 2.3 ความเชื่อมโยงของ AQ กับคุณสมบัติทั้ง 3 ประการของ AQ

ที่มา : สตอลทซ์ (Stoltz : 1997). Adversity Quotient : Turning obstacles into opportunities. New York : John Wiley & Scr , p . 8.

AQ ซึ่งไม่เพียงแต่จะใช้ได้ในระดับบุคคลอย่างเดียวเท่านั้น แต่พบว่ายังสามารถช่วยส่งเสริมประสิทธิภาพทีมงาน (Teams) ความสัมพันธ์ (Relationships) ครอบครัว (Families) องค์การ (organizations) ชุมชน (communities) วัฒนธรรม (Cultures) สังคม (Societies)ได้อีกด้วย และ AQ ยังสามารถใช้พยากรณ์ความสำเร็จได้ถึง 17 อย่างคือ 1) ผลการปฏิบัติงาน (Performance) 2) แรงจูงใจ (Motivation) 3) การเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) 4) ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) 5) ผลผลิต (Productivity) 6) การเรียนรู้ (Learning) 7) พลังงาน (Energy) 8) ความหวัง (Hope) 9) ความสุข ความกระปรี้กระเปร่าและความสนุกสนาน (Happiness , vitality and joy) 10) สุขภาพอารมณ์ (Emotional health) 11) สุขภาพกาย (Physical health) 12) การยืนกรานไม่ลดละ (Persistence) 13) ความยืดหยุ่น (Resilience) 14) การพัฒนา (Improvement over time) 15) ทัศนคติ (Attitude) 16) ความมีอายุยืน (Longevity) 17) การตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลง (Response to change)

2.3 หลักการสำคัญของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค

หลักการสำคัญๆ ของความสามารถฝ่าการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคมีอยู่ 4 ประการ (ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์. ม.ป.ป. : 111-114) โดยใช้คำย่อ คือ รหัส (CORE) ซึ่งมาจาก คำว่า C = Control หมายความว่า เรามีความสามารถในการควบคุมสถานการณ์ต่างๆ เช่น ถ้าหากมีปัญหาก็จะพยายามเข้าไปมีอิทธิพล และจะใช้ความพยายามแก้ไขปัญหานั้น O = Ownership หมายความว่า เมื่อมีปัญหาพยายามที่จะควบคุมสถานการณ์และนำตัวเองเข้าไปแก้ไขสถานการณ์ ก็คือ เหมือนว่าตัวเองเป็นเจ้าของปัญหาที่จะต้องไปแก้ไขปัญหาในสถานการณ์นั้น R = Reach

หมายความว่าวิธีคิดว่าปัญหานั้น เป็นปัญหาเล็กๆ ปัญหานั้นมีจุดจบ ปัญหานั้นสิ้นสุดได้ และ E = Endurance หมายความว่า ปัญหานั้นมีจุดจบและปัญหานั้นก็จะหายไป ทุกปัญหามีทางออก ไม่ต้องกังวลซึ่ง 4 ปัจจัยเหล่านี้ คือ หลักการที่จะทำให้บุคคลมีความสามารถที่จะมีความอดทน ทนทานต่อปัญหาต่างๆ ได้ ซึ่งสามารถขยายความได้ดังนี้

หลักการที่ 1 คือ Control หมายถึง การควบคุมสถานการณ์ ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูง สามารถที่จะควบคุมสถานการณ์ได้ เช่น ท่านตั้งใจทำงานอย่างเต็มที่แต่ถูกตำหนิจากผู้บังคับบัญชา ปฏิกิริยาก็คือ อาจจะต้องคิดหาทางเลือกอย่างอื่นอย่างรวดเร็ว อันนี้ก็คือ การที่จะพยายามที่จะควบคุมสถานการณ์ให้ได้ การควบคุมมีอยู่ 2 รูปแบบ คือ

รูปแบบที่ 1 ซึ่งจะเป็นการควบคุมสถานการณ์ที่สามารถพบกันได้บ่อยมาก ก็คือ การควบคุมสถานการณ์หลังจากที่ได้สติแล้ว เช่น ถ้าเกิดปัญหาขึ้นจากการโต้ตอบก็อาจจะเป็นการพูดจาที่จะทำให้เสียใจภายหลัง หรือการกระทำที่ทำให้เสียใจภายหลัง เช่น ในกรณีนี้อาจเป็นการได้แย้ง ถกเถียง ตวาดเสียงดัง ใช้อารมณ์กับผู้บังคับบัญชาหรือกระแทกประตู แต่หลังจากที่คิดแล้ว ตั้งสติแล้วก็จะกลับไปโต้ตอบอีกต่อสถานการณ์นั้น เช่น อาจจะกลับไปขอโทษ ซึ่งพบได้ทั่วไป

รูปแบบที่ 2 คือการควบคุมสถานการณ์ทันที โดยที่เมื่อมีเหตุการณ์ สถานการณ์หรือปัญหาเกิดขึ้น บางครั้งความรู้สึกโกรธ รู้สึกผิดหวัง รู้สึกหมดหวัง แต่ความรู้สึกในทางบวกและมรปฏิกิริยาที่อกมาทงบวกโดยทันที เช่น ขอบคุณที่เจ้าหน้าที่ช่วยวิเคราะห์ วิจารณ์ ได้ใช้เวลาดูผลงานและจะนำไปปรับปรุงเพื่อที่จะทำให้ดีขึ้น มีความคิดในทางบวกว่า เจ้านายหวังดีและอยากให้งานดีจึงตำหนิ นั่นคือ C หรือการควบคุมสถานการณ์ ที่ต้องการและจะต้องฝึกฝน

หลักการที่ 2 คือ Ownership หมายถึง การถือว่าปัญหาขององค์กรการเป็นปัญหาของเรา แล้วก็พยายามช่วยกันแก้ไขปัญหาเป็นทีม ไม่ใช่พยายามโทษคนอื่น ถ้าหากมีการทำความผิดมัน ไม่ใช่ความผิดของฉันของฉันเพราะฉะนั้นไม่แก้ปัญหา ทุกๆ คนในทีมจะต้องคิดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นปัญหาของเขาเอง พยายามที่จะช่วยคิดแก้ปัญหาเหมือนกับเป็นปัญหาของตนเอง ซึ่งสิ่งนี้จะเป็นอีกส่วนที่ทำให้คนๆ นั้นเป็นคนที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูง เช่น บริษัทยอดขายลดลง ทุกๆ คนจะคิดว่าเป็นปัญหาของตนจะช่วยกันคิดแก้ปัญหา เช่น ฝ่ายการตลาดจะคิดดูว่าจะทำให้ผลิตภัณฑ์คุณภาพดี ต้นทุนถูกได้อย่างไร ฝ่ายขายจะพยายามคิดว่าจะใช้วิธีการเทคนิคการขายแบบไหน และฝ่ายบริหารจะพยายามปรับปรุงนโยบายบริษัท นั่นก็คือทุกๆ คนในองค์กรก็จะพยายามคิด ว่าปัญหาที่เกิดขึ้นในองค์กร คือ ปัญหาของตนเอง และพยายามช่วยกันแก้ไข

หลักการที่ 3 คือ Reach หมายถึง การคิดว่าปัญหานั้นถึงจุดแล้วต้องมีที่สิ้นสุด คือ อย่าคิดปัญหาเล็กให้เป็นปัญหาใหญ่ อย่าคิดว่าปัญหาอันนั้น คือ จุดของชีวิตไม่มีทางออกแล้ว เช่น ถ้าหากว่าเป็นนักเรียนสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ในสาขาวิชาที่ต้องการแล้ว คิดว่าตรงนั้นเป็นสิ่งที่นักเรียนไม่สามารถที่จะทำอะไรแล้วในชีวิตนี้ แต่จะต้องถือว่าจุดนั้นเป็นจุดๆ หนึ่งของชีวิต

หลักการที่ 4 คือ Endurance หมายถึง ความทนทาน ความอดทนต่อปัญหาต่างๆ ซึ่งถ้าหากว่าเป็นคนมองโลกในแง่ดี เป็นคนมองโลกในทางบวก พยายามเป็นปัญหาให้เป็นปัญหาที่เล็กก็จะทำให้เขาสามารถฝ่าฟันอุปสรรคไปได้ในที่สุด มีตัวอย่างของชีวิตบุคคลในอเมริกาหลายๆ คน เช่น อับราฮัม ลินคอร์น ที่ต้องตกงาน ธุรกิจล้มเหลว คนรักเสียชีวิต เป็นโรคประสาท พ่ายแพ้การเลือกตั้งในการเป็นผู้แทนรัฐฯ พ่ายแพ้ต่อการเลือกตั้งเป็นประธานสภารัฐอเมริกา ไม่ได้รับการเสนอชื่อให้ลงสมัครผู้แทนรัฐสภาคองเกส ไม่ได้รับการเสนอชื่อให้ลงสมัครในตำแหน่งรองประธานธิบดี พ่ายแพ้การเลือกตั้งเป็นวุฒิสมาชิก แต่ในที่สุดก็เอาชนะความล้มเหลวได้โดยได้รับการเลือกตั้งเป็นประธานาธิบดีแห่งสหรัฐอเมริกาที่โลกไม่เคยลืม ซึ่งการทนทานและอดทนต่อปัญหาทำให้ในที่สุดเขาก็สามารถรอดพ้นปัญหามาได้ ในชีวิตประจำวันของคนเรา หรือในการทำงานทุกๆ อย่างก็จะมีปัญหาเล็กบ้างใหญ่บ้าง การอดทนต่อปัญหาก็เป็นสิ่งหนึ่งจะทำให้ในที่สุดปัญหานั้นก็จะหายไป

หลักการทั้ง 4 ข้อ (CORE) ของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคต่างก็มีปฏิสัมพันธ์กันและทำงานร่วมกันอย่างชัดเจน คนที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงจะเป็นคนที่มองเห็นโอกาสในทุกๆ ครั้งที่มีปัญหา และรู้จักใช้โอกาสนั้นอย่างมีประสิทธิภาพในการสร้างความสำเร็จให้เกิดขึ้น

2.3 คุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

วิทยา นาควัชระ (2544) ได้กล่าวไว้ว่าลักษณะคนที่มี AQ สูงจะเป็นผู้ที่มีแรงอึด มีความอดทนบึกบึน มีความนึกฝันที่ดี มีพลังที่จะฝ่าฟันได้มาก มีวิธีคิดแบบมองโลกในแง่ดี คิดแบบผู้ชนะ และคิดแบบผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เสมอ จะเป็นผู้ที่มองเห็นความยากลำบากหรืออุปสรรคเป็นความมีรสชาติของชีวิต ส่วนคนที่มี AQ ต่ำ เมื่อพบหรือเผชิญกับอุปสรรคของชีวิตก็มักยอมแพ้หรือหาทางหลีกเลี่ยงถอยหนี ถอนตัวหรือท้อถอยได้ง่ายๆ เมื่อเปรียบเทียบกับคนปีนเขาแล้ว คนที่มี AQ สูงมากๆ จึงเป็นพวก The Climber ส่วนที่มี AQ ปานกลางจะเป็นพวก The Camper และคนที่มี AQ ต่ำ จะเป็นพวก The Quitter

ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544) ได้เสนอเกี่ยวกับ AQ ของคนไว้ว่า คนที่มี AQ สูงจะเป็นคนที่มองเห็นโอกาสในทุกๆ ครั้งที่มีปัญหา แต่คนที่มี AQ ต่ำจะมองเห็นปัญหาในทุกๆ

ครั้งที่มีโอกาสมักเป็นคนที่มองโลกในแง่ร้าย อิจฉาคนที่ประสบความสำเร็จ และมักมองคนที่ประสบความสำเร็จว่าเป็นสิ่งที่ไม่ยุติธรรม

ดวงพร พันธ์พิทักษ์ (2548 : 9)ได้เสนอคุณลักษะของบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูง 4 ลักษณะ ดังนี้

1. มีการตั้งเป้าหมายหรือตั้งความปรารถนาอย่างแรงกล้าในสิ่งที่ต้องการไว้ล่วงหน้า (Aim) และมีความพยายามที่จะมุ่งไปยังจุดมุ่งหมายนั้น

2. มีจิตใจเด็ดเดี่ยวเข้มแข็ง (Strong-minded) หมายถึง การไม่หวาดกลัวต่อภยันตราย และไม่ติดว่าตนเกิดมาวิเคราะห์ร้ายคนที่มี Strong-minded มีลักษณะอ่อนโยนแต่ไม่อ่อนแอเด็ดขาดเคารพนบนอบต่อผู้ที่เป็นใหญ่กว่ามีเมตตากรุณาต่อผู้น้อย ไม่ฉุนเฉียว โกรธง่าย บุคคลประเภทนี้เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคก็สามารถเผชิญและฝ่าฟันให้กลับดีขึ้นได้อย่างรวดเร็ว

3. มีความเชื่อมั่นในตนเอง (Salf-confidence) หมายถึง คนที่เชื่อว่าตนสามารถกระทำในสิ่งที่ตั้งความมุ่งหวังไว้ได้จนสำเร็จ บุคคลประเภทนี้มีลักษณะพึ่งตนเองไม่กลัวความผิดพลาดเมื่อทำผิดแล้วถือเอาความผิดพลาดนั้นเป็นบทเรียนเพื่อเสนอให้ทำในสิ่งที่ถูกต่อไป

4. มีพลังอำนาจของความคิดและพลังจิตที่แรงกล้า (Will-power) เพื่อเป็นเครื่องนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่ต้องการ

ข้อแตกต่างของบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกับต่ำ (ทิพวรรณ จันทสิทธิ์ 2550 : 12)

1. บุคคลที่ AQ สูงมีโอกาสได้รับการคัดเลือก (Selected) และได้รับการเลือกตั้ง (Elected) ให้เป็นผู้นำมากกว่า

2. บุคคลที่มี AQ สูงเป็นนักกีฬาที่มีความสามารถสูงกว่า

3. บุคคลที่มี AQ สูงมีความรับผิดชอบอัตราการละทิ้งงานหรือลาออกจากงานกลางคันน้อยกว่าบุคคลที่มี AQ ต่ำ 3 เท่า

4. บุคคลที่มี AQ สูงมีความเป็นผู้นำและสามารถประยุกต์สิ่งที่มีความสามารถในการปฏิบัติงานสูง

5. บุคคลที่มี AQ สูงเรียนรู้งานได้รวดเร็วและสามารถประยุกต์สิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ในการทำงานได้ชำนาญมากกว่า

6. บุคคลที่มี AQ สูงเป็นนักแก้ปัญหาที่ดีและสามารถความคุมสถานการณ์ต่างๆ ได้ดีกว่า

7. บุคคลที่มี AQ สูงเป็นที่พึงพอใจหรือถูกใจของผู้ปฏิบัติงานที่มี AQ สูงเหมือนกัน

8. บุคคลที่มี AQ สูงมองโลกในแง่ดีมองปัญหาในด้านบวกและมีความคิดเป็นของตนเอง

บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) สูงกับบุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ต่อค่อนข้างแตกต่างกันมาก ซึ่งกลุ่มที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) สูงจะสามารถควบคุมและรับมือกับสถานการณ์ปัญหาที่เข้ามาเผชิญได้ดีกว่ากลุ่มที่มีระดับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ต่ำ เพราะฉะนั้นความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) จะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมที่ตอบสนองต่อเหตุการณ์นั้นๆ โดยอยู่ภายใต้การควบคุมสถานการณ์ได้ (คุมเกมได้) ดังนั้น บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) สูงจึงพยายามต่อสู้ "ปีนป่าย" มีมานะ ในขณะที่บุคคลที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ต่ำ มักหยุดพัก ล้มเลิก ท้อถอยต่ออุปสรรค การศึกษาระดับของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของบุคคลก่อให้เกิดความเข้าใจเพื่อใช้เป็นกุญแจหรือเครื่องมือสำคัญในการเลือกวิธีแก้ไขปัญหาและนำไปสู่การปฏิบัติต่อไป

2.3 เทคนิคการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

สตอลทซ์ (Stoltz 1997 : 154) ได้เสนอแนะหนทางในการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและ ฟันฝ่าอุปสรรค ในลักษณะที่เรียกว่า The LEAD Sequence ดังนี้ คือ

L = Listen to your adversity response เป็นการพูด หรือบอกให้ตนเองได้รู้ว่าขณะนี้เกิดปัญหาหรืออุปสรรคใดขึ้นกับตนเอง และต้องตอบสนองต่ออุปสรรคนั้นด้วยความเข้มข้นระดับใดจึงจะแก้ไขได้

E = Explore all origins and your ownership of the result เป็นการค้นหาว่าสิ่งใดคือ ต้นตอและสาเหตุของอุปสรรคที่เกิดขึ้น ระบุให้ชัดเจนว่าตนเองต้องทำสิ่งใดที่เฉพาะเจาะจงลงไปเพื่อให้สามารถทำให้สถานการณ์ดีขึ้น ตัดสินลงไปว่าสิ่งใดที่อยู่ในความรับผิดชอบ และสิ่งใดอยู่นอกเหนือความรับผิดชอบหรือการตัดสินใจของเรา

A = Analyze the evidence คือการวิเคราะห์ให้เกิดความชัดเจน โดยการค้นหาหลักฐานหรือภาวะแวดล้อมมาสนับสนุนว่า สิ่งที่อยู่นอกเหนือการควบคุมมีอะไรบ้าง อุปสรรคจะเข้ามาสู่ชีวิตอีกนานเท่าใด ทำอย่างไรจึงจะไม่ทำให้อุปสรรคหรือปัญหาอยู่ในชีวิตนานจนเกินไป พร้อมทั้งวิเคราะห์ถึงความเป็นไปได้ในการแก้ไขปัญหาด้วยศักยภาพของตนเอง

D = Do something เป็นการเลือกวิธีการและลงมือดำเนินการเพื่อให้อุปสรรคอยู่กับเราให้น้อยที่สุด ด้วยการหาข้อมูลที่จำเป็นและวิธีที่จะสามารถควบคุมไม่ให้อุปสรรคเข้ามามีบทบาทต่อชีวิตของเราเพิ่มเติม

วิทยา นาควัชระ (2544 : 97) ได้เสนอแนะแนวคิดในการพัฒนา AQ ไว้ว่า วิธีการที่จะพัฒนา AQ ให้ดีขึ้นนั้นคือ

1. ต้องคิดว่า "ความอดทน คือ ความกล้าหาญ" เพราะเมื่อเรารู้สึกว่าเราเป็นผู้กล้าหาญ เป็นผู้ชนะ มีเกียรติที่สามารถทนต่ออุปสรรคและความคับแค้นใจได้ หากทุกครั้งที่มีอุปสรรคเข้ามาในชีวิตก็ทนได้มากขึ้นโดยไม่ยากนัก

2. สร้าง "ความภาคภูมิใจตัวเองตามความเป็นจริงให้ได้" โดยการค้นหาความดีพื้นฐาน (Basic Goodness) ของตนเอง ความดีพื้นฐานดังกล่าวคือสิ่งที่เคยทำดีมาแล้วและจบไปแล้วโดยไม่เกี่ยวพันกับคนอื่นที่ต่อเนื่องมาถึงปัจจุบัน แม้จะเป็นสิ่งเล็ก ๆ น้อยๆ ก็นับว่าเป็นความดีพื้นฐานได้ เช่น เคยช่วยลูกหมาตกน้ำ เคยให้เงินขอทาน ฯลฯ การเชื่อว่าเราเป็นคนดีเพราะเคยทำความดีพื้นฐานมาแล้ว จะทำให้เกิดความมั่นใจ ภาคภูมิใจในตัวเอง รักตัวเองเป็นและมีภูมิคุมกันชีวิตตัวเอง เกิดพลังที่จะอยากมีชีวิตอยู่ต่อไปและสามารถต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ได้

3. รู้จักสร้างจินตนาการหรือความเชื่อที่ดีๆ เสมอ เช่น เชื่อว่าอุปสรรคที่มีอยู่จะลดลงและเชื่อว่าตนเองจะสามารถแก้ไขอุปสรรคได้แน่ๆ หรือเชื่อว่าพรุ่งนี้จะดีกว่าวันนี้ เพื่อให้เกิด ความเชื่อนี้เราต้องคิดซ้ำๆ จึงจะเกิดได้ เพราะความเชื่อเกิดจากการได้ยินได้ฟังบ่อยๆ เมื่อเกิดความเชื่อนี้แล้วจะทำให้เราอยากมีชีวิตอยู่ เกิดพลังที่สร้างสรรค์ เกิดกำลังใจในการอดทนรอคอย

4. รู้จักพัฒนาความเชื่อให้เกิดความเป็นไปได้ โดยคิดว่า การที่เราจะมีชีวิตที่ดีนั้นเราต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองบางอย่างให้เหมาะสมขึ้น ดีขึ้น โดยการลดสิ่งที่ไม่ดีในตัวออกไปเพื่อให้สามารถอยู่ในสังคมได้ดี สามารถแก้ไขปัญหาอุปสรรคได้ดีขึ้น

ดังนั้นถ้าเราคิดเป็น รู้สึกเป็น สร้างจินตนาการเป็น สามารถพัฒนา ความรู้สึกจินตนาการเหล่านั้นได้อย่างสร้างสรรค์ อุปสรรคและความทุกข์ก็จะผ่านไปได้อย่างรวดเร็ว

ส่วน ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2544 : 116) ได้นำเสนอวิธีการฝึกฝน AQ ว่ามีความเป็นไปตามกฎเกณฑ์ธรรมชาติของการพัฒนาสมอง สอดคล้องกับ สตอลทซ์ (Stoltz : 1997) ที่เชื่อว่า AQ นั้นเริ่มพัฒนาใยประสาทเริ่มเกิดในสมองเมื่อเด็กอายุ 12 ปี และเพิ่มมากขึ้นจนอายุ 16 ปี แต่ไม่สิ้นสุด จนกระทั่งอายุ 23 ปี แต่อย่างไรก็ตาม ไม่ว่าจะอายุเท่าไรก็ตาม และไม่ว่าจะเริ่มต้นที่จุดใดก็ตาม AQ ก็ยัง สามารถเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงและพัฒนาได้ ในการฝึกฝน AQ นั้น ขั้นตอนแรกสุดคือ การเรียนรู้ตนเอง เรียนรู้ CORE ของตนเองว่า ณ จุดนี้เราสามารถที่จะควบคุมสถานการณ์ และมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบการแก้ปัญหาได้แค่ไหน ขั้นตอนต่อไปให้วิเคราะห์ CORE ของสถานการณ์ที่เผชิญอยู่หรือสถานการณ์ในสิ่งแวดล้อม และขั้นตอนสุดท้ายคือ วิเคราะห์เหตุการณ์หรือสถานการณ์ ว่าถ้าเกิดขึ้นอีกและเป็นราควรจะทำอย่างไร

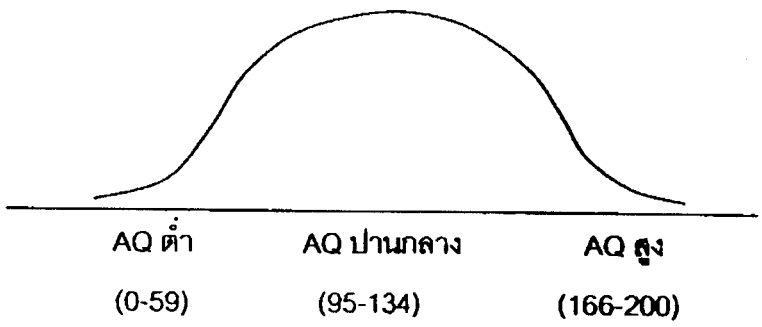
โจ (Joe : 1997) ได้นำเสนอหลักการที่จะทำให้บุคคลไม่มีความกลัว มีความตั้งใจโดยไม่ล้มเลิก มีความกล้าหาญ อดทนพากเพียรและเป็นสิ่งที่จะตัดสินความสำเร็จและความสุขของบุคคลได้ด้วยหลักการเบื้องต้น 10 ประการคือ 1) การจุดประกายให้มีอารมณ์ขันอยู่เสมอ 2) การมองโลกในแง่บวก 3) มีมุมมองที่กว้างไกลและมีความรักในงาน 4) มีความฝันที่ยิ่งใหญ่ 5) ตื่นตัวและเอาใจใส่กับสิ่งรอบตัวอยู่เสมอ 6) มุ่งมองอนาคต 7) ถือความลำบากว่าเป็นครู 8) เปลี่ยนความรู้สึกที่ต่ำต้อยด้อยค่าให้เห็นคุณค่าในตนเอง 9) รู้จักการให้และการแบ่งปัน 10) รู้จักการคาดหวังในสิ่งมหัศจรรย์ แต่ไม่ใช่การถือพระเจ้าเป็นใหญ่ นอกจากนั้น โจ ยังได้เสนอแนะไว้อีกด้วยว่า ความกล้าหาญและเพียรพยายาม เป็นสิ่งสำคัญที่มนุษย์ทุกคนพึงกระทำในทางที่ดี คุณความดีจะเป็นสิ่งที่ทำให้รู้จักการมองที่ถูกต้อง และกระทำในสิ่งที่ถูกต้อง และกระทำใดสิ่งที่ถูกต้องดีงามเมื่อพบกับอุปสรรคความยากลำบาก บุคคลจะสามารถตัดสินใจในสิ่งที่ถูกต้องและสามารถผ่านพ้นอุปสรรคนั้นไปได้ ส่วนการฝึกฝนความกล้าหาญ ความพากเพียรนั้น โจได้เสนอวิธีไว้ว่า ให้ประยุกต์ใช้หลักการเบื้องต้น 10 ประการดังกล่าวจนเกิดความชำนาญและเคยชิน เช่น การมองเรื่องราวต่างๆ ในหลายแง่มุม เหมือนกับการมองเหรียญซึ่งไม่ได้มีเพียงด้านเดียว การฝึกฝนอยู่เสมอจะทำให้สามารถก้าวต่อไปข้างหน้าได้ด้วยความเข้มแข็ง บรรลุเป้าหมายที่วางไว้ได้

ปัญหาทุกปัญหาสามารถแก้ไขได้ เช่น คณะอื่นอาจจะดีกว่า หรือถ้าหากว่าได้ข่าวว่าเขาจะมีการปิดบริษัทเนื่องจากผลการทำงานที่ขาดทุน ก็ไม่เกิดปฏิกิริยาที่โวยวายทันที่ว่าตายแล้ว หมดแล้วชีวิตนี้จะทำอย่างไร เราจะเอาอะไรกินดี คงจะต้องมองว่าไม่เป็นไร ก็ควรจะต้องมีเวลาอีกเป็นเดือนเขาก็อาจจะ ต้องให้เงินก้อนหนึ่ง ซึ่งก็คงจะได้นำไปใช้สักระยะหนึ่ง ระยะนี้น่าจะมองหาดูว่าอนาคตวิชาชีพไหน บริษัทไหนที่น่าจะเป็นบริษัทที่อยู่ได้ดี และก็ตั้งสติคิดในทางบวกหาบริษัทใหม่หางานทำใหม่ อาจจะดีกว่าเดิม อาจจะก้าวหน้ากว่าเดิม อาจจะกว้างหน้ากว่าเดิมก็ได้ เพราะการคิดอย่างนี้เป็นการคิดที่มองปัญหาใหญ่ให้เป็นปัญหาเล็กก็จะทำให้มีกำลังใจมีพลังที่จะแก้ไขปัญหาคนที่คิดในทางลบคิดว่ามีปัญหารุมเร้ามากมายมหาศาลก็จะรู้สึกเหนื่อยหมดแรง จะรู้สึกไม่มีพลัง รู้สึกหมดหวัง สมองก็จะเหนื่อยล้า การทำงานของสนองจะมีประสิทธิภาพที่ลดลง ร่างกายก็จะอ่อนเปลี้ยจะไม่สามารถที่จะไปมีความคิดดีๆ ทำให้ไม่สามารถจะไปแก้ปัญหาอะไรได้

2.6 การวัดการแปลผลการประเมินความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค

สตอลทซ์ (Sroltz : 1997) ได้นำเสนอวิธีการวัดและแปลผลการประเมินความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยใช้แบบประเมิน ARP Quick Take™ (The Adversity Response Profile) ซึ่งเป็นแบบประเมินที่ได้จากการศึกษาวิจัย รวบรวมจากการ

ประชาชนกว่า 20,000 คน จากหลายสาขาอาชีพทั่วโลก แบบประเมิน ARP Quick Take™ ได้รับการออกแบบเพื่อให้วัดความสามารถในการเผชิญในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอย่างง่าย และรวดเร็ว เป็นเครื่องมือวัดความตอบสนองต่อความยากลำบากหรืออุปสรรคต่าง ๆ ที่ใช้ได้กับทั้งบุคคล องค์การ โรงเรียน หรือแม้แต่ชุมชน นอกจากนี้ สตอลทซ์ ยังได้ศึกษาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในประชาชนกว่า 75,000 คน พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งการศึกษาครั้งนั้นได้นำมาเขียนเป็นแผนภูมิที่มีความต่อเนื่องและการกระจายเป็นโค้งปกติรูประฆังคว่ำ ดังภาพที่ 2.4



ภาพที่ 2.4 ระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่มีการกระจายแบบโค้งปกติ

ที่มา : สตอลทซ์ (Stoltz :1997) Adversity Quotient : Turning obstacle into opportunities. New York : John Wiley & Sons.

สตอลทซ์ (Stoltz :1997) ได้กล่าวถึง AQ ว่าเป็นสิ่งที่มีความต่อเนื่องที่ไม่ใช่สิ่งตรงข้ามระหว่างขาวกับดำ ใช่กับไม่ใช่ หรือประสบสำเร็จกับไม่ประสบผลสำเร็จ แต่เป็นระดับของ AQ คือ ระดับสูง ระกับปานกลางและระดับต่ำ ซึ่งไม่สามารถบอกจุดที่แตกต่างอย่างชัดเจนระหว่าง ผู้ที่มี AQ 134 กับผู้ที่มี AQ 135 ดังนั้น สตอลทซ์จึงเสนอเกณฑ์การประเมินคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคกับลักษณะของบุคคลที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคแต่ละช่วงไว้เป็น 5 ระดับ คือ

AQ 166 – 200 บุคคลที่มี AQ อยู่ในช่วงนี้จะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการอดทนต่ออุปสรรค ความยากลำบาก สามารถเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสแล้วก้าวต่อไปข้างหน้า พร้อมทั้งพัฒนาทักษะของตนเองอย่างไม่หยุดยั้ง ทำให้พบกับชัยชนะและความสำเร็จได้ขณะเดียวกันก็สามารถที่จะเป็นผู้นำและสอนแนะผู้อื่นได้

AQ 135-165 หาก AQ ของบุคคลตกมาอยู่ช่วงนี้ บุคคลนั้นจะทำงานได้ค่อนข้างดี มีการใช้ความสามารถพื้นฐานในแต่ละวัน สามารถเพิ่มประสิทธิภาพของตนเองได้โดยการพัฒนา AQ ของตนเองให้สูงขึ้น

AQ 95 - 134 บุคคลจะทำงานได้ดีพอใช้ ทุกอย่างเรียบง่ายเมื่อผิดพลาดบุคคลกลุ่มนี้จะเสียใจมากเกินไป และอาจทำให้ท้อใจ หากความรู้สึกเสียใจนั้นสะสมอยู่เป็นเวลานานจะทลายความตั้งใจของบุคคลนั้น อย่างไรก็ตามบุคคลกลุ่มนี้ก็ยังสามารถพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่ม AQ ได้เช่นกัน

AQ 60 – 94 บุคคลกลุ่มนี้จะใช้ประโยชน์จากความสามารถของตนเองน้อย อุปสรรค ความยากลำบาก จะทำให้บุคคลนั้นสูญสิ้นพลัง หมดสิ้นความเพียรพยายามหากต้องการที่จะรอดพ้นจากความหายนะ บุคคลกลุ่มนี้ต้องพยายามเพิ่มระกับ AQ ของตนเอง

2.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างและความสามารถในการเผชิญอุปสรรคผู้วิจัยได้พบงานวิจัยจากต่างประเทศและในประเทศ ดังนี้

2.7.1 งานวิจัยในประเทศ

เกสร ภูมิดี (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน พบว่า

1. ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยภาพรวมของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกันอยู่ในระดับสูง

2. นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแต่ละด้านแตกต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านปรากฏว่า

2.1 นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการสัมฤทธิ์ผลสูง มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการสัมฤทธิ์ผลปานกลางและสัมฤทธิ์ผลต่ำ และนักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการสัมฤทธิ์ผลปานกลาง มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการสัมฤทธิ์ผลต่ำ

2.2 นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการแสดงตัวสูง มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพการด้านแสดงตัวปานกลาง และบุคลิกภาพด้านการแสดงตัวต่ำ นอกนั้นไม่พบความแตกต่าง

2.3 นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่นสูงมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเข้าใจตนเอง

และผู้อื่นปานกลางเข้าใจตนเองและผู้อื่นต่ำ และนักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่นปานกลาง มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่นต่ำ

2.4 นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการมีอำนาจเหนือผู้ มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการมีอำนาจเหนือผู้อื่นปานกลางและมีอำนาจเหนือผู้อื่นต่ำ นอกนั้นไม่พบความแตกต่าง

2.5 นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเปลี่ยนแปลงสูง มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเปลี่ยนแปลงปานกลางและเปลี่ยนแปลงต่ำและนักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเปลี่ยนแปลงปานกลาง มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการเปลี่ยนแปลงต่ำ

2.6 นักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการอดทนสูง มีความสามารถในการเผชิญและ ฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการอดทนปานกลางและอดทนต่ำ และนักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการอดทนปานกลาง มีความสามารถในการเผชิญ และฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่มีบุคลิกภาพด้านการอดทนต่ำ

3. นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกัน มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 โดยนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย นอกนั้นไม่พบความแตกต่าง

อรพินท์ ตราโต (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในงาน ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคกับการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลศูนย์พบว่า

1. ค่าเฉลี่ยการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลศูนย์ อยู่ในระดับเหมาะสมมาก ($\bar{x} = 3.92$)

2. ค่าเฉลี่ยการมีส่วนร่วมในงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลศูนย์อยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 3.70$)

3. คะแนนเฉลี่ยความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลศูนย์อยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 135.27$)

4. การมีส่วนร่วมในงานมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .576$)

5. ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .253$)

เมธยา คูณไทยสงค์ (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาจิตลักษณะบางประการที่สัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค พบว่า

1. ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยรวมและรายด้าน 4 ด้าน คือ ความสามารถในการควบคุมอุปสรรค ความสามารถในการนำตนเองเข้าไปแก้ไขอุปสรรค ความสามารถในการรับรู้ถึงระดับของอุปสรรค และความสามารถในการอดทนทนทานต่ออุปสรรคมีความสัมพันธ์ทางบวก กับความรับผิดชอบ (X_2) การมุ่งอนาคต (X_9) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (X_5) ความต้องการมีอำนาจเหนือผู้อื่น (X_2) ความรู้สึกเป็นอิสระในตนเอง (X_3) ความทะเยอทะยาน (X_6) ความกระตือรือร้น (X_7) ความภูมิใจในตนเอง (X_3) ความเชื่อมั่นในตนเอง (X_3) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความภาคภูมิใจในตนเอง (X_2) มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการรับรู้ถึงระดับของอุปสรรคอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นความกระตือรือร้นไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติกับความสามารถในการรับรู้ถึงระดับของอุปสรรคและความสามารถในการอดทนทานทานต่ออุปสรรค

นถดล คำเติม (2545 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความสามารถในการเผชิญของฟันฝ่าอุปสรรค การสนับสนุนจากครอบครัว กับความสำเร็จในวิชาชีพ ของหัวหน้าหอผู้ป่วยโรงพยาบาลศูนย์ พบว่า

1. ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การสนับสนุนจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสำเร็จในวิชาชีพของหัวหน้าหอผู้ป่วย โรงพยาบาล (r = .331 และ r = .337 ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตัวแปรที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ความสำเร็จในวิชาชีพของหัวหน้าผู้ป่วยได้ คือ การสนับสนุนจากครอบครัว และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ได้ร้อยละ 18.6 ($R^2 = .0186$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วีนัส ภักดิ์นรา (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทางบุคลิกภาพกับเชาวน์อารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) พบว่า

1. เชาวน์อารมณ์ (EQ) ของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์ประกอบ A (การเข้า

สังคม) องค์ประกอบ E (การกล้าแสดงออก) และองค์ประกอบ Q_4 (ความเครียด) มีความสัมพันธ์ทางลบ

2. ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ องค์ประกอบ B (สถิติปัญญา) องค์ประกอบ E (การกล้าแสดงออก) องค์ประกอบ G (มโนธรรม) องค์ประกอบ H (ความกล้าหาญ) องค์ประกอบ Q_1 (ความอิสรเสรี) องค์ประกอบ Q_2 (ความพึ่งตนเอง) และองค์ประกอบ Q_3 (ความควบคุมตนเอง) ส่วนองค์ประกอบ O (ความวิตกกังวล) มีความสัมพันธ์ทางลบ

บังอร กมลวัฒนา (2542 : 56) ได้ศึกษาเปรียบเทียบค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความสามารถในการแก้ปัญหาที่มีรูปแบบการตอบและการจัดเรียงปัญหาต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร จำนวน 1,600 คน โดยการสุ่มแบบแบ่งชั้นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบวัดความสามารถในการแก้ปัญหา ตามกระบวนการแก้ปัญหาของเวียร์ 4 ฉบับ รวมทั้งหมด 40 ข้อ ผลการวิจัยพบว่า ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความสามารถในการแก้ปัญหาทั้ง 4 ฉบับ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.768-0.816 เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความสามารถในการแก้ปัญหาที่มีการจัดเรียงปัญหาต่างกัน เมื่อมีรูปแบบการตอบเหมือนกันและมีรูปแบบการตอบต่างกัน เมื่อมีการจัดเรียงปัญหาเหมือนกัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จรรยา เกษศรีสังข์ (2537 : 98) ได้ศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยตำรวจ ตามตัวแปรด้านระดับชั้นปี บุคลิกภาพ ทัศนคติต่ออาชีพตำรวจ บรรยากาศในครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และเพื่อศึกษาหาตัวแปรที่ส่งผลต่อวิธีการเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยชั้นปีที่ 1- 4 โรงเรียนนายร้อยตำรวจ ปีการศึกษา 2536 จำนวน 316 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น ผลการวิจัย พบว่า 1) นักเรียนนายร้อยตำรวจชั้นปีที่ 1-4 ใช้วิธีการเผชิญปัญหาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนนายร้อยตำรวจมีบุคลิกภาพต่างกัน ใช้วิธีการเผชิญปัญหาต่างกัน 3) นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีทัศนคติต่ออาชีพตำรวจต่างกันใช้วิธีการเผชิญปัญหาแตกต่างกัน 4) นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีทัศนคติต่ออาชีพตำรวจต่างกันใช้วิธีการเผชิญปัญหาต่างกัน 5) นักเรียนนายร้อยตำรวจที่มีผลสัมฤทธิ์ทาง การเรียนต่างกันใช้วิธีการเผชิญปัญหาด้านส่วนตัวแตกต่างกัน แต่วิธีการเผชิญปัญหาด้านการเรียนภาคทฤษฎี และด้านสังคม ได้แก่ บรรยากาศในครอบครัวระดับชั้นปี และบุคลิกภาพ ตัวแปรที่ส่งผลต่อวิธีการเผชิญปัญหาด้านการเรียนภาคปฏิบัติ ได้แก่ ระดับชั้นปี และบุคลิกภาพ ตัวแปรที่

ส่งผลต่อวิธีการเผชิญปัญหาส่วนตัวของนักเรียนนายร้อยตำรวจ ได้แก่ บรรยากาศในครอบครัว ระดับชั้นปี

พัชราพร วีรสิทธ์ (2546 : 70) ได้ทำการวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบห้าประการของบุคลิกภาพและความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคตามหลักอิทธิบาท 4 ของเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานอยู่ในสำนักงานประกันสังคม โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบห้าประการของบุคลิกภาพตามแนวคิดของคอสตา และแมคแครและความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคตามหลักอิทธิบาท 4 กลุ่มตัวอย่างเป็นเจ้าหน้าที่และวัยรุ่นที่ได้รับการบำบัดยาเสพติดในโรงเรียนมัธยมศึกษา ที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผลและอารมณ์มีการเห็นคุณค่าตนเองสูงกว่าวัยรุ่นที่ได้รับการบำบัดยาเสพติดที่ไม่ได้เข้าร่วมการให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลตามทฤษฎีเหตุผลและอารมณ์

พูลสุข บุญก่อเกื้อ (2548 : 40) ได้ทำการวิจัยผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดชลบุรี เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค กลุ่มตัวอย่างเลือกจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนแสนสุข อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา และถามความสมัครใจ จำนวน 12 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 6 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าพันอุปสรรคและโปรแกรมกิจกรรมแนะแนว ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกใช้โปรกแกรมกิจกรรมแนะแนวมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและนักเรียนทีได้รับการฝึกใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนวมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสุงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล

วีระชน ชินศักดิ์ชัย (2548 : 35) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์ที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์ต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค กลุ่มตัวอย่างได้มาจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา

2.7.2 งานวิจัยต่างประเทศ

วิลเลี่ยม (Williams 2003 : Abstract) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างผู้บริการกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง กลุ่มตัวอย่าง คือผู้บริหารโรงเรียน จำนวน 17 คน และครู 79 คน ผล

การศึกษาพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงของนักเรียนมีความสัมพันธ์กับสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของผู้บริหาร

สตอลทซ์ (Stoltz 2000 : 3) ได้ศึกษาบุคคลที่ประสบผลสำเร็จในวิชาชีพต่าง ๆ โดยดูจากแบบทดสอบสติปัญญามาตรฐาน โดยทั่วไปพบว่า แบบทดสอบเหล่านี้แสดงให้เห็นสิ่งที่คนๆ นั้นประสบผลสำเร็จ แต่สิ่งที่ซ่อนเร้นทำให้คน ๆ นั้น ประสบผลสำเร็จคือความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค และค้นพบว่า ถ้าหากบุคคลนั้นๆ ได้รับการฝึกฝนในเรื่อง ของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ก็จะทำให้คนๆ นั้น มีพัฒนาการของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ดีได้และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นแล้วจะมีความคงทน สามารถพัฒนาและปรับปรุงได้ เห็นเป็นจริงได้

ชูล์ท และคณะ (Schulte et al 1998 : 167) ได้พัฒนามาตรวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่อิงรูปแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์แรกเริ่มของสโลเวย์และเมเยอร์(1990) โดยการวัดความฉลาดทางอารมณ์เป็นการรายงานตนเองชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดย 1 แทน "ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง" และ 5 แทน "เห็นด้วยอย่างยิ่ง" มีจำนวนทั้งหมด 33 ข้อที่ใช้วัดความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ กลุ่มการประเมินค่าและแสดงออกของอารมณ์มีจำนวน 13 ข้อกลุ่มการจัดระบบอารมณ์มีจำนวน 10 ข้อ และกลุ่มการใช้ประโยชน์ทางอารมณ์มีจำนวน 10 ข้อ มาตรการวัดความฉลาดทางอารมณ์ของชูลท์ มีค่าความเชื่อมั่นชนิดความสอดคล้องภายในแบบแอลฟ่าของครอนบาคเท่ากับ .90 และมีค่าความเชื่อมั่นชนิดการสอบซ้ำ (ภายใน 2 สัปดาห์) .78 จากการตรวจสอบความเที่ยงตรงพบว่ามาตรวัดความฉลาดทางอารมณ์ฉบับนี้มีความสัมพันธ์กับโครงสร้างที่เกี่ยวข้องทางทฤษฎี ได้แก่ การเอาใจใส่ความรู้สึก ความกระจ่างชัดในความรู้สึก การปรับสภาวะอารมณ์ การมองโลกในแง่ดี และการอดกลั้นมาตรวัดนี้สามารถพยากรณ์ ผลการเรียนของนิสิตปีหนึ่งได้ เมื่อนำไปใช้กับกลุ่มนักจิตบำบัดและกลุ่มนักโทษ พบว่า นักจิตบำบัดได้คะแนนในมาตรนี้สูงกว่าผู้รับการบำบัดและนักโทษหญิงได้คะแนนในมาตรนี้สูงกว่านักโทษชาย

แฮคเก็ทท์และแคมเบลล์ (Hackett & Cambell 1987 : 124) ได้ทำ การศึกษาเพื่อตรวจสอบว่าการประสบความสำเร็จในงานมีผลทำให้การรับรู้ความสามารถของตนในงานเพิ่มขึ้นหรือไม่ โดยทำการทดลองกับนักศึกษาปริญญาตรี จำนวน 92 คน (เพศชาย 46 คน และเพศหญิง 46 คน) โดยให้นักศึกษากลุ่มนี้ ทำ งานเป็นกลางไม่มีเพศใดเก่งกว่าเพศใด ซึ่งกิจกรรมที่ให้ปฏิบัติ คือแก้ปัญหาคำที่ถูกนำมาจัดเรียงอักษรใหม่กลุ่มหนึ่งจะได้รับปัญหาที่ง่ายเพื่อให้เป็น กลุ่มที่ "ประสบความสำเร็จ" ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งได้รับปัญหาที่ยากเพื่อให้เป็นกลุ่มที่ "ล้มเหลว" การประเมินความสามารถของตนนี้เป็นการประเมินทั้งในด้านความมั่นใจในการทำ งาน และระดับความยาก

ของงานที่บุคคลคิดว่าสามารถปฏิบัติได้ นอกจากนี้ยังวัดความสนใจในงานด้วยเช่นกัน ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ประสบความสำเร็จมีการประเมินความสามารถของตนเองเพิ่มขึ้น และสนใจในงานเพิ่มเช่นกัน ขณะที่กลุ่มที่ล้มเหลวมีการประเมินตนเองต่ำลงและสนใจในงานลดลง เมื่อเทียบระหว่างสองกลุ่มนี้ พบว่ากลุ่มที่ประสบความสำเร็จประเมินตนเองว่ามีความสามารถ ความพยายาม ความโชคดี และมีความพึงพอใจมากกว่ากลุ่มที่ล้มเหลวและพบว่างานที่ปฏิบัตินั้นมีความยากน้อยกว่ากลุ่มที่ล้มเหลว

มาร์คแมน (Markman 2001 : online) ได้ทำการศึกษาบทบาทของความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ซึ่งเป็นการวัดความสามารถหนึ่งที่มีอยู่ทั่วไปในการเผชิญหน้ากับอุปสรรคของนักประดิษฐ์ 199 คน ด้วยแบบทดสอบวัดความสามารถในการเผชิญอุปสรรคที่สร้างโดย พอล จี สตอลซ์ จำนวน 56 ข้อ 5 มาตรา พบว่ามีความแตกต่างระหว่างนักเรียนประดิษฐ์ผู้ซึ่งสร้างองค์ความรู้ใหม่กับผู้ที่ทำงานตามรูปแบบเดิมขององค์กร การศึกษาครั้งนี้ยังยืนยันว่า นักประดิษฐ์ที่จดสิทธิบัตรคือบุคคลที่มีความอุตสาหะสูง ซึ่งวัดได้โดย (a) การควบคุมอยู่เหนืออุปสรรค (b) ความรับผิดชอบต่อผลลัพธ์ (c) ขอบเขตของอุปสรรค และสุดท้าย (d) ความอดทนต่ออุปสรรค เกี่ยวข้องกับความสำเร็จที่สูงขึ้นเป็นการวัดโดยใช้รายได้ของบุคคลนั้นเป็นเกณฑ์

Adversity Response Profile (ARP) Technical Supplement (2000 : online) ได้ทำการศึกษาความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรงของแบบทดสอบการตอบสนองต่ออุปสรรค The Adversity Response Profile (ARP) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่ถูกออกแบบเพื่อวัดรูปแบบของการตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เป็นอุปสรรคของแต่ละคน โดยทำการศึกษาทั้งหมด 14 โครงการ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้จำนวน 2,414 คน มีการติดตามผลโดยใช้คำถามจากองค์ประกอบ 4 ด้านของ AQ ได้แก่ ความสามารถในการเผชิญอุปสรรคคือ การควบคุม ความรับผิดชอบ ผลกระทบ และความทนทานด้านละ 10 ข้อซึ่งแต่ละข้อตอบโดยใช้มาตรฐานแบบ bipolar พบว่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นแอลฟ่า ของ AQ มีค่าเท่ากับ .86 ความเที่ยงตรงหาโดยวิธี Multigrain-Multimethod โดยความเที่ยงตรงเชิงจำแนกนั้น ความสัมพันธ์ของการควบคุมและความรับผิดชอบมีค่าสูงสุดคือ .55 รองลงมาคือ ผลกระทบและความทนทานมีค่าความสัมพันธ์เท่ากับ .45 ส่วนในด้านอื่น ๆ มีความสัมพันธ์กันต่ำ

Deloitte Touche (Deloitte Touche 2004 : Web site) ได้ทำการศึกษาและวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (Q) กับ การปฏิบัติงานของพนักงานในบริษัท จากกลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์ในการทำงานและอาศัยอยู่ในตอนเหนือของประเทศอังกฤษจำนวน 124 คน โดยการจัดออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่ SEE :

Significantly Exceeding กลุ่ม EE : Exceeding Expectation กลุ่ม ME : Meeting Expectation และ กลุ่ม MSE : Meeting Some Expectation จากการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและ ฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) เท่ากับ 147.5 ผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) สูงจะมีความสามารถในการเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานสูงกว่าผู้ที่มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าผันอุปสรรค (AQ) ต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

Diversified Collection Services, Inc. (Diversified Collection Services, Inc. 2004 : Web Site) ได้ทำการศึกษาและวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและ ฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) กับตำแหน่งการปฏิบัติงานจากลุ่มตัวอย่างที่เป็นพนักงานในบริษัท จำนวน 45 คน ตัวแปรอิสระคือ ผลการปฏิบัติงานแตกต่างกัน 3 ตำแหน่ง และตัวแปรตามคือ ความสามารถในการเผชิญและฝ่าพันอุปสรรค (AQ) ไม่มีความสัมพันธ์กับตำแหน่งการปฏิบัติงาน ดังนั้นจึงควรมีการอบรมเสริมสร้างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ควบคู่ไปกับการปฏิบัติงานในตำแหน่งต่าง ๆ ไปพร้อม ๆ กัน

MP Water Resources (MP Water Resources. 2004 : Web Site) ได้ทำการศึกษาและวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) กับภาวะผู้นำ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้บริการของบริษัท MP Water Resources จำนวน 60 คน โดยกลุ่มตัวอย่างเหล่านี้จะได้รับการอบรม และพัฒนา ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) จากการอบรมขั้นที่ 1 ผู้บริหารมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) เท่ากับ 132.30 ในระยะเวลา 60 วัน หลังการเข้าฝึกอบรมขั้นที่ 2 ผู้บริหารมีคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) เท่ากับ 172 จากผลการศึกษาคะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) มีความสัมพันธ์การฝึกปฏิบัติและ ยิ่งมีการฝึกปฏิบัติมากคะแนนของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ก็ยิ่งสูงขึ้นตามลำดับ

Sun Microsystems (Sun Microsystems. 2004 : Web Site) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) และการปฏิบัติงานของพนักงาน จากกลุ่มตัวอย่างผู้บริหารฝ่ายการบัญชีและผู้จัดการฝ่ายขาย ซึ่งอาศัยอยู่ทางตอนเหนือของอเมริกา จำนวน 120 คน ผลการศึกษาพบว่าความสัมพันธ์ของความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) เป็นตัวพยากรณ์ที่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการขายในช่วงเวลาที่ลำบากได้มาก

จากการศึกษา เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมแนะแนว และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค สรุปได้ว่า เมื่อบุคคลเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหา

อุปสรรคความยากลำบาก หรือสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ บุคคลจะประเมินสถานการณ์เพื่อเผชิญกับปัญหาอุปสรรคและดำเนินการแก้ปัญหาอุปสรรคในรูปแบบแตกต่างกันออกไป การจัดกิจกรรมแนะแนวที่เหมะสมจะสามารถฝึกฝนให้นักเรียนสามารถรับมือกับปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับตนเองได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ เพื่อการนำไปใช้พัฒนาลักษณะนิสัยที่ดีของนักเรียนต่อไป

บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญปีการศึกษา 2549 โดยมีรายละเอียดของวิธีการดำเนินงาน ดังนี้

1. ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร

ประชากร เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 2 ห้องเรียน รวม 60 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 2 ห้องเรียน คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 และ 6/2 จำนวนห้องเรียนละ 30 คน รวม 60 คน ที่ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้ว จึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดทองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 1 ห้องเรียน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค และกิจกรรมแนะแนวปกติ

2.2 ตัวแปรตาม คือ ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

3. รูปแบบการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งเชิงทดลอง(Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการสอบก่อนและหลัง (Pretest-Posttest Control Group Design) ดังแสดงในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 แสดงแบบแผนการทดลอง

กลุ่ม	ทดสอบก่อนเรียน	ทดลอง	ทดสอบหลังเรียน
กลุ่มทดลอง	E_1	X	E_2
กลุ่มควบคุม	C_1	O	C_2

เมื่อ X แทน การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

O แทน การใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ
ฝ่าปัญหาและอุปสรรค

E_1 แทน การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง

E_2 แทน การทดสอบหลังทดลองของกลุ่มทดลอง

C_1 แทน การทดสอบก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม

C_2 แทน การทดสอบหลังทดลองของกลุ่มควบคุม

แบบแผนการทดลอง เป็นการทดลองแบบสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยกลุ่มทดลอง ทำการทดสอบก่อนจัดกิจกรรม (E_1) ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค แล้วจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 4 ชุด เมื่อดำเนินการจัดกิจกรรมเสร็จแล้วทำการทดสอบหลังการจัดกิจกรรม (E_2) ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคชุดเดิม ส่วนกลุ่มควบคุม ทำการทดสอบก่อนจัดกิจกรรม (C_1) ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค แล้วจัดกิจกรรมโดยใช้ชุดการสอนกิจกรรมแนะแนว

ปกติ เมื่อดำเนินการจัดกิจกรรมเสร็จแล้วทำการทดสอบหลังการจัดกิจกรรม (C_2) ด้วยแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคชุดเดิม

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ในการวิจัยในครั้งนี้ ประกอบด้วย

4.1 ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

4.2 กิจกรรมแนะแนวปกติ

4.3 แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค

5. วิธีการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

5.1 การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ซึ่งมีลำดับขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหาและกิจกรรมให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

*ขั้นที่ 2 สร้างชุดกิจกรรมแนะแนว*เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและความมุ่งหมายของกิจกรรมที่ใช้ในแต่ละครั้ง

ขั้นที่ 3 ตรวจสอบคุณภาพของชุดกิจกรรม ได้ดำเนินการดังนี้

1) นำโครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ จำนวน 2 ท่านและผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการแนะแนว จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหา ให้สอดคล้องกับนิยามเชิงปฏิบัติ แล้วนำความเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการแนะแนว จำนวน 5 ท่านมาพิจารณาความสอดคล้องของการประเมินโดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)

2) นำชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มนักเรียน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนโรงเรียนบ้านลืออำนาจ จำนวน 30 คน เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

3) นำ ชุดกิจกรรมมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อให้เหมาะสม และนำ ไปใช้ในการทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลอง

ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ใช้กับกลุ่มทดลอง โดยผู้วิจัยทดลองทั้งสิ้น 14 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง

5.2 การสร้างกิจกรรมแนะแนวปกติ ซึ่งมีลำดับขั้นตอนในการสร้างดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหาและกิจกรรมให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

ขั้นที่ 2 สร้างกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมปกติ ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะและความมุ่งหมายของกิจกรรมที่ใช้ในแต่ละครั้ง

ขั้นที่ 3 ตรวจสอบคุณภาพของกิจกรรมแนะแนว ได้ดำเนินการโดยนำกิจกรรมปกติ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ ภาษา นิยามศัพท์เฉพาะ กิจกรรม เนื้อหา วิธีดำเนินการ และการประเมินผล จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ

ขั้นที่ 4 นำกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมปกติ ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มนักเรียน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนโรงเรียนบ้านลืออำนาจ จำนวน 30 คน เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

กิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมปกติ ใช้กับกลุ่มควบคุม ทั้งสิ้น 14 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง

5.3 การสร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ใช้ในการวิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค โดยศึกษาวิธีสร้างแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคและกำหนดรูปแบบคำถามจากเอกสาร ตำราที่เกี่ยวข้องโดยมีแนวคิดจากแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ของพอล จี สตอลทซ์ (1997:89) เพื่อกำหนดข้อคำถามให้ครอบคลุมเนื้อหาโดยผู้วิจัยได้ปรับปรุงและเพิ่มเติมเนื้อหาให้เหมาะกับกลุ่มตัวอย่างมากขึ้น จำนวน 60 ข้อ ซึ่งลักษณะแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค เป็นแบบวัดที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ คือ จริง จริงบ้าง และไม่จริง ซึ่งประกอบด้วยรายละเอียด ที่เกี่ยวกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค 4 ด้าน คือ การควบคุมสถานการณ์ (Control)

การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตน (Origin) การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค (Reach) และการอดทนต่อความยากลำบาก (Endurance) โดยข้อคำถามแต่ละข้อประกอบไปด้วยข้อความที่มีความหมายในทางบวก

เกณฑ์ในการให้คะแนน แบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ตอบจริง	ให้คะแนน	2
ตอบจริงบ้าง	ให้คะแนน	1
ตอบไม่จริง	ให้คะแนน	0

เกณฑ์การตัดสินระดับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค มีดังนี้

คะแนน 1- 39 หมายความว่า มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคต่ำ

คะแนน 40-69 หมายความว่า มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคปานกลาง

คะแนน 70-80 หมายความว่า มีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคสูง

ขั้นที่ 2 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ฉบับร่างที่สร้างขึ้นและปรับปรุงเรียบร้อยแล้ว เสนอต่อคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ เพื่อพิจารณาตรวจแก้ไขเนื้อหาและสำนวนการใช้ภาษาตลอดจนความถูกต้องความเหมาะสมโดยทั่วไป

ขั้นที่ 3 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่สร้างและปรับปรุงตามที่คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ได้ตรวจสอบแล้ว ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาความถูกต้องความเหมาะสมของข้อความ และความตรง (Validity) ตามเนื้อหาของข้อคำถาม

ขั้นที่ 4 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ผู้ที่เชี่ยวชาญตรวจสอบ มาตรวจสอบถามความเที่ยงตรงตามเนื้อหาโดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ระหว่างนิยามกับข้อคำถาม โดยดูจากน้ำหนักค่าเฉลี่ยของผู้เชี่ยวชาญ ถ้าค่าเฉลี่ยมากกว่า 0.50 ก็เป็นข้อที่มีความตรงตามเนื้อหาที่ต้องการจะวัด สามารถนำไปใช้ทดลองได้ หากข้อไหนที่ไม่ถึง 0.50 ถือว่าไม่สอดคล้อง ต้องแก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นที่ 5 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ฉบับร่างที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ส่งให้คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์พิจารณาอีกครั้งหนึ่ง เพื่อความสมบูรณ์ถูกต้องก่อนนำออกไปทดลองใช้

ขั้นที่ 6 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try-out) กับกลุ่มนักเรียน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนโรงเรียนบ้านลืออำนาจ จำนวน 30 คน แล้วนำผลการทดลองใช้มาหาคุณภาพ

ขั้นที่ 7 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ได้ มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Item-total Correlation) โดยมีค่าอยู่ระหว่าง .32-.70 และหาค่าความเที่ยงของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าเท่ากับ .98 คัดเลือกเพื่อนำไปใช้ จำนวน 40 ข้อ

ขั้นที่ 8 จัดพิมพ์เป็นฉบับสมบูรณ์เพื่อนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

6. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในดำเนินการวิจัยโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้

6.1 ขั้นเตรียม

6.1.1 เตรียมกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 2 ห้องเรียน โดยการเลือกแบบเจาะจง ได้กลุ่มทดลองเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 จำนวน 30 คน และกลุ่มควบคุม เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/2 จำนวน 30 คน

6.1.2 ปฐมนิเทศนักเรียน เกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติในการสอนโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

6.1.3 ตรวจสอบความเรียบร้อย ของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

6.1.4 อธิบายการใช้บทเรียนและจุดมุ่งหมายในการเรียนด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวให้นักเรียนเข้าใจ

6.2 ขั้นเก็บรวบรวมข้อมูล

6.2.1 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นซึ่งผ่านกระบวนการหาคุณภาพมาแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างก่อนทำการสอน 1 วัน ตรวจให้คะแนนแล้วเก็บข้อมูลไว้

6.2.2 ผู้วิจัยดำเนินการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละกิจกรรม ดังนี้

1) กลุ่มทดลอง ระยะเวลาในการทดลอง ใช้เวลาทดลองวันละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 14 วัน โดยผู้วิจัย ทดลองด้วยตนเอง ดังกำหนดการจัดกิจกรรมดังที่แสดงในตารางที่ 3.2

ตารางที่ 3.2 แสดงกำหนดการจัดกิจกรรมการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มทดลอง

วัน /เดือน/ปี	ชั่วโมงที่	กิจกรรม
14 กรกฎาคม 2549	1	ทดสอบก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
21 กรกฎาคม 2549	2	กิจกรรมที่ 1 เส้นทางแห่งอารมณ์
28 กรกฎาคม 2549	3	กิจกรรมที่ 2 ประติมากรรมอารมณ์
4 สิงหาคม 2549	4	กิจกรรมที่ 3 ซานตาคลอส...มาเอง
11 สิงหาคม 2549	5	กิจกรรมที่ 4 ถ้าเป็นเธอจะทำอย่างไร
18 สิงหาคม 2549	6	กิจกรรมที่ 5 ไข่ตลกตกไม่แตก
25 สิงหาคม 2549	7	กิจกรรมที่ 6 เธอคือเพื่อนรัก
1 กันยายน 2549	8	กิจกรรมที่ 7 ปัญหาของข้าพเจ้า
8 กันยายน 2549	9	กิจกรรมที่ 8 ดีหรือไม่ ตัดสินใจด้วยตนเอง
15 กันยายน 2549	10	กิจกรรมที่ 9 ใครเดือดร้อน
22 กันยายน 2549	11	กิจกรรมที่ 10 ลาก่อน ฉันทำไม่ได้
29 กันยายน 2549	12	กิจกรรมที่ 11 ความล้มเหลวเป็นครูที่ดี
6 ตุลาคม 2549	13	กิจกรรมที่ 12 วิ่งมินิมาราธอน
13 ตุลาคม 2549	14	ทดสอบหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

2) กลุ่มควบคุม ระยะเวลาในการทดลอง ใช้เวลาทดลองวันละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 14 วัน โดยผู้วิจัยจัดกิจกรรมด้วยตนเอง ดังกำหนดการจัดกิจกรรมดังที่แสดงในตารางที่ 3.3

ตารางที่ 3.3 แสดงกำหนดการจัดกิจกรรมการใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เป็นกลุ่มควบคุม

วัน /เดือน/ปี	ชั่วโมงที่	กิจกรรม
15 กรกฎาคม 2549	1	ทดสอบก่อนการใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ
22 กรกฎาคม 2549	2	กิจกรรมที่ 1 ชีวิตนี้มีความหมาย
29 กรกฎาคม 2549	3	กิจกรรมที่ 2 คุณค่าของชีวิต
5 สิงหาคม 2549	4	กิจกรรมที่ 3 มีปัญญา พาเพิ่มพูน
13 สิงหาคม 2549	5	กิจกรรมที่ 4 ฉันทำได้
19 สิงหาคม 2549	6	กิจกรรมที่ 5 ตั้งใจฟัง
26 สิงหาคม 2549	7	กิจกรรมที่ 6 ทำดีมีคุณค่า
2 กันยายน 2549	8	กิจกรรมที่ 7 เชื่อมั่นในความดีของกันและกัน
9 กันยายน 2549	9	กิจกรรมที่ 8 ปรับได้ไร้ทุกข์
16 กันยายน 2549	10	กิจกรรมที่ 9 กำลังใจ
23 กันยายน 2549	11	กิจกรรมที่ 10 นักแสวงหา
30 กันยายน 2549	12	กิจกรรมที่ 11 เชื่อหรือไม่
7 ตุลาคม 2549	13	กิจกรรมที่ 12 เลือกอย่างไร
14 ตุลาคม 2549	14	ทดสอบหลังการใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

6.2.3 นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นชุดเดิม มาทำการทดสอบหลังการจัดกิจกรรมสุดท้าย ตรวจให้คะแนนแล้วเก็บข้อมูลไว้

7. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

7.1 สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

7.1.1 วิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องระหว่างนิยามกับข้อคำถาม (Index of concordance) ใช้สูตรดังนี้ (สมนึก ภัททิยธนี 2544 : 221)

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

เมื่อ IOC = ดัชนีความสอดคล้องของแบบทดสอบกับจุดประสงค์การเรียนรู้

$\sum R$ = คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

7.1.2 วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนก ของแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ใช้สูตร ของ Brennan ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด 2545 : 90)

$$B = \frac{U}{N_1} - \frac{L}{N_2}$$

เมื่อ B แทน ค่าอำนาจจำแนก

U แทน จำนวนผู้รอบรู้หรือสอบผ่านเกณฑ์ที่ตอบถูกตอบถูก

L แทน จำนวนผู้ไม่รอบรู้หรือสอบไม่ผ่านเกณฑ์ที่ตอบถูกตอบ

N_1 แทน จำนวนผู้รอบรู้หรือสอบผ่านเกณฑ์

N_2 แทน จำนวนผู้ไม่รอบรู้หรือสอบไม่ผ่านเกณฑ์

7.1.3 วิเคราะห์ค่าความเที่ยงของแบบทดสอบ โดยใช้สูตร Alpha-Coefficientของครอนบัค (Cronbach) (ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. 2536 : 100) ดังนี้

$$\alpha = \frac{n}{n-1}\left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2}\right)$$

เมื่อ α แทน ค่าความเชื่อมั่น สัมประสิทธิ์แอลฟา

n แทน จำนวนข้อของแบบสอบถาม

$\sum S_i^2$ แทน ผลรวมความแปรปรวนแต่ละข้อ

$\sum S_t^2$ แทน ความแปรปรวนรวมของแบบสอบถามทั้งฉบับ

7.2 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

7.2.1 สถิติที่ใช้ทดสอบความแตกต่าง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

ใช้ t-test (Dependent) จากสูตร (บุญชม ศรีสะอาด.2535 : 109)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N\sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าสถิติที่จะใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤต เพื่อทราบความมีนัยสำคัญ

D แทน ค่าผลต่างระหว่างคู่คะแนน

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่างหรือจำนวนคู่คะแนน

$df = N - 1$ คือ .05

7.2.2 สถิติที่ใช้การวิเคราะห์ความแตกต่าง ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคกับกลุ่มควบคุม ที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ ใช้ t-test แบบ Independent จากสูตร (วิเชียร เกตุสิงห์, 2534 : 99)

$$t = \frac{\bar{X}1 - \bar{X}2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_1 - 1)S_1^2}{n_1 + n_2 - 2}}}$$

เมื่อ t แทน ค่าสถิติที่จะใช้เปรียบเทียบกับค่าวิกฤตเพื่อทราบนัยสำคัญ

$\bar{X}_1, \bar{X}_2$ แทน ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ 2

S_1^2, S_2^2 แทน ความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ 2

n_1, n_2 แทน ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ 1 และ 2

บทที่ 4
ผลการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ ปีการศึกษา 2549 ซึ่งมีผลการดำเนินการวิจัยเป็นดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ดังแสดงในตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

กลุ่มตัวอย่าง	$\bar{X}$	n	df	t
กลุ่มทดลอง	51.20	30	58	.054
กลุ่มควบคุม	51.37	30		

จากตารางที่ 4.1 แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ไม่แตกต่างกัน

2. ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ดังแสดงในตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

การทดลอง	$\bar{X}$	n	df	t
Pretest (ก่อน)	51.20	30	29	11.73**
Posttest (หลัง)	84.56	30		

** ระดับนัยสำคัญ .01

จากตารางที่ 4.2 แสดงให้เห็นว่า ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. ผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค และกลุ่มควบคุมหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวปกติ ดังแสดงในตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 แสดงผลการเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค และกลุ่มควบคุมหลังการใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

กลุ่มตัวอย่าง	$\bar{X}$	n	df	t
กลุ่มทดลอง	84.56	30	58	2.88**
กลุ่มควบคุม	76.45	30		

** ระดับนัยสำคัญ .01

จากตารางที่ 4.3 แสดงให้เห็นว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

บทที่ 5
สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การเสนอผลการวิจัย เรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

1. สรุปผลการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคกับกลุ่มควบคุม ที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

1.2 วิธีดำเนินการวิจัย

1.2.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากร นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 60 คน

2) กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ จำนวน 2 ห้องเรียน คือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 และ 6/2 จำนวนห้องเรียนละ 30 คน รวม 60 คน ที่ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดทองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 1 ห้องเรียน

1.2.2 เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือที่ในการวิจัยในครั้งนี้ ประกอบด้วย

1) ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

2) กิจกรรมแนะแนวปกติ

3) แบบทดสอบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค

1.2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1) นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งผ่านกระบวนการหาคุณภาพมาแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างก่อนทำการสอน 1 วัน ตรวจให้คะแนนแล้วเก็บข้อมูลไว้

2) ผู้วิจัยดำเนินการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละกิจกรรม ดังนี้

(1) กลุ่มทดลอง ระยะเวลาในการทดลอง ใช้เวลาทดลองวันละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 14 วัน โดยผู้วิจัย ทดลองด้วยตนเอง

(2) กลุ่มควบคุม ระยะเวลาในการทดลอง ใช้เวลาทดลองวันละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 14 วัน โดยผู้วิจัยจัดกิจกรรมด้วยตนเอง

3) นำแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นชุดเดิมมาทำการทดสอบหลังการจัดกิจกรรมสุดท้าย ตรวจให้คะแนนแล้วเก็บข้อมูลไว้

1.2.4 การวิเคราะห์ข้อมูล มีการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้คือ

1) หาค่า ดัชนีความสอดคล้อง(Index of concordance) จากผู้ทรงคุณวุฒิทางการแนะแนวเพื่อหาประสิทธิภาพชุดด้านความตรงตามโครงสร้างและความตรงตามเนื้อหา

2) เปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยการทดสอบค่าที แบบไม่อิสระ

3) เปรียบเทียบคะแนนความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบค่าที แบบเป็นอิสระต่อกัน

1.3 ผลการวิจัย

ผลการวิจัย สรุปได้ ดังนี้

1.3.1 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

1.3.2 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. อภิปรายผล

การศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2549 โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัย แบ่งเป็น 2 ส่วน ดังนี้

2.1 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นแสดงว่า นักเรียนกลุ่มทดลองหลังจากได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคแล้ว นักเรียนมีความสามารถการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงขึ้นมากกว่าก่อนได้รับการทดลอง เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในข้อที่ 1 ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของเกสร ภูมิดี (2546 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน พบว่า นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแต่ละด้านแตกต่างกันมีความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการที่พบว่าหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั้น ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการสร้างกิจกรรมชุดกิจกรรมแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค จำนวน 1กิจกรรมเพื่อนำมาประกอบกันเป็นชุดกิจกรรมแนะแนว 4 ชุดดังกล่าวนั้น ผู้วิจัยได้วิเคราะห์และสังเคราะห์วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับหลักและแนวทางในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว เทคนิคการจัดกิจกรรมแนะแนว งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว โดยนำองค์ประกอบความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของพอล จี สตอลทซ์ 4 ด้าน คือ การควบคุมสถานการณ์ (Control) การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตน (Origin) การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค (Reach) และการอดทนต่อความยากลำบาก (Endurance) มาเป็นเป้าหมายในการจัดกิจกรรมแนะแนว จนได้กรอบแนวคิดที่เป็นโครงสร้างและเนื้อหากิจกรรมที่เหมาะสมทำให้เพิ่มความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนหลังการทดลองได้

2.2 หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั่นคือ นักเรียนกลุ่ม

ทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค สูงขึ้นมากกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ในข้อที่ 2 ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของยุพดี ปิดตะคุ (2537 :46) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดการแนะแนว ที่มีต่อความขยันหมั่นเพียรในการเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการใช้ชุดการแนะแนว มีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับผลการศึกษาของอาภรณ์ เต็มยอด (2537 : 42) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดการแนะแนวที่มีต่อการเสียสละ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านบางมวง อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง พบว่า นักเรียนได้รับการใช้ชุดการแนะแนวมีความเสียสละ มากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอย่างเป็นระบบ มีความสอดคล้องกับเนื้อหาวิชา วัตถุประสงค์และกิจกรรม เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ คือการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคซึ่งจัดทำในลักษณะของสื่อประสม โปรแกรมกิจกรรม โดยใช้เทคนิควิธีการต่างๆ เช่น กิจกรรมกลุ่ม การอภิปราย กรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง เกม เป็นต้น ตลอดจนการใช้สื่อและอุปกรณ์ที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับเนื้อหา ทำให้นักเรียนได้รู้จักตนเองหรือเกิดการตระหนักรู้ในคุณค่า ความสามารถของตนเอง ซึ่งกิจกรรมที่สร้างขึ้น มีความเหมาะสมส่งผลให้การสร้างความทะเยอทะยานในการทำกิจกรรมใดๆ ให้สำเร็จ ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เกิดการเห็นคุณค่าในตนเองด้านความสำเร็จของตนของนักเรียนสูงขึ้นด้วย ทำให้มีผลแตกต่างจากกิจกรรมแนะแนวปกติ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีเป้าหมายของการพัฒนาในลักษณะองค์รวม คือ ให้มีความสมดุล ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคมในลักษณะกว้างๆ เท่านั้น

ซึ่งจากการศึกษาครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสามารถพัฒนาให้นักเรียนมีความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคสูงขึ้นกว่าที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และกิจกรรมแนะแนวปกติสามารถพัฒนาคุณภาพนักเรียนได้ทั้งสองชุด จึงควรเลือกใช้ให้เหมาะสม แต่ผู้ใช้สามารถใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียน ก็จะสามารถพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียนได้สูงกว่า

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีกิจกรรมและรายละเอียดมาก ผู้นำไปใช้ควรศึกษาทำความเข้าใจให้ชัดเจนก่อน จึงจะสามารถใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวอย่างมีประสิทธิภาพ

3.1.2 หลังการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้เรียนแต่ละด้านแล้ว ผู้จัดกิจกรรมควรมีการติดตามผลนักเรียนทั้งระยะสั้นและระยะยาว และควรมีการส่งเสริมการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

3.1.3 ครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนสามารถนำเอาชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคของนักเรียน ไปใช้ฝึกนักเรียนในระดับเดียวกันกับกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยในครั้งนี้

3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในในด้านอื่นๆ เช่นด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านการดำรงชีวิต หรือปัญหาอื่นๆ

3.2.2 ควรมีการนำเอาเทคนิควิธีการอื่นมาใช้ในการฝึกพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ของนักเรียนเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่ม

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

กรมวิชาการ (2537) *คู่มือการจัดกิจกรรมแนะแนวเล่ม 1 การจัดกิจกรรมคาบแนะแนวตามหลักสูตรมัธยมศึกษา* กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์การศาสนา

_____. (2538) *คู่มือการเรียนการสอน เรื่อง การจัดการทางอาชีพ* (พิมพ์ครั้งที่ 2) กรุงเทพมหานคร การศาสนา

_____. (2540) *กิจกรรมแนะแนวนักเรียน (คู่มือครู)* กรุงเทพมหานคร กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ

_____. (2545) *สาระสำคัญและแนวดำเนินการตามยุทธศาสตร์ของแผนพัฒนาการแนะแนว ฉบับที่ 3 (2545 - 2549)* กรุงเทพมหานคร ศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2545 ก) *คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน* กรุงเทพมหานคร องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.)

_____. (2545 ข) *คู่มือบริหารจัดการแนะแนว* กรุงเทพมหานคร องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.)

_____. (2545 ค) *แผนพัฒนาการแนะแนวในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545 - 2549)* กรุงเทพมหานคร คุรุสภาลาดพร้าว

เกสร ภูมิดี (2546) "ความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) ของนักเรียนที่มีบุคลิกภาพและรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

กุญชลี ค้าขาย (2542) *จิตวิทยาแนะแนววัยรุ่น* กรุงเทพมหานคร คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา

คณะกรรมการประถมศึกษาแห่งชาติ,สำนักงาน (2538) *คู่มือชุดดำเนินงานแนะแนวในโรงเรียน เล่มที่ 1 การบริหารงานแนะแนว* กรุงเทพมหานคร คุรุสภาลาดพร้าว

จรรยา เกษศรีสังข์ (2537) "วิธีเผชิญปัญหาของนักเรียนนายร้อยตำรวจ" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต กรุงเทพมหานคร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เฉลา ประเสริฐสังข์ (2516) เล่าสู่กันฟัง. http://www.rb.ac.th/rambhai/article81.html.Available

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541) *กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน* กรุงเทพมหานคร วิทยาพัฒน์

ณัฏฐา ระกำพล (2535) "ผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อวินัยในห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสตรีนนทบุรี" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ทิพวรรณ จันทสิทธิ์ (2550) "การเปรียบเทียบความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค(AQ) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีจิตลักษณะและสภาพครอบครัวที่แตกต่างกัน" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ธิติมา จงพิพัฒน์วณิชย์ (2539) "การเปรียบเทียบผลของการใช้ชุดการแนะแนว เพื่อพัฒนากระบวนการตัดสินใจ เลือกศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนท่ามะกาวิทยาคม จังหวัดกาญจนบุรี" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

นถดล คำเติม (2545) "ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความสามารถในการเผชิญของฟันฝ่าอุปสรรค การสนับสนุนจากครอบครัว กับความสำเร็จในวิชาชีพของหัวหน้าหอผู้ป่วยโรงพยาบาลศูนย์" ปริญญานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นัยพินิจ คชภักดี (2544) *การพัฒนาบุคลิกภาพเสริมสร้างเชาว์ปัญญา* กรุงเทพมหานคร นามมีบุ๊ค

นุชลี อุปภัย (2543) *การแนะแนวเบื้องต้น* กรุงเทพมหานคร ฟิสิกส์เซ็นเตอร์

บุญชม ศรีสะอาด (2545) *การวิจัยเบื้องต้น* พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร สุวีริยาสาส์นการพิมพ์

บุญตา ยิ้มน้อย (2536) "ผลของการให้บทบาทสมมติที่มีต่อความนิยมไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนค่ายธนะรัชต์ อำเภอปราณบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

บุญรับ ศักดิ์มณี (2532) "การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ" ปริญญานิพนธ์การศึกษาดุษฎีนิพนธ์ กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

บังอร กมลวัฒนา (2542) "การเปรียบเทียบความเชื่อมั่นของแบบทดสอบวัดความสามารถในการแก้ปัญหาที่มีรูปแบบการตอบและการจัดเรียงปัญหาต่างกัน" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต กรุงเทพมหานคร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปนัดดา ยิ้มสกุล (2538) "ผลของการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อความสามัคคีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบ้านท่ากลอย กิ่งอำเภอท่าตะเกียบ จังหวัดฉะเชิงเทรา" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ปิยนันท์ สีสม (2536) "ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวการแนะแนว ที่มีต่อความรับผิดชอบ ของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร

ดวงพร พันธ์พิทักษ์ (2548) "การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และการอบรมเลี้ยงดูกับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดบุรีรัมย์" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

พัชราพร วีรสิทธิ์ (2546) "ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบห้าประการของบุคลิกภาพและความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรคตามหลักอิทธิบาท 4 ของเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติงานอยู่ในสำนักงานประกันสังคม" วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต กรุงเทพมหานคร มหาวิทยาลัยรามคำแหง

พูลสุข บุญก่อเกื้อ (2548) "ผลการใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่ปี 1 จังหวัดชลบุรี" วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ชลบุรี มหาวิทยาลัยบูรพา

พุธชาติ เพชรสถิต (2535) "การเปรียบเทียบผลของการใช้สถานการณ์จำลอง และการอภิปรายกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมการแก้ปัญหาสิ่งแวดล้อมของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนวัดธรรมมงคล กรุงเทพมหานคร" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

มลิวรรณ นิรมลพิศาล (2539) "ผลการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อทัศนคติการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสีกัน (วัฒนานันท์อุปถัมภ์) กรุงเทพมหานคร" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

มัณฑรา ธรรมบุศย์ (2544) "AQ กับความสำเร็จของชีวิต" *วารสารวิชาการ*. 4(9).12-17

เมธยา คูณไทยสงค์ (2546) "จิตลักษณะบางประการที่สัมพันธ์กับความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ยุพดี ปิดตะคุ (2537) "ผลของการใช้ชุดการแนะแนวที่มีความขยันหมั่นเพียรในการเรียนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์ กรุงเทพมหานคร" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

รวีวรรณ ชินะตระกูล (2537) *หลักการแนะแนว* กรุงเทพมหานคร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

รัตนา ภัทรธัญญา (2535) "ผลการใช้เทคนิคแม่แบบที่มีต่อการพึ่งตนเองด้านการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนทุ่งทรายวิทยา อำเภอคลองขลุง จังหวัดกำแพงเพชร" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ (2536) *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา* พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ

วงแสงเดือน ประชาสุก (2545) "ผลของการใช้โปรแกรมการแนะแนวอาชีพที่มีต่อเจตคติในการประกอบอาชีพอิสระของนักเรียน ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 2 โรงเรียนเทคนิคปากป่าสักกำแพงเพชรนครเวียงจันทร์ ประเทศสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

วิทยา นาควัชระ (2544) *วิธีเลี้ยงลูกให้เก่งดีมีสุข IQ EQ MQ AQ* กรุงเทพมหานคร Goodbook

วิเชียร เกตุสิงห์ (2534) *คู่มือการวิจัย : การวิจัยเชิงปฏิบัติการ* กรุงเทพมหานคร สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ

วีนัส ภักดิ์นรา (2546) "ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทางบุคลิกภาพกับเชาว์อารมณ์ (EQ) และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค (AQ)" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

วีระเชน ชินศักดิ์ชัย (2548) "ผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลตามทฤษฎีเกสตัลท์ที่มีต่อความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2" วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต ชลบุรี มหาวิทยาลัยบูรพา

ศรันยา ประใจ (2538) "ผลของการใช้ชุดแนะแนวอาชีพที่มีต่อการเตรียมตัวประกอบอาชีพตัดเย็บเสื้อผ้า ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านปงเตียน" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ศันสนีย์ ฉัตรคุปต์ (2545) *เทคนิคสร้าง IQ EQ AQ 3Q เพื่อความสำเร็จ* กรุงเทพมหานคร อมรินทร์ บุ๊ค เซนเตอร์

สมนึก ภัททิพยธนี (2544) *การวัดผลการศึกษา* พิมพ์ครั้งที่ 3 กาฬสินธุ์ ประสานการพิมพ์

สายพิณ ช่างไม้ (2544) "ผลของใช้ชุดแนะแนวและการใช้คำปรึกษาแบบกลุ่มเผชิญความจรองที่มีต่อพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนชาวเขา" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

อรพินท์ ตราโต (2546) "ความสัมพันธ์ระหว่างการมีส่วนร่วมในงาน ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคกับการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลศูนย์" ปริญญานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

อรุณี ชินวงศ์อมร (2535) "ผลการเปรียบเทียบบทบาทสมมติและเทคนิคแม่แบบที่มีต่อการพูดที่เหมาะสมของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนสมโภชกรุงอนุสรณ์ (200 ปี) กรุงเทพมหานคร" วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

อัจจิมา จินวาลา (2535) "การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่ม และกรณีตัวอย่างที่มีต่อความรับผิดชอบต่อโรงเรียนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนคลองเสือน้อย กรุงเทพมหานคร" ปริญญานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

อาภรณ์ เต็มยอด (2537) "ผลของการใช้ชุดแนะแนวที่มีต่อความเสียสละของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านบางม่วง อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง" ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

Adversity Response Profile (ARP) (2000). *Technical Supplement. ARP Reliability and Validity* (Online). Available. http://www.peaklearning.com/aq/ measuring/ARP-Reliability Validity.htm.

Deloitte Touche, LLP. (2005). "Great Lakes Region, measuring AQ and Performance," AO Performance Studies. http://www.peaklearning.com/measuring-aq_studies. htme May 1.

Diversfied Collection Services. (2005). "At DCS, the Largest Loan Collection Agency in the United States., Performance id measured by Collection Percentage/Cents on the Dollar Collected per Contract" AQ Performance Studies. 2004>http://www.peaklearning.com/measuring-aq_studies.html> May 1.

Gedion , D. Markman (1997). *Adversity Quotient: The Role of Personal Bounce-back Ability in New Venture Formation.* Canada : Peak Canada.

Hackett, G.& Campbell, N.H. (1987). *Task Self – Efficacy and Task Interest as a Function of Performance on a Gender – Neutral Task.* Vol 8. New York : Journal of Vocational Behavior.

Markman Gideon K (2001). *Available. The Role of Personal Bounce-Back Ability in New Venture Formation.* http://www.peaklearning.com/aq/aqresearch/AQ_role_ personal. htm.

MP Water Resources (2005). "A Water Utility Company located in II Stated, Including Florida Water Services. The Largest Private Water Utility in Florida," AO Performance Studies. 2004 >http://www.peaklearning.com/measuring- aq_studies.htme May 1.

Sun Microsystems (2005). "Sun Microsystems AQ Performance Study, AO Performance Studies. 2004>http://www.peaklearning.com/measuring-aq_studies.htme May 1.

Stoltz, P. G (1997). *Adversity Quotient :Turning Obstacles into Opportunities.* John Wiley & Sons , New York, NY.

_____.(2000). *Adversity Quotient at Work.* New York : Harper Business.

Williams Mark W (2003). *The Relationship Between Principal Response to Adversity and Audient Achievement.* Dissertation Ed.D. Cardinal Stritch University.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจคุณภาพเครื่องมือวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตรจารย์ ดร.ชูศรี เลิศรัตน์เดชากุล

วุฒิการศึกษา การศึกษาดุษฎีบัณฑิต (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตำแหน่ง รองคณบดี

สถานที่ทำงาน สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า พระนครเหนือ

2. อาจารย์ ดร.โพธิพันธ์ พานิช

วุฒิการศึกษา การศึกษาดุษฎีบัณฑิต (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ

สถานที่ทำงาน วิทยาลัยนาฏศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์

3. นายนิรมิต ชาวระนอง

วุฒิการศึกษา ศิลปศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาแนะแนว)
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ตำแหน่ง อาจารย์

สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

4. นางจิตรฐิกานต์ สบายจิตร

วุฒิการศึกษา การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ชำนาญการ

สถานที่ทำงาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาอุบลราชธานีเขต 4

5. นางสาวพรฉวี ดาโรจน์

วุฒิการศึกษา การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ตำแหน่ง ครูชำนาญการ

สถานที่ทำงาน โรงเรียนเทศบาลบ้านพนานต์ (สามัคคีวิทยา) จังหวัดอำนาจเจริญ

ภาคผนวก ข

ชุดกิจกรรมแนะแนว
เพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชุดกิจกรรมแนะแนว

ชุดที่ 1 การควบคุมสถานการณ์

กิจกรรมที่ 1 เส้นทางแห่งอารมณ์

กิจกรรมที่ 2 ประติมากรรมอารมณ์

กิจกรรมที่ 3 ซานตาคลอส...มาเอง

ชุดกิจกรรมชุดที่ 1 การควบคุมสถานการณ์

กิจกรรมที่ 1 เส้นทางแห่งอารมณ์

ชื่อกิจกรรม เส้นทางแห่งอารมณ์

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจถึงอารมณ์ของตนเอง

2. เพื่อให้ผู้เรียนควบคุมอารมณ์ได้ด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

- กระดาษขนาดโปสการ์ด 40 แผ่น
- กิ่งไม้แห้ง เท่าจำนวนเด็ก
- หมึกสีดำ
- สีโปสเตอร์ หรือสีน้ำ
- สลากอารมณ์ 15 ใบ

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 เล่าเริ่ม เกริ่นนำ

1. ครูชวนเด็กคุยถึง เหตุการณ์ที่เขาประทับใจในชีวิต
2. ครูให้เด็กนึกถึง เหตุการณ์ "ที่สุดในชีวิต" เช่น ดีใจที่สุด เศร้าใจที่สุด หรือสนุกที่สุด
3. ครูแจกกระดาษโปสการ์ดให้เด็กวาดรูป โดยใช้ไม้จุ่มหมึกแล้วระบายสี โดยที่ในภาพต้องเป็นภาพที่มองเห็นในระยะใกล้ (close up) และเน้นการกระทำชัดเจน (action)
4. แบ่งกลุ่มเด็กเป็นกลุ่มละ 5 – 7 คน แล้วพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ "ที่สุดในชีวิต" ตามที่ได้วาดไว้

ขั้นตอนที่ 2 สร้างภาพ

1. แบ่งเด็กเป็นกลุ่มๆ ละ 3 คน แล้วให้เด็กสร้างเรื่องราว เป็นภาพเคลื่อนไหว โดยที่ให้เด็กทั้งสามผลัดกันแสดงถึงเหตุการณ์ของตนเองในขั้นตอนที่ 1
2. ให้เด็กเชื่อมร้อยทั้ง 3 เหตุการณ์ ให้เป็นเรื่องเดียว
3. ครูพูดคุยกับเด็กถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 เส้นทางอารมณ์

1. ครูแบ่งเด็กเป็นกลุ่มๆ ละ 5 – 7 คน
2. ให้เด็กจับสลากอารมณ์ กลุ่มละ 3 อารมณ์ เช่น กลัว เศร้า ตกใจ เครียด เพลิดเพลิน เป็นต้น

3. ให้เด็กสร้างสถานการณ์ สมมติว่าเด็กทั้งหมดเป็นเพื่อนรักกัน แล้วหลงป่า ได้เจอเหตุการณ์ต่างๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์ต่างๆ ตามที่เด็กจับสลากได้ ให้เด็กทั้งกลุ่มช่วยกันแสดงอารมณ์เหล่านั้นโดยแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง ให้เพื่อนเห็นเด่นชัดจนสามารถทายได้ว่า กำลังอยู่ในอารมณ์ใด

4. ให้เด็กคิดเรื่อง และซ้อม 5 นาที

5. แต่ละกลุ่มผลัดกันออกมาแสดงให้เพื่อนที่เป็นผู้ชมทาย

6. ครูให้แต่ละกลุ่มคุยกันว่าจะมีวิธีควบคุมอารมณ์แต่ละอารมณ์ที่เขาออกมาแสดงได้อย่างไรบ้าง (เช่น สูดหายใจลึกๆ เมื่อโกรธ ยิ้มสู้เมื่อกลัว) และวิธีการแสดงออกที่เหมาะสมควร เป็นอย่างไร แล้วให้เด็กออกมาแสดงให้เพื่อนดู

7. ครูพูดคุยสรุปกับเด็กว่าอารมณ์เกิดจากสิ่งแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่มากระทบตัวเรา ถ้าเรามีสติในการเผชิญสถานการณ์ หรือสามารถแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม ก็จะทำให้เราสามารถแก้ไขสถานการณ์ให้ผ่านพ้นไปด้วยดี และเราก็จะมีความสุข

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

♣ ได้สำรวจอารมณ์ตนเอง

♣ ฝึกการแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม

♣ แสวงหาแนวทางในการควบคุมอารมณ์ได้ด้วยตนเอง

♣ เข้าใจตนเอง และยอมรับผู้อื่นมากขึ้น

ข้อเสนอแนะกิจกรรม

♣ กิจกรรมเส้นทางแห่งอารมณ์ที่นำมาใช้ในกิจกรรมพัฒนา Adversity Quotient นับว่าเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญ เพราะเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กได้แสดงออกผ่านการใช้ร่างกาย สมอง และจิตใจ เป็นการฝึกฝน การใช้อารมณ์และความรู้สึก ดังนั้น ครูจึงมีบทบาทสำคัญในการควบคุมชั้นเรียน ให้สามารถดำเนินกิจกรรมไปได้อย่างดี ครูควรเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออกอย่างเต็มที่ และให้เด็กสร้างข้อตกลงร่วมกันเพื่อเป็นการเปิดโอกาสในการแสดงความคิดเห็นและการมีส่วนร่วม

องค์ความรู้

♣เด็กวัยนี้มีพัฒนาการทางอารมณ์ที่ซับซ้อนมากขึ้นและมีอารมณ์ที่หลากหลายในคราวเดียวกัน เช่น ทั้งโกรธทั้งเสียใจ หรือทั้งสนุกทั้งกลัว อารมณ์เหล่านี้เป็นผลจากความคิดที่เติบโตขึ้นและความรู้เกี่ยวกับโลกรอบตัวที่เพิ่มขึ้น

♣ ในวัยนี้ความสามารถของเด็กในการแสดงอารมณ์อย่างเหมาะสมยังไม่ดีพอ จำเป็นต้องช่วยเด็กให้พัฒนาความสามารถดังกล่าว เช่น ค่อยๆ พูดคุยกับเขาโดยไม่ใช้อารมณ์ ตั้งใจฟังเขาเล่า

ความรู้สึกและใช้วิธีตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นให้เขาเล่ามากขึ้น จะเป็นการช่วยให้เด็กรู้จักควบคุมอารมณ์และเรียนรู้วิธีการแสดงออกที่เหมาะสมด้วย

♣ การเรียนรู้ผ่านวรรณกรรมเป็นหนทางหนึ่งที่จะทำให้เด็กได้เรียนรู้อารมณ์ที่หลากหลายไปพร้อมๆ กันกับการเรียนรู้เรื่องคำศัพท์ การได้เดินทางไปในเส้นทางเกี่ยวกับอารมณ์ของตัวละคร วิธีการเผชิญปัญหาและการแก้ไข การเรียนรู้ความผิดหวัง กำลังใจในการลุกขึ้นสู้ใหม่ หรือการเรียนรู้มิตรภาพ จริยธรรมต่างๆ ล้วนเข้าไปอยู่ในใจเด็ก เป็นประสบการณ์ที่หล่อหลอมและซึมซับเข้าในความรู้สึกโดยเด็กไม่รู้ตัว และควรเปิดโอกาสให้เด็กได้ช่วยกันอภิปรายถึงอารมณ์ของตัวละคร จะทำให้เกิดความหลากหลาย ซับซ้อน ลุ่มลึกและไม่เป็นการจำกัดความคิดของเด็ก

กิจกรรมที่ 2 ประติมากรรมอารมณ์

ชื่อกิจกรรม **ประติมากรรมอารมณ์**

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนควบคุมอารมณ์ของตนเอง

2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสม

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์ กระดาษ เอ 4 จำนวนเท่ากับเด็กในชั้น

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ประติมากรรมชีวิต

1. แจกกระดาษ เอ 4 ให้เด็กคนละหนึ่งแผ่น แล้วให้เด็กๆ สร้างประติมากรรมอารมณ์ที่สามารถสะท้อนอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นออกมาอย่างชัดเจน ผ่านการพับ ฉีก ตัด ขยำ กระดาษอย่างไรก็ได้ แล้วแสดงอารมณ์ให้สอดคล้องกับการสร้างกระดาษนั้นๆ ให้เวลาในการสร้างชิ้นงาน 15 นาที

2. แบ่งเด็กเป็นกลุ่ม ๆ ละ 5 – 7 คน แล้วแลกเปลี่ยนกันเล่าเกี่ยวกับประติมากรรมของตนเองให้เพื่อนในกลุ่มฟัง

3. ครูสนทนากับเด็กว่าทำไมจึงสร้างประติมากรรมอารมณ์เป็นรูปนั้น ใช้วิธีการใดในการสร้างประติมากรรม เช่น ฉีก ขยำ พับ แต่ละวิธีการคิดว่าสัมพันธ์กับอารมณ์ ความรู้สึกอย่างไร ยกตัวอย่าง ขยำกระดาษทำให้เกิดความรู้สึกสะใจ หรือเป็นวิธีระบายความเครียด

4. ครูสนทนากับเด็กว่า แต่ละคนมีอารมณ์ที่ซ่อนอยู่ภายในตนเอง ทั้งอารมณ์ที่ดี และไม่ดี เราจะมีวิธีการแสดงออกทางอารมณ์อย่างไร การแสดงออกทางอารมณ์ของเรามีผลต่อคนอื่นอย่างไร และเราจะมีวิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 นิทานชีวิต

1. ให้เด็กนำประติมากรรมของแต่ละคนมาต่อกัน แล้วสร้างเรื่อง "นิทานชีวิต" โดยการนำทุกประติมากรรมมาเป็นตัวละคร โดยให้เวลาสร้างเรื่อง 10 นาที

2. ให้เด็กๆ นำประติมากรรมเหล่านั้นมาเป็นตัวละครประกอบการเล่านิทาน โดยที่ทุกคนในกลุ่มต้องทำหน้าที่เป็นผู้แสดง อาจมีตัวแทน 1 คน เป็นผู้เล่า หรือผลัดกันเล่าก็ได้

3. ครูพูดคุยกับเด็กๆ ว่า แต่ละคนมีอารมณ์ที่แตกต่างกัน คนเราทุกคนมีอารมณ์อยู่ในตนเองอยู่ที่เราจะรู้จักและควบคุมการแสดงออกของอารมณ์อย่างเหมาะสมได้อย่างไร เราจำเป็นต้องเข้าใจตนเอง และเข้าใจผู้อื่นด้วย เพราะคนแต่ละคนมีชีวิตที่แตกต่างกัน บางคนเป็นคนมีฐานะ บางคนฐานะไม่ดี บางคนมีพ่อแม่ บางคนไม่มีพ่อแม่ แต่ทุกคนล้วนมีคุณค่า ทุกคนมีแง่มุมที่ดีอยู่ในตนเอง

เพียงแต่ต้องค้นหาให้เจอ แล้วเก็บรักษาแง่มุมเหล่านั้นไว้ วันนี้ครูขอบคุณทุกประสบการณ์และชีวิตที่มาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

- ❖ สามารถสะท้อนความรู้สึก และมุมมองเกี่ยวกับตนเองได้มากขึ้น
- ❖ เรียนรู้และเกิดการยอมรับในตัวเพื่อนมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะกิจกรรม

❖การสะท้อนเรื่องราวของตนเอง เป็นวิธีการแสดงออกของอารมณ์อย่างถูกต้อง เป็นการปลดปล่อยสิ่งที่ค้างอยู่ในใจเด็ก ประสบการณ์ที่เด็กถ่ายทอดออกเป็นประสบการณ์ที่น่าสนใจ เด็กต้องการความรู้สึกที่ปลอดภัย ในการแลกเปลี่ยนเรื่องที่เป็นส่วนตัวกับเพื่อนๆ ครูต้องช่วยสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร อบอุ่นและปลอดภัย ด้วยการเคารพในสิ่งที่เด็กสะท้อนออกมาอย่างจริงใจ

องค์ความรู้

❖เด็กวัยนี้จะมีความชำชองในการควบคุมอารมณ์ตนเองมากขึ้น และเรียนรู้การซ่อนอารมณ์ตนเองเพื่อปฏิบัติตามกฎข้อบังคับทางสังคมได้อย่างเหมาะสม สามารถพัฒนาความคาดหวังถึงผลที่ตนได้แสดงออกทางอารมณ์ออกไป แต่ถึงแม้ว่าเด็กวัยนี้จะสามารถพูดเล่าถึงความรู้สึกได้ดีกว่าเด็กเล็ก แต่เป็นช่วงที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่มีอารมณ์ค่อนข้างรุนแรง ทำให้ยากที่จะแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสมด้วยการพูด ดังนั้น การเริ่มด้วยการใช้ศิลปะเป็นสื่อกลางไม่ว่าจะเป็นการทำงานฝีมือ การเล่นดนตรี การเล่นละคร วรรณกรรม วาดรูป การทำงานศิลปะ แล้วค่อยให้เด็กถ่ายทอดออกมาเป็นคำพูด จะเป็นการฝึกฝนให้เด็กรู้จักแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสม

กิจกรรมที่ 3 ซานตาคลอส...มาเอง

ชื่อกิจกรรม ซานตาคลอส...มาเอง

จุดประสงค์

1. เพื่อฝึกให้รู้จักการบริหารจัดการกับอารมณ์ ความคิด และความรู้สึกของตนเองได้
2. เพื่อให้เกิดการมองเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น
3. เพื่อให้รู้จักการวางแผน มีการกำหนดความมุ่งหวังในตัวเอง

เวลา 45 – 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

1. สิ่งของต่างๆ หลายๆ ชนิด ที่คิดว่าผู้ทำกิจกรรมอยากได้ (ประเภทของโชว์ ของน่ารัก คละกันไปหลายแบบ จำนวน 2 ใน 3 ของผู้ทำกิจกรรม)

2. สถานที่ทำกิจกรรมควรเป็นที่โล่ง อาจใช้กลางสนามหรือหอประชุม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้สอน นำสิ่งของชนิดต่างๆ ที่เตรียมไว้ โชว์ให้ผู้เรียนดู พร้อมกับมีการพูดยั่วยุถึงความหมายหรือความสำคัญของสิ่งของนั้นๆ (เช่น ของชิ้นนี้ทำเองใช้เวลา 2 สัปดาห์ , เป็นของที่เจ้าของรักมาก)

2. ให้ผู้เรียน เลือกว่าต้องการของชิ้นไหนมากที่สุดเพียงชิ้นเดียว (โดยเก็บความรู้สึกนี้ไว้ในใจ
ผู้เดียว)

3. ผู้สอนให้สัญญาณเป่านกหวีด ผู้เรียนต้องวิ่งเข้าไปหยิบของที่ตนเองหมายตาไว้ให้ได้ แต่ถ้าของที่เราหมายตาถูกผู้อื่นหยิบไปแล้ว หยิบของชิ้นใดก็ได้ที่เหลืออยู่มา 1 ชิ้น

4. เมื่อของถูกหยิบหมดแล้ว ผู้สอนแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็น 3 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ผู้ที่หยิบสิ่งของได้ตามที่ตัวเองต้องการ

กลุ่มที่ 2 ผู้ที่หยิบสิ่งของได้แต่ไม่ใช่ของที่ตั้งใจไว้

กลุ่มที่ 3 ผู้ที่หยิบสิ่งของไม่ได้เลย

5. ให้ผู้สอนอภิปรายตามแนวคำถาม

กลุ่มที่ 1 รู้สึกอย่างไร และมีวิธีการหรือเทคนิคอย่างไรจึงได้มา

กลุ่มที่ 2 รู้สึกอย่างไรที่ได้ของมา แต่ก็ไม่ใช่ของที่ตนเองตั้งใจไว้

กลุ่มที่ 3 รู้สึกอย่างไรที่ไม่ได้อะไรเลย และถ้าเป็นชีวิตจริงเขาจะแก้ปัญหาอย่างไร

6. ผู้สอนสรุป “ในชีวิตของทุกคนจะพบแต่ความแก่งแย่ง เพื่อให้ได้มาตามที่ตนเองปรารถนา แต่ถ้าเราไม่ได้มา ก็คงจะไม่ใช่ชีวิตของเราทั้งหมด”

การประเมินผลกิจกรรม

1. สังเกตสีหน้า ความรู้สึก และการอภิปรายของผู้เรียนในกลุ่มที่ 3
2. การอภิปรายการแก้ปัญหาในชีวิตจริงของผู้เรียนในกลุ่มที่ 3

ข้อเสนอแนะ

ถ้าใช้กับผู้เรียนที่กำลังจะสอบเข้ามหาวิทยาลัย จะช่วยทำให้ผู้ที่พลาดจากการสอบถามสามารถมองตัวเองได้ดีขึ้น จัดการกับปัญหาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

องค์ความรู้

ในชีวิตจริงของคนเราทุกคนต่างก็มีจุดมุ่งหมายของตัวเอง มีความหวัง มีความฝัน และเราก็พยายามจะสานความฝันและความหวังให้กลายเป็นความจริงขึ้นมา คนที่ทำความฝันให้กลายเป็นความจริงได้ เขามีเทคนิคอย่างไร ต้องฝ่าฟันต่ออุปสรรคมากน้อยเพียงไรจนมาถึงทุกวันนี้และเรามองดูคนที่ความฝันพังทลายลง เขาจะมีความรู้สึกเจ็บช้ำขนาดไหน แต่ถ้าเราได้มีการเตรียมพร้อมกับความผิดหวัง ความเสียใจก็อาจแปรเปลี่ยนมาเป็นพลังเพื่อต่อสู้ต่อไปได้

ชุดกิจกรรมแนะแนว
ชุดที่ 2 การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรค
และการยอมรับผลการกระทำของตน

กิจกรรมที่ 1 ถ้าเป็นเธอจะทำอย่างไร

กิจกรรมที่ 2 ไข่ตลกตกไม่แตก

กิจกรรมที่ 3 เธอคือเพื่อนรัก

ชุดกิจกรรมแนะแนวชุดที่ 2 การวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตน

กิจกรรมที่ 1 ถ้าเป็นเธอจะทำอย่างไร

ชื่อกิจกรรม ถ้าเป็นเธอจะทำอย่างไร

จุดประสงค์

1. เพื่อให้บอกสาเหตุของการเกิดภัยทางสังคม และวิธีปรับตัวเพื่อแก้ปัญหานั้นๆ
2. เพื่อให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการคิดแก้ปัญหา
3. เพื่อฝึกการยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

1. เนื้อหาข่าวที่เกี่ยวข้องกับภัยทางสังคม คน ละ 1 ข่าว
2. ใบงาน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เรียนร่วมกันหาข่าวเกี่ยวกับภัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม เช่น ถูกล่อลวง ถูกข่มขืน เรือล่ม เป็นต้น

2. แบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่ม กลุ่มละประมาณ 6 คน ผู้สอนแจกใบงานให้กลุ่มละ 1 แผ่น

3. สมาชิกในกลุ่มร่วมกันเลือกข่าวมากลุ่มละ 1 ข่าว โดยให้แต่ละกลุ่มช่วยกันสรุปหาสาเหตุของการเกิดภัยและเสนอแนะวิธีแก้ปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์นั่นลงในใบงาน

4. ส่งตัวแทนกลุ่มออกมารายงานหน้าชั้น

5. ช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม

การประเมินผลกิจกรรม

สังเกตการร่วมกันอภิปรายของสมาชิกในกลุ่มเพื่อหาสาเหตุและการป้องกันการเกิดภัยต่างๆ รวมทั้งการรายงานผลการอภิปรายหน้าชั้นเรียน

ข้อเสนอแนะ

เสนอตัวอย่างแบบบันทึกผลการอภิปราย ดังนี้

องค์ความรู้

สาเหตุของการเกิดภัยทางสังคม คือ

1. ความประมาทเลินเล่อและความรู้เท่าไม่ถึงการณ์
2. ความเห็นแก่ตัว เห็นแก่ได้ของบุคคลบางกลุ่ม

3. ความยากจน
4. สภาพจิตใจผิดปกติ
5. เกิดจากธรรมชาติ

วิธีปรับตัวเมื่อพบกับภัย

1. ควบคุมสติให้อยู่ในความสงบ
2. ตัดสินใจแก้ปัญหาเฉพาะหน้า
3. วางแผนในการดำเนินชีวิตโดยไม่ย่อท้อ
4. ใช้หลักธรรมเข้าช่วย

กิจกรรมที่ 2 ไข่ตลกตกไม่แตก

ชื่อกิจกรรม ไข่ตลกตกไม่แตก

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นจากการทำงาน

2. เพื่อให้ผู้เรียนยอมรับผลที่เกิดจาการทำงานที่สำเร็จหรือล้มเหลว

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

- กระดาษเอ 4 20 แผ่น
- ไข่ไก่ 7 ฟอง
- สำลี 7 ชิ้น
- ถุงพลาสติก 7 ใบ
- ดินน้ำมัน 7 ก้อน
- หิน 7 ก้อน
- เชือกฟาง 7 เส้น
- กระดาษหนังสือพิมพ์ 7 แผ่น
- ถ้วยพลาสติก 7 ใบ

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 แปลงร่าง พรางกาย

1. ให้เด็กยืนเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน
2. ครูเปิดเพลง แล้วให้เด็กเคลื่อนไหวตามเพลง เมื่อเพลงจบให้เด็กทำตามคำสั่งของครู
3. ครูให้เด็กสองคน ต่อตัวกันเป็นนกหนึ่งตัว
   เด็กสามคน ต่อตัวเป็นแมลงปอตัวหนึ่ง
   เด็กห้าคน ต่อตัวเป็นดอกไม้ดอกหนึ่ง
   เด็กเจ็ดคน ต่อตัวเป็นรถยนต์หนึ่งคัน
4. ให้เด็กรวมกลุ่มกันเป็นกลุ่มละ 7 คน แล้วให้นั่งรวมกลุ่มหันหน้าเข้าหากัน

ขั้นตอนที่ 2 ไข่ตลกตกไม่แตก

1. ครูแจก กระดาษ เอ 4 ให้เด็กแต่ละกลุ่มช่วยกันออกแบบไข่ไก่หนึ่งฟอง พร้อมอุปกรณ์ที่กำหนดให้ ทำอย่างไรก็ได้ไม่ให้ไข่ตกลงมาแตก ถ้าโยนจากที่สูง ความสูง 3 เมตร ให้เด็กช่วยกันออกแบบแล้วสเกตซ์ภาพลงในกระดาษ เอ 4

2. ให้เด็กนำเสนอความคิดในการออกแบบ พร้อมอภิปรายถึงเหตุผลในการออกแบบด้วย

3. ครูแจกอุปกรณ์ให้เด็กแต่ละกลุ่ม ได้แก่

- ไข่ไก่ 1 ฟอง
- สำลี 1 ก้อน
- ถุงพลาสติก 1 ถุง
- ดินน้ำมัน 1 ก้อน
- หิน 1 ก้อน
- เชือกฟางยาว 5 ฟุต
- กระดาษหนังสือพิมพ์ 1 แผ่น
- ถ้วยพลาสติก 1 ใบ

4. ให้เด็กทดลองประดิษฐ์อุปกรณ์ป้องกันไข่แตก โดยให้เวลากลุ่มละ 30 นาที

5. เด็กทดลองโยนไข่จากชั้นสองของอาคาร กลุ่มที่ไข่ไม่แตกจะได้คะแนน 10 คะแนน

6. ให้เด็กวิเคราะห์หาสาเหตุของความสำเร็จ และล้มเหลวจากการทำงาน ว่าเกิดขึ้นจากสาเหตุใด และจะมีวิธีการปรับปรุงการทำงานให้ดีขึ้นได้อย่างไร

7. ร่วมอภิปราย สรุปการทำงานและการทำกิจกรรมของเด็ก จะเห็นได้ว่า ถึงแม้ว่าเด็กทุกกลุ่มจะได้รับอุปกรณ์และเวลา ซึ่งเป็นเงื่อนไขในการแก้ปัญหาเหมือนๆ กัน แต่สุดท้ายการสร้างผลงานของแต่ละกลุ่มก็มีความแตกต่างกัน และผลจากการทดลองโยนไข่ลงสู่พื้นก็อาจมีบางกลุ่มไข่แตก บางกลุ่มไข่ไม่แตก แสดงว่าให้ผลที่แตกต่างกันเช่นเดียวกัน ดังนั้น ความคิดของแต่ละคนย่อมไม่เหมือนกัน เมื่อความคิดในการออกแบบ ซึ่งเปรียบเสมือนเป็นสาเหตุมีความแตกต่างกัน ย่อมนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ไม่เหมือนกันเช่นเดียวกับการกระทำของคนนั่นเอง

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

♣ ความคิดสร้างสรรค์

♣ รู้จัก และเห็นคุณค่าของการทำงานเป็นทีม

♣ พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และยอมรับความคิดเห็นของเพื่อน

♣ รู้จักคิดอย่างมีเหตุผล และจัดระบบความคิดได้ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะกิจกรรม

♣ บรรยากาศด้านอารมณ์ เป็นบรรยากาศที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือให้เด็กเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีพลัง รู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เกิดความเคารพตนเองและผู้อื่น การทำให้เด็กเกิดความรู้สึกดังกล่าว ครูควรมีเจตคติที่ดีต่อเด็ก ใจกว้าง รับฟังปัญหา ให้ความรู้สึกอบอุ่นและเป็นกันเองกับเด็ก จึงจะทำให้เด็กกล้าคิด กล้าแสดงออกอย่างกว้างขวาง

องค์ความรู้

♣ พัฒนาการทางความคิดของเด็กในช่วงวัยนี้เป็นเหตุเป็นผลและสามารถตั้งกฎเกณฑ์ได้ แต่ในขณะเดียวกัน การพัฒนาด้าน "ตัวตน" ก็มาสู่ขั้นของการเปลี่ยนแปลงอีกขั้นเช่นกัน เด็กในวัยนี้เข้าสู่ช่วงที่เรียกว่า Comparative Assessment คือ จะประเมินความสามารถตนเองกับเพื่อน ความกดดันของเด็กในช่วงวัยนี้ คือ ความคิดด้านการแข่งขัน และการเป็นเหมือนอย่างเพื่อน การเรียนแบบเดิมที่เน้น I.Q และการสอบแข่งขันจึงส่งผลสูงในการกระตุ้นให้เด็กต่อสู้มากขึ้น จนเกิดความเครียด หากเราหันมาส่งเสริมให้เด็กแข่งขันกับตนเองจะพบว่า เด็กเกิดการพัฒนาในหลายๆ ด้าน

♣ ความคิดสร้างสรรค์ในเชิงผลงาน (Product) ผลงานนั้นต้องเป็นงานที่แปลกใหม่ และมีคุณค่า กล่าวคือ ใช้ได้และมีคนยอมรับ ถ้าพิจารณาความคิดสร้างสรรค์ในเชิงกระบวนการ (Process) กระบวนการความคิดสร้างสรรค์ คือ การเชื่อมโยงสัมพันธ์สิ่งของหรือความคิด ที่แตกต่างกันเข้าด้วยกัน ส่วนความคิดสร้างสรรค์ในเชิงบุคคล บุคคลนั้นต้องเป็นคนที่มีความคิดริเริ่ม มีความเป็นตัวของตัวเอง (Originality) เป็นผู้ที่มีความคิดคล่อง (Fluency) มีความคิดยืดหยุ่น (Flexibilie) และสามารถให้รายละเอียดในความคิดนั้น ๆ ได้ (Elaboration)

♣ เด็กมักมีความมั่นในใจความคิดของตนเองอย่างมาก ตั้งแต่เยาว์วัย ครูมีอิทธิพลอย่างยิ่งที่จะมีส่วนกระตุ้น หรือหยุดยั้งความมั่นใจนั้น ครูสามารถช่วยให้เด็กเห็นคุณค่าในความคิดของตนเอง 2 ประการ คือ

1. ครูควรให้กำลังใจ ในความพยายามของเด็กในการสร้างงานสร้างสรรค์ โดยไม่คำนึงว่าผลงานนั้นจะประสบความสำเร็จหรือไม่เพียงใด

2. ครูควรสนับสนุนให้เด็กพึ่งความรู้สึกนึกคิด หรือการตัดสินใจของตัวเด็กเองมากกว่าการตัดสินใจจากบุคคลหรือสิ่งภายนอก

กิจกรรมที่ 3 เธอคือเพื่อนรัก

ชื่อกิจกรรม **เธอคือเพื่อนรัก**

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจถึงปัญหาของตนเองและผู้อื่น

2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ปัญหาและรับรู้ถึงผลที่จะเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น

สื่อ / อุปกรณ์

- ผ้าขาวขนาด 1 x 1.5 เมตร 1 ผืน
- ดินสอ 10 แท่ง
- สีชอล์ค หรือสีพลาสติก 12 แท่ง/ด้าม

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 การทบทวนความคิด (thinking exercise)

1. แจกกระดาษ เอ 4 ให้เด็กทุกคนในกลุ่ม
2. ให้เด็กแต่ละคน ตอบคำถามของครู ดังต่อไปนี้

ถ้าคำตอบเป็น "เพื่อน" คำถามอะไร

ข้อดีของ "เพื่อน"

ข้อเสียของ "เพื่อน"

ถ้าไม่มี "เพื่อน" เด็กจะคบกับใคร

เพื่อนที่เราอยากคบด้วยเป็นอย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 การระดมความคิด (brainstorming)

1. ครูแจกกระดาษให้แต่ละกลุ่ม กลุ่มละ 2 แผ่น

2. ให้เด็กแต่ละกลุ่มช่วยกันอภิปราย และระดมความคิดถึงเหตุการณ์ที่ทำให้เด็กไม่สบายใจอย่างน้อย 30 เหตุการณ์ลงในกระดาษ

3. ให้เด็กเลือกเหตุการณ์ที่ทำให้เด็กไม่สบายใจมากที่สุด มาเพียงสองเหตุการณ์จากที่ช่วยกันระดมความคิดไว้

ขั้นตอนที่ 3 วาดรูป

1. ให้ใช้เหตุการณ์ที่ช่วยกันคัดเลือกสองเหตุการณ์ มาเรียบเรียงค้นหาถึงสาเหตุของเหตุการณ์ที่ทำให้ไม่สบายใจ และช่วยกันหาทางออกของเหตุการณ์นั้น

2. แบ่งเด็กออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 นำเสนอสาเหตุของความไม่สบายใจ และกลุ่มที่ 2 นำเสนอทางออกของความไม่สบายใจ เป็นภาพวาดบนผืนผ้าขนาด 1 x 1.5 เมตร

3. แสดงผลงาน และเสนอความคิดประกอบผลงาน

4. ครูและเด็กสนทนาถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

❖ เด็กได้ฝึกคิดหาเหตุผล และรู้จักคิดถึงผลที่จะเกิดขึ้นตามมา

❖ เด็กได้ฝึกคิดแก้ปัญหา

❖ ฝึกการทำงานร่วมกับผู้อื่น

ข้อเสนอแนะกิจกรรม

❖ศิลปะช่วยให้เด็กเป็นตัวของเด็กเองแทนการเลียนแบบผู้อื่น เด็กแต่ละคนมีความต้องการภายในที่จะแสดงออก ศิลปะเป็นเครื่องมือที่นำความรู้สึก ความคิดเหล่านั้นออกมา การนำกิจกรรมทางศิลปะเข้ามาใช้ในกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จะช่วยให้พัฒนาความสามารถในการแสดงความคิด อารมณ์ และความรู้สึกของเด็ก เพื่อช่วยให้เด็กพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่าง เพื่อน ครู พ่อแม่ ศิลปะในที่นี้อาจจะเป็นการวาดรูป การเล่นละคน ดนตรี บทกวี เป็นต้น

องค์ความรู้

❖การคิดอย่างมีเหตุผล และรู้จักคิดแก้ไขปัญหา ต้องอาศัยการคิดอย่างมีระบบ คือ การรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งต่างๆ โดยวิธีคิดหาสาเหตุ สืบค้นต้นเหตุ ตลอดจนผลสุดท้ายที่เกิดขึ้น และการถ่ายทอดความคิดออกมาเป็นศิลปะจะช่วยให้ได้สำรวจ ทดลอง ค้นพบ และแสดงออกถึงความคิด ความรู้ และประสบการณ์ของตนเอง นอกจากนี้ศิลปะยังถือเป็นกิจกรรมแก้ปัญหา (Problem solving) อย่างหนึ่งด้วย

❖การส่งเสริมให้เด็กได้รู้จักคิด และคิดในด้านบวก นอกจากผู้ใหญ่จะต้องเป็นแม่แบบที่ดีแล้ว การฝึกให้เด็ก “คิดดี” ผ่านการลงมือปฏิบัติ หรือการลงมือทำความดี (action) จะช่วยให้เด็กได้ขัดเกลาตนเองและเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติ

❖การคิดอย่างมีเหตุผลในแง่บวกจะช่วยให้เด็กสามารถเพิ่มพลังในการดำเนินชีวิตให้กับตนเอง เป็นการสร้างบรรยากาศของความรู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย และการเพิ่มพูนความคิดเชิงบวกให้แก่เด็ก ก่อให้เกิดความสุขทั้งต่อตนเองและผู้อื่น สำหรับการเพิ่มพลังด้านบวก (empowerment) ทำได้โดย

- การสร้างรอยยิ้ม
- คำชื่นชม
- การสบตา
- การทักทาย
- การสัมผัสด้วยการกอด

ชุดกิจกรรมแนะแนว

ชุดที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

กิจกรรมที่ 1 ปัญหาของข้าพเจ้า

กิจกรรมที่ 2 ดีหรือไม่ ตัดสินใจด้วยตนเอง

กิจกรรมที่ 3 ใครเดือดร้อน

ชุดกิจกรรมแนะแนว ชุดที่ 3 การรับรู้ผลกระทบของปัญหาและอุปสรรค

กิจกรรมที่ 1 ปัญหาของข้าพเจ้า

ชื่อกิจกรรม ปัญหาของข้าพเจ้า

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ถึงปัญหาต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น

2. เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ถึงผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นเมื่อมีปัญหา

เวลา 50 นาที

อุปกรณ์ กระดาษแข็ง และอุปกรณ์การเขียน

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 การระดมความคิด (brainstorming)

1. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละ 4 ถึง 5 คน พร้อมแจกกระดาษให้แก่ทุกคน โดยให้พวกเขาเติมคำลงในช่องว่างของประโยคที่ว่า "ปัญหาที่ข้าพเจ้ากำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้คือ...." ให้สมบูรณ์สอดคล้องกับความเป็นจริง โดยไม่ต้องระบุว่าใครเป็นผู้เขียน จากนั้นครูจะเป็นผู้รวบรวมแล้วสลับ เพื่อแจกให้นักเรียนอีกครั้ง หากผู้ใดได้ของตนเอง ให้ทำการเปลี่ยน

2. เมื่อแต่ละคนได้รับกระดาษข้อความแล้ว ให้ลองคิดหาหนทางในการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจัง (ราวกับว่าปัญหาที่อยู่ตรงหน้านั้นคือปัญหาของเราเอง) จากนั้นให้แต่ละคนนำเสนอหัวข้อของปัญหา พร้อมวิธีการแก้ไขปัญหาแก่เพื่อนๆ ร่วมกลุ่ม คนอื่นๆ ที่เหลือจะต้องช่วยกันให้ข้อเสนอแนะ

3. ให้แต่ละกลุ่มพยายามดำเนินการตามขั้นตอนข้างต้นนี้จนครบทุกคน

ขั้นตอนที่ 2 การอภิปรายในชั้นเรียน

1. นักเรียนได้ยินประเด็นปัญหาของตนที่เพื่อนๆ ช่วยหันหาหนทางในการแก้ไขปัญหาบ้างหรือไม่ ?

2. คำแนะนำของเพื่อนๆ มีประโยชน์หรือไม่ ?

3. นักเรียนคิดว่ากิจกรรมนี้มีคุณค่าเพราะเหตุใด ?

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป

นักเรียนรู้สึกอย่างไรบ้าง เมื่อได้ยินใครสักคนกำลังอ่านประเด็นปัญหาของนักเรียนอยู่ ? นักเรียนคิดว่ามันช่วยนักเรียนหรือมันทำให้รู้สึกอึดอัดใจมากขึ้น ? และเพราะเหตุใด ?

การประเมินผลกิจกรรม โดยการสังเกต/สอบถามและบันทึกในประเด็น

♣ การรับรู้ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น

♣ ผลกระทบที่เกิดขึ้นของปัญหา

กิจกรรมที่ 2 ดีหรือไม่ ตัดสินใจด้วยตนเอง

ชื่อกิจกรรม ดีหรือไม่ ตัดสินใจด้วยตนเอง

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ถึงปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับตัวเอง

2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถที่จะเลือกที่จะแก้ปัญหาด้วยตนเอง

เวลา 50 นาที

อุปกรณ์ เก้าอี้ 2 ตัว

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 อธิบายการเล่น

1. จัดเก้าอี้วางไว้หน้าชั้น 2 ตัว แล้วให้ครูอภิปรายกับนักเรียนในชั้นเกี่ยวกับการตัดสินใจเลือกสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีทั้งข้อดีและข้อเสีย โดยให้เก้าอี้ตัวหนึ่งแทนฝ่ายที่เห็นด้วยตามข้อดี (Pro) และอีกตัวหนึ่งแทนฝ่ายค้าน ตามเหตุผลของข้อเสียที่มีอยู่ (Con)

2. ครูจะยกตัวอย่างของการตัดสินใจ เช่น "ข้าพเจ้าควรจะแวะจ่ายตลาดระหว่างทางกลับบ้าน หรือ ควรรอจนถึงพรุ่งนี้ ? คนที่จะตัดสินใจจะต้องพูดกับตัวเองดังๆ เพื่อสนับสนุนในความคิดที่จะไปตลาดในวันนี้ เมื่อนั่งบนเก้าอี้ของฝ่ายสนับสนุน และแสดงการคัดค้านที่จะยังไม่ไปตลาดในวันนี้ เมื่อนั่งบนเก้าอี้ฝ่ายค้าน ตัวอย่างเช่น :

ฝ่ายสนับสนุน : หากข้าพเจ้าไปตลาดในวันนี้ ทุกอย่างก็จะเสร็จเรียบร้อย หากมีอะไรเข้ามาในวันพรุ่งนี้ ข้าพเจ้าก็จะมีเวลาว่างที่จะจัดการกับมัน

ฝ่ายค้าน : วันนี้ข้าพเจ้ารู้สึกเหนื่อยมาก จึงเป็นการดีหากว่าจะกลับบ้านไปเพื่อพักผ่อน

ฝ่ายสนับสนุน : หากข้าพเจ้าไปตลาดในวันนี้ ก็จะทำให้สามารถวางแผนมื้อเย็นอันแสนพิเศษสำหรับพรุ่งนี้ได้

ฝ่ายค้าน : พรุ่งนี้ข้าพเจ้าก็สามารถออกไปรับประทานอาหารเย็นนอกบ้านก็ได้

ฝ่ายสนับสนุน : หากข้าพเจ้ารับประทานอาหารที่บ้าน ก็จะทำให้สามารถประหยัดเงิน เพื่อเอาไปซื้อเสื้อตัวโปรดได้

3. ครูอาจจะเป็นผู้กำหนดหัวข้อคำถามให้นักเรียนเป็นผู้ฝึกปฏิบัติการตัดสินใจก็ได้

ตัวอย่างหัวข้อ

- ข้าพเจ้าควรทำการบ้านหลังจากที่กลับมาถึงบ้านทันที หรือควรรอไว้จนหลังอาหารเย็น ?

- ข้าพเจ้าควรขอค่าขนมจากผู้ปกครองเพิ่มขึ้นหรือไม่ ?
- ข้าพเจ้าควรลองไปคัดตัวเข้าร่วมทีมกีฬาหรือไม่ ?

ขั้นตอนที่ 2 เล่นการตัดสินใจ

1. ให้อาสาสมัครลองออกมาแสดงกิจกรรมการตัดสินใจ ด้วยเก้าอี้ฝ่ายสนับสนุน (Pro) และเก้าอี้ฝ่ายคัดค้าน (Con) ดังกล่าวหน้าชั้นเรียนทีละคน

การอภิปรายในชั้นเรียน

นักเรียนเคยพยายามที่จะตัดสินใจอะไรบางอย่าง ด้วยการหาเหตุผลมาลบล้างกันหรือไม่ ? และมันได้ผลหรือไม่ ? ลองคิดถึงสถานการณ์ที่เมื่อนักเรียนได้ตัดสินใจเลือกสิ่งใดสิ่งหนึ่งไปแล้ว กลับเกิดเหตุการณ์อื่น ๆ ที่เป็นผลกระทบติดตามมา จงเขียนอธิบาย

การประเมินผลกิจกรรม โดยการสังเกต/สอบถามและบันทึกในประเด็น

- ♣ การฝึกคิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง
- ♣ วิธีการแก้ปัญหาของผู้อื่น

กิจกรรมที่ 3 ใครเดือดร้อน

ชื่อกิจกรรม ใครเดือดร้อน

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจผลการกระทำของตนเองที่มีผลต่อผู้อื่น

2. เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้พฤติกรรมด้านลบ และด้านบวกที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

- ปากกาเคมี หรือดินสอสี เท่าจำนวนนักเรียน
- กระดาษปรู๊ฟ 5 แผ่น

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 เขียนคำ เขียนความรู้สึก

1. แบ่งกลุ่มเด็กออกเป็น 5 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน

2. ให้เด็กแต่ละกลุ่มยืนล้อมรอบกระดาษปรู๊ฟที่เขียนคำเกี่ยวกับการกระทำบางอย่างที่วางคว่ำอยู่รอบห้องเรียน (กระดาษปรู๊ฟเขียนคำว่า ขโมย ช่วยเหลือ ชกต่อย มิตรภาพ โกหก)

3. เมื่อครูให้สัญญาณโดยการเป่านกหวีด ให้สมาชิกแต่ละกลุ่มพลิกกระดาษขึ้นมา เมื่อพบคำที่เขียนอยู่บนกระดาษ เด็กเกิดความรู้สึกอย่างไร ให้เขียนหรือวาดรูปแทนความรู้สึกออกมาให้ได้มากที่สุด

4. ให้เด็กแต่ละกลุ่มเขียนคำ หรือวาดรูปในเวลา 2 นาที แล้วเวียนกลุ่มโดยวางกระดาษและปากกาไว้ที่เดิม เวียนไปจนเด็กได้เขียนครบทั้ง 5 กลุ่ม

5. ครูนำคำที่เด็กเขียนแสดงความรู้สึกที่มีต่อการกระทำออกมาอภิปรายว่า เหตุใดจึงมีความรู้สึกเช่นนั้น คำใดที่ก่อให้เกิดความรู้สึกในทางที่ดีและคำใดที่ก่อให้เกิดความรู้สึกในทางไม่ดี เพราะเหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น

ขั้นตอนที่ 2 ก้าวเดิน แห่งความรู้สึก

1. ครูให้เด็กทุกคนไปรวมกันที่ด้านใดด้านหนึ่งของห้อง

2. ครูจะอ่านคำที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ถ้าเด็กรู้สึกดีกับคำนั้น ให้ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว แต่ถ้ารู้สึกเฉยๆ ให้อยู่กับที่ ถ้ารู้สึกไม่ดีกับคำนั้นให้ก้าวถอยหลังหนึ่งก้าว

3. ครูเริ่มอ่านคำเกี่ยวกับพฤติกรรม ได้แก่ สอบได้ที่หนึ่ง ช่วยเหลือเพื่อน เก็บกระเป๋าสตางค์ได้แล้วเอาไปคืนเจ้าของ เลี้ยงสัตว์ โดนครูดุ เก็บเงินใส่กระปุกทุกวัน ทำการบ้านเสร็จ ตื่นสาย เป็นต้น

4. ครูพูดคุยกับเด็กว่าการกระทำส่งผลต่อความรู้สึกของเรา ลองสำรวจตัวเองดูว่า การกระทำไหนที่ส่งผลต่อความรู้สึกของเราในแง่ดีและไม่ดี หรือการกระทำบางอย่างมีผลทำให้เด็กบางคนรู้สึกเฉยๆ ซึ่งอาจหยิบยกขึ้นมาอภิปรายพูดคุยกันว่าเพราะอะไร

ขั้นตอนที่ 3 ใครเดือดร้อน

1. แบ่งเด็กออกเป็นสองฝาย เข้าแถวเรียงหนึ่งหันหน้าหากระดานดำ

2. ครูให้เวลา 5 นาที ให้เด็กแต่ละฝ่ายผลัดกันออกมาเขียนการกระทำอะไรก็ได้ที่ให้ความรู้สึกที่ดีและไม่ดีให้มากที่สุด คนที่เขียนเสร็จแล้วให้วิ่งไปต่อหลังสุด และแตะมือเพื่อนคนหน้ามาเขียนต่อไป

3. ให้เด็กวงกลมการกระทำที่ได้เขียนลงไป

- การกระทำที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ให้วงด้วยปากกาสีน้ำเงิน
- การกระทำที่ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ให้วงด้วยปากกาสีแดง

4. คุยกับเด็กในเรื่องของเกณฑ์การตัดสินการกระทำ นอกจากที่จะทำให้ตนเองรู้สึกดีแล้วยังควรเคารพผู้อื่นด้วยการไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนอีกด้วย

การประเมินผลเด็กจะได้รับจากกิจกรรม

♣ รู้จักแบ่งแยกพฤติกรรมด้านลบ และด้านบวกที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น

♣ ได้เรียนรู้ผลการกระทำของตนเองที่มีผลต่อผู้อื่น

♣ การรับรู้ความรู้สึกเมื่อได้รับการกระทำที่มีผลต่อความรู้สึก

♣ เรียนรู้เรื่องพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ซึ่งจะมีผลกระทบต่อผู้อื่น

องค์ความรู้

♣ การตัดสินเรื่องถูกผิดนั้น วัดจากผลของการกระทำว่าส่งผลกระทบใครบ้าง ถ้าเป็นเรื่องในทางบวก ก็ยิ่งมีแนวโน้มที่จะทำซ้ำมากขึ้น เริ่มมีสังคมเพื่อน เคารพกฎกติกาอย่างเคร่งครัด ดังนั้นในการเล่นของเด็กอาจจะเสริมเรื่องกฎกติกาลงไปด้วย เพราะจะเป็นการพัฒนาเรื่องการควบคุมตนเอง

♣ การฝึกวินัยในเด็ก เป็นการสอนให้เด็กรู้ว่าอะไรควร ไม่ควร รู้จักกฎเกณฑ์ทางสังคม เด็กจะเรียนรู้ได้ถึงผลของการกระทำของตัวเอง การฝึกวินัยนี้จะส่งผลถึงเรื่องการควบคุมตนเอง ไม่ให้ทำในเรื่องที่ผิด ดำรงอยู่บนความถูกต้องเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่

ชุดกิจกรรมแนะแนว
ชุดที่ 4 การอดทนต่อความยากลำบาก

กิจกรรมที่ 1 ลาก่อน ฉันทำไม่ได้

กิจกรรมที่ 2 ความล้มเหลวเป็นครูที่ดี

กิจกรรมที่ 3 วิ่งมินิมาราธอน

ชุดกิจกรรมแนะแนว ชุดที่ 4 การอดทนต่อความยากลำบาก

กิจกรรมที่ 1 ลาก่อน ฉันทำไม่ได้

ชื่อกิจกรรม ลาก่อน ฉันทำไม่ได้

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจปัญหาที่เกิดกับตนเอง

2. เพื่อให้ผู้เรียนตระหนักถึงความสามารถของตนเองที่จะทำในสิ่งที่ยากลำบากได้

สื่อ / อุปกรณ์

- กระดาษโรเนียว A 4 50 แผ่น
- กล่องกระดาษมีฝาปิด 1 กล่อง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ระลึกความทรงจำ

1. เริ่มต้นให้เด็กช่วยกันคิดถึงอะไรที่ "ฉันทำไม่ได้" ให้แต่ละคนเขียนรายการออกมา เช่น ทำเลขหารที่มีทศนิยมไม่ได้ ขี่จักรยานไม่เป็น ฉันห้ามใจที่จะ...ไม่ได้ ฯลฯ เขียนลงในแผ่นกระดาษที่เตรียมให้

2. เมื่อเด็กเขียนเสร็จ ให้พับกระดาษเป็นสี่เหลี่ยม และนำมารวมกันไว้ในกล่องกระดาษเล็กที่มีป้ายติดไว้ว่า "ฉันทำไม่ได้" เมื่อเด็กทุกคนใส่กระดาษของตัวเองลงไปแล้ว ให้ครูเขียนของตัวเองใส่ลงไปด้วย เสร็จแล้วปิดฝากล่อง

ขั้นตอนที่ 2 ตอกย้ำความทรงจำ

1. ครูพาเด็กออกไปที่สนามหลังโรงเรียน และบอกเด็กๆ ว่า จะทำพิธีฝังกล่อง "ฉันทำไม่ได้" ให้เด็กช่วยกันขุดดินเพื่อทำการฝังกล่องนั้น

2. เมื่อฝังกลบเสร็จ ครูนำเด็กยืนล้อมเป็นวงรอบหลุมนั้น พร้อมกับกล่าวอำลา "ฉันทำไม่ได้" ที่อยู่ในกล่องทั้งหมด ครูอาจจะสร้างบรรยากาศกล่าวไว้อาลัยในทำนองที่ "ฉันทำไม่ได้" เป็นเพื่อนกับเรามานาน ถึงแม้ว่า "ฉันทำไม่ได้" จะไม่มีโอกาสอยู่กับเรา แต่เราก็สัญญาว่าจะรักพี่น้องของเธอ "ฉันทำได้" และ "ฉันจะทำ" ไว้เป็นเพื่อนสนิทใกล้ชิดของพวกเราแน่นอน

ขั้นตอนที่ 3 คุยสู่ความสำเร็จ

1. ครูพาเด็กกลับเข้าไปในห้อง คุยกับเด็กว่า ครูเชื่อว่าตอนนี้ทุกคนมีพลัง "ฉันทำได้" และ "ฉันจะทำ" อยู่เต็มเปี่ยม จึงอยากให้เด็กๆ ทดลองพลังเหล่านั้นว่ามีอยู่ในตัวเราจริง โดยให้เด็กช่วยกันคิดว่าในระยะเวลา 1 สัปดาห์ เด็กจะทำอะไรให้ได้ เช่น ท่องคำศัพท์ 50 คำ ได้ทุกคน ท่องสูตรคูณแม่ 12 ได้ทุกคน ฯลฯ ทั้งนี้ครูต้องร่วมประเมินเป้าหมายของเด็กๆ ไม่ให้ยากหรือง่ายเกินไป

2. เมื่อได้เป้าหมาย ครูให้เด็กช่วยกันประเมินวิธีที่จะนำไปสู่ความสำเร็จนั้น เด็กๆ ต้องทำอย่างไรบ้าง ครูช่วยให้คำแนะนำและให้มีการปฏิบัติตามนั้นจริง

3. ระหว่างนั้น ครูคอยให้กำลังใจและเตือนให้เด็กระลึกถึงเป้าหมายที่ต้องการทำร่วมกัน

4. เมื่อครบ 1 สัปดาห์ ประเมินผล และฉลองความสำเร็จ

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

❖ พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง (Self esteem) ที่ทำแล้วเกิดความสำเร็จ

❖ เกิดแรงจูงใจ ที่จะลงมือกระทำเพื่อให้ประสบความสำเร็จ

องค์ความรู้

❖ การที่ผู้ใหญ่รอบข้างแสดงความเชื่อมั่นในตัวเด็ก ให้เด็กรับรู้ด้วยการบอกว่า "เธอทำได้" จะช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความนับถือตนเองสูงขึ้น และเป็นการส่งเสริมบรรยากาศให้เต็มไปด้วยความรู้สึกปลอดภัยและความรัก

❖ เรียนรู้ที่จะใช้คำพูดในเชิงบวกเพื่อปลุกปลอบให้กำลังใจเด็ก เช่น ทุกคนเคยทำผิดกัน ทั้งนั้น ฉันรู้ว่าเธอจะทำได้ พัฒนาขึ้นมาก ลองพยายามดู เชื่อสิว่าเธอทำได้ เป็นความคิดที่ดี ฉันชื่นชมที่เธอมีความพยายามสูง เธอทำได้ดีแล้ว ช่างเป็นยิ้มที่สดใสเสียเหลือเกิน ฉันดีใจที่เธอลองทำมันดู ฉันภูมิใจที่ได้เป็นครูของพวกเธอ เป็นต้น

❖ ความคิดเกี่ยวกับ Self concept ของคนเป็นเรื่องที่เปลี่ยนแปลงกันได้ แต่การเปลี่ยนแปลงต้องอาศัยเวลา

❖ การให้เด็กได้มีประสบการณ์ในการทำงานเสร็จชิ้นหนึ่ง และได้รับคำชมเชยที่พอดีเป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับเด็ก

❖ การให้เด็กได้มีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ โดยการทำอย่างสม่ำเสมอ ในที่สุดเด็กจะเรียนรู้ว่า พวกเขาทำได้ เป็นความสามารถที่เพิ่มพูนทีละเล็กละน้อย จนบรรลุผลสำเร็จ เป็นการสร้างแรงจูงใจที่จะเปลี่ยนแปลงหรือลงมือทำอะไรที่เด็กเคยคิดว่าเป็นเรื่องยากสำหรับเขา

❖ การเรียนรู้ว่าอะไรคือปัจจัยของความสำเร็จ และเด็กต้องประเมินว่าพวกเขาจะต้องทำอย่างไรบ้างนั้น เป็นการสร้างแรงจูงใจที่ดีแก่เด็ก ทำให้เด็กได้เรียนรู้ว่ามีหนทางแห่งความสำเร็จรออยู่ เพียงแต่ต้องลงมือทำเท่านั้น

กิจกรรมที่ 2 ความล้มเหลวเป็นครูที่ดี

ชื่อกิจกรรม ความล้มเหลวเป็นครูที่ดี

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจความล้มเหลวกับความสำเร็จที่อาจเกิดกับตนเอง

2. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความมุ่งมั่นที่จะทำในสิ่งที่ยากให้สำเร็จได้

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

- กระดาษโรเนียว A4 50 แผ่น
- บอร์ด

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 ระดมสมอง มองคิด

1. ให้เด็กระดมสมองคิดเรื่องที่แต่ละคนมีประสบการณ์ความล้มเหลว เช่น สอบตกวิชาคณิตศาสตร์ ทำกิจกรรมเข้าจังหวะไม่ได้ เล่นกีฬาไม่เก่ง สอบเข้า ป. 1 โรงเรียนดังๆ ไม่ได้ ตั้งใจว่าจะส่งการบ้านตรงเวลาทุกครั้งแต่ก็ทำไม่ได้ ขี่จักรยานไม่ได้ ว่ายน้ำไม่เป็น เลิกโกหกไม่ได้ ฯลฯ

2. ให้เด็กจัดลำดับเรื่องที่เด็กกังวลมากที่สุดในข้อ 1 ขึ้นมา 3 เรื่อง เพื่อที่จะให้เด็กรู้ว่าตัวเองกังวลเรื่องใด

3. จากนั้นให้เด็กช่วยกันคิดว่าพฤติกรรมของคนที่ประสบความล้มเหลว หรือกังวลว่าจะไม่ประสบความสำเร็จมักจะเป็นอย่างไร เช่น กล่าวโทษคนอื่น เลิกล้มความตั้งใจกลางคัน รังแกคนอื่น ชอบแก้ตัว ขี้โมโห หงุดหงิด กินจุ ฯลฯ

ขั้นตอนที่ 2 ย้อนรอย

1. คุยกับเด็กถึงพฤติกรรมในข้อ 3 บางคนอาจเป็นแบบนั้น แต่บางคนนั้น เมื่อกลัวความล้มเหลวเขาก็ต้องพยายามมากขึ้น บางคนรู้ว่าตัวเองไม่ประสบความสำเร็จทางด้านนี้ แต่ก็หันไปเอาดีทางอื่นแทน ยกตัวอย่างเช่น เรียนไม่เก่งแต่เล่นกีฬาเก่ง เป็นต้น

2. กลับไปในข้อ 2 ให้เด็กเขียนตอบว่า แต่ละคนเมื่อกังวลแล้วมีพฤติกรรมอย่างไร หากพบว่ามีพฤติกรรมที่แตกต่างกันหรือน่าเป็นห่วง อาจจะต้องคุยกันเป็นการส่วนตัว

3. ถามเด็กว่า เด็กคิดไหมว่าครูเป็นคนที่มีความสุขและประสบความสำเร็จมากๆ เด็กส่วนใหญ่จะตอบว่า ใช่ และลองถามเหตุผลของเด็กว่าทำไมคิดเช่นนั้น

4. ให้เด็กเข้านั่งล้อมวงกันใกล้มากขึ้น ให้ครูเล่าถึงประสบการณ์ความล้มเหลงในชีวิตให้เด็กฟังด้วยความจริงใจและซื่อสัตย์ ไม่ใช่เป็นการแสดง คุยกับเด็กถึงห้วงเวลานั้นที่สามารถผ่านมาได้ เปิดโอกาสให้เด็กได้ซักถามเพิ่มเติม (หากครูไม่มีประสบการณ์ตรง ก็ต้องทำการบ้านค้นคว้า

ชีวิตของอื่นที่ประสบความล้มเหลวก่อนประสบความสำเร็จมาเล่าให้ฟัง แต่ถ้าเป็นประสบการณ์ของครูจะมีน้ำหนักมากกว่า)

ขั้นตอนที่ 3 สรุปบทเรียน

1. พูดคุยหาข้อสรุป ทำนองเช่น ทุกคนก็อาจล้มเหลว หรือผิดพลาดกันได้ เป็นเรื่องธรรมดาที่จะล้มเหลว นั่นไม่ใช่เรื่องคอขาดบาดตาย ไม่ใช่สุดท้ายของชีวิต ถ้าเรามุ่งมั่น เราก็จะเอาชนะมันได้ และความล้มเหลวก็เป็นบทเรียนที่ดีแก่เรา และทำให้เราเข้มแข็งขึ้น

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

❖ เห็นเรื่องล้มเหลวเป็นเรื่องปกติ คนทั่วไปก็เคยล้มเหลวมาก่อนกันทั้งนั้น

❖ มีกำลังใจที่จะต่อสู้

องค์ความรู้

❖ การที่เราบอกกับเด็กว่า "เธอทำได้" แปลว่าเรามีความคาดหวังในตัวเขา หมายถึง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของเด็ก เชื่อว่าเขาสามารถทำได้หากเขาพยายาม ความคาดหวังต้องควบคู่ไปกับความรัก ความเข้าใจ การให้กำลังใจ และการยอมรับในศักยภาพที่เด็กมีอยู่ มิใช่คาดหวังแบบกดดันเด็ก

❖ ควรสอนให้เด็กเห็นว่าความพยายามมีความสำคัญมากกว่าความสามารถ และความผิดพลาดหรือความล้มเหลวก็เป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จ บางครั้งสาเหตุความล้มเหลวของพวก under-achievers นั้นมาจากขาดความพยายาม ครูควรจะพิจารณาด้วยว่าไม่ได้มอบหมายงานที่ยากเกินไปให้แก่เด็ก อาจจะต้องแบ่งงานให้มีความยากง่ายแตกต่างกันตามกลุ่มของความสามารถ และการวัดผลของครูก็ควรวัดที่ความก้าวหน้าของเด็กแต่ละคน ไม่ใช่วัดร่วมกับเพื่อนทั้งชั้น

❖ ควรเปิดโอกาสให้เด็กได้ร่วมกำหนดเป้าหมายในการเรียนของตนเอง โดยเฉพาะในเด็กที่เรียนอ่อน เพื่อเป็นก้าวแรกของความสำเร็จ จะช่วยให้เด็กเกิดความมั่นใจมากขึ้นตามลำดับ

❖ การที่เด็กจะมีเป้าหมายได้นั้น ครูต้องสร้างความอยากให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก เช่น อยากเป็นคนเก่ง อยากเป็นคนมีสุขภาพแข็งแรง โดยคุยกับเด็กว่าการไปถึงจุดหมายนั้นดีอย่างไร คุยกับเด็กบ่อยๆ และทำชีวิตประจำวันให้มีชีวิตชีวา มีความรู้สึกสนุกในการเรียนรู้ เมื่อเด็กมีเป้าหมาย หน้าที่ของครูคือ ช่วยทำให้เกิดความชัดเจน และส่งเสริมความสามารถและศักยภาพในตัวเด็ก กระตุ้นและสร้างโอกาสให้เด็ก รวมทั้งให้กำลังใจ หากเด็กทำไม่สำเร็จก็อย่าตำหนิ ควรชื่นชมในความพยายามอย่างสุดความสามารถของเด็ก

กิจกรรมที่ 3 วิ่งมินิมาราธอน

กิจกรรม วิ่งมินิมาราธอน

จุดประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เรียนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงพร้อมที่จะทำกิจกรรมที่ยากลำบาก

2. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจที่จะทำงานที่ยากลำบากให้สำเร็จได้

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

-

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 เตรียมความพร้อม

1. ครูคุยกับเด็กๆ ถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายประเภทวิ่ง

2. ชักชวนเด็กให้ร่วมกันจัดวิ่งมินิมาราธอน ให้เด็กในชั้นเรียนมีหน้าที่เป็นคณะกรรมการร่วมจัดกับครู โดยมีหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้นักเรียนและผู้ปกครองในชั้นอื่นๆ เข้าร่วมวิ่งมินิมาราธอน

3. ให้เด็กร่วมออกแบบโปสเตอร์เชิญชวน และออกแบบเหรียญรางวัลที่ระลึกสำหรับผู้เข้าแข่งขันทุกคน

4. ครูอธิบายถึงขั้นตอนของการที่จะประสบความสำเร็จในการวิ่งมินิมาราธอน เด็กต้องซ้อมทุกวัน เริ่มจากการวิ่งระยะสั้นๆ ทุกวัน ก่อนจะเพิ่มระยะทางขึ้นเรื่อยๆ

ขั้นตอนที่ 2 ฝึกปฏิบัติ

1. หลังเลิกเรียนให้เด็กในชั้นเรียนนั้นได้ซ้อมวิ่งร่วมกันเป็นเวลา 1 เดือน รวมถึงชักชวนคนอื่นๆ ที่สมัครเข้าวิ่งมาซ้อมด้วยกันทุกวัน จะช่วยให้เด็กเกิดแรงฮึกเหิมที่จะวิ่งให้ครบเป้าหมาย เพราะอยู่ในบรรยากาศที่กระตุ้นให้อยากวิ่งร่วมกับคนอื่นๆ เกิดความสนุกสนานโดยมีรางวัลเป็นสิ่งเสริมแรง ซึ่งครูควรช่วยเสริมสร้างบรรยากาศด้วย

2. เมื่อถึงวันงาน ทุกคนสามารถวิ่งมินิมาราธอนได้ตามเป้าหมายที่วางไว้

การประเมินผลที่เด็กจะได้รับจากกิจกรรม

- ❖ เด็กเกิดความคาดหวังในตัวเอง และเชื่อมั่นว่าตัวเองทำได้
- ❖ เกิดการพัฒนาแรงจูงใจภายใน
- ❖ การมีนิสัยความมีวินัย อดทน และความมุ่งมั่น อันเป็นปัจจัยของความสำเร็จ

ข้อเสนอแนะกิจกรรม

❖ หากครูไม่สะดวกจะจัดกิจกรรมนี้ในโรงเรียน อาจสนับสนุนให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งมินิมาราธอนกับองค์กรภายนอกที่จัดเป็นประจำอยู่แล้ว

องค์ความรู้

❖ แรงจูงใจเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เด็กก้าวไปสู่ความสำเร็จ ถ้าเด็กขาดแรงจูงใจเด็กจะไม่พยายามทำอะไรอย่างเต็มที่ ผลที่ตามมาคือ เขาจะไม่ประสบความสำเร็จ ความล้มเหลวที่เกิดขึ้นจะทำให้เด็กรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ และเขาจะไม่อยากพยายามทำอีกต่อไป เพราะฝังใจว่าอย่างไรก็คงไม่สำเร็จ

❖ แรงจูงใจแบ่งได้เป็น 2 แบบ คือ แรงจูงใจภายนอก ได้แก่ รางวัล คำชมเชย ประกาศนียบัตร ซึ่งเป็นสิ่งผลักดันจากภายนอกให้เราพยายามก้าวไปถึงเป้าหมาย แต่สิ่งที่สำคัญยิ่งกว่าก็คือ แรงจูงใจภายใน ซึ่งเป็นแรงผลักดันที่มาจากภายในตนเอง การมีเป้าหมายมีความรู้สึกกระตือรือร้น เชื่อว่าเราทำได้และพยายามเตรียมความพร้อมด้วยการฝึกตนเอง เพิ่มประสิทธิภาพของตนเองเพื่อไปให้ถึงเป้าหมายนั้น แม้จะไม่มีรางวัลจากภายนอก แต่แรงจูงใจภายในจะทำให้เกิดความมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ

❖ เด็กที่มีแรงจูงใจภายในนั้น จะยอมทำงานหนัก ต่อสู้กับอุปสรรค และพยายามเอาชนะอุปสรรคนั้นให้ได้ แต่เด็กที่มีแรงจูงใจจากภายนอกเท่านั้น มักจะยอมแพ้เพื่อพบกับความยากลำบากหรือเมื่อขาดแรงจูงใจภายนอก เช่น ไม่มีรางวัล ไม่มีคำชมเชยก็มักจะหมดความพยายามที่จะทำต่อไป

❖ ที่ Benjamin Franklin Middle School ในประเทศสหรัฐอเมริกาได้จัดกิจกรรม “Win a T – shirt for running a marathon” ด้วยระยะทาง 26.2 ไมล์ โดยเด็กแต่ละคนมีเวลาทำเป้าหมายนี้ให้สำเร็จภายใน 1 เดือน ผลก็คือ เด็กที่ไม่เคยคิดว่าตนเองมีความสามารถทางกีฬาได้พบกับความรู้สึกพิเศษเมื่อตนทำได้สำเร็จ คือ เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ จะเห็นว่าทางโรงเรียนมิได้เน้นการคัดสรรเด็กที่เก่งด้านกีฬา แต่เขาตั้งเป้าหมายไว้ที่ระยะเวลา 1 เดือนที่เด็กต้องใช้ความพยายามฝึกฝนวิ่งให้ได้ระยะทาง 26.2 ไมล์ ดังนั้นเด็กต้องมีแรงจูงใจภายในตนเองเพื่อทำให้สำเร็จ

กิจกรรม ปัจฉิมนิเทศ

กิจกรรม ปัจฉิมนิเทศ

จุดประสงค์ เพื่อสรุปบทเรียนหลังจากผ่านการเรียนรู้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค

เวลา 50 นาที

สื่อ / อุปกรณ์

- กระดาษขนาดโปสการ์ด 8 แผ่น
- ปากกาเคมี

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 1 นำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูชวนเด็กคุยถึงชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค ทั้ง 4 ชุดกิจกรรมที่ได้เรียนมา
2. ครูให้เด็ก นึกถึงกิจกรรม ที่ประทับใจที่สุดที่ได้เรียนมา และเล่าสิ่งที่ประทับใจในกิจกรรมนั้นให้เพื่อน ๆ ฟัง

ขั้นตอนที่ 2 ตลาดนัดวิชาการ

1. แบ่งเด็กเป็น 4 กลุ่ม แล้วให้เด็กจับฉลากเลือกกลุ่มละ 1 ชุดกิจกรรม (ตามชุดการสอน

กิจกรรม ชุดที่ 1-4)

2. ให้เด็กแต่ละกลุ่มระดมความคิดสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ในชุดกิจกรรมที่เลือกและจะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร โดยเขียนลงในกระดาษโปสการ์ด
3. ให้เด็กแต่ละกลุ่มเลือกตัวแทนกลุ่ม ๆ ละ 2 คน เพื่อเป็นตัวแทนในการอธิบายให้เพื่อน

ฟังสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ในชุดกิจกรรมที่เลือกและจะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

4. ให้เด็กที่เหลือเลือกเดินหมุนไปตามกลุ่มต่าง ๆ จนครบทุกกลุ่ม

ขั้นตอนที่ 3 สรุปบทเรียน

ครูพูดคุยสรุปกับเด็กว่าความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคเรามีสติในการเผชิญสถานการณ์ หรือสามารถแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม ก็จะทำให้เราสามารถแก้ไขสถานการณ์ให้ผ่านพ้นไปด้วยดี และเราก็จะมีความสุข

ภาคผนวก ค

กิจกรรมแนะแนวปกติ

กิจกรรมแนะแนวปกติ

กิจกรรมที่ 1 ชีวิตนี้มีความหมาย

แนวคิด

การวางแผนในการดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม ทำให้บรรลุซึ่งความสำเร็จในทุกๆ ด้าน

จุดประสงค์

นักเรียนสามารถรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตนเองและปัจจัยสนับสนุนเพื่อวางแผนชีวิตให้ประสบความสำเร็จ

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

ครูร่วมสนทนาถึงการทำงานในชีวิตประจำวันของนักเรียนว่ามีขึ้นตอน และระบบการทำงานอย่างไร

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ครูให้นักเรียนทุกคนทำกิจกรรมในใบงานที่มอบหมาย

2.2 ครู ให้นักเรียนรายงานให้ฟังทีละคน

3. กิจกรรมสรุป

ให้นักเรียนสรุปว่า การวางแผนที่ดีย่อมทำให้สิ่งที่คิดไว้บรรลุผลสำเร็จ คนเราควรมีการวางแผนชีวิตให้เหมาะสม มีขั้นตอนอย่างเป็นระบบ เพื่อการดำรงชีวิตจะได้ดำเนินไปอย่างราบรื่นและประสบความสำเร็จในงานทุกด้าน

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม ใบงาน

การประเมินผล

1. ประเมินผลจากใบงานของนักเรียน
2. สังเกตจากากรเขียนบันทึก การบอกเล่า และการสนทนาซึ่งกันและกัน

ข้อเสนอแนะ

1. วันที่กำหนดในใบงาน ครูอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
2. สามารถสอนในกลุ่มการงานอาชีพและเทคโนโลยี เรื่อง ชีวิตในบ้าน ได้

ผลการสอน/ความคิดเห็นของครู

จากการตรวจใบงานและฟังจากการรายงานของนักเรียน นักเรียนสามารถวางแผนการทำงานและหาปัจจัยสนับสนุนเพื่อให้แผนนั้นประสบความสำเร็จได้

ใบงาน

กิจกรรมที่ 1 ชีวิตนี้มีความหมาย

****

นักเรียนตอบคำถาม

1. นักเรียนจะทำอะไรในวันหยุด

   ตอบ

   .....

   .....

2. นักเรียนจะทำอะไรในวัดปิดภาคเรียน

   ตอบ

   .....

   .....

3. นักเรียนคิดว่าจะสำเร็จมากน้อยเพียงไร

   ตอบ

   .....

   .....

4. นักเรียนคิดว่า มีปัจจัย/สิ่งสนับสนุนอะไรบ้าง ที่จะช่วยให้งานนั้นสำเร็จ

   ตอบ

   .....

   .....

   .....

   .....

   .....

   .....

   .....

   .....

   .....

กิจกรรมที่ 2 คุณค่าของชีวิต

แนวคิด

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นรากฐานการทำความดีและวางแผนชีวิตอย่างมีเป้าหมาย

จุดประสงค์

บอกสิ่งที่ตนภาคภูมิใจได้ และนำมาเป็นฐานการดำเนินชีวิตประจำวัน

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

ครูติดใบประกาศนียบัตรหรือภาพนักเรียนหรือภาพบุคคลอื่นๆ ที่ได้รับโล่รางวัลหรือประกาศนียบัตร แล้วสนทนาโดยเน้นให้เห็นถึงความดี ความสำเร็จ

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ให้นักเรียนเล่าเรื่องภาคภูมิใจของตนให้เพื่อนฟัง

2.2 ให้นักเรียนเขียนความภาคภูมิใจในใบงาน ต้นไม้แห่งความภาคภูมิใจ

3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นแนวทางให้นักเรียนดำเนินชีวิตอย่างมีความหมาย และตั้งเป้าหมายของชีวิตให้ประสบความสำเร็จสูงสุดต่อไป

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

1. ภาพที่แสดงถึงการกระทำที่เกิดความภาคภูมิใจ เช่น
   - ภาพรับโล่ รางวัล ประกาศนียบัตร
   - ภาพชนะเลิศด้านกีฬา ดนตรี ภาษา ฯลฯ
2. ใบงาน ต้นไม้แห่งความภาคภูมิใจ

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมความภาคภูมิใจของนักเรียนขณะตอบคำถาม
2. ตรวจสอบจากคำตอบของนักเรียนเกี่ยวกับความภาคภูมิใจและการวางแผนในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

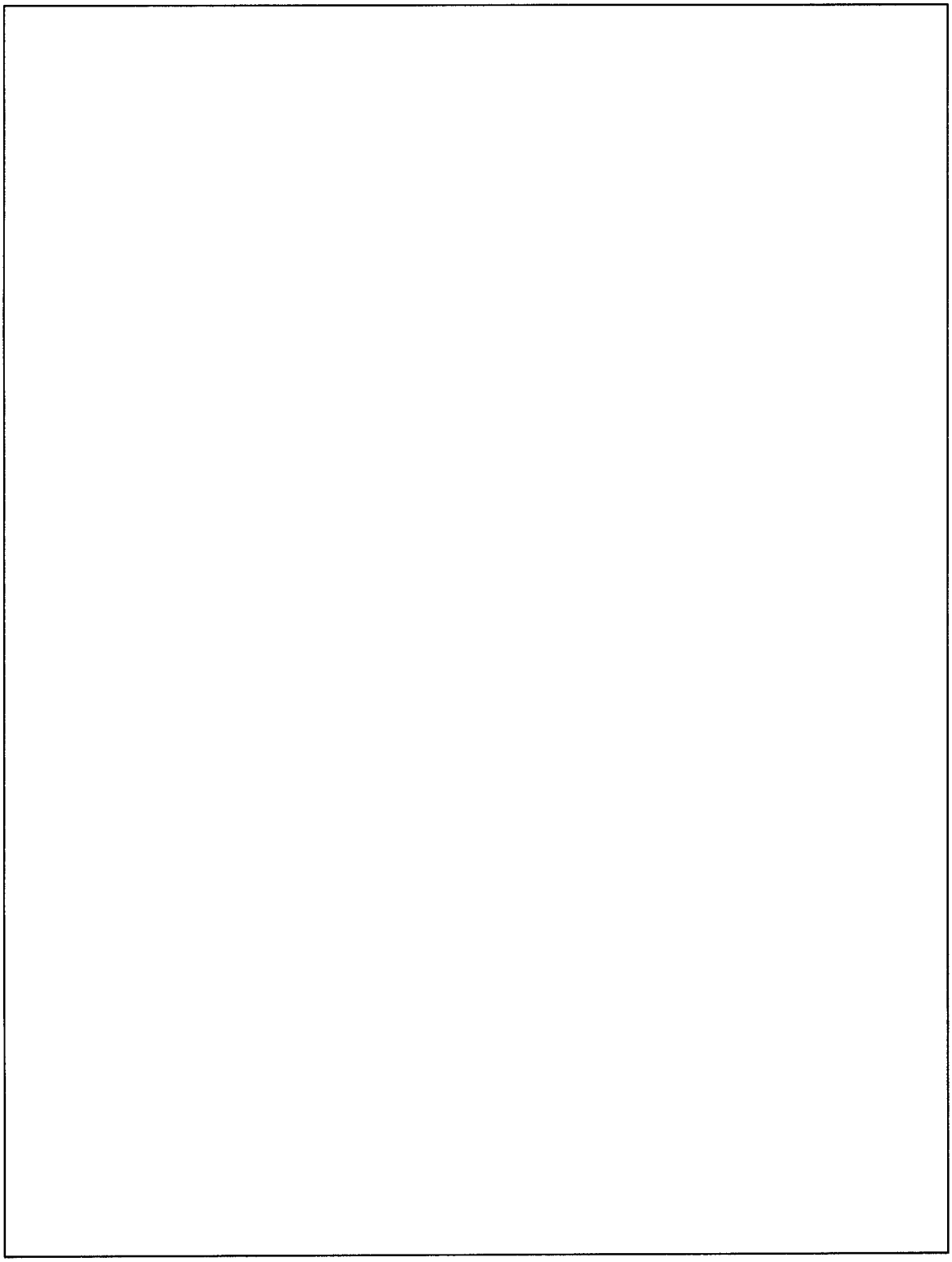
1. ครูควรยกตัวอย่างที่ทำความดีต่างๆ ให้นักเรียนได้ทราบอยู่เสมอๆ เพื่อเป็นการกระตุ้นให้นักเรียนอยากทำความดี
2. สามารถสอนในวิชาจริยศึกษาได้

ใบงานกิจกรรมแนะแนว ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

กิจกรรมที่ 2 คุณค่าของชีวิต

ชื่อ.....วันที่.....

ต้นไม้แห่งความภาคภูมิใจ



กิจกรรมที่ 3 มีปัญญา พาเพิ่มพูน

แนวคิด

ทุกคนมีสติปัญญา มีความรู้ ความสามารถ ความถนัด และทุกคนสามารถพัฒนาสิ่งเหล่านั้นให้ดีขึ้นได้ตามสติปัญญา ความรู้ ความสามารถของตน เพื่อช่วยให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพ

จุดประสงค์

บอกแนวทางปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง
   1.1 ครูแจกกรณีศึกษาเรื่อง สามล้อถูกหวย ให้นักเรียนทุกคนอ่าน
   1.2 นักเรียนตอบคำถามท้ายเรื่อง
   1.3 ครูสุ่มถามคำตอบนักเรียน 2-3 คน และร่วมกันอภิปราย
2. กิจกรรมดำเนินการ
   1.1 แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม
   1.2 แจกใบงานให้นักเรียนแต่กลุ่มทำ
   1.3 ตัวแทนกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียน และร่วมกันอภิปราย
3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมว่า คนเราทุกคนมีความคาดหวังอนาคตของตนเอง ว่าจะต้องมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีครอบครัวที่อบอุ่น มีฐานทางเศรษฐกิจดี มีรายได้เพียงพอ การที่จะได้มาซึ่งสิ่งเหล่านี้ จำเป็นต้องศึกษาหาวิชาความรู้ แสวงหาข้อมูลข่าวสาร รับประสบการณ์ในแง่มุมต่างๆ เพื่อนำมาขยายความคิด เพิ่มพูนจินตนาการ ความรู้ความสามารถ ความถนัด และความสนใจของตนเอง

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

1. กรณีศึกษา เรื่อง สามล้อถูกหวย
2. ใบงาน

การประเมินผล

2. สังเกตจากการเข้าร่วมกิจกรรม
3. สังเกตจากการอภิปราย สรุปผลจากใบงาน

ข้อเสนอแนะ

2. กรณีศึกษา ครูอาจให้ตัวแทนนักเรียนที่มีความสามารถในการเล่าเรื่อง เป็นผู้เล่าเรื่องให้เพื่อฟัง หรือครูเป็นผู้เล่าเรื่องเองเพื่อสร้างบรรยากาศ

ใบงานประกอบการเรียนรู้ กิจกรรมที่ 3 มีปัญญาพาเพิ่มพูน

กรณีศึกษา เรื่อง สามล้อถูกหวย

ชื่อ.....ชั้น ป.6 เลขที่.....

เป็นเรื่องจริงที่เกิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้ กล่าวคือ ชายผู้หนึ่งมีอาชีพถีบสามล้อรับจ้างอยู่ในตลาดสด อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ วันหนึ่งเขาโชคดีถูกลอตเตอรี่รางวัลที่ 1 ได้รับเงินมา 3 ล้านบาท ด้วยความดีใจอย่างไม่น่าเชื่อในโชคชะตาตนเอง ที่หาเช้ากินค่ำทนทุกข์ยากมาหลายปี จึงใช้เงินที่รับมาซื้อของใช้ต่างๆ และเลี้ยงเพื่อนฝูงมากมาย

1 เดือนผ่านไป เงินที่ได้รับรางวัลมาก็หมดลง จนเขาต้องกลับมายึดอาชีพเดิมอยู่จนทุกวันนี้

นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากเรื่องนี้บ้าง?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ถ้านักเนียนเป็นชายขับสามล้อนักเรียนจะทำอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 4 ฉันทำได้

แนวคิด

การนำข้อมูลไปใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นการนำประสบการณ์และข้อมูลต่างๆ ที่ได้รับมาปรับให้เหมาะสมกับตนเอง จะต้องเลือกสรรข้อมูลต่างๆ มาใช้ให้สอดคล้องกับสถานการณ์อันจะทำให้สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้สำเร็จ

จุดประสงค์

นำข้อมูลไปใช้ในการแก้ปัญหาหรือพัฒนาตนเอง

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

ครูและนักเรียน ร่วมกันอภิปรายถึงการนำข้อมูลหรือประสบการณ์ต่างๆ เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาตนหรือสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้สำเร็จ เช่น

- เมื่อต้องการเดินทาง สามารถศึกษาข้อมูลในการเดินทางจากคู่มือการเดินทาง สอบถามจากบุคคลที่รู้จักเส้นทางฯลฯ
- การรักษาสุขภาพอนามัย หรือการป้องกันภัยสังคม สามารถใช้ข้อมูลจากการดูโทรทัศน์หรืออ่านหนังสือเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยหรือภัยสังคม เช่น โรคเอดส์ สารเสพติด การถูกล่อลวง เป็นต้น

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มแล้วแจกใบงานให้แต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายว่า "ถ้านักเรียนจะต้องปลูกผักคะน้าในบริเวณบ้าน ขณะที่บ้านของนักเรียนมีการเลี้ยงเป็ดเลี้ยงไก่พื้นเมือง" แล้วให้นักเรียนอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

- นักเรียนมีวิธีการหรือขั้นตอนการดำเนินงานตั้งแต่เริ่มปลูกผักจนถึงเก็บเกี่ยวอย่างไร
- เหตุผลที่ทำในแต่ละขั้นตอน

2.2 ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงานผล

3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปความสำคัญของข้อมูล ว่าข้อมูลต่างๆ ที่เราได้รับอยู่นั้น ถ้าเรารู้จักเลือกเป็น เราก็สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตัวเราได้

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

ใบงาน

การประเมินผล

สังเกตจากการอภิปรายสรุป การรายงานของนักเรียน และตรวจงานนักเรียน

ใบงาน

กิจกรรมที่ 4 ฉันทำได้

1. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

- ถ้านักเรียนจะต้องปลูกผักในบริเวณบ้าน ขณะที่บ้านของนักเรียนมีการเลี้ยงเป็ดเลี้ยงไก่พื้นเมือง

1.1 บอกขั้นตอนการดำเนินงาน ตั้งแต่เริ่มปลูกผักจนถึงเก็บเกี่ยว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1.2 เหตุผลที่ทำในแต่ละขั้นตอน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงานผล

กิจกรรมที่ 5 ตั้งใจฟัง

แนวคิด

การฟังผู้อื่น เป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดในการฝึกให้การยอมรับนับถือผู้อื่น เนื่องจากการฟังจะสื่อให้ผู้อื่นรับรู้ว่าผู้ฟังให้ความสนใจ ให้เกียรติ และเห็นคุณค่าในตัวเขา การฟังมิได้หมายความว่า ผู้ฟังเห็นด้วยกับผู้พูด แต่การฟังจะทำให้ผู้พูดพร้อมที่จะรับฟังเช่นเดียวกันหากผู้ฟังไม่เห็นด้วยกับเขา

จุดประสงค์

นักเรียนรู้จักฟังและเคารพนับถือซึ่งกันและกัน

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

1.1 ครูขออาสาสมัคร 2 คน เพื่อทำหน้าที่เป็นผู้พูด

1.2 ครูนำอาสาสมัครทั้งสองคนออกไปนอกห้อง และบอกกับอาสาสมัครทั้งสองคนว่าต้องการจะให้เขาทั้งสองคนพูดให้เพ่อในห้องฟังเกี่ยวกับเรื่อง อะไรก็ได้ เช่น ประวัติส่วนตัว นิทาน เหตุการณ์ที่ตื่นเต้นที่สุดในชีวิต ความประทับใจ บุคคลในอุดมคติ ฯลฯ

1.3 ให้อาสาสมัครทั้งสองอยู่ที่เดิม คอยดูสัญญาณจากครูว่าเมื่อไหร่จึงจะถึงเวลาพูด

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ครูเข้ามาในห้อง นัดแนะกับนักเรียนในห้องว่า ระหว่างที่ผู้พูดคนแรกกำลังกำลังพุดอยู่นั้น ให้นักเรียนแสดงอาการรับฟัง ให้ความรับฟัง ให้ความสนใจ ให้การยอมรับแก่ผู้พูดอย่างเต็มที่ เช่น ตั้งใจฟัง ยิ้ม ผงกศีรษะ ซักถาม เป็นต้น

2.2 เมื่อผู้พูดคนที่สองพูด ให้นักเรียนแสดงอาการไม่ยอมรับ เช่น การลุกออกจากที่นั่งเดินไปมา การคุยกัน การเล่นกัน โห่ ฮ่า ไม่สนใจ เป็นต้น

2.3 ครูให้สัญญาณแก่อาสาสมัครให้เข้ามาพูดได้ โดยให้อาสาสมัครคนที่สอง ยืนอยู่ที่เดิมจนกว่าจะได้รับสัญญาณให้เข้ามาพูดได้

2.4 เมื่ออาสาสมัครทั้งสองพูดจบแล้ว ครูสอบถามความรู้สึกของทั้งสองคน ว่ารู้สึกอย่างไรบ้างต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากนั้นครูเฉลยความจริงว่า เหตุการณ์ทั้งสองเป็นเหตุการณ์ที่สมมุติขึ้นเท่านั้น

3. กิจกรรมสรุป

3.1 ครูนำนักเรียนอภิปรายถึงการปฏิบัติตัวเป็นผู้ฟังที่ดี

3.2 ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปประสบการณ์ หรือข้อคิดที่ได้จากการ่วมกิจกรรมนี้ โดยอาศัยแนวทางต่อไปนี้

การยอมรับผู้อื่นโดยการสนใจฟังผู้อื่นพูด เป็นการสร้างความภูมิใจให้ผู้พุด ในขณะเดียวกันการฟังผู้อื่นพูดจะทำให้รู้จักและเข้าใจผู้อื่นเป็นอย่างดี เป็นการสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

การประเมินผล

- สังเกตการณ์บรรยายเปรียบเทียบความรู้สึกของผู้พูด ซึ่งอยู่ในเหตุการณ์ที่พบ ผู้ฟัง 2 ลักษณะของนักเรียน
- จากการสอบถามนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

สามารถบูรณาการในวิชาภาษาไทย

กิจกรรมที่ 6 ทำดีมีคุณค่า

แนวคิด

การวางแผนการทำงานอย่างมีขั้นตอน จะทำให้งานสำเร็จอย่างมีคุณภาพ

จุดประสงค์

1. คิดและประดิษฐ์สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นได้
2. ปฏิบัติตามขั้นตอนในการทำงนตามที่วางแผนไว้ได้
3. บอกผลการปฏิบัติงานของตนเองได้

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

   นำตัวอย่างสิ่งประดิษฐ์ต่างๆ มาให้นักเรียนดู
2. กิจกรรมดำเนินการ

   2.1 สนทนาถึงวิธีจัดทำสิ่งประดิษฐ์ตามตัวอย่าง

   2.2 สรุปขั้นตอนการประดิษฐ์สิ่งของตามตัวอย่าง

   2.3 แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๆ ละ 4 คน

   2.4 ให้แต่ละกลุ่มส่งแผนการประดิษฐ์สิ่งของกลุ่มละ 1 แผน และทำงานตามแผน

   2.5 ส่งตัวแทนรายงานหน้าชั้น
3. กิจกรรมสรุป

   สนทนาสรุปว่า การจะทำให้งานสำเร็จอย่างมีคุณภาพ ต้องมีการวางแผนการทำงานอย่างมีขั้นตอน และประเมินว่าขั้นตอนเหมาะสมหรือไม่ อย่างไร

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

ตัวอย่างสิ่งประดิษฐ์

การประเมินผล

ตรวจแผนจัดทำสิ่งประดิษฐ์ และตรวจผลงานของกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

1. นำผลงานของแต่ละกลุ่มมาจัดแสดงและเสนอข้อคิดเห็นซึ่งกันและกัน
2. กิจกรรมนี้สัมพันธ์กับกลุ่มสาระการงานอาชีพและเทคโนโลยีและโครงการอนุรักษ์พลังงานและสิ่งแวดล้อม

กิจกรรมที่ 7 เชื่อมั่นในความดีของกันและกัน

แนวคิด

การสื่อสารด้วยการพูดเมื่อมีผู้รับฟังด้วยความตั้งใจ จะทำให้ผู้พูดเกิดความมั่นใจในการพูด พูดได้คล่องขึ้น มองตนมีค่าสำหรับผู้ฟัง จะเกิดความนับถือไว้วางใจกัน และจะรับฟังซึ่งกันและกัน

จุดประสงค์

1. มองเห็นความดีงามของตนเองและพูดให้ผู้อื่นรู้ได้
2. มองเห็นความดีงามของผู้อื่นและพูดให้ผู้อื่นรู้ได้

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

1.1 ครูถามนักเรียนว่า ขณะที่นักเรียนออกมารายงานหน้าชั้น นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร หรือแสดงอาการอย่างไรบ้าง

1.2 นักเรียนอภิปราย

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ให้นักเรียนจับคู่หามุมสงบพูดและรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน ใช้เวลาทั้งสิ้น 8 นาที โดยพูดคนละ 4 นาที ดังนี้

- ให้นักเรียนพูดถึงความดีงามของเพื่อน 2 นาทีและให้พูดถึงความดีงามของตนเอง 2 นาที
- ผลัดกันทำเช่นข้อที่ผ่านมา ในแต่ละคู่

2.2 ให้นักเรียนทุกคนรายงานความรู้สึกที่ตนเองได้พูดและรับฟังความดีงามของตนเองและผู้อื่น

2.3 ในขณะที่นักเรียนแต่ละคนรายงานเสร็จ ครูจะอภิปรายร่วมกับนักเรียนโดยอาศัยแนวทางต่อไปนี้

- ในฐานะผู้พูดกล่าวยกย่องถึงความดีงามของผู้อื่นค่อนข้างยาก เพราะสังคมปัจจุบันเคยชินกับการมองผู้อื่นในทางลบหรือเลวร้าย และการพูดยกย่องชมเชยผู้อื่น ถ้ามีคนฟังด้วยแววตากระตือรือร้น ก็จะทำให้ผู้พูดเกิดความเชื่อมั่นและยากพูดยิ่งขึ้น
- ในฐานะผู้พูดกล่าวยกย่องตนเอง การพูดความดีงามของตนเองยิ่งยากกว่าการพูดความดีงามขอผู้อื่น เพราะเราถูกฝึกให้เก็บความดีงามของตนซ่อนไว้ เพื่อความสุภาพ และถ้ามีโอกาสหยุดมองความดีงามของตนโดยมีผู้อื่นให้กำลังใจ ก็จะมองความดีงามนั้นชัดเจนขึ้นและมองได้มากภาพยิ่งขึ้น

- ในฐานะผู้ฟังฟังความดีงามที่ได้รับยกย่อง จะแปลกใจว่าความดีงามของตนก็มีคนอื่นมองเห็น ก็เริ่มมีกำลังใจพร้อมที่จะทำความดีนั้นต่อไป และมีความเชื่อมั่นในการกระทำความดีงามนั้นยิ่งขึ้น รู้จักรักและเห็นคุณค่าของผู้พูด เกิดความนับถือและไว้วางใจผู้พูด
- ในฐานะผู้ฟังฟังความดีงามของผู้พูดเอง รับฟังด้วยความยินดี ถ้าผู้ฟังมองเห็นความดีงามของตนเองได้ ก็ง่ายต่อการรับฟังความดีงามของผู้อื่น บางครั้งก็มีความดีงามที่เหมือนกับตัวเองด้วย ฉะนั้นการฟังความดีงามของกันและกัน ก็จะเพิ่มความดีงามมาก

3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมนี้ โดยอาศัยแนวทางต่อไปนี้

3.1 เมื่อคนเราสามารถมองเห็นความดีงามของตนเองและของผู้อื่นได้ก็เป็นการเสริมความเชื่อมั่นให้แก่กันและกัน

3.2 ผลจากข้อ 3.1 จะทำให้ผู้ฟังรัก ยินดีต่อกันและกัน เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ สังคมก็จะมีแต่ความดีงามมากขึ้น

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตจากการรายงานของนักเรียน
2. สังเกตจากการอภิปรายของนักเรียน

ข้อเสนอแนะ

1. ก่อนจัดกิจกรรมนี้ควรจัดกิจกรรม "ฉันเก่งและน่ารัก" เป็นฐานมาก่อน
2. ใช้สอดแทรกในวิชาภาษาไทย เรื่องการพูดหรือการสอนในวิชาจริยธรรม

ผลการสอน/ความคิดเห็นของครูผู้สอน

จากการสุ่มรายงาน การร่วมอภิปรายและจากการสังเกตการณ์ทำงานร่วมกันในกลุ่มพบว่านักเรียนทุกคนสามารถมองเห็นความดีงามของเพื่อนและของตนเองได้ด้วยความจริงใจ นักเรียนสามารถทำกิจกรรมได้อย่างถูกต้องตามวัตถุประสงค์ที่กิจกรรมต้องการ นักเรียนที่ถูกเพื่อนบอกถึงความดีงามเกิดความภาคภูมิใจ ความมั่นใจในการทำความดีต่อไป หลายคนบอกว่าจะพยายามทำตัวให้ดีขึ้นกว่าเดิมเพราะอย่างน้อยเพื่อนๆ ที่อยู่รอบตัวก็สามารถมองเห็นดีของตน

กิจกรรมที่ 8 ปรับได้ไร้ทุกข์

แนวคิด

การรู้จักยืดหยุ่น ปรับแผนและวิธีการทำงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป จะทำให้แผนสมบูรณ์และสามารถปฏิบัติตามแผนได้

จุดประสงค์

1. นักเรียนสามารถปรับแผนที่กำหนดไว้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ได้
2. นักเรียนสามารถกำหนดวิธีการทำงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง
   ให้นักเรียนศึกษาแผนการทำงานจากกรณีตัวอย่าง
2. กิจกรรมดำเนินการ
   2.1 แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละประมาณ 5-6 คน
   2.2 แจกใบงานให้นักเรียนทุกคน
   2.3 ให้แต่ละกลุ่มร่วมอภิปรายในเรื่องความเหมาะสมของแผนตามสถานการณ์ที่กำหนด
   2.4 สมาชิกในกลุ่มร่วมกันสรุปแนวทางในการปรับและแผนและวีการทำงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป
3. กิจกรรมสรุป
   3.1 ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอแผนที่ปรับปรุงเปลี่ยนแปลแล้วตามขึ้นตอนของการจัดทำแผน
   3.2 ให้นักเรียนกลุ่มอื่นร่วมกันอภิปราย ซักถาม
   3.3 นักเรียนร่วมกันสรุปในเรื่องหลักการปรับแผนและวีทำงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

การประเมินผล

สังเกตการณ์ทำงานกลุ่ม

การอภิปรายแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อเสนอแนะ

ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนซึ่งเป็นการแบ่งกลุ่มนักเรียน ควรเน้นให้นักเรียนในกลุ่มมีโอกาสได้ทำหน้าที่ประธานกลุ่ม เลขานุการกลุ่มและมีส่วนร่วมในการดำเนินงานของกลุ่มโดยทั่วทุกคน

ใบงาน
กิจกรรมที่ 8 ปรับได้ไร้ทุกข์

สถานการณ์ที่ 1

สมมุติว่าในวันเสาร์ – อาทิตย์ นักเรียนได้นัดกับเพื่อนๆ จะไปทำรายงานที่ห้องสมุดประชาชน เพื่อทำรายงานส่งครูในวันจันทร์ และนักเรียนได้ทราบจากหัวหน้าชั้นว่าวันเสาร์ – อาทิตย์นี้ก็จะต้องมาทำแปลงผัก เพื่อจะรับการตรวจจากครูในวันจันทร์เช่นกัน นักเรียนจะทำอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

สถานการณ์ที่ 2

สมมุติให้นักเรียนเป็นผู้จัดการฝ่ายผลิต ของบริษัทผลิตหุ่นยนต์สตาร์วอร์ นักเรียนได้วางแผนดำเนินการ ดังนี้

1. รวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับการผลิตและเวลาการปฏิบัติงานในแต่ละส่วนไว้แล้ว
2. มีรายการชิ้นส่วนที่ซื้อหรือผลิตขึ้นเองที่เก็บตุนไว้ และพร้อมที่จะไปทำการผลิต
3. มีรายการวัสดุที่เก็บตุนไว้
4. มีเครื่องมือเครื่องจักรพร้อม รวมทั้งอุปกรณ์ของเรื่องจักรต่างๆ ด้วย
5. มีรายการประเภทต่างๆ ของพนักงานที่พร้อมจะใช้

เมื่อถึงขั้นนี้นักเรียนก็พร้อมที่จะทำตามตารางการปฏิบัติงานได้ หลังจากที่ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามที่คาดเมื่อถึงขึ้นนี้นักเรียนก็พร้อมที่จะทำตามตารางการปฏิบัติงานได้ แต่การคาดคะเนก็มีข้อผิดพลาดจนได้ เมื่อปัจจัยคะเนและเป็นที่พอใจสำหรับนักเรียนในการวางแผนการผลิต แต่การคาดคะเนก็มีข้อผิดพลาดจนได้ เมื่อปัจจัยต่างๆ เช่น เครื่องจักร พนักงาน ฯลฯ ที่เกี่ยวข้องกับการผลิตไม่พร้อม ในกำหนดเวลาที่ต้องการ นักเรียนในฐานะผู้จัดการฝ่ายผลิตจะดำเนินการในเรื่องนี้อย่างไร เพื่อให้ได้ผลผลิตทันตามต้องการ

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 9 กำลังใจ

แนวคิด

การเข้าใจถึงความรู้สึก และการเสริมกำลังใจให้ตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดความเชื่อมั่น

จุดประสงค์

1. วิเคราะห์ความรู้สึกของตนเองทั้งในทางบวกและทางลบ
2. เข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง
   1.1 สนทนากับนักเรียนว่า วันนี้นักเรียนมีความรู้สึกต่อตนเองอย่างไร เช่น ดีใจ เสียใจ เป็นสุขใจ สุ่มนักเรียน 2-3 คน ออกมาเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง
   1.2 ครูสนทนากับนักเรียนว่าความรู้สึกที่ดีก่อให้เกิดความสุขและมีกำลังใจ
2. กิจกรรมดำเนินการ
   2.1 ให้นักเรียนวิเคราะห์ความรู้สึกของตนเองลงในใบงาน
   2.2 ให้นักเรียนออกมารายงานหน้าชั้น
3. กิจกรรมสรุป

ครูย้ำให้นักเรียนแยกแยะความรู้สึกที่ดี ทำให้เกิดความสุข ความรู้สึกที่ไม่ดี ทำให้เกิดความเศร้าหมอง ไม่สบายใจ และเก็บความรู้สึกที่ดีไว้ ขจัดความเศร้าหมองให้ลืมเลือนไป

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่าความรู้สึกมีผลต่อการกระทำทั้งในทางลบและทางบวก ถ้าเราสามารถทำให้เกิดพลังใจและมีแรงกระตุ้นที่ทำให้เกิดการปรับปรุงตนเองจะสร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเองได้

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

ใบงานวิเคราะห์ความรู้สึก

การประเมินผล

1. สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียนในช่วงต่อไปหลังจากวิเคราะห์ความรู้สึก
2. ดูการสนทนาของนักเรียนในเรื่องของความรู้ที่ดีและไม่ดี

ข้อเสนอแนะ

1. ยกตัวอย่างความรู้สึกที่ดีและไม่ดีให้นักเรียนเข้าใจหลายๆ ตัวอย่าง
2. ให้นักเรียนจัดทำใบงานวิเคราะห์ความรู้สึกของตัวเองหลาย ๆ ข้อมูลที่เกิดขึ้นจริงกับตัวเอง

3. สามารถสอนในกลุ่มกลุ่มสาระสังคมศึกษาฯ เรื่อง ชีวิตในบ้าน หรือสอนในวิชาภาษาไทย เรื่องให้ทุกข์แก่ท่าน ทุกข์นั้นถึงตัว หรือสอดแทรกในวิชาจริยศึกษา

ใบงาน

กิจกรรมที่ 9 กำลังใจ

1.นักเรียนวิเคราะห์ความรู้สึกของตนเองลงในตาราง

ผู้พูด	คำพูด	นักเรียนเกิดความรู้สึกทางบวก หรือทางลบ	ผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออก
(ตัวอย่าง) แม่ (ตัวอย่าง)	"ลูกเป็นคนมีระเบียบเรียบร้อย" "ลูกเกียจคร้าน"	เกิดความรู้สึกทางบวก เกิดความรู้สึกทางลบ	ทำให้ลูกชอบความเป็นระเบียบเรียบร้อย ทำให้ลูกไม่อยากทำการบ้าน ไม่อ่านหนังสือ เป็นต้น
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....

2. นักเรียนอภิปรายกับเพื่อนว่าประโยคคำพูดใดทำให้ตนรู้สึกมีกำลังใจในการทำดีต่อไป หรือประโยคคำพูดใดทำให้ตนเกิดความ ท้าทายในการพัฒนาตน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 10 นักแสวงหา

แนวคิด

การแสวงหาวิธีการที่จะได้ความรู้เป็นกระวนการของบุคคล ที่จะศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลข่าวสาร เพื่อให้เป็นคนทันโลกทันเหตุการณ์

จุดประสงค์

1. แสวงหาข้อมูลโดยใช้วิธีการหลายรูปแบบ
2. รู้จักหาวิธีที่จะได้ข้อมูลที่ต้องการ

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

ครูถามนักเรียนว่า ถ้านักเรียนต้องการทราบข่าวสาต่างๆ นักเรียนสามารถทราบจากที่ใดบ้าง (เช่น จากโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ วิทยุ การบอกเล่า)

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 5-6 คน

2.2 ครูแจกใบงานให้แต่ละกลุ่มเพื่ออภิปรายสรุปตามประเด็นต่อไปนี้

- นักเรียนจะหาข้อมูลข่าวสารจาที่ใดได้บ้าง
- นักเรียนมีวิธีการที่จะแสวงหาข้อมูลที่ต้องการได้อย่างไร

2.3 ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงาน

3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงแหล่งข้อมูลและวิธีการต่างๆ ในการแสวงหาข้อมูล

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

ใบงาน

การประเมินผล

สังเกตการณ์ปฏิบัติงานและผลการปฏิบัติงาน

ข้อเสนอแนะ

1. การจัดกิจกรรมนี้อาจไม่เสร็จสิ้นใน 1 ครั้ง จะต้องทำกิจกรรมต่อเนื่องในครั้งต่อไปโดยครูมอบให้นักเรียนไปหาข้อมูลข่าวสารจากแหล่งข้อมูลดังนี้

- โทรทัศน์ วิทยุ
- หนังสือพิมพ์
- สัมภาษณ์บุคคลภายนอกโรงเรียน

2. สามารถสอนในกลุ่มสาระสังคมศึกษาฯ เรื่อง ข่าวและเหตุการณ์

ใบงาน
กิจกรรมที่ 10 นักแสวงหา

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1.นักเรียนจะหาข้อมูลข่าวสารจากที่ใดได้บ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.นักเรียนมีวิธีการที่จะแสวงหาข้อมูลที่ต้องการได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 11 เชื่อหรือไม่

แนวคิด

ข้อมูลต่างๆ ที่ได้ มานั้นมีทั้งส่วนที่เป็นจริงและไม่จริง จึงจำเป็นที่เราจะต้องมีการวิเคราะห์ข้อมูลนั้นๆ ก่อนนำไปใช้ เพื่อให้สามารถแก้ปัญหาที่เราต้องการได้

จุดประสงค์

1. วิเคราะห์สื่อโฆษณาได้
2. วิเคราะห์ข่าวสารข้อมูลที่มาในรูปสื่อต่างๆ ได้

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

ครูและนักเรียนช่วยกันวิจารณ์การโฆษณาจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ หรือโทรทัศน์ เช่น ยาลดความอ้วน ยาที่กินแล้วขยัน ฯลฯ

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5-6 คน และให้กลุ่มช่วยกันวิจารณ์การโฆษณาที่ได้ดูจากโทรทัศน์หรือหนังสือพิมพ์ ฯลฯ ว่าสิ่งใดเป็นไปได้และเป็นไปไม่ได้

2.2 ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมารายงาน

3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงข่าวสารข้อมูลที่ได้นั้น มีทั้งส่วนที่เป็นจริงและไม่จริงจึงจำเป็นต้องมีการวิเคราะห์ข้อมูลก่อนที่จะนำไปใช้

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

ตัวอย่างวีดิทัศน์โฆษณา หรือการโฆษณาทางหนังสือพิมพ์

การประเมินผล

สังเกตจากการอภิปรายภายในกลุ่ม และการรายงานของกลุ่ม

ข้อเสนอแนะ

1. ครูอาจใช้ข่าวโฆษณาจากแหล่งอื่นแทนวีดิทัศน์ได้
2. สามารถสอนในกลุ่มสาระภาษาไทยหรือกลุ่มสาระสังคมศึกษาฯ

กิจกรรมที่ 12 เลือกอย่างไร

แนวคิด

การเลือกข้อมูลเป็นการจำแนกแจกแจงข้อมูลที่มีความหลากหลายให้ได้ข้อมูลที่มีความเหมาะสม และสอดคล้องกับความต้องการ จึงควรกระทำด้วยความละเอียด รอบคอบเพื่อให้ได้ข้อมูลเที่ยงตรงและเอื้อประโยชน์ต่อการดำเนินกิจกรรม

จุดประสงค์

ใช้เกณฑ์ที่เหมาะสมในการเลือกข้อมูลเพื่อนำไปใช้พัฒนาตนเอง

กระบวนการ

1. กิจกรรมนำเรื่อง

1.1 ครูและนักเรียนช่วยกันอภิปรายว่าทำไมเราจึงจัดสัตว์ออกเป็นประเภทต่างๆ เช่น สัตว์บก สัตว์น้ำ ฯลฯ (เพราะอยู่บนบก, อยู่ในน้ำ) เราใช้เกณฑ์อะไรแบ่งสัตว์เหล่านั้น (ที่อยู่)

1.2 ครูและนักเรียนช่วยกันอภิปรายว่า ทำไมเราจึงจัดสิ่งของเหล่านั้นอยู่ด้วยกัน เช่น เตารีด หม้อหุงข้าวไฟฟ้า ซ้อน พัดลม โทรทัศน์ ฯลฯ (เครื่องใช้ไฟฟ้า, ไม่ใช้ไฟฟ้า,ไม่อยู่ในครัว,อยู่ในครัว) และเราใช้เกณฑ์อะไรในการแบ่ง (เกณฑ์วิธีใช้ และเกณฑ์ที่อยู่)

2. กิจกรรมดำเนินการ

2.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ประมาณ 5 กลุ่ม

2.2 ให้นักเรียนส่งตัวแทนกลุ่มมาจับฉลากเลือกสินค้า เช่น เสื้อผ้า รองเท้า กางเกง นาฬิกา ฯลฯ

2.3 ครูอธิบายกติกา และแจกใบงาน

- ถ้านักเรียนเลือกซื้อสินค้าตามหัวข้อที่นักเรียน จับฉลากได้ นักเรียนจะมีวิธีการเลือกซื้อสินค้าอย่างไร เพราะเหตุใด และใช้เกณฑ์อะไรในการซื้อ

2.4 ส่งตัวแทนกลุ่มออกมารายงาน

2.5 ครูอาจสุ่มนักเรียน 2-3 คน และถามว่าถ้านักเรียนซื้อสินค้า (ที่ไม่ใช่กลุ่มของตน) นักเรียนจะมีวิธีการซื้ออย่างไร ใช้เกณฑ์อะไรในการซื้อ

3. กิจกรรมสรุป

ครูและนักเรียนช่วยกันอภิปรายสรุปถึงวิธีการเลือกข้อมูลและเกณฑ์ที่ใช้ในการเลือกข้อมูลว่า สามารถกระทำได้หลายวิ ขึ้นอยู่กับความต้องการของเราว่าจะนำข้อมูลเหล่านั้นไปใช้ทำอะไร

สื่อ เครื่องมือ นวัตกรรม

1. ฉลากชื่อสินค้า (เสื้อ รถยนต์ กางเกง รองเท้า นาฬิกา ฯลฯ)
2. ใบงาน

การประเมินผล

1. สังเกตจากการอภิปรายและการจัดหมวดหมู่สิ่งของโดยใช้เกณฑ์ต่างๆ
2. สังเกตจากการายงาน และวิธีการเลือกเกณฑ์

ข้อเสนอแนะ

สามารถสอนในกลุ่มสาระสังคมศึกษาฯ เรื่อง ข่าวและเหตุการณ์ หรือแทรกในกระบวนการทางวิทยาศาสตร์

ใบงาน
กิจกรรมที่ 12 เลือกอย่างไร

1. ชื่อสินค้า (คือสินค้าที่ตัวแทนกลุ่มจับฉลากได้).....
2. ถ้านักเรียนซื้อสินค้า (ตามข้อ 1)
   นักเรียนจะมีวีการเลือกซื้อสินค้าอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เกณฑ์ในการซื้อสินค้านั้นๆ มีอะไรบ้าง และนักเรียนใช้เกณฑ์อะไรในการตัดสินใจซื้อ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ง

แบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ)

แบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ)

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความที่กำหนดให้ แล้วพิจารณาว่า ถ้านักเรียนได้พบเจอกับสถานการณ์ นั้น ๆ นักเรียนจะแสดงพฤติกรรมการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค มาก–น้อย ในระดับใด โดยทำเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่องที่คิดว่าตรงกับตัวนักเรียนมากที่สุด เพียงช่องเดียว

จริง หมายถึง เมื่อนักเรียนเห็นว่าข้อความนั้นส่วนมากตรงกับความรู้สึก หรือพฤติกรรมของตนเองจริง

จริงบ้าง หมายถึง เมื่อนักเรียนเห็นว่าข้อความนั้นมีบางส่วนตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของตนเอง

ไม่จริง หมายถึง เมื่อนักเรียนเห็นว่าข้อความนั้นทั้งหมดไม่ตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมของตนเอง

ข้อที่	ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค	ระดับพฤติกรรม		
		จริง	จริงบ้าง	ไม่จริง
1.	<u>ด้านการควบคุมสถานการณ์</u> เมื่อเรียนไม่ทันเพื่อนและเกิดความเบื่อหน่ายในการเรียน นักเรียนมีวิธี ในการแก้ไขและสร้างกำลังใจให้กับตนเอง			
2.	นักเรียนต้องส่งรายงานภายในเช้าวันนี้ แต่เกิดทำหาย นักเรียนสามารถแก้ไขปัญหานี้ได้ทันท่วงที			
3.	เพื่อนร่วมกลุ่ม ไม่ยอมรับแนวคิดของนักเรียน นักเรียนสามารถคิดและอธิบายเหตุผลให้เพื่อนยอมรับจนได้			
4.	หากเพื่อนไม่ชวนไปงานเลี้ยงวันเกิด นักเรียนสามารถซ่อนความผิดหวัง และ คบเขาเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันได้เหมือนเดิม			
5.	เมื่อนักเรียนรู้สึกว่าเพื่อนซึมเศร้า นักเรียนมักเป็นคนที่ช่วยเพื่อนแก้ไขปัญหานั้น			
6.	เมื่อนักเรียนได้รับการคัดเลือกให้เป็นตัวแทนกลุ่ม ออกไปรายงานหน้าชั้น นักเรียนสามารถทำได้อย่างดี			
7.	เมื่อทำงานผิดพลาด ล้มเหลว นักเรียนสามารถหาวิธีการแก้ไขได้ทันที			

ข้อที่	ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค	ระดับพฤติกรรม		
		จริง	จริงบ้าง	ไม่จริงเลย
8.	เมื่อทะเลาะกับเพื่อน นักเรียนคิดว่าปัญหาจะจบลงโดยเร็ว และนักเรียน จะสามารถปรับความเข้าใจกับเพื่อนได้			
9.	อีกไม่กี่นาทีข้างหน้านักเรียนจะต้องขึ้นร้องเพลงบนเวที เป็นครั้งแรกในชีวิต ถึงแม้จะตื่นเต้นมาก แต่นักเรียนก็จะต้องแสดงให้ได้ดีที่สุด			
10.	มีคนกล่าวหาว่า นักเรียนขโมยสินค้าในร้านค้า โดยที่นักเรียนไม่ได้ขโมย นักเรียนสามารถหาวิธีการและคำอธิบายให้เจ้าของร้านเชื่อและเข้าใจได้			
1.	<u>ด้านการวิเคราะห์ต้นตอของอุปสรรคและการยอมรับผลการกระทำของตนเอง</u> เมื่อนักเรียนทำรายงานเพื่อนหาย นักเรียนจะแสดงความรับผิดชอบเต็มที่			
2.	นักเรียนพบว่า การที่เพื่อนไม่ยอมรับแนวคิดของนักเรียน มีสาเหตุมาจากตัวนักเรียนเอง นักเรียนจะยอมรับและพยายามปรับปรุงตนเองใหม่ให้ดีขึ้น			
3.	ในการทำกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีส่วนร่วมในการคิด แก้ไขปัญหาเสมอ			
4.	ในการแข่งขันกีฬาประเภททีม นักเรียนมีส่วนทำให้ทีมเสียคะแนนและพ่ายแพ้ในที่สุด นักเรียนคิดว่าตนเองต้องมีส่วนรับผิดชอบต่อผลการแข่งขันครั้งนี้			
5.	เมื่อเกิดปัญหาขึ้น นักเรียนสามารถวิเคราะห์สาเหตุของปัญหาได้			
6.	ในขณะเข้าแถวทำกิจกรรมหน้าเสาธง เพื่อนเป็นลม นักเรียนสามารถให้การช่วยเหลือเพื่อนได้			
7.	นักเรียนสอบไม่ผ่านวิชาใด ทั้งนี้เป็นเพราะตัวนักเรียนเองที่ไม่ตั้งใจเรียนเมื่อเวลาครูสอน			

ข้อที่	ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค	ระดับพฤติกรรม		
		จริง	จริงบ้าง	ไม่จริงเลย
8.	แม้ต้องทำงานกับคนที่ไม่ค่อยชอบพอ นักเรียนก็ตั้งใจทำงานเต็มที่และเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน			
9.	เมื่องานกลุ่มมีปัญหา เกิดผิดพลาดถึงขนาดครูไม่ให้ผ่าน นักเรียนเป็นหัวหน้ากลุ่ม นักเรียนคิดว่าเป็นความรับผิดชอบของตนเองอย่างเต็มที่			
10.	นักเรียนเล่นกับน้อง เกิดพลาดไปถูกแจกันใบสวย ราคาแพงสุดโปรดของแม่แตก นักเรียนคิดว่าเป็นความผิดของตนและต้องรับผิดชอบแต่เพียงผู้เดียว			
1.	<u>ด้านการรับรู้ผลกระทบระดับของปัญหาและอุปสรรค</u> เมื่อต้องย้ายติดตามผู้ปกครองทำให้ต้องไปเข้าเรียนโรงเรียนใหม่ นักเรียนคิดว่าจะสามารถหาเพื่อนใหม่ที่โรงเรียนใหม่ได้ไม่ยาก			
2.	แม้ได้รับมอบหมายให้ทำงานที่ยาก นักเรียนก็มั่นใจในความสามารถของตนว่าทำได้			
3.	เมื่อสอบไม่ผ่านในวิชาใด เหตุการณ์ครั้งนี้จะทำให้นักเรียนขยันมากขึ้นเพื่อสอบให้ผ่านในครั้งต่อไป			
4.	หากเกิดเหตุการณ์ที่ทำให้นักเรียนต้องพิการ นักเรียนจะตั้งสติและทบทวนว่าจะดำรงชีวิตอยู่ต่อไปได้อย่างไร			
5.	นักเรียนได้ยินเพื่อนกำลังนินทาตน นักเรียนจะไม่โกรธหรือใช้อารมณ์ใส่เพื่อน แต่จะคิด พิจารณา และหาเหตุผลที่แท้จริง			
6.	นักเรียนไม่ได้รับของขวัญวันเกิด เพราะคะแนนไม่ถึงตามที่ได้สัญญาไว้กับ คุณพ่อ นักเรียนสามารถระงับความเสียใจและปรับปรุงตนเองตั้งเป้าหมายว่าปีหน้าต้องทำให้ได้			
7.	นักเรียนขยันอ่านหนังสือแต่สอบไม่ผ่าน เหตุการณ์นี้จะมีผลเฉพาะครั้งนี้เท่านั้น ครั้งต่อไปต้องสอบผ่านให้ได้			
8.	เมื่อเกิดปัญหาและอุปสรรคขึ้นในชีวิต นักเรียนคิดว่านักเรียนสามารถจัดการกับปัญหาเหล่านั้นได้			

ข้อที่	ความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค	ระดับพฤติกรรม		
		จริง	จริงบ้าง	ไม่จริงเลย
9.	เมื่อถูกตำหนิต่อหน้าเพื่อน ๆหลายคน นักเรียนคิดว่าคนที่ตำหนิอาจเข้าใจผิดและพร้อมอธิบายให้เข้าใจกันได้			
10.	นักเรียนเชื่อเสมอว่า ไม่มีอะไรที่เป็นไปไม่ได้ ถ้ามีความพยายาม			
1.	<u>ด้านความอดทนต่อความยากลำบาก</u> นักเรียนคิดว่าการที่คนเราพบปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ นั้นช่วยทำให้เรา เป็นคนเข้มแข็งและไม่หนีปัญหา			
2.	เมื่อต้องสูญเสียคนที่รัก ตลอดกาล นักเรียนคิดเสมอว่าความตายเป็นเรื่องธรรมชาติของสัตว์โลก			
3.	เมื่อนักเรียนต้องทำงานใดที่ยากมาก ๆ นักเรียนกลับยิ่งรู้สึกว่างานนั้นเป็นงานที่น่าสนใจและมีความท้าทายให้น่าทำมากขึ้น			
4.	เมื่อประสบกับปัญหาที่แก้ไขไม่ได้ในวันนี้ นักเรียนเชื่อว่า พรุ่งนี้ต้องดีกว่า วันนี้แน่			
5.	เมื่อนักเรียนป่วยเป็นโรคร้าย นักเรียนจะพยายามรักษาสุขภาพของตนเองให้ดีที่สุด ตามคำแนะนำของแพทย์ และมีความหวังว่าอาการต่าง ๆ จะดีขึ้น			
6.	นักเรียนมีความเชื่อว่าความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จย่อมอยู่ที่นั่น			
7.	เมื่อต้องแยกกับเพื่อสนิทเป็นเวลานาน นักเรียนอดทนได้และคิดว่าอีกไม่นานคงได้พบกันอีก			
8.	เมื่อต้องรอเพื่อนที่มาช้ากว่าเวลาที่นัดหมาย นักเรียนคิดว่า เพื่อนคงมีธุระสำคัญและให้อภัยเพื่อนได้			
9.	นักเรียนเชื่อว่าทุกปัญหาแก้ไขได้ และมีทางออกเสมอ			
10.	เมื่อสามารถฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ มาได้ ทำให้นักเรียนเกิดความเชื่อมั่นและมีความภาคภูมิใจ			

ภาคผนวก จ

ผลการตรวจสอบหาค่าคุณภาพของเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูล
ด้วยวิธีการหาค่า IOC

ผลการตรวจสอบหาค่าคุณภาพของเครื่องมือและการวิเคราะห์ข้อมูล
ด้วยวิธีการหาค่า IOC ของแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ)

ข้อที่	ค่าคะแนนการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ					$\sum R$	IOC
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
1	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
2	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
3	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
4	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
5	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
6	+1	+1	+1	0	+1	4	.80
7	+1	+1	+1	0	+1	4	.80
8	+1	+1	+1	0	+1	4	.80
9	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
10	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
11	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
12	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
13	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
14	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
15	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
16	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
17	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
18	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
19	+1	+1	+1	+1	+1	5	1

ข้อที่	ค่าคะแนนการประเมินของผู้เชี่ยวชาญ					$\sum R$	IOC
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
20	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
21	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
22	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
23	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
24	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
25	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
26	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
27	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
28	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
29	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
30	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
31	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
32	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
33	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
34	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
35	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
36	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
37	+1	+1	0	+1	+1	4	.80
38	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
39	+1	+1	+1	+1	+1	5	1
40	+1	+1	0	+1	+1	4	.80

ภาคผนวก ฉ

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนก

ของแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ)

ตารางแสดงค่าอำนาจจำแนก
ของแบบวัดความสามารถในการฟันฝ่าปัญหาและอุปสรรค (AQ)

ข้อที่	ค่า (B)	ข้อที่	ค่า (B)
1	0.93	21	0.75
2	0.58	22	0.61
3	0.81	23	0.60
4	0.70	24	0.54
5	0.77	25	0.76
6	0.62	26	0.80
7	0.79	27	0.76
8	0.81	28	0.85
9	0.64	29	0.79
10	0.80	30	0.55
11	0.64	31	0.80
12	0.56	32	0.81
13	0.90	33	0.88
14	0.93	34	0.94
15	0.87	35	0.51
16	0.63	36	0.88
17	0.77	37	0.63
18	0.75	38	0.88
19	0.58	39	0.72
20	0.62	40	0.50

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางสาวศิริลักษณ์ ละเอียดอ่อน
วัน เดือน ปีเกิด	27 พฤศจิกายน 2512
สถานที่เกิด	จังหวัดอุบลราชธานี
ประวัติการศึกษา	ครุศาสตร์บัณฑิต (ค.บ.) จิตวิทยาและการแนะแนว วิทยาลัยครูกำแพงเพชร พ.ศ.2536 ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต (ศษ.ม.) แขนงวิชาการแนะแนว มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช พ.ศ.2552
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนอนุบาลลืออำนาจ หมู่ 2 ถนนชยางกูร ตำบลอำนาจ อำเภอลืออำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ 37000 โทรศัพท์ 0-452-72342
ตำแหน่ง	ครูชำนาญการ