

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัว
ทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2565

**The Effects of Using a Guidance Activities Package Based on Teamwork
to Improve the Relationships among Friends of Grade 10 Students
at Pua School in Nan Province**

SM3. Teera Tepjinda

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for
the Degree of Master of Education in Guidance and Psychological Counseling

School of Educational Studies

Sukhothai Thammathirat Open University

2022

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน

ชื่อและนามสกุล จำสิปตรีธีระ เทพจินดา

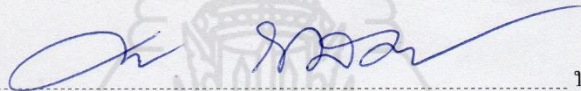
วิชาเอก การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

สาขาวิชา ศีรษะศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา 1. รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง
2. รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา

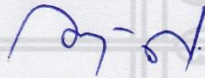
วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2566

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



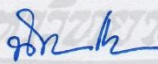
ประธานกรรมการ

(อาจารย์ ดร.กรรชิต แสนอุบล)



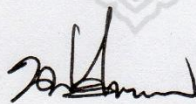
กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)



ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.นราธิป ศรีราม)

๒๕๖๕

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทาง
สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน

ผู้วิจัย จำสิบตรีธีระ เทพจินดา รหัสนักศึกษา 2622800015

ปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)

อาจารย์ที่ปรึกษา (1) รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง

(2) รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา **ปีการศึกษา** 2565

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม (2) เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมและของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ และ (3) ศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 80 คนใน 2 ห้องเรียนของโรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน เครื่องมือที่ใช้ได้แก่ (1) ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน จำนวน 12 กิจกรรม (2) แบบวัดการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน และ (3) แบบสอบถามความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) หลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนการปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนสูงกว่าของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมอยู่ในระดับมาก ข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมคือ 1) เป็นกิจกรรมที่ดีสามารถนำมาใช้ได้จริงเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน 2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ 3) ควรทำเนาเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพชัดเจนขึ้น

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนว การทำงานเป็นทีม การปรับตัวทางสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน

Thesis title: The Effects of Using a Guidance Activities Package Based on Teamwork to Improve the Relationships among Friends of Grade 10 Students at Pua School in Nan Province

Researcher: SM3. Teera Tepjinda; **ID:** 2622800015;

Degree: Master of Education (Guidance and Psychological Counseling);

Thesis advisors: (1) Dr. Wunlapa Sabaiying, Associate Professor;

(2) Dr. Niranart Sansa, Associate Professor; **Academic year:** 2022

Abstract

The purposes of this research were (1) to compare levels of relationships among friends of the experimental group students before and after using a guidance activities package based on teamwork; (2) to compare the level of relationships among friends of the experimental group students after using the guidance activities package based on teamwork with that of the control group students after partaking in normal guidance activities; and (3) to study the students' satisfaction with and suggestions for using the guidance activities package.

The research sample consisted of 80 Grade 10 students in two intact classrooms of Pua School in Pua District, Nan Province during the second semester of the academic year 2022, obtained by cluster random sampling. Then the two classrooms were randomly assigned as the experimental group and the control group, each of which containing 40 students. The research instruments comprised (1) a guidance activities package based on teamwork to improve the relationships among friends comprising 12 activities; (2) a scale to assess relationships among friends, with reliability coefficient of .81; and (3) a questionnaire on student's satisfaction with and suggestions for using the guidance activities package. Data were analyzed using the percentage, mean, standard deviation, t-test, and content analysis.

The research results showed that (1) after using a guidance activities package based on teamwork, the post-experiment scores on relationships among friends of the experimental group students were significantly higher than their pre-experiment counterpart scores at the .05 level of statistical significance; (2) the post experiment scores on relationships among friends of the experimental group students, who used the guidance activities package based on teamwork to improve the relationships among friends, was significantly higher than the counterpart scores of the control group students who partook in normal guidance activities at the .05 level of statistical significance; and (3) the experimental group students were highly satisfied with the guidance activities package based on teamwork to improve the relationships among friends; their suggestions for using the guidance activities package were the following: (1) the activities in the package were good activities that could be actually implemented for improving the relationships among friends; (2) some activities did not have enough time for doing the activities; and (3) the guidance activities document should be duplicated in color in order to see the pictures more clearly.

Keywords: Guidance activities package, Teamwork, Relationships among Friends

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ที่ประสบผลสำเร็จ เนื่องจากได้รับความกรุณาและได้รับความช่วยเหลือเป็นอย่างยิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักและรองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาเอาใจใส่ให้ข้อคิด ให้คำแนะนำและคำปรึกษาถ่ายทอดความรู้แบ่งปันประสบการณ์ชีวิตที่มีคุณค่า ให้กำลังใจให้แนวทางเพื่อการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ พร้อมทั้งเป็นแบบอย่างของการเป็นนักวิจัย และตลอดระยะเวลาการดำเนินการ ติดตามดูแลด้วยความห่วงใยเสมอมาผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล ที่ได้กรุณาเสียสละเวลาอันมีค่ามาเป็นประธานกรรมการสอบ และยังได้ให้คำแนะนำในการตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เขียนงาม ดร.รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริคุณ ดร.ธนะดี สุริยะจันทร์หอม นางสาวจิตติมา อินทวงษ์ และนางสาวจิรภัทร์ ชิปัญญา ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือรวมทั้งให้ ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ที่ใช้ในการทำวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณาจารย์แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้คำแนะนำ ความเอื้ออาทรและให้ประสบการณ์ในการศึกษาที่มีคุณค่ายิ่งจนประสบความสำเร็จและผู้บริหาร คณะครู บุคลากรทางการศึกษา และนักเรียน โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน ที่กรุณาให้ความช่วยเหลือสนับสนุนให้กำลังใจตลอดจนให้ความร่วมมือเพื่อการวิจัยเสมอมา

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณค่าและประโยชน์ของวิทยานิพนธ์เล่มนี้บูชาพระคุณบิดามารดาและครูอาจารย์ที่ได้อบรมสั่งสอนและชี้แนะแนวทางการศึกษากัลยาณมิตรทุกท่านที่เป็นกำลังใจในความสำเร็จของผู้วิจัยในครั้งนี้

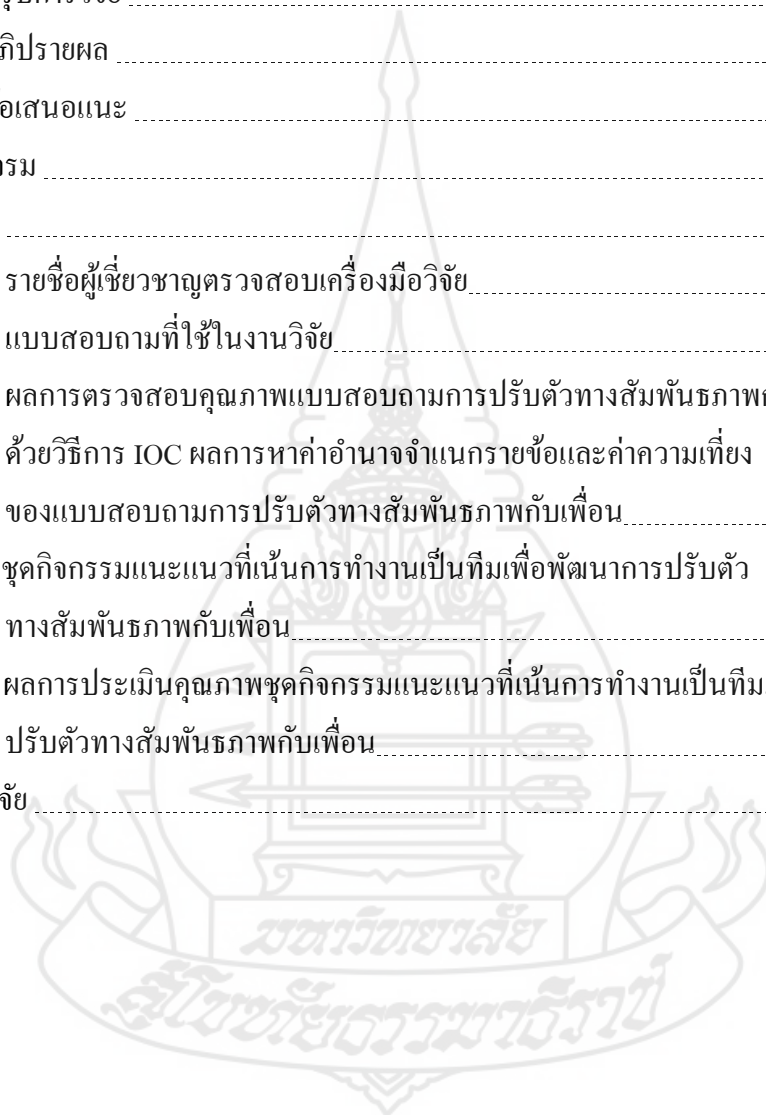


สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	3
กรอบแนวคิดการวิจัย	4
ขอบเขตของการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	7
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว	8
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีม	18
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน	33
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	55
รูปแบบการวิจัย	55
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	56
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	56
การเก็บรวบรวมข้อมูล	66
การวิเคราะห์ข้อมูล	67
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	68
ตอนที่ 1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	68
ตอนที่ 2 เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	68
ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน	70

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	75
สรุปการวิจัย	75
อภิปรายผล	77
ข้อเสนอแนะ	81
บรรณานุกรม	82
ภาคผนวก	91
ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย	93
ข แบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัย	95
ค ผลการตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ด้วยวิธีการ IOC ผลการหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเที่ยง ของแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน	102
ง ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัว ทางสัมพันธภาพกับเพื่อน	110
จ ผลการประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการ ปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน	177
ประวัติผู้วิจัย	188



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1	รูปแบบการทดลอง 55
ตารางที่ 3.2	กำหนดข้อและการให้คะแนนข้อความทางบวกและข้อความทางลบ 58
ตารางที่ 3.3	โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการ ปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน 61
ตารางที่ 3.4	โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 64
ตารางที่ 4.1	จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามเพศ 69
ตารางที่ 4.2	จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามผลการเรียนเฉลี่ย 69
ตารางที่ 4.3	ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้น การทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน 70
ตารางที่ 4.4	ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลัง การทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้น การทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ 72
ตารางที่ 4.5	ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อชุดกิจกรรม แนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพ กับเพื่อน 73

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย	4
ภาพที่ 3.1 ตัวอย่างข้อคำถามเชิงบวก	58
ภาพที่ 3.2 ตัวอย่างข้อคำถามเชิงลบ	59



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันสภาพสังคมเกิดความเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ทั้งในด้านสภาพเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและเทคโนโลยี ส่งผลให้ผู้คนในสังคมต้องทำการปรับเปลี่ยนตนเองเพื่อให้มีความสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว อีกทั้งผู้คนในสังคมปัจจุบันยังต้องเผชิญกับความกดดันและความตึงเครียดอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จึงต้องเรียนรู้การปรับตัวตั้งแต่แรกเกิดไปจนตลอดชีวิต เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้คนภายในสังคมได้โดยปกติสุข บุคคลที่มีทักษะทางสังคมจะสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข มีการยอมรับและเข้าใจในสภาพแวดล้อมของตนเอง เด็กจึงควรมีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวตลอดเวลา

การปรับตัวเพื่อการปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมเป็นกระบวนการสำคัญที่เด็กจะได้เรียนรู้แนวทางการปฏิบัติตัวในสังคมที่ถูกต้อง โดยนากิจกรรมที่ต้องทำร่วมกันเป็นทีมมาให้นักเรียนได้สัมผัสกับประสบการณ์ตรง ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเข้าหาผู้อื่น สามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ยอมรับในความคิดเห็นที่แตกต่าง และมีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นตามความคิดของตนเองได้ ให้นักเรียนได้สัมผัส ทดลอง และได้เรียนรู้จากของจริง เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้แบบไม่ถูกจำกัดในห้องเรียน เป็นสิ่งที่เด็กไม่รู้สึกอึดอัด เพราะไม่เน้นวิชาการและได้รับความสนุกสนานในการทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อน ๆ ดังที่ จอนห์สัน (Johnson, 1986) ได้กล่าวไว้ว่า มนุษย์นั้นจำเป็นต้องมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งการมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันจะส่งผลต่อความเจริญก้าวหน้าในชีวิต ดังนั้นบุคคลจึงควรเรียนรู้ทักษะพื้นฐานในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลรอบข้าง ซึ่งสอดคล้องกับที่ อัลตัน (Allan, 1989) ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อบุคคลอยู่ห่างจากครอบครัวไปแล้วนั้น สัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นสิ่งหนึ่งที่มีความเกี่ยวข้อง และมีความสำคัญต่อจิตใจ เนื่องจากเพื่อนจะคอยให้ความช่วยเหลือกันและกันด้วยความรู้สึที่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อีกทั้งเพื่อนยังเป็นสิ่งที่ยืนยันคุณค่าของบุคคลนั้น ๆ ในสังคมอีกด้วย

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายส่วนใหญ่มีอายุในช่วง 15 – 18 ปี อยู่ในระยะวัยรุ่นตอนกลางซึ่งเป็นวัยแห่งการปรับตัว เป็นวัยที่ต้องมีการปรับตัว และเป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์ (Hurlock, 1964, pp. 3) ปัญหาทางอารมณ์ที่วัยรุ่นประสบอยู่ที่สำคัญ คือ ปัญหาการปรับตัว

ให้เข้ากับผู้อื่นในสังคมและปัญหาการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเฉพาะการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนจะเป็นเครื่องตัดสินว่าบุคคลเหล่านั้นมองโลกและตัวเองอย่างไร ถ้าหากรู้สึกมีความมั่นคงในความสัมพันธ์กับเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน ก็จะเห็นว่าโลกนี้อบอุ่นเป็นสถานที่ที่น่าอยู่ มีความรู้สึกมั่นใจในตนเองและผู้อื่น และจะแสวงหาความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเพื่อน ๆ อีกต่อไป อีกทั้งได้รับประสบการณ์จากกลุ่มเพื่อนทำให้สามารถพัฒนาทักษะและทัศนคติทางสังคมที่จำเป็นสำหรับการสร้างและรักษาความสัมพันธ์เมื่อโตเป็นผู้ใหญ่ (ชมนุช บุญสิทธิ, 2541, น. 1) ในชีวิตวัยรุ่นนั้น เพื่อนคือปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลอย่างยิ่ง เพราะวัยรุ่นมีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะทำตัวให้เพื่อนฝูงยอมรับนับถือ วัยรุ่นจะมีความเข้าใจดีว่าเพื่อนมีความรู้สึกต่อตนอย่างไร ถ้าวัยรุ่นได้รับความนิยมนอกจากเพื่อนฝูงมากเพียงใด ย่อมทำให้เป็นคนที่มีลักษณะเป็นมิตรน่าคบ กล้าแสดงออก วางตัวในการเข้าสังคมเป็น และมีความเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้นเพียงนั้น ซึ่งลักษณะต่างๆ ของบุคลิกภาพดังกล่าวนี้ย่อมจะช่วยให้วัยรุ่นได้รับความนิยมนอกจากเพื่อน ตรงกันข้ามถ้าวัยรุ่นไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน มักจะสร้างเจตคติต่อตนเองในแง่ลบขึ้นมา โดยเฉพาะจะมีความรู้สึกแค้นเคียดหรือในบางครั้งจะมีความหวั่นใจ ไม่มั่นใจในตนเอง วัยรุ่นพยายามที่จะยอมรับและคล้อยตามความคิดเห็นการกระทำทุกอย่างของเพื่อน เพื่อที่เป็นที่รักใคร่และได้รับความนิยมนอกของของกลุ่ม แม้ในบางครั้งอาจรู้สึกไม่เต็มใจก็ตามและบางครั้งอาจจะพยายามแสดงตัวโอ้อวดเพื่อให้เพื่อนประทับใจในความสามารถของตน (สุพัตรา สุภาพ, 2529, น. 141)

การทำงานเป็นทีมเป็นหนึ่งในทักษะทางสังคมที่นักเรียนทุกคนควรมีติดตัวไว้ เนื่องจากการทำงานเป็นทีมนั้น มีความสำคัญและมีประโยชน์ในด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่นเป็นอย่างมาก เพราะการที่บุคคลมากกว่าหนึ่งคนได้มีโอกาสช่วยกันระดมความคิดในการทำงานสามารถกระตุ้นให้เกิดการใช้ความคิดสร้างสรรค์อย่างเต็มที่ ตัดสินใจได้รวดเร็ว และมีความเหมาะสม สมเหตุสมผลมากขึ้น มีโอกาสพัฒนาความสามารถของตนเองผ่านการทำงานร่วมกับผู้อื่นและรู้สึกมีกำลังใจในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากการทำงานได้มากกว่าการทำงานอยู่เพียงลำพัง ทั้งนี้การทำงานเป็นทีมในวัยเด็กต่างจากการทำงานเป็นทีมในวัยผู้ใหญ่ ด้วยช่วงวัยที่ต่างกัน ทำให้การเรียนรู้ของเด็กมีลักษณะแตกต่างจากผู้ใหญ่ ทั้งในด้านความสนใจ ความต้องการ ความแตกต่างระหว่างบุคคลและประสบการณ์ส่วนตัว ดังงานวิจัยของ หนึ่งฤทัย มะลาไวย์ (2564) ที่ได้กล่าวว่า พฤติกรรมการทำงานเป็นทีมเป็นคุณลักษณะที่จำเป็นสำหรับนักเรียน เพราะการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการทำงานเป็นทีมจะส่งผลให้เกิดการสร้างความรู้ความเข้าใจ สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลในสังคมและเติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพในสังคมได้ และยังสามารถคล้องกับงานวิจัยของ ซึ่งการใช้การทำงานเป็นทีมมาเป็นหลักของชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนจะมีความเหมาะสมกับเด็กในวัยเรียนเป็น

อย่างยิ่ง เนื่องจากกิจกรรมในรูปแบบการทำงานเป็นทีมเป็นกระบวนการที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนภายในทีมมีทัศนคติ ค่านิยม กระบวนการทางความคิด และพฤติกรรมที่เหมาะสม ซึ่งเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ภายในกลุ่มและยังสามารถปรับปรุงการทำงานของคนภายในกลุ่มให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น (วรรณษา เกลิมชัย และคณะ, 2563)

การจัดห้องเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ในภาคเรียนที่ 1 เป็นการจัดห้องเรียนแบบลดความสามารถ และในภาคเรียนที่ 2 จะมีการจัดสอบเพื่อคัดแยกนักเรียนตามความสามารถอีกครั้ง ซึ่งทำให้นักเรียนต้องมีการย้ายห้องเรียนไปอยู่ห้องอื่น และต้องปรับตัวกับเพื่อนกลุ่มใหม่อีกครั้ง ส่งผลต่อการบริหารจัดการในชั้นเรียนและการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงนำชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อให้นักเรียนได้สร้างความเข้าใจในสังคมที่อยู่ร่วมกัน รู้จักเอื้อเฟื้อ แบ่งปัน ช่วยเหลือ ไม่เห็นแก่ตัวต่อสิ่งรอบข้างทำให้เด็กได้เข้าใจในความต้องการของตนเอง อีกทั้งยังช่วยจัดการด้านความรู้สึกต่อตนเอง ต่อคนรอบข้าง รู้จักการช่วยเหลือตนเอง ช่วยเหลือเพื่อน รู้จักข้อตกลงทางสังคม รู้จักการรอคอยและมีความอดทนต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ได้

จากเหตุดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนได้อย่างรวดเร็วและเหมาะสมจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนให้เป็นไปในทิศทางที่ดียิ่งขึ้น

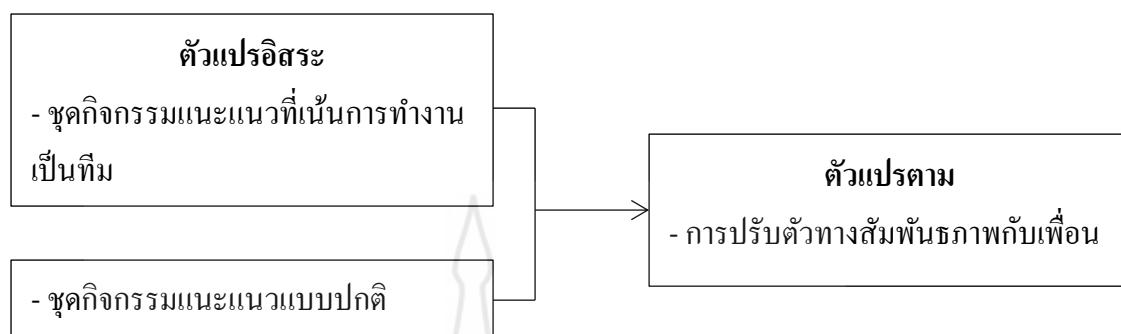
2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม

2.2 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

2.3 เพื่อศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม

3. กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ภายหลังจากทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม มีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลอง

4.2 ภายหลังจากทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุม

5. ขอบเขตของการวิจัย

5.1 ขอบข่ายของเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน มีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องคือ การทำงานเป็นทีม การปรับตัว และ สัมพันธภาพกับเพื่อน

5.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

5.2.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 8 ห้องเรียน รวม 320 คน

5.2.2 **กลุ่มตัวอย่าง** คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2 ห้องเรียน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน

5.3 **ตัวแปรในการทำวิจัย** แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

5.3.1 **ตัวแปรอิสระ** คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม

5.3.2 **ตัวแปรตาม** คือ การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

5.4 **เครื่องมือในการวิจัย**

5.4.1 ชุดกิจกรรมแนะแนว คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

5.4.2 แบบวัดตัวแปร คือ แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

5.5 **สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล** ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที

6. นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในความหมายและข้อความเฉพาะที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ผู้วิจัยจึงได้ให้นิยามศัพท์เฉพาะต่าง ๆ ไว้ดังต่อไปนี้

6.1 **ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม** หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อต่าง ๆ มาเป็นองค์ประกอบ แสดงออกมาในรูปแบบของการทำกิจกรรมของผู้เรียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการรวมกลุ่มของบุคคลหรือผู้เรียนมาร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการตามวัตถุประสงค์ มีการวางแผนการทำงาน การกำหนดบทบาทหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน ประสานความรู้ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด มีความสามัคคีมีเป้าหมายเดียวกัน มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน รวมทั้งร่วมกันตัดสินใจเพื่อผลสำเร็จของผลงาน สามารถพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของผู้เรียนให้ดียิ่งขึ้น

6.2 **การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน** หมายถึง การทำงานที่รวมถึงกระบวนการปรับและเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมของนักเรียน ในการมีปฏิสัมพันธ์ต่อได้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อทำความรู้จักกัน หรือเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับความรักใคร่และความเข้าใจซึ่งกันและกันให้สามารถเข้ากับสภาพสังคม สภาพแวดล้อม และสถานการณ์ต่าง ๆ ตามความต้องการของตนเองและสังคมได้อย่างมีความสุข

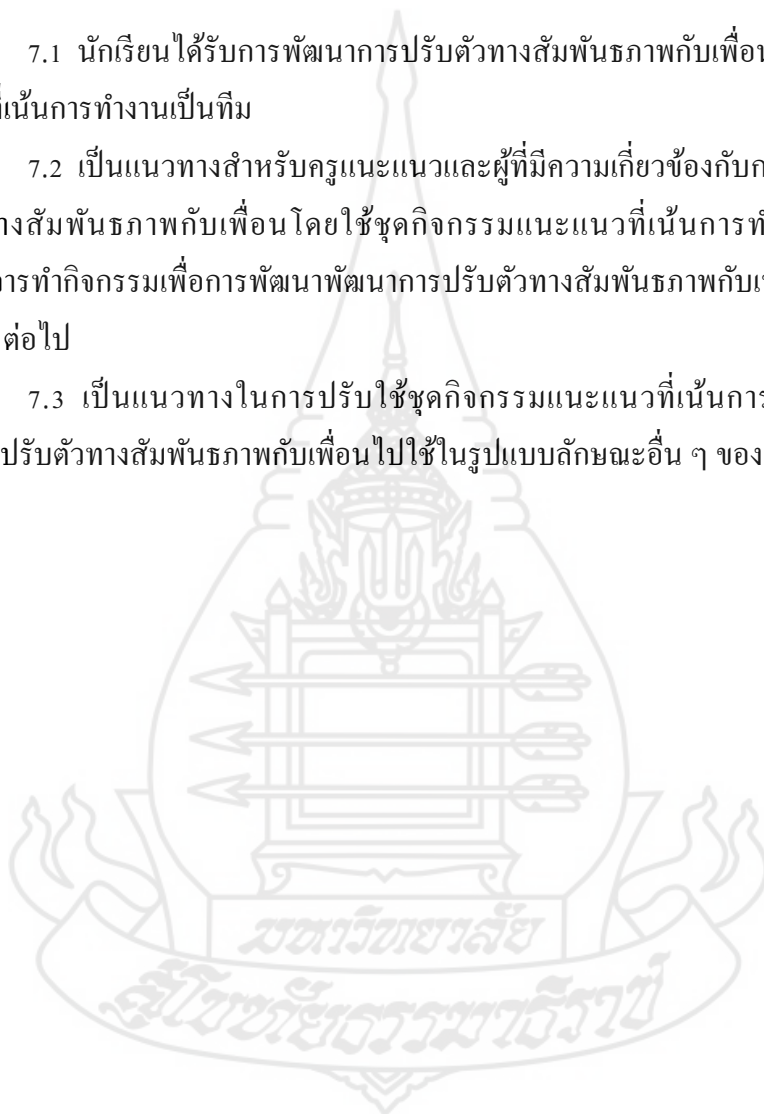
6.3 นักเรียน หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 นักเรียนได้รับการพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยใช้ชุดกิจกรรม แนวโน้มที่เน้นการทำงานเป็นทีม

7.2 เป็นแนวทางสำหรับครูแนะแนวและผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยใช้ชุดกิจกรรมแนวโน้มที่เน้นการทำงานเป็นทีมไปใช้ประกอบการทำกิจกรรมเพื่อการพัฒนาพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนในกลุ่มอื่น ๆ ต่อไป

7.3 เป็นแนวทางในการปรับใช้ชุดกิจกรรมแนวโน้มที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนไปใช้ในรูปแบบลักษณะอื่น ๆ ของนักเรียน



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าเพื่อทำวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน โดยผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมเอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องไว้เป็นลำดับ ดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.1 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.2 คุณค่าของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.3 หลักการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.4 ลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.5 ประโยชน์ของชุดกิจกรรมแนะแนว
 - 1.6 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมแนะแนว
 - 1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว
2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีม
 - 2.1 ความหมายของการทำงานเป็นทีม
 - 2.2 ความสำคัญของการทำงานเป็นทีม
 - 2.3 ทฤษฎีในการทำงานเป็นทีม
 - 2.4 องค์ประกอบของการทำงานเป็นทีม
 - 2.5 ลักษณะของการทำงานเป็นทีมที่มีประสิทธิภาพ
 - 2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีม
3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน
 - 3.1 ความหมายของการปรับตัว
 - 3.2 ทฤษฎีในการปรับตัว
 - 3.3 สาเหตุแห่งการปรับตัว
 - 3.4 ลักษณะของการปรับตัว
 - 3.5 ความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อน

- 3.6 หลักการพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
- 3.7 ทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อน
- 3.8 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธภาพกับเพื่อน
- 3.9 การพัฒนาสัมพันธภาพ
- 3.10 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

1.1 ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว

คอตแมน อาชบาย และเคอร์กราฟ (Kottman, Ashby; & De Groaf, 2001) ให้ความหมายว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว (Guidance Activities) เป็นมวลดประสพการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคนแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนา สร้างเสริมป้องกันปัญหา และแก้ปัญหาทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

กระทรวงศึกษาธิการ (2545) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเองเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในทางพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งผู้สอนทุกคนต้องทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษาด้านชีวิตการศึกษาต่อและการพัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ

พิไล แยมงามเหลือ (2521) ให้ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนวสรุปได้ว่า หมายถึงบริการข่าวสารและข้อมูล เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจ รู้จักและเข้าใจตนเองได้อย่างถูกต้อง อาทิเช่น การบริการสำรวจและประเมินตนเอง การปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมทางบ้านและทาง โรงเรียน นอกจากนี้ยังช่วยเหลือนักเรียนในด้านต่างๆ ให้การดำเนินชีวิตในสังคมให้เป็นไปอย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อเป็นการเตรียมวางแผนการศึกษาและเลือกอาชีพในอนาคต

จำเนียร ช่างโชติ (2524) ได้กล่าวไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวพอสรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นส่วนหนึ่งของโครงการแนะแนว ซึ่งจำเป็นต้องจัดให้กับนักเรียนทุกคนตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึง ระดับอุดมศึกษา และมีรูปแบบของการจัดในแต่ละระดับต่างกัน โดยมีทั้งการจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นรายบุคคล (Individual Guidance) และการจัดเป็นกลุ่ม (Group Guidance) จุดประสงค์เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง โลกของงานอาชีพรวมทั้งมีการปรับปรุงด้านสังคมและลักษณะนิสัย เพื่อการดำเนินชีวิตที่ดีในสังคม

จินดาภรณ์ อังสุวรรณโชติ (2525, น.7) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่าชุดกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างเยาวชนทั้งในด้านอารมณ์ สังคม สติปัญญาและร่างกาย

วิภาภรณ์ เรือนทิพย์ (2530, น.9) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่าหมายถึง ชุดกิจกรรมที่ทางโรงเรียนจัดเพื่อเสริมสร้างทักษะทางกาย อารมณ์สังคม และสติปัญญาสามารถนำความรู้ ประสบการณ์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต่อสังคมและประเทศชาติ

พรเพ็ญ แก้วมณี (2548) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เป็นชุดกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล และสามารถค้นพบ พัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียน 75 เซึ่งพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ ความถนัดอันจะนำไปสู่การพัฒนากระบวนการคิดและการวางแผนการแก้ปัญหาตลอดจนการสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

สมศักดิ์ สมเสนาะ และคณะ (2565) ได้ให้ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนวไว้ว่า เครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบ ด้วยกิจกรรมแนะแนวที่มีกระบวนการจัด ประสบการณ์ การเรียนรู้โดยตรงให้แก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยการนำกิจกรรมกลุ่ม หรือการให้คำปรึกษากลุ่มมาบูรณาการใน การจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหาของตนเอง

สรุปความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว หมายถึง เครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อต่าง ๆ มาเป็นองค์ประกอบ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผู้เรียนทั้งในด้านอารมณ์ สังคม สติปัญญาและร่างกาย

1.2 คุณค่าของชุดกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวมีคุณค่าอย่างมหาศาลสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ถ้าบุคคลสามารถที่จะเข้าใจถึงแก่นแท้ของการแนะแนวแล้ว และบุคคลเหล่านั้นสามารถนำเอาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จะเป็นบุคคลที่มีคุณค่า สามารถนำชีวิตของตนเองไปสู่เป้าหมายสูงสุดที่ตนเองต้องการได้ (คณัย งามมานะ, 2545) ความสำเร็จในชีวิตมนุษย์เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องการความผิดพลาด ความล้มเหลว ก่อให้เกิดความท้อถอยหมดกำลังใจกลายเป็นความทุกข์ จิตใจห่อเหี่ยวเศร้าสร้อย นักเรียน นักศึกษา จำนวนไม่น้อยที่สอบตก ก็เสียกำลังใจ ท้อแท้ และลาออกจากโรงเรียนไป เป็นการทำลายอนาคตของตนเองในขณะที่บางคนใช้ความพยายามเมื่อผิดพลาดแล้วก็หันมาเอาใจใส่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน จนประสบความสำเร็จก็มีเป็นจำนวนไม่น้อย อุปสรรคในชีวิตย่อมต้องมีเป็น

ธรรมดา ความสำเร็จในชีวิตต้องอาศัยความพยายาม ไม่มีสิ่งใดที่มนุษย์จะได้อ่าง่าย ๆ มิฉะนั้นแล้ว ทุก ๆ คนคงร่ำรวยและมีชื่อเสียงเกียรติยศไปกันหมดแล้ว เมื่อมีปัญหาต้องหาทางแก้ไขพยายามขจัดปัญหาให้หมดไป บางคนนั่งเสีร่ำสร้อย ท้อแท้ โทษโชคชะตา เปรียบเสมือนคนหกล้มแล้วไม่ยอมลุก เมื่อล้มแล้วต้องพยายามลุกขึ้นมา มนุษย์จำนวนไม่น้อยที่ล้มลุกคลุกคลาน แต่มีกำลังใจดีสามารถลุกขึ้นมาสู้กับอุปสรรคแล้วประสบความสำเร็จเป็นจำนวนมาก

กิจกรรมแนะแนวส่งผลให้คนมีหลักในการดำเนินชีวิต รู้จักตั้งเป้าหมายของตนเอง รู้จักวางแผนในการดำเนินชีวิต รู้จักคิด รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ รู้จักเอาชนะใจตนเองสร้างกำลังใจให้กับตนเอง เป็นผู้นำในชีวิตของตนเอง เป็นคนมีเหตุผล สามารถรับผิดชอบต่อสถานการณ์รอบด้านได้ สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ ทำตนให้สังคมยอมรับ มีชีวิตอย่างเป็นสุขทำในสิ่งที่ตนเองและสังคมปรารถนา

กิจกรรมแนะแนวสามารถช่วยให้ผู้รับบริการได้ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน คือ

1. การป้องกันปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับบุคคล
2. การแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว
3. การส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนาการด้านต่าง ๆ

ผู้ให้การแนะแนวที่สามารถนำวิชานี้ไปถ่ายทอดได้ จะช่วยสร้างพลเมืองที่มีประสิทธิภาพ ประเทศชาติจะก้าวไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองเพราะมีทรัพยากรมนุษย์ที่มีค่า กิจกรรมแนะแนวจึงนับว่ามีคุณค่าอย่างมหาศาลที่จะส่งผลให้มนุษย์มีคุณค่าและประเทศชาติเจริญรุ่งเรือง

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545) กล่าวว่า การดำเนินกิจกรรมแนะแนวหากกระทำได้อย่างเหมาะสม โดยใช้กระบวนการทางการแนะแนวก็น่าจะเป็นทางเลือกหนึ่งที่แก้ปัญหาได้ ซึ่งจะส่งผลดีต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง ชุมชน สังคม และนอกจากช่วยให้ผู้รับบริการได้พัฒนาตนเองแล้ว ยังสามารถสร้างคุณประโยชน์แก่สังคมได้ ช่วยให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งเป็นเป้าหมายที่สังคมปัจจุบันปรารถนาให้เกิดขึ้น ดังนั้นกิจกรรมแนะแนวจึงมีความสำคัญทั้งต่อผู้ให้และผู้รับบริการ

กาญจนา น้อยวิมล (2560) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวมีความสำคัญ 3 ประการคือ

1. กิจกรรมแนะแนวช่วยพัฒนาความเข้าใจตนเองของเด็กแต่ละคนในด้านความสามารถ ความสนใจ ความถนัด บุคลิกภาพ ความสำเร็จ เป็นต้น ช่วยให้เด็กรู้จักตนเองรู้จักคุณค่าของตนเอง รู้ว่าตนมีความถนัด มีความสามารถอะไร มีจุดเด่นจุดด้อยตรงไหน ช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพที่พึงปรารถนาซึ่งนำไปสู่ชีวิตที่ดีในสังคมช่วยส่งเสริมการพัฒนาทุกด้าน ของเด็ก ขจัดปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ซึ่งอาจเกิดขึ้นและ/หรือขัดขวางพัฒนาการด้านต่าง ๆ และช่วยป้องกันปัญหาต่าง ๆ ทั้งในโรงเรียนและในสังคมแวดล้อมเด็กแต่ละคน

2. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้ครูเข้าใจเด็ก และยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคลของเด็กที่อยู่ในความรับผิดชอบ ก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ซึ่งจะนำไปสู่บรรยากาศและสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนที่ดี

3. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้การเรียนการสอนสัมฤทธิ์ผลมากขึ้น กล่าวคือ กิจกรรมการเรียนการสอนเป็นกิจกรรมที่ครูและเด็กกระทำร่วมกัน โดยมีเด็กเป็นศูนย์กลางของ ความสนใจ และกิจกรรมแนะแนวช่วยให้ครูเข้าใจธรรมชาติและความต้องการของเด็กที่ตนสอน ช่วยให้ครูสามารถวางแผนการสอนให้สอดคล้องกับความต้องการของเด็กแต่ละคน ตลอดจนช่วย ในการสอนที่ส่งเสริมให้เด็กพัฒนาเต็มที การจัดกิจกรรมแนะแนว โรงเรียนเป็นสถานที่สร้าง ประสบการณ์และพัฒนาการให้แก่เด็ก เพราะการเรียนการสอนเป็นกิจกรรมที่ครูช่วยให้นักเรียน ได้รับความรู้ความเข้าใจ มีความสามารถ มีความคิด มีคุณธรรม มีลักษณะนิสัย และบุคลิกภาพ ตาม จุดมุ่งหมายของหลักสูตรจึงเป็นหน้าที่ของครูที่จะช่วยให้นักเรียนพัฒนาไปตามหลักสูตร กำหนด โดยผ่านกิจกรรมการเรียนการสอน ตามจุดมุ่งหมายของพระราชบัญญัติการศึกษา แห่งชาติและ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน

สรุปความสำคัญของการแนะแนว ได้ว่า การแนะแนวมีบทบาทสำคัญยิ่งต่อการ พัฒนาคอนโดยเน้นให้ผู้เรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาในทุก ๆ ด้าน มุ่งสนองความต้องการและ ความ สนใจของผู้เรียน โดยมีเจตนารมณ์เน้นการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็น มนุษย์ ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้อย่างมีความสุข

1.3 หลักการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว

ลาร์ดิซาบาล, บัสโตส, บูกู และ แทงโก (Lardizabal, Bustos, Bucu, and Tangco (1970) ได้เสนอการแบ่งขั้นตอนในการจัดกิจกรรม ออกเป็น 4 ขั้นตอนได้แก่

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นนำ (Initiating the unit) เป็นขั้นปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคย กำหนดโครงสร้างของกลุ่ม การสำรวจความคาดหวังของสมาชิกในกลุ่ม การจัดการกับความวิตกกังวลความขัดแย้งภายในกลุ่ม การชี้แจงจุดประสงค์ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นดำเนินกิจกรรม (Point of experiencing) เป็นขั้นจัดกิจกรรม ตาม จุดประสงค์การเรียนรู้ เพื่อเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน โดยมีจุดมุ่งหมายในการกระทำกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นสรุป กิจกรรม (Culminating Activities) เป็นขั้นตอนที่เน้นการบูรณาการ (Integration) ผู้เรียนสรุปกิจกรรม หรือครูและผู้เรียน สรุปกิจกรรมร่วมกัน ผู้วิจัยเป็นผู้ให้ คำปรึกษาแนะนำการผสมผสานทุกด้านเข้าด้วยกันเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ส่งผลให้ผู้เรียนได้รับ ความรู้ ด้านเนื้อหา สึกทักษะความสามารถในการพัฒนาเจตคติ เพื่อนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นประเมินผล (Evaluation) เป็นขั้นตอนที่เป็นกระบวนการต่อเนื่องในทุกๆระยะของการจัดกิจกรรม เป็นการประเมิน ความสามารถในการทำงานร่วมกันภายในกลุ่มและความ สามารถระหว่างกลุ่ม จะช่วยให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ซึ่งจะเป็นการตรวจสอบ

แนวทางในการจัดกิจกรรมแนะแนว กรมวิชาการ (2546) ได้ยึดหลักการจัดกิจกรรมแนะแนว ดังนี้

1. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจและธรรมชาติของผู้เรียน
2. จัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาที่ต้องสนองตอบจุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544
3. จัดกิจกรรมเพื่อผู้เรียนทุกคน โดยครอบคลุมด้านการศึกษา การงานและอาชีพ ชีวิตและสังคม
4. จัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยผู้เรียนมีอิสระในการคิดและตัดสินใจ
5. จัดกิจกรรมที่เน้นให้ผู้เรียน เรียนรู้ด้วยตนเองให้มากที่สุด ด้วยการปฏิบัติจนเกิดทักษะหรือการเรียนรู้
6. ให้ครูทุกคนมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม โดยครูแนะแนวทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาและประสานงาน

การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นกระบวนการให้บริการแนะแนวอย่างหนึ่งที่มีเป้าหมายเอป้องกันปัญหา แก้ไขปัญหา และส่งเสริมพัฒนา ดังนั้นการจัดกิจกรรมแนะแนวจะต้องครอบคลุมขอบข่ายทั้ง 3 ด้าน ทั้งด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม โดย

วัลภา สบายยิ่ง (2545) ได้สรุปเกี่ยวกับขอบข่ายการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ดังนี้

1. การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านการศึกษา (Educational Guidance) คือกระบวนการที่นักแนะแนวได้ช่วยให้นักเรียน นักศึกษา รู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้สามารถตัดสินใจเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาได้จนเต็มศักยภาพ อาทิเช่น การวางแผนการเรียน การแก้ปัญหาการเรียน การศึกษาต่อ ทั้งนี้หากผู้รับบริการไม่รู้จักตนเอง แนวโน้มอาจจะวางแผนการศึกษาโดยไม่คำนึงความสามารถของตนเอง ซึ่งนำไปสู่การตัดสินใจเลือกวิชาหรือคณะที่ไม่ตรงกับคุณสมบัติของตนเอง แต่ถ้าผู้ให้บริการมีข้อมูลเกี่ยวกับระดับความสามารถความสนใจของผู้เรียน ก็จะแก้ปัญหาได้อีกทั้งยังสามารถนำศักยภาพที่มีอยู่มาใช้ในการศึกษาได้เต็มที่อีกด้วย

- 1.1 การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านอาชีพ (Vocational Guidance) คือกระบวนการที่นักแนะแนวได้ช่วยให้นักเรียน นักศึกษา รู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อม อีกทั้งมีโอกาส

ได้รับประสบการณ์และฝึกงานตามความถนัด เพื่อให้สามารถตัดสินใจเรื่องที่เกี่ยวข้องอาชีพได้ อาทิ เช่น การแสวงหาเกี่ยวกับอาชีพและการเลือกสายอาชีพที่เหมาะสม มีเจตคติที่ดีในการทำงานเป็นต้น ทั้งนี้ ข้อมูลด้านความถนัดในอาชีพ จะป้องกันและแก้ไขปัญหาความขัดแย้งได้ ทั้งยังทำงานได้ตรงตามถนัด มีความสุข ความพอใจ และสามารถนำศักยภาพของตนมาใช้ในการประกอบอาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคม (Personality and Social Guidance) คือ กระบวนการที่นักแนะแนวช่วยให้ผู้รับบริการ ได้รู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อมเพื่อให้สามารถตัดสินใจเรื่องที่เกี่ยวข้องกับส่วนตัวและสังคมได้ อาทิเช่น การรู้จักตนเองในด้านทักษะทางสังคม การปรับตัวกับเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา การทำงานร่วมกับผู้อื่น การพัฒนาบุคลิกภาพ และความสามารถที่เหมาะสมในการเข้าสังคม การเลือกกิจกรรมที่สนใจยามว่าง การพัฒนาตนให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีหรือพัฒนาบุคลิกภาพด้านส่วนตัวและสังคม ที่เป็นจุดเด่นของผู้รับบริการ เป็นต้น

1.4 ลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว

ลีชญา ศศิภัทรกุล (2545) ได้กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวหลาย ๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายของการแนะแนว โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวจะประกอบด้วยคู่มือการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ให้บริการแนะแนว คู่มือการจัดกิจกรรมสำหรับผู้รับบริการแนะแนว สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนว

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2545) ได้อธิบายไว้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นโดยใช้สื่อประสม เช่น รูปภาพ วิดีทัศน์ แอ็บบันทึกเสียง เอกสารที่บันทึกรายละเอียดของกิจกรรมต่าง ๆ เกมส์ กรณีตัวอย่าง บทบาทสมมติ แบบฝึกหัดก่อนเรียนและหลังเรียน โดยจัดไว้เป็นชุดกล่องหรือซองจะบรรจุคู่มือครู คู่มือผู้เรียนและสื่อประกอบการจัดกิจกรรมแต่ละเรื่อง

มยุรี วิสุตราชัย (2547) กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นเครื่องมือที่สร้างขึ้นอย่างเป็นระบบให้มีความสอดคล้องกับเนื้อหาวิชา วัตถุประสงค์และกิจกรรม เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งจัดทำในลักษณะของสื่อประสม ประกอบไปด้วยคู่มือครูและโปรแกรมกิจกรรมโดยใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ เช่น เกมการอภิปราย กรณี ตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง ตลอดจนใช้สื่อและอุปกรณ์ที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับเนื้อหาหรือกิจกรรม

อลิสรา กุระมะสุวรรณ (2552) ได้กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นมวลประสบการณ์หรือเครื่องมือที่จัดให้ผู้รับบริการแต่ละคนหรือแต่ละกลุ่ม ได้ปฏิบัติและค้นพบ

ศักยภาพของตนเองจนบรรลุเป้าหมายตามขอบข่ายของงานแนะแนว จากกรอบแนวคิดในเรื่องชุดกิจกรรมแนะแนว

วัฒน์กิจ สิทธิสถิตอังกูร (2556) ได้กล่าวว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวหลาย ๆ กิจกรรมที่นำมารวมกันอย่างเป็นระบบตามเป้าหมายและขอบข่ายของการแนะแนวโดยชุดกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย คู่มือผู้ให้บริการ ซึ่งมีคำชี้แจงการเตรียมการของผู้ให้บริการ และแผนการจัดกิจกรรมต่าง ๆ คู่มือผู้รับบริการ ซึ่งมีใบงาน ใบความรู้ และแบบทดสอบก่อนและหลัง สื่อหรืออุปกรณ์การจัดกิจกรรม

สรุปได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนว เป็นสื่อการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อส่งเสริมการพัฒนาความสามารถของผู้เรียน ได้ปฏิบัติและค้นพบศักยภาพของตนเองจนบรรลุเป้าหมาย ซึ่งประกอบด้วยคำชี้แจง และแผนการจัดกิจกรรมต่าง ๆ คู่มือ ใบงาน ใบความรู้ และแบบทดสอบก่อนและหลัง สื่อหรืออุปกรณ์การจัดกิจกรรม เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องราวเนื้อหาเกี่ยวกับการทำงานเพิ่มมากขึ้น

1.5 ประโยชน์ของชุดกิจกรรมแนะแนว

งานแนะแนวเป็นงานที่ศึกษาต้นคว้าเพื่อหารายละเอียดเกี่ยวกับตัวนักเรียนทั้งด้านร่างกายอารมณ์ สังคมและสติปัญญาเพื่อจะได้นำเอาข้อมูลเหล่านี้มาพิจารณาช่วยเหลือให้นักเรียนให้พัฒนาทุกด้านได้ถึงขีดสุด

ประเสริฐ สำเภารอด (2552) ได้กล่าวไว้ว่าประโยชน์ของชุดกิจกรรมสรุปได้ ว่าชุดกิจกรรมที่ใช้ในการเรียนการสอนช่วยสร้างความสนใจให้นักเรียน ส่งผลให้ได้รู้จักการแสวงหาความรู้ความรู้อย่างตนเอง ช่วยแก้ปัญหาเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคล เพราะชุดกิจกรรมสามารถช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามความสามารถ ความถนัด ความสนใจ สร้างความพร้อม และความมั่นใจให้แก่ครูผู้สอนส่งผลให้ครูสอนได้เต็มประสิทธิภาพ

อุษา คำประกอบ (2530) ได้กล่าวไว้ว่าประโยชน์ของชุดกิจกรรมตามแนวคิดของแฮริส เบอร์เกอร์ ไว้ 5 ประการ คือ

1. นักเรียนสามารถทดสอบตัวเองก่อนว่ามีความสามารถระดับใด หลังจากนั้นก็เริ่มต้นเรียนในสิ่งที่ตนเองไม่ทราบ ส่งผลให้ไม่ต้องเสียเวลาเรียนในสิ่งที่ตนเองรู้อยู่แล้ว
2. นักเรียนสามารถนำบทเรียนไปเรียนที่ไหนก็ได้ตามความพอใจไม่จำกัดในเรื่องของเวลาและสถานที่
3. เมื่อเรียนจบแล้วผู้เรียนสามารถทดสอบตัวเองได้ทันทีเวลาไหนก็ได้ และได้ทราบการเรียนของตนเองทันที อาทิเช่น กัน

4. นักเรียนมีโอกาสได้พบปะกับผู้สอนมากขึ้น เพราะผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเอง ครูก็มีเวลาให้คำปรึกษากับผู้เรียนที่มีปัญหาในขณะใช้ชุดกิจกรรมด้วยตนเองบุคคล

5. นักเรียนจะได้รับคะแนนอะไรนั้นขึ้นอยู่กับความสามารถของผู้เรียนเอง ไม่มีคำว่าสอบตกสำหรับผู้ที่ไม่สำเร็จ แต่จะส่งผลให้ผู้เรียนกลับไปศึกษาเรื่องเดิมนั้นใหม่ จนผลการเรียนได้ตามมาตรฐานที่ตั้งไว้

สมจิต สวธไพบุลย์ (2535) ได้กล่าวไว้ว่าข้อดีของชุดกิจกรรมไว้ดังนี้

1. ช่วยให้นักเรียน ได้เรียนรู้ด้วยตนเองตามอัธยาศัยและความสามารถของแต่ละ
2. ช่วยแก้ปัญหาการขาดแคลนครู
3. ใช้สอนซ่อมเสริมให้กับนักเรียนที่เรียนไม่ทัน
4. ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการอ่าน
5. ช่วยไม่ให้เกิดความเบื่อหน่ายจากการเรียนที่ต้องทบทวนซ้ำซาก
6. สนองความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่จำเป็นต้องเรียนพร้อมกัน
7. นักเรียนตอบผิดไม่มีผู้เยาะเย้ย
8. นักเรียนไม่ต้องคอยฟังสิ่งที่ครูสอน
9. ช่วยลดภาระของครูในการสอน
10. ช่วยประหยัดรายจ่ายอุปกรณ์นักเรียนที่มีจำนวนมาก
11. ผู้เรียนจะเรียนเมื่อใดก็ได้
12. การเรียนไม่จำกัดเรื่องเวลาและสถานที่
13. ส่งเสริมความรับผิดชอบแก่ผู้เรียน

1.6 ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมแนะแนว

กรมวิชาการ (2546) ได้เสนอว่าขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมแนะแนว มีดังต่อไปนี้

1. สำรวจสภาพปัญหา ความต้องการและความสนใจของผู้เรียน เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางและแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว

2. ศึกษาวิสัยทัศน์ของสถานศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลของผู้เรียนที่ได้จากการสำรวจ เพื่อทราบปัญหา ความต้องการและความสนใจ นำไปกำหนดสาระและรายละเอียดของกิจกรรมแนะแนว

3. กำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรมในแต่ละด้าน ครอบคลุมด้านการศึกษา การงานและอาชีพ ชีวิตและสังคม ให้ได้สัดส่วนที่เหมาะสม โดยยึดสภาพปัญหา ความต้องการและความสนใจ ตลอดจนธรรมชาติและผู้เรียนเป็นหลัก ทั้งนี้ ครูและผู้เรียนมีส่วนร่วมในการจัดการของกิจกรรม

4. กำหนดแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว เมื่อกำหนดสัดส่วนสาระของกิจกรรมในแต่ละด้านแล้วว่า แต่ละภาคเรียนจะต้องจัดกิจกรรมแนะแนวในสาระด้านใด จำนวนกี่ชั่วโมงต่อมา จะต้องกำหนดรายละเอียดของแต่ละด้านไว้ให้ชัดเจนว่าควรมีเรื่องอะไรบ้าง เพื่อจะได้จัดทำเป็นรายละเอียดของแต่ละกิจกรรมย่อยต่อไป

5. การจัดทำรายละเอียดของแต่ละกิจกรรม เริ่มตั้งแต่กำหนดชื่อกิจกรรม จุดประสงค์เวลาเนื้อหา/สาระ วิธีดำเนินกิจกรรม สื่อ/อุปกรณ์ และการประเมินผล

เดวิด พอล และ โดแนลด์ (David Paul & Donald, 1993) ได้สรุปขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยทั่วไปที่ประสบความสำเร็จและบรรลุเป้าหมายดังนี้ คือ

1. ขั้นวางแผน (Planning Phase) เป็นขั้นที่ครูจะต้องตอบคำถามว่า อะไรคือเป้าหมายที่ต้องการให้นักเรียนเรียนรู้ เข้าใจ เห็นคุณค่า หรือมีความสามารถในเรื่องอะไร

2. ขั้นดำเนินการ (Implementing Phase) เป็นขั้นที่ครูจะต้องตอบคำถามว่า ทำอย่างไรจึงจะนำนักเรียนไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ เป็นขั้นที่ครูจะเลือกเทคนิค วิธีการต่าง ๆ ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยคำนึงถึงนักเรียน ครู และองค์ประกอบอื่น ๆ

3. ขั้นประเมินผล (Evaluating Phase) เป็นขั้นที่ครูจะต้องตอบคำถามว่า จะประเมินผลอย่างไรจึงจะทราบว่านักเรียนรู้ เข้าใจ เห็นคุณค่า หรือมีความสามารถตอบปัญหาตามเป้าหมายที่วางไว้

ชุติมา ทองมิขวัญ (2560) จากการศึกษาขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว สรุปได้ว่า ก่อนที่จะจัดกิจกรรมแนะแนวได้นั้นจะต้องมีการวางแผน วางเป้าหมายที่ต้องการจะให้นักเรียนได้เรียนรู้ จากนั้นก็เลือกเทคนิค วิธีการ ในการจัดการเรียนการสอนที่จะนำนักเรียนไปสู่เป้าหมาย และเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินกิจกรรมจะต้องมีการประเมินผล เพื่อทราบว่านักเรียนมีความเข้าใจ มีความรู้มากน้อยเพียงใดในสิ่งที่ครูวางเป้าหมายไว้

1.7 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว

เขมณัฐ จันทรแสงนาวิ (2560) ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤติเดช จังหวัดจันทบุรี ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน มีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ทำกิจกรรมแนะแนวปกติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในด้านการอยู่ร่วมกัน ด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง ส่วนด้านเคารพกฎกติกานั้นทั้งสองกลุ่มมีระดับการ

ปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน 3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจในระดับมากต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

กัญญาณัฐ ผ่านไกร (2558) ได้ศึกษา การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเขารวก ผลการวิจัยปรากฏว่า การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเขารวกหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวนักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการยอมรับตัวเองและผู้อื่น ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับครู และด้านความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นิตยา อุทการ (2552) ได้ศึกษา การใช้กิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันป่าตองวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ ผลปรากฏว่า การใช้กิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสันป่าตองวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการยอมรับตัวเองและผู้อื่น ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับครู และด้านความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

พัชรศรัณย์ ศิริพันธ์ (2558) ได้ศึกษา การพัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 82.57/84.22 สูงกว่าเกณฑ์ 80/80 และมีความสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง วัตถุประสงค์ เนื้อหา กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ สื่อการจัดการเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียนรู้เหมาะสมกับการนำไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในสภาพการเรียนการสอนจริง 2) การศึกษาทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างหลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงโดยใช้แบบวัดทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิต ซึ่งประเมิน โดยตนเอง ประเมิน โดยเพื่อน และประเมิน โดยครูผู้สอน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับดี และเมื่อศึกษารายกรณีกับนักเรียนจำนวน 3 คน พบว่านักเรียนทั้งสามคน มีพฤติกรรมโดยรวมในด้านการปรับตัวดีขึ้น และ 3) นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการเรียนด้วยชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด

อัมเรศ เนตาลีทธิ์ (2562) ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อแก้ปัญหา พฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชนในเขตตำบลทุ่งฝาย อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง ผลการวิจัยปรากฏว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ชื่อชุดว่า “ปรับตัวเปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม” ซึ่งประกอบไปด้วย บทนำ บทบาทของวิทยากร/ผู้ช่วย วิทยากร ในการจัดกิจกรรม ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรมและกิจกรรมย่อยทั้งหมด 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรม 1) คนสองคน 2) My Idol 3) อุณหภูมิพฤติกรรมเสี่ยง 4) สัญญาใจสู่ออนาคตที่ดีกว่า 5) ครั้ง นั้น ฉันทำได้ และ 6) เป้าหมายมีไว้พุ่งชน ชุดกิจกรรมแนะแนวที่พัฒนาขึ้น ได้ทดสอบประสิทธิภาพ ด้วยการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างลดพฤติกรรมติด เกม และในภาพรวมเด็กและเยาวชนเพศชายลดพฤติกรรมติดเกม คิดเป็นร้อยละ 46.40 เด็กและ เยาวชนเพศหญิงลดพฤติกรรมติดเกม คิดเป็นร้อยละ 45.01 เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของ ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศชายและเพศหญิง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มในชุด กิจกรรมแนะแนว พบว่า ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการ ใช้ชุดกิจกรรม สำหรับการทดสอบการติดเกมของเด็กและเยาวชนในระยะติดตามที่ประเมิน โดย ผู้ปกครอง พบว่า เด็กและเยาวชนมีพัฒนาการพฤติกรรมติดเกมลดลง คิดเป็นร้อยละ 46.55 เมื่อ เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน ก่อนและระยะติดตาม 1 เดือน หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พบว่าค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุด กิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

2. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีม

2.1 ความหมายของการทำงานเป็นทีม

นักวิชาการได้ให้ความหมายหลายลักษณะ โดยความสำคัญอยู่ที่ทีมของบุคคลที่ จะต้องเกี่ยวข้องกัน มีการวางแผนร่วมกันเพื่อให้บรรลุผล ดังต่อไปนี้

วูดค็อก (Woodcock, 1989) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง การที่แต่ละ บุคคลมาร่วมกันทำงาน เพื่อนำไปสู่ผลสำเร็จที่มากกว่าการที่พวกเขาจะทำงานเพียงลำพัง และยัง ส่งผลให้เกิดการกระตือรือร้น เกิดความพึงพอใจและมีความสุขสนุกสนานในการทำงาน

ปาร์คเกอร์ (Parker, 1990) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง กลุ่มบุคคลที่มีความสัมพันธ์กันเพื่อปฏิบัติงานให้เสร็จสมบูรณ์ และคนกลุ่มนี้ยอมรับในวิธีการทำงานร่วมกันมีวิธีเดียวกัน คือ การทำงานร่วมกัน

มอร์แมน, โคเฮน และมอร์แมน (Mohrman, Cohen, & Mohrman, 1995) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง กลุ่มคนที่ทำงานด้วยกัน เพื่อผลิตสินค้าหรือบริการ ซึ่งพวกเขามีความพร้อมรับผิดชอบร่วมกัน

ชองก์ (Shonk, 1997) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง คนสองคนหรือมากกว่านั้น ที่ต้องร่วมมือกันเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายร่วมกัน

สจ๊วต, แมนซ์ และซิมส์ (Stewart, Manz & Sims, 1999) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง กลุ่มบุคคลที่อยู่ในระบบสังคมที่ใหญ่กว่า อาทิเช่น องค์กร สามารถระบุตัวเองและคนอื่นในฐานะที่เป็นทีมที่ต้องพึ่งพิงกัน และทำงานที่มีผลกระทบต่อบุคคล หรือกลุ่มอื่น

ฟอร์ไซท์ (Forsyth, 1999) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง กลุ่มที่มีโครงสร้างการทำงานที่มีจุดมุ่งหมายร่วมกันซึ่งต้องมีปฏิสัมพันธ์และร่วมมือกัน เพื่อให้งานที่กำหนดไว้ประสบความสำเร็จ

มัลลิกา วิชชุกรอชิงครัต (2553) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมาร่วมทำกิจกรรมโดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน ใช้ทักษะ และความรู้ อย่างเต็มความสามารถเพื่อแก้ไขปัญหาและพัฒนาองค์กรให้บรรลุตามเป้าหมาย

ลัคพงษ์ โกษาแสง (2553) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง การทำงานร่วมกันของบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยมีวัตถุประสงค์และเป้าหมายเดียวกัน ร่วมแรงร่วมใจใช้ทักษะความรู้ที่มีร่วมกันทำงานอย่างเต็มความสามารถเพื่อพัฒนาองค์กรให้บรรลุวัตถุประสงค์

สุภาวดี แก้วสำราญ (2553) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง การรวมกลุ่มของบุคคลเพื่อร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการ สมาชิกในทีมทุกคนปฏิบัติได้ถูกต้องเหมาะสม โดยมีการประสานความสัมพันธ์ การสื่อสารกันในกลุ่ม รวมทั้งการตัดสินใจร่วมกัน

อำนวยการ มีสมทรัพย์ (2553) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง การร่วมกันทำงานของสมาชิกตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยที่สมาชิกทุกคนนั้นจะต้องมีเป้าหมายเดียวกันจะทำอะไรแล้วทุกคนต้องยอมรับร่วมกัน มีกรวางแผนการทำงานร่วมกัน ซึ่งจำเป็นสำหรับการบริหารงานในทุกองค์กร

ทิลารัตน์ หนูปก (2557) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง กลุ่มบุคคล ที่มีความสัมพันธ์กันมารวมตัวกันเพื่อปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ร่วมกันและยอมรับว่า

วิธีเดียวที่จะให้งานสำเร็จคือการทำงานร่วมกัน โดยอาศัยความเข้าใจความผูกพันและความร่วมมือซึ่งกันและกันของสมาชิกในกลุ่ม

พรทิพย์ ชาสงวน (2557) ได้กล่าวไว้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง กลุ่มที่จัดตั้งขึ้น อย่างเป็นทางการประกอบด้วยบุคลากรหลายคนที่ร่วมกันปฏิบัติงานมีจุดมุ่งหมายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การร่วมมือกัน และมีความเท่าเทียมกันของสมาชิกในทีม

ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การทำงานเป็นทีม หมายถึง การรวมกลุ่มของบุคคลหรือผู้เรียน เพื่อร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการตามวัตถุประสงค์ มีการวางแผนการทำงาน การกำหนดบทบาทหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน ประสานความรู้ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด มีความสามัคคีมีเป้าหมายเดียวกัน มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน รวมทั้งร่วมกันตัดสินใจเพื่อผลสำเร็จของผลงาน

2.2 ความสำคัญของการทำงานเป็นทีม

กาญจนา มังละคีรี (2552) ได้สรุปความสำคัญของการทำงานเป็นทีมดังนี้

1. มนุษย์ทุกคนมีความจำกัดของพลัง การทำแต่เพียงคนเดียวให้สำเร็จนั้นย่อมเป็นการยากโดยเฉพาะในงานใหญ่ๆ

2. มนุษย์ทุกคนมีความจำกัดและความแตกต่างในเรื่องสติปัญญา ความคิด การทำงานใดๆ หัวเดียวย่อมสู้หลายหัวไม่ได้ เพราะหลายหัวสามารถช่วยกันคิด ช่วยกันดูให้กว้างและรอบคอบ

3. มนุษย์เป็นสัตว์สังคมอยู่อย่างโดดเดี่ยวลำพังไม่ได้ จำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยให้การช่วยเหลือกัน การที่มนุษย์เป็นสัตว์สังคมก็เพราะว่ามนุษย์มีความต้องการที่จะมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นเพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานที่จำเป็นของมนุษย์

4. สังคมปัจจุบันคนต้องทำงานร่วมกันทุกระดับและทุกองค์กร หากเราไม่สามารถทำงานเป็นทีมแล้วก็จะเกิดปัญหาไปทุกระดับและทุกองค์กร

5. ผลงานของทีมดีกว่าการทำงานเดี่ยว เนื่องจากการรวมตัวกันเป็นทีมนั้นมีความหมายมากกว่าการนำบุคคลมารวมกัน

6. บุคคลได้มีโอกาสรวมกลุ่มกันทำงานช่วยให้บุคคลได้เรียนรู้จากผู้อื่น เกิดความคิดความเจริญงอกงามแห่งตนขึ้น และส่งผลให้ทีมด้วย

ชยพล บุตรศาสตร์ (2554) สรุปได้ว่า ความสำคัญของการทำงานเป็นทีมมีบทบาทสำคัญในการแก้ไขปัญหา และสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อองค์กร

อำนาจ มีสมทรัพย์ (2553) สรุปได้ว่า ความสำคัญของทีมมีประโยชน์อีกทั้งยังมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาเปลี่ยนแปลงลักษณะรูปแบบของวัฒนธรรมในการทำงาน ส่งผลให้งาน

ตอบสนองการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ช่วยให้งานที่ซับซ้อนต่างๆ สำเร็จลุล่วงได้ และจะเห็นว่า ในปัจจุบันนี้มีผู้เห็นประโยชน์และได้นำความรู้เกี่ยวกับการทำงานเป็นทีมไปใช้ปฏิบัติงานกันอย่างแพร่หลาย เป็นที่ยอมรับและนำมาปรับใช้ในองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน

เทพินทร์ จารุศุกร (2554) สรุปได้ว่า การทำงานเป็นทีม มีความสำคัญมากในองค์กรไม่เพียงแต่จะช่วยส่งผลให้วัตถุประสงค์ขององค์กรบรรลุเป้าหมายเท่านั้น แต่ยังมีอิทธิพลต่อบรรยากาศการทำงานขององค์กรนั้นอีกด้วย เพราะ เป็นการดึงเอาความสามารถของแต่ละบุคคลที่มีอยู่ออกมามาสร้างสรรคสิ่งใหม่ๆ และเตรียมพร้อมสำหรับเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา และงานที่ต้องอาศัยการทุ่มเทอย่างเต็มที่ เพื่อการแก้ปัญหาและสร้างความสัมพันธ์สามารถหาทางออกได้หลายวิธี โดยตั้งอยู่บนผลประโยชน์ร่วมกัน เป็นการพัฒนาสมาชิกในทีมให้เปิดใจกว้างมากขึ้น

พิมพ์ภัทส ถ้วยอ้อม (2553, น. 33) ได้สรุปไว้ว่า การทำงานเป็นทีมมีความสำคัญและเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกและองค์กรเป็นอย่างมาก ส่งผลให้สมาชิกเกิดความสามัคคี มีการยอมรับซึ่งกันและกัน มีความสัมพันธ์อันดี และมีความคิดสร้างสรรค์ ช่วยลดความขัดแย้งในองค์กร ลดต้นทุนและเพิ่มสมรรถภาพการทำงาน

2.3 ทฤษฎีในการทำงานเป็นทีม

ผลงานที่เกิดจากทีมนั้นได้จะมากกว่าผลงานนี้แต่ละคนที่ทำงานคนเดียว แนวคิดเรื่องการทำงานเป็นทีมจึงมีความสำคัญ และมีนักวิชาการได้สนใจและศึกษาการทำงานเป็นทีม ดังนี้

สุดา ทพิสุวรรณ (2550) สรุปได้ว่า มนุษย์เป็นสัตว์โลกที่ไม่สามารถอยู่คนเดียวได้ตลอดชีวิต จะต้องมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน ทั้งในเรื่องส่วนตัวและหน้าที่การงาน มนุษย์จึงมีการรวมตัวกันเป็นกลุ่มตั้งแต่เด็กคำบรรพ์ บุคคลที่เข้ามาเป็นสมาชิกกลุ่มอาจมีสาเหตุมาจากความต้องการพื้นฐาน อาทิเช่น ต้องการความมั่นคง ปลอดภัย การยกย่องนับถือ ความรัก ความผูกพันอำนาจและต้องการเสรีภาพ

อานวย มีสมทรัพย์ (2553) ได้ศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีมในแง่มุมต่างๆ ดังนี้

1. ทฤษฎีการทำงานร่วมกันของ George Homans

จอร์จ โฮมันส์ (George Homans, 1962-1984) ได้พัฒนาแนวคิดแล้วตั้งเป็นทฤษฎีขึ้น โดยอธิบายถึงหลักการสำคัญของทฤษฎีนี้ว่า การทำงานร่วมกันเป็นทีมจะต้องประกอบด้วย สิ่งสำคัญอันเป็นพื้นฐาน 3 ประการ คือ 1) กิจกรรม 2) การกระทำ และ 3) ความรู้สึก โฮมันส์ เชื่อว่าองค์ประกอบทั้งสามนี้เกี่ยวข้องซึ่งกันและกันอยู่ คือ ถ้าสมาชิกมีส่วนร่วมในกิจกรรมของกลุ่มเพิ่มมากเท่าไรพฤติกรรมและความรู้สึกร่วมกันของสมาชิกก็จะมีมากขึ้น เพราะสมาชิกมิใช่

เพียงแต่ทำงานใกล้ชิดกันแต่ยังมีการพูดจาติดต่อกันสื่อสาร ปรึกษาหารือ ประสานงานกัน ช่วยเหลือ เกื้อกูลกัน ตัดสินใจร่วมกันและมุ่งความสำเร็จโดยมีเป้าหมายเดียวกัน ดังนั้นสมาชิกในกลุ่มเมื่อรวมกันแล้วจึงมีพลังสูงมาก

2. ทฤษฎีตาข่ายการปฏิบัติงาน (Grid of Work)

เบลค และมุตตัน (Blake & Mouton, 1991) ได้พัฒนาทฤษฎีตาข่ายการปฏิบัติงาน ซึ่งมีความเห็นว่าการทำงานเป็นทีม นั้น จะต้องมุ่งให้ได้ทั้งผลงานและความร่วมมือของสมาชิก หลักการสำคัญของทฤษฎีนี้เชื่อว่า คนเราต้องการงานให้ได้ผลงานและต้องการมีส่วนร่วมในงานที่รับผิดชอบ การที่สมาชิกเข้ามามีส่วนร่วมนั้นจะต้องสร้างบรรยากาศของการยอมรับเพื่อสนับสนุนความคิดสร้างสรรค์แสดงความคิดเห็น เพราะทฤษฎีนี้เชื่อมั่นว่าผลงานที่เกิดขึ้นย่อมมาจากบูรณาการ (Integration) ซึ่งก็คือการผสมประสานความต้องการขององค์การและของสมาชิกเข้าด้วยกัน แนวคิดที่สำคัญของทฤษฎีนี้ประกอบด้วย

2.1 ลักษณะของกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วย สมาชิก ซึ่งมีบุคลิกภาพเป็นลักษณะเฉพาะตัว ได้แก่ สติปัญญา ทักษะ และบุคลิกภาพของสมาชิกที่มาเข้าร่วมเป็นกลุ่ม ซึ่งส่งผลให้แต่ละกลุ่มมีลักษณะแตกต่างกันออกไป พฤติกรรมโดยรวมของสมาชิก แต่ละกลุ่มจะมีลักษณะโครงสร้างภายในโดยเฉพาะ ซึ่งหมายถึงแบบแผนความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิก หรือลักษณะในการรวมกลุ่มของสมาชิก อาทิเช่น การแสดงบทบาทตำแหน่งหน้าที่ และการสื่อสารระหว่างสมาชิกในกลุ่ม

2.2 พลังหรือการเปลี่ยนแปลงบุคลิกลักษณะของกลุ่ม หมายถึง การแสดงพฤติกรรม มีลักษณะ 2 ประการ คือ ลักษณะที่ส่งผลให้กลุ่มรวมกันได้ หมายถึง ความร่วมมือทำกิจกรรมของสมาชิก ซึ่งความสัมพันธ์จะดำเนินไปอย่างราบรื่น เกิดความสามัคคี ร่วมแรงร่วมใจกัน (Cohesion) ซึ่งส่งผลให้การรวมกลุ่มมั่นคงเหนียวแน่น และ ลักษณะกลุ่มที่ส่งผลให้ประสบผลสำเร็จหมายถึง กิจกรรมของสมาชิกที่กระทำ เพื่อให้กลุ่มบรรลุจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

3. ทฤษฎีผลสัมฤทธิ์ของกลุ่ม (Theory of Group Achievement)

สโตกคิลล์ (Stogdill, 1974) รวบรวมองค์ประกอบต่างๆ ที่จำเป็นสำหรับการทำงานร่วมกันแล้วสร้างเป็นทฤษฎีขึ้นเรียกว่า ทฤษฎีผลสัมฤทธิ์ของกลุ่ม โดยอธิบายว่า มีองค์ประกอบสำคัญ 2 ประการ คือ

3.1 การรวมตัวกันของสมาชิก (Member In puts) เมื่อบุคคลมารวมกลุ่มกันจะมีการแสดงออก และมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน รวมถึงการคาดหวังผลที่เกิดขึ้น การที่บุคคลมารวมกลุ่มกันจะมีการแสดงออกกระหว่างสมาชิก ซึ่งเป็นลักษณะของการปฏิบัติสัมพันธ์ต่อกัน การแสดงออกเป็นลักษณะของการตอบโต้หรือตอบสนอง โดยการตัดสินใจหรือการแสดงออก ให้ความคิดเห็น หรือ

การให้ความร่วมมือความคาดหวังเป็นส่วนประกอบที่จะช่วยให้สมาชิกรู้สึกพึงพอใจจากการที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม อาทิเช่น เป้าหมายของกลุ่มหรือการแสดงบทบาทต่างๆ ที่เสริมสร้างในกลุ่ม

3.2 สื่อกลางในการรวมกันของกลุ่มสมาชิก (Mediating Variable) สิ่งที่จะช่วยให้เป้าหมายของกลุ่มบรรลุวัตถุประสงค์ คือ การกำหนดโครงสร้างของกลุ่มเป็นแนวปฏิบัติสำหรับสมาชิก ซึ่งประกอบด้วยสิ่งสำคัญ ดังนี้ โครงสร้างที่ในทางการ (Formal Structure) หมายถึง การกำหนดตำแหน่งหน้าที่ และรายละเอียดของงาน โครงสร้างสำหรับบทบาทของสมาชิก (Role Structure) หมายถึงการกำหนดอำนาจของการตัดสินใจ ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่ม (Group Achievement) หมายถึง ผลที่เกิดจากสมาชิกได้มาร่วมกิจกรรม มีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน มีการคาดหวังและแสดงตามโครงสร้างกลุ่มผลที่เกิดขึ้นจะประกอบด้วย ผลงาน (Productivity) ขวัญและกำลังใจในกลุ่มสมาชิก (Group Moral) และความสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวระหว่างสมาชิก (Group Cohesion)

4. ทฤษฎีว่าด้วยบุคลิกภาพของกลุ่ม (Group Syntality Theory)

ทฤษฎีนี้เป็นทฤษฎีที่ตั้งขึ้นโดย แคทเทลล์ (Cattell, 1948) ทฤษฎีของเขาประกอบไปด้วยส่วนสำคัญ 2 ส่วน ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ส่วนแรกเกี่ยวกับมิติต่างๆ (Dimensions) ของกลุ่มและส่วนที่สองเกี่ยวกับพลวัตของบุคลิกภาพรวมของกลุ่ม (Dynamics of Syntality) ในส่วนแรกหรือส่วนที่เกี่ยวกับมิติต่างๆ ของกลุ่มนั้น ประกอบด้วย

4.1 ลักษณะของประชากร หรือสมาชิกของกลุ่ม (Population Traits)

4.2 ลักษณะของบุคลิกภาพของกลุ่ม (Syntality Traits)

4.3 ลักษณะ โครงสร้างภายใน (Characteristic of Internal Structure) ลักษณะของประชากรนั้น หมายถึง ลักษณะต่าง ๆ ของบุคคลแต่ละคนที่มาวมเข้าเป็นกลุ่ม ซึ่งลักษณะเหล่านี้เป็นลักษณะเฉพาะตัวของบุคคล อาทิเช่น ระดับสติปัญญา ทักษะ ความคิดความเชื่อ ค่านิยม เป็นต้น

บุคลิกภาพของกลุ่ม (Syntality Traits) นั้น ถ้าจะกล่าวให้เข้าใจโดยง่ายก็คือ พลังหรือผลที่กลุ่มบันดาลให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งพลังอันนั้นจะสำแดงต่อกลุ่มอื่น ๆ หรือต่อสิ่งที่อยู่รอบข้างกลุ่มก็ได้ บุคลิกภาพของกลุ่มอาจจะดูได้จากพฤติกรรมที่กลุ่มแสดงออกไปและอาจจะครอบคลุมไปถึงวิธีการตัดสินใจในสถานการณ์ต่างๆ ของกลุ่มอีกด้วย ลักษณะ โครงสร้างภายในของกลุ่ม ได้แก่ บทบาทตำแหน่งของสมาชิกในกลุ่มแต่ละคน และการสื่อสารในกลุ่ม เป็นต้น

ในส่วนที่สองซึ่งเป็นส่วนที่เกี่ยวกับพลวัตของบุคลิกภาพรวมของกลุ่มนั้น โดยปกติแล้วงานหรือกิจกรรมของกลุ่มอาจจะจำแนกออกได้เป็น 2 ชนิด คือ งานที่มุ่งรักษาความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม และงานที่มุ่งความสำเร็จในการวิเคราะห์ลักษณะพลวัตของบุคลิกภาพรวมของกลุ่ม แคทเทลล์ ได้เสนอหลักหรือกฎไว้ 7 ประการ ดังนี้คือ

กฎข้อที่ 1 กลุ่มตั้งขึ้นมาก็เพื่อตอบสนองความต้องการของเอกัตบุคคล

กฎข้อที่ 2 พลังงานทั้งหมดของกลุ่มเป็นผลมาจากทัศนคติของสมาชิกทั้งหมดที่มีต่อกลุ่ม

กฎข้อที่ 3 พลังงานทั้งหมดเพื่อปฏิบัติการให้แก่กลุ่มนั้น อาจจะถูกนำไปใช้เพื่อทำงานอื่นๆ หรือเพื่อวัตถุประสงค์อื่นที่อยู่นอกกลุ่มก็ได้

กฎข้อที่ 4 สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนอาจจะใช้กลุ่มเพื่อบรรลุเป้าหมายส่วนตัวก็ได้ คือ งานของกลุ่มอาจจะมีผลสำคัญเป็นรองจากงานหรือเป้าหมายส่วนบุคคลก็ได้

กฎข้อที่ 5 รูปแบบลักษณะพฤติกรรมในกลุ่ม อาทิเช่น การมีความจงรักภักดีต่อกลุ่มก็ดี การสนับสนุนอุปถัมภ์ค้ำจุนกลุ่มก็ดี ตลอดจนการโอนอ่อนผ่อนตามกลุ่มก็ดี เป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ (Learning) ซึ่งเป็นผลตามทฤษฎีของการเรียนรู้ที่เรียกว่า "กฎแห่งผล" (Law of Effect)

กฎข้อที่ 6 การเป็นสมาชิกของกลุ่มอาจจะซ้ำซ้อนกันได้ แต่พลังงานทั้งหมดในกลุ่มซ้ำซ้อนนั้นจะยังคงอยู่ในระดับคงที่ ตราบใดที่พลังงานของเอกัตบุคคลที่ใช้ไปกับวัตถุประสงค์อื่นมิใช่เป็นวัตถุประสงค์ของกลุ่มยังคงที่เหมือนเดิม

กฎข้อที่ 7 ลักษณะทางบุคลิกภาพ (Personality traits) ของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม กับลักษณะทางบุคลิกโดยรอบ (Syntality traits) ของกลุ่มจะมีส่วนคล้ายคลึงกันมาก ตัวอย่าง อาทิเช่น ถ้าสมาชิกในกลุ่มแต่ละคนมีลักษณะ ไปในเชิงลักษณะอนุรักษ์นิยมไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง ไม่มีความยืดหยุ่น เป็นบุคลิกภาพ โดยรวมของกลุ่มก็จะมีลักษณะเป็นแบบอนุรักษ์

สรุปแนวคิดทฤษฎีในการทำงานเป็นทีม นั้น ส่วนมากมักจะมุ่งเน้นไปที่การทำงานร่วมกันของสมาชิกทีม อาทิเช่น ทฤษฎีการทำงานร่วมกันกล่าวว่าถ้าสมาชิกได้มีการกระทำ การร่วมกิจกรรมมากก็จะมีพฤติกรรมและความรู้สึกร่วมกันมากขึ้น ทฤษฎีตาข่ายการปฏิบัติงานมุ่งเน้นผลงานและความร่วมมือของสมาชิกตามบทบาทหน้าที่ส่งผลให้กลุ่มมีลักษณะเฉพาะ และมีพลังของกลุ่มที่แตกต่างกัน ทฤษฎีผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มมี โครงสร้างการกำหนดบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบขวัญและกำลังใจในกลุ่ม ทฤษฎีว่าด้วยบุคลิกภาพของกลุ่มซึ่งประกอบด้วย ลักษณะประชากร บุคลิกภาพของสมาชิกและ โครงสร้างภายในองค์กร และองค์ประกอบด้านอื่นๆ ที่จะส่งผลให้ทีมมีประสิทธิภาพซึ่งทฤษฎีที่ได้กล่าวมานั้นเป็นสิ่งสำคัญที่องค์กรสามารถนำไปใช้พัฒนา รูปแบบขององค์กรให้เหมาะสมและประสบความสำเร็จ

2.4 องค์ประกอบของการทำงานเป็นทีม

มัลลิกา วิชชูกริงครัต (2553) ได้แบ่งการทำงานเป็นทีม มี 3 องค์ประกอบย่อยๆ มีรายละเอียด ดังนี้

1. ด้านการวางแผนดำเนินการของทีม มีเป้าหมายและขั้นตอนชัดเจนประสานงานกันเป็นทีมแลกเปลี่ยนและขนาดของกลุ่มออกมาจากทีมการมีแผนการติดตามแผนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

2. ด้านสมาชิกทีมมีความตั้งใจ จริงที่จะทำงานมีความรู้หรือใฝ่หาความรู้ตระหนักในการทำงานระบบเป็นทีมร่วมกับผู้อื่น

3. ด้านผู้นำทีม มีความรู้ในการวางแผน การปฏิบัติงานและติดตามผล มีเทคนิคในการเผชิญต่อการขัดแย้งในกลุ่ม เทคนิคการเสริมแรงและสร้างพลังใจและแสวงหาวิธีการที่เหมาะสม

วราพรรณ ตระกูลสฤณี (2549) กล่าวว่าไว้ว่าองค์ประกอบในการทำงานเป็นทีม ดังนี้ มีเป้าหมายร่วมกันยอมรับนับถือ ร่วมมือ พร้อมใจกันทำงาน การแบ่งงานกันทำตามความสามารถรับผิดชอบต่องานมีความเข้าใจกันและ ความผูกพันต่อกัน

ร็อบบิ้น (Robbins, 2001) กล่าวว่าไว้ว่าองค์ประกอบในการทำงานเป็นทีม ดังนี้คือ

1. การจัดรูปแบบงาน (Work Design) มีลักษณะ ของการจัดรูปแบบต้องมีเสรีภาพในการทำงาน ใช้ทักษะความรู้ ผลผลิตมีความชัดเจนส่งผลต่อคนส่วนใหญ่

2. การจัดองค์ประกอบ (Composition) เป็นการจัดทีมงานว่าเป็นอย่างไร ประกอบด้วย ลักษณะของสมาชิก การกำหนดบทบาทที่หลากหลาย ขนาดความยืดหยุ่นของทีมงาน

3. การจัดบริบท (Context) มีองค์ประกอบ ได้แก่ ทรัพยากรที่เพียงพอ ภาวะผู้นำที่ดีมีระบบการประเมินผล และค่าตอบแทนที่ดี

4. กระบวนการ (Process) สำคัญต่อประสิทธิภาพของทีม ได้แก่ ความผูกพันวัตถุประสงค์ร่วมกันเฉพาะทีม มีความเชื่อมั่น ลดความขัดแย้ง และการเอาเปรียบของสมาชิกบางคน

เกล็น เอช วาร์เนน (Glen H. Vamey, 1977) ได้กล่าวไว้ว่า องค์ประกอบของทีมที่ดี คือ การไว้นใจเชื่อใจมีบรรยากาศการสนับสนุนซึ่งกันและกันการติดต่อสื่อสารที่ดีมีวัตถุประสงค์ของทีม การแก้ปัญหาความขัดแย้ง ได้ดีการใช้ทรัพยากรของแต่ละคนในกลุ่มให้ได้รับประโยชน์มากที่สุด มีวิธีการควบคุมทีมงานที่ดีและนำเอาสิ่งแวดล้อมภายนอกองค์กรมาสนับสนุน ได้แก่ ความเป็นอิสระ การสนับสนุนและนับถือความแตกต่างของบุคคล

วูดค็อก (Woodcock, 1989) ได้ให้แนวคิดคุณลักษณะทีมที่ดีมีองค์ประกอบ คือ

1. บทบาทที่สมดุล (Balanced Roles) คือ การผสมผสานความแตกต่างของบุคคลและวิธีการที่หลากหลายให้เหมาะสม ต้องอาศัยความกลมกลืนและบทบาท สมดุลของสมาชิก ซึ่งคล้ายพ่อครัวที่จะเลือกชนิดของเครื่องปรุงปรุงอาหาร จะต้องมั่นใจใ้คุณภาพและปริมาณอาหาร

ผู้บริหารที่จะสร้างทีมงานจะต้องหาจุดสมดุลสูงสุดของทักษะและความสามารถของสมาชิกโดยการวิเคราะห์จากบทบาทที่จำเป็นในทีม

2. ผู้นำ (Leader) คือ การตั้งทีมงาน ตั้งวัตถุประสงค์ วางแผนควบคุม เรียกประชุม และมอบหมาย โครงสร้างการทำงาน พยายามนำสิ่งที่ดีที่สุดของสมาชิกมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

3. ผู้ท้าทาย (Challenger) จะต้องสร้างบทบาทให้ทีมงานยอมรับในสิ่งที่กำลังกระทำต้องพิสูจน์ให้ได้ว่าความคิดเหล่านั้นเป็นไปได้ ถ้าทีมงานไม่มีผู้ท้าทายก็เหมือนกับทีมงานขาดแรงกระตุ้น

4. ผู้เชี่ยวชาญ (Expert) ในการสร้างทีมงานจึงจำเป็นต้องอาศัยผู้เชี่ยวชาญมากมายหลายสาขาให้คำแนะนำเฉพาะเรื่อง เฉพาะอย่างให้การทำงานบรรลุจุดหมาย

5. เอกอัครราชทูต (Ambassador) บุคคลประเภทนี้ต้องมีบุคลิกภาพที่เป็นมิตรเป็นนักประชาสัมพันธ์ เป็นนักการขายและเสมือนผู้สร้างสะพานเพื่อเชื่อมต่อไปยังบุคคลที่เราต้องการรู้จักเพื่อนำประโยชน์มาให้ทีมงาน

6. ผู้พิพากษา (Judge) ต้องแสดงบทบาทเหมือนกับผู้พิพากษาในศาลที่จะต้องค้นหาความจริงมีเหตุมีผล พินิจพิจารณาอย่างไคร่คราญ ตรวจสอบความสมดุลและค้นหาความยุติธรรม

7. นักนวัตกรรม (Innovator) เป็นพวกที่ใช้จินตนาการสร้างสรรค์ คอยเสนอความคิดใหม่ๆ อยู่เสมอ สามารถปฏิบัติให้เป็นจริงได้ โดยนำความคิดไปทดลองปฏิบัติคิดค้นยุทธวิธีที่เหมาะสมในขณะเดียวกันก็จัดปัญหาและอุปสรรคที่จะเกิดขึ้นด้วย

8. นักการทูต (Diplomat) หรือเรียกว่า นักเจรจา ทำหน้าที่แก้ปัญหาทางการเจรจาต่อรองภายในทีมงาน โดยต้องสร้างพันธมิตร สร้างความมั่นใจว่าปัญหาต่างๆ ที่ถูกแก้ไขต้องเป็นที่ยอมรับ เป็นผู้ก่อให้เกิดความประนีประนอม โดยใช้ศิลปะของความเป็นไปได้อย่างสูง จึงต้องอาศัยนักเจรจาเพื่อนำทีมงานฝ่าอันตรายออกไปให้ได้

9. ผู้คล้อยตาม (Conformer) เป็นบุคคลที่คอยช่วยเหลือในทุกๆ ทาง พวกนี้จะคอยช่วยเหลือ ประสานงาน และช่วยให้บุคลากรได้รับความสุขทางใจ โดยการหาสิ่งที่ดีของพวกเขาที่ขัดแย้งในทีมงานมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อทีมงาน

10. ผู้ผลักดันผลผลิต (Output pusher) บทบาทของบุคลากรเหล่านี้จะเป็นผู้ไขว่คว้าความก้าวหน้า และเป็นผู้คอยส่งผลให้ทีมงานแน่ใจว่างานกำลังมุ่งตรงไปยังเป้าหมาย ส่งผลให้ต้องใช้ทักษะความผูกพันกับงานสูงมากและกระตุ้นให้ทุกคนมั่นใจในผลงานที่ร่วมกันทำจึงไม่ค่อยอ่อนผ่อนปรนเท่าใดนัก

11. ผู้ควบคุมคุณภาพ (Quality Controller) ผู้คอยตรวจสอบ "การมุ่งไปสู่ผลผลิต" เป็นบุคคลที่คอยกระตุ้นให้ผลผลิตมีมาตรฐานสูง จึงจัดเป็นพวกหวังดีในทีมงานเน้นคุณภาพในทุกเรื่อง

12. ผู้สนับสนุน (Supporter) เป็นบุคคลที่ส่งผลให้ทีมงานสบายใจ สร้างขวัญกำลังใจในทีมงาน คุณลักษณะ อาทิเช่น นี่เป็นการมุ่งความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในทีมงานเป็นพวกที่พยายามสร้างมนุษยสัมพันธ์ให้ทีมงานเกิดความสุขและความพอใจในโลกของการทำงาน โดยใช้วิธีสืบเสาะหาต้นเหตุแห่งปัญหา คอยให้ความสนับสนุนและส่งเสริมหรือคอยช่วยเหลือในการพัฒนางาน

13. ผู้ทบทวน (Reviewer) เป็นบุคคลที่คอยสังเกตการณ์ว่า การทำงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่ คุณลักษณะของผู้ทบทวน คือ ผู้ดูแลการทำงานว่าจะดีหรือไม่อย่างไรในอนาคต โดยการมองย้อนกลับไปดูอดีต

โรมิก (Romig, 1996) ได้นำข้อสรุปมาจากการงานวิจัยการทำงานเป็นทีม มากกว่า 200 เรื่อง นำมาวิเคราะห์ห้วงองค์ประกอบโครงสร้างที่ส่งผลให้องค์การประสบความสำเร็จ 10 ด้าน

1. การสร้างสรรค์ของทีม (Team Creativity) พัฒนามาจากความคิดที่หลากหลายของสมาชิกและการระดมสมองเพื่อแก้ไขปัญหา 4 ขั้นตอน ได้แก่ การนำปัญหามาพูดคุยกับภายในทีมให้สมาชิกทีมร่วมเสนอความเห็น สร้างทัศนคติที่ดีต่อกันในระหว่างทำกิจกรรม และนำความคิดที่ดีที่สุดไปปฏิบัติตามแผน

2. การติดต่อสื่อสารภายในทีม (Team Communication) การสื่อสารที่ดีจะนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องโดยเฉพาะการสื่อสารแบบสองทาง และมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างไม่ก็เป็นการมากกว่าอย่างเป็นทางการ รวมถึงการรับฟังสมาชิกทีม สิ่งเหล่านี้จะต้องมีการฝึกทักษะทั้งทางด้านการสื่อสาร การฟัง การเข้าใจอย่างถูกต้อง และมีการตรวจสอบความเข้าใจตรงกันของสมาชิก

3. การประชุมทีม (Team Meeting) สมาชิกทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการประชุมวางแผนและตัดสินใจ

4. การจัดการความขัดแย้ง (Conflict Management) โดยส่งเสริมการติดต่อสื่อสารและความคิดที่สร้างสรรค์ของทีม ขจัดความรู้สึกทางลบและการต่อต้านการเปลี่ยนแปลงการทำงาน โดยการส่งผลให้สมาชิกมีความเป็นมิตรต่อกัน สร้างบรรยากาศที่ดีในการประชุม ลดการใช้อารมณ์และความเข้มของเสียง รับรู้ในเป้าหมายเดียวกันและแก้ไขปัญหาาร่วมกัน

5. ค่านิยม วิสัยทัศน์ และพันธกิจของทีม (Team Values, Vision and Mission) โดยทีมต้องมีการกำหนดแนวทางร่วมกันในเรื่องดังกล่าว ซึ่งเป็นความเชื่อหรือพฤติกรรมของสมาชิก

ตามที่คาดหวังของสมาชิกทั้งหมดเกี่ยวกับพันธกิจ กฎระเบียบ ปทัสถาน และเป้าหมาย โดยการทำงานตามที่กำหนดไว้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของทีม

6. การกำหนดเป้าหมายของทีม (Team Goal Setting) โดยการพูดคุยหาข้อตกลงร่วมกันของสมาชิกทีมแต่ละคนเพื่อนำไปสู่พันธกิจ ซึ่งเป็นการช่วยให้ทีมมีการพัฒนาและปรับปรุงการปฏิบัติโดยใช้เวลาลดลง

7. บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ และที่มาองค์กร (Role and Responsibility and Team Organization) โดยสมาชิกทีมทุกคนต้องเข้าใจ บางครั้งความขัดแย้งของสมาชิกทีม ส่งผลให้เกิดความเครียด ส่วนใหญ่เกิดจากสาเหตุที่ไม่เข้าใจบทบาทของตนเอง

8. การแก้ไขปัญหาของทีม (Team Problem Solving) มีการประชุมสมาชิกทีมเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น โดยการระบุปัญหา วิเคราะห์สาเหตุ ระดมสมองเพื่อแก้ไขปัญหา เลือกวิธีการแก้ไขปัญหา โดยต้องกำหนดเป้าหมายและพัฒนาวิธีการปฏิบัติให้เหมาะสม

9. การตัดสินใจของทีม (Team Decision Making) ต้องอาศัยทักษะ ความรู้การมีส่วนร่วม และตัดสินใจแก้ปัญหา โดยคำนึงถึงความรวดเร็วและขั้นตอนเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

10. การปรับปรุงกระบวนการทำงาน (Work Process Improvement) เป็นการฝึกอบรม อาทิเช่น ลดระยะเวลา ผลผลิต ราคา และคุณภาพเพื่อให้ผู้ใช้บริการพึงพอใจ ซึ่งมีปัจจัยและองค์ประกอบที่สำคัญหลายอย่างที่ส่งผลให้ทีมงานสามารถทำงานร่วมกัน เพื่อให้ได้ผลดีกว่าการทำงานเพียงคนเดียวความสมัครใจที่จะทำงานร่วมกัน และพร้อมที่จะเผชิญปัญหาร่วมกัน

2.5 ลักษณะของการทำงานเป็นทีมที่มีประสิทธิภาพ

เรณู เชื้อสะอาด (2552, น. 21) ได้กล่าวเกี่ยวกับทีมที่มีประสิทธิภาพไว้ ดังนี้

1. ลักษณะและภาวะความเป็นผู้นำที่เหมาะสม กล่าวคือ ผู้นำทีม จำเป็นต้องมีทักษะและความตั้งใจในการที่จะพัฒนาสมาชิกทุกคนของทีม โดยมีการกระจายงานและค่านิจงานทุกอย่างที่เป็นทีมมีการจัดสรรเวลาและกิจกรรม

2. การเป็นสมาชิกของกลุ่มที่ทุกคนเข้ากันได้ทำงานร่วมกันได้ มีการแลกเปลี่ยนถ่ายทอดทักษะและคุณสมบัติที่ตนมีอยู่ให้กับบุคคลอื่นด้วย ซึ่งเป็นการเอื้ออำนวยประโยชน์ให้แก่สมาชิก

3. ข้อผูกพันที่มีต่อกัน สมาชิกแต่ละคนควรจะมีความรู้สึกร่วมกันเป็นส่วนตัวยอมเสียสละ เพื่อจุดประสงค์และเป้าหมายของทีม สนับสนุนเพื่อนร่วมงานคนอื่นๆ ทั้งในงานในหน้าที่และนอกเหนือขอบเขต แต่อยู่ภายใต้ความถูกต้อง และสมาชิกทุกคนควรมีความรู้สึกร่วมกันเป็นเจ้าของและเป็นตัวแทนของทีม

4. มีบรรยากาศที่สร้างสรรค์ ในการที่ทีมสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความพร้อมที่จะทำงานที่ต้องใช้ความเชี่ยวชาญภายในทีมควรมีลักษณะที่ผ่อนคลายและให้ความรู้ที่ปลอดภัยกับสมาชิกทุกคน

5. ผลสำเร็จของทีมจะต้องมีวัตถุประสงค์เป็นของตัวเอง ซึ่งจะส่งผลให้รู้สึกว่าการทำงานนั้นมีคุณค่า มีเป้าหมายของงานในระยะยาว ความรู้สึกแห่งศักยภาพในการมุ่งมั่นจะทำงานให้สำเร็จ แต่ทั้งนี้ต้องมีการทบทวนเพื่อตรวจสอบดูว่า ทีมนั้นมีการพัฒนาไปมากน้อยเพียงใด

6. มีบทบาทของความร่วมมือที่ชัดเจนในกระบวนการ การวางแผน และแต่ละคนจะมีบทบาทที่แตกต่างกันและทำงานออกมาให้เห็นผลงานได้ในลักษณะเป็นภาพรวมขององค์การ

7. ทีมจะต้องได้รับการพัฒนาให้เป็นระบบที่มีชีวิตชีวา และในทางที่เพิ่มพูนประสิทธิภาพเพื่อร่วมกันแก้ไขปัญหา

8. มีกระบวนการที่ระบุบทบาทได้ชัดเจน มีรูปแบบที่สนับสนุนลักษณะการทำงานเป็นทีม

9. สามารถแสดงความคิดเห็นที่ไม่มีอคติ ต้องมีการตรวจสอบความผิดพลาดของทีมหรือของบุคคล โดยไม่โจมตีใคร

10. พัฒนาตนเองอย่างดีของตัวสมาชิกและทีม มีวิธีกวามคุมสมาชิกที่ค่อนข้างจะยึดถือตามปัจเจกบุคคลหรือมีทิวสูง

11. มีความเข้มแข็งที่สร้างสรรค์ ทีมต้องมีความสามารถที่จะคิดสร้างสรรค์ในสิ่งใหม่ๆ โดยการพบปะพูดคุยสมาชิกในทีม ถ้าใครมีแนวคิดใหม่ สมาชิกทีมควรจะให้การสนับสนุนหรือช่วยกันหาการสนับสนุนจากภายนอก เพื่อให้แนวคิดใหม่ๆ นั้นสามารถปฏิบัติได้จริง

12. มีความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างกลุ่ม ความสัมพันธ์กับทีมอื่นๆ ควรจะได้รับการพัฒนาเมื่อทำงานร่วมกับทีมอื่นๆ ว่าจะส่งผลให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้อย่างไร โดยมีการติดต่อกับทีมอื่นๆ สม่ำเสมอ เพื่อประสานกับสมาชิกแต่ละคนในทีม และควรได้รับการกระตุ้นให้ติดต่อและทำงานร่วมกับสมาชิกของทีมอื่นๆ เป็นต้น

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี (2549) กล่าวไว้ว่าลักษณะทีมงานที่มีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. เป้าหมาย ทุกคนในทีมแต่ละคน จะต้องรู้และเข้าใจ เป้าหมายที่ทุกคนมีส่วนร่วม นั้นมักจะส่งผลให้เกิดการพัฒนาเป็นทีมงานที่เป็นหนึ่งเดียวกัน

2. การแสดงออกด้านความคิดของสมาชิกได้อย่างเสรี และต้องรับฟังเพื่อนสมาชิกคนอื่นๆ การทำ อาทิเช่น นี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจว่าทุกคนเข้าใจเรื่องราวอย่างทะลุปรุโปร่ง

3. ความเป็นผู้นำ ผู้นำที่ดีจะต้องเป็นศูนย์รวมความสนใจ กล่าวคือ ต้องมีความรู้ และเข้าใจงานอย่างดี มีวิธีการจูงใจคน สามารถประสานความร่วมมือส่งผลให้ทุกคนเกิดความรัก งานมีความสามัคคีร่วมมือกัน

4. ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันเป็นเอกฉันท์ ทีมงานจะต้องพยายามลงมติให้ได้ ข้อสรุปที่ดีที่สุด โดยไม่สร้างความกดดันให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งจำใจต้องเห็นพ้องด้วย

5. ความไว้วางใจ สมาชิกสามารถเล่าเรื่องต่างๆ เพื่อให้เพื่อนร่วมทีมได้รับทราบถึง รายละเอียดที่ไม่ควรเปิดเผย หรือความคิดเห็นที่ตรงข้ามโดยไม่ต้องห่วงไหวกลัวว่าจะได้รับผลร้าย

6. ความยืดหยุ่น หรือการผ่อนปรน ทีมงานจะต้องดำเนินการคิดวิธีปฏิบัติงานแบบ ใหม่ที่ดีกว่าอยู่เสมอ สมาชิกแต่ละคนตระหนักดีว่า เวลา และสถานการณ์ต่างๆ มีการเปลี่ยนแปลง ไปตามเหตุและปัจจัย

แมคเกรเกอร์ (McGregor, 1960) ได้กล่าวไว้ว่าลักษณะทีมงานที่มีประสิทธิภาพ มี ลักษณะสรุปได้ดังนี้ บรรยากาศที่ไม่เป็นทางการสมาชิกเข้าใจวัตถุประสงค์อย่างชัดเจนมีการ อภิปรายถกเถียงกันอย่างกว้างขวาง สมาชิกที่รู้จักรับฟังเหตุผลซึ่งกันและกันใช้เหตุผลในการยุติ ปัญหาและ จะร่วมกันแก้ปัญหาที่มีการตัดสินใจ โดยความเห็นเดียวกัน การวิพากษ์วิจารณ์เป็นไป อย่างตรงไปตรงมา สมาชิกมีอิสระทางความคิดเห็น มอบหมายงานกันอย่างชัดเจนและยอมรับ ภารกิจต่างๆ อย่างเต็มใจหัวหน้าไม่ใช้อำนาจครอบงำและตรวจสอบผลงานเป็นระยะๆ

ดายเออร์ (Dyer, 1995) ได้กล่าวไว้ว่าทีมงานที่มีประสิทธิผล มีดังนี้

1. จุดมุ่งหมายและค่านิยมที่มีความชัดเจน และยอมรับ โดยพนักงานทุกคน มุ่งเน้น ให้สำเร็จงานตามจุดมุ่งหมาย

2. พนักงานเข้าใจงานที่ตนเองได้รับมอบหมายและเข้าใจบทบาทการทำงานของตนเอง

3. บรรยากาศที่มีการส่งเสริมความไว้วางใจและสนับสนุนกันเองของสมาชิก

4. การติดต่อสื่อสารที่เปิดเผย เต็มใจและแบ่งปันข้อมูลที่จำเป็นของทีมงานและองค์กร

5. พนักงานได้รับอนุญาตให้ร่วมตัดสินใจ

6. พนักงานทุกคนผูกมัดตนเองกับการร่วมตัดสินใจ

7. หัวหน้างานมีมาตรฐานการทำงานสูงและลูกน้องสนับสนุน

8. ยอมรับความแตกต่างของแต่ละบุคคล

ลิเคอร์ท (Likert, 1961) กล่าวไว้ว่าลักษณะทีมที่มีประสิทธิภาพ มีจุดเน้นคล้ายกับ แนวคิดของ แมคเกรเกอร์ ซึ่งเน้นกระบวนการและปฏิสัมพันธ์ภายในทีมสรุปได้ดังนี้

1. สมาชิกปฏิบัติงานอย่างชำนาญและมีสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกัน
2. การทำงานที่เป็นกันเองและผ่อนคลาย
3. สมาชิกมีความสนใจซึ่งกันและกันและให้เกียรติกัน
4. มีความไว้วางใจซึ่งกันและกันสูง
5. สมาชิกร่วมกำหนดค่านิยมความประสงค์หรือเป้าหมาย
6. สมาชิกมีการประสานงานที่ดี
7. สมาชิกยอมรับและให้ความสำคัญต่อค่านิยมของทีม
8. สมาชิกมีแรงจูงใจทำงานเพื่อเป้าหมายเดียวกับ
9. บรรยากาศของการทำงานสนับสนุนเกื้อกูลกัน
10. หัวหน้าทีมมีการส่งเสริมบรรยากาศของการร่วมมือประสานงานกัน
11. สมาชิกมีความกระตือรือร้นที่จะช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
12. สมาชิกยอมรับเป้าหมายและความคาดหวังด้วยความเต็มใจ
13. สมาชิกมีใจทีมงาน
14. สมาชิกช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
15. บรรยากาศการทำงานส่งเสริมให้มีการใช้ความคิดสร้างสรรค์
16. ทีมงานมีความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์
17. มีการสื่อสารด้านการปฏิบัติงานอย่างตรงไปตรงมา
18. มีการสื่อสารเรื่องราวที่สำคัญทุกเรื่อง และไม่เสียเวลาสื่อสารกับเรื่องที่ไม่สำคัญ
19. สมาชิกมีความสนใจข่าวสารข้อมูลที่ได้รับฟัง และฟัง โดยปราศจากความเคลงใจ
20. มีการยอมรับนับถือซึ่งกันและกันในทุกเรื่อง
21. สมาชิกทุกคนทุกคนทำงานด้วยกระบวนการกลุ่ม
22. มีความยืดหยุ่นในการทำงาน
23. สมาชิกเข้าใจเป้าหมายและวิธีการ เพื่อให้การตัดสินใจเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีม

กัญชิตา ไชยสิทธิ์, วัฒนา รัตนพรหม และ กฤษณี สงสวัสดิ์ (2564) ได้ศึกษา การพัฒนาชุดกิจกรรมการเรียนรู้โครงงานเป็นฐาน ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบร่วมมือ เรื่องวรรณกรรมท้องถิ่น สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพระแสงวิทยา อำเภอพระแสง

จังหวัดสุราษฎร์ธานี ผลการวิจัย พบว่า ชุดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้โครงงานเป็นฐานร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบร่วมมือเรื่องวรรณกรรมท้องถิ่น มีค่าประสิทธิภาพเท่ากับ 83.75/84.77 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนของกลุ่มทดลองสูง กว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทักษะการเรียนรู้แบบร่วมมือหลังเรียน ของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความพึงพอใจ ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อการจัดการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมการเรียนรู้โครงงานเป็นฐาน ร่วมกับแนวคิดการเรียนรู้แบบร่วมมือเรื่อง วรรณกรรมท้องถิ่น อยู่ในระดับมากที่สุด

นภัทร ไชยบุคคิ (2562) ได้ศึกษา การส่งเสริมความสามารถการทำงานเป็นทีมด้วยการเรียนรู้แบบร่วมมือร่วมกับ เว็บไซต์สนุน รายวิชาการเขียน โปรแกรม สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสารคามพิทยาคม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ กับเว็บไซต์สนุนอยู่ในระดับมาก

วัลภา สบายยิ่ง (2561) ได้ศึกษา การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะด้านความร่วมมือ การทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำของผู้นำชมรมนักศึกษา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ผลการวิจัยที่พบว่า 1) ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบของ (1) ความร่วมมือ มี 2 องค์ประกอบคือ การร่วมมือดำเนินงานของชมรมนักศึกษา และการแสดงพฤติกรรมความร่วมมือ สามารถอธิบายความแปรปรวน รวมของตัวแปรทั้งหมดได้ร้อยละ 71.81 (2) การทำงานเป็นทีม ซึ่งมีองค์ประกอบเดียวเป็นการให้ความหมาย เป็นองค์รวมไม่สามารถแยกเป็นองค์ประกอบได้ สามารถอธิบายความแปรปรวนรวมของตัวแปรทั้งหมดได้ร้อยละ 71.86 (3) ภาวะผู้นำมี 2 องค์ประกอบ คือ คุณลักษณะด้านบุคลิกภาพของผู้นำ และความสามารถนำ ทีมไปสู่เป้าหมาย สามารถอธิบายความแปรปรวนรวมของตัวแปรทั้งหมดได้ร้อยละ 70.00 2) การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนา เพื่อส่งเสริมทักษะความร่วมมือ การทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ มี 12 กิจกรรม มีค่าความสอดคล้องและความเหมาะสมอยู่ในระดับมากต่อการพัฒนาเพื่อส่งเสริมทักษะค่าเฉลี่ย 2.90, 2.91 จากคะแนนเต็ม 3 และ 3) ผลในระยะเวลาการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีดังนี้ (1) ก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ผู้นำชมรมนักศึกษาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีระดับความร่วมมือในการทำงาน การทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำ ไม่แตกต่างกัน (2) หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว กลุ่มทดลองมีระดับความร่วมมือในการทำงาน การทำงานเป็นทีม และภาวะผู้นำสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ปิยวรรณ มัชฌมนันท์ (2558) ได้ศึกษา การพัฒนาทักษะการทำงานเป็นทีมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เรื่อง สภาพสมดุล โดยใช้ชุดกิจกรรมตามแนวทางการจัดการเรียนรู้สะเต็มศึกษา ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความก้าวหน้าทางการเรียนเฉลี่ยเท่ากับ 0.65 อยู่ในระดับปานกลาง (Medium gain) และนักเรียนมีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมตามแนวทางการจัดการเรียนรู้สะเต็มศึกษา อยู่ในระดับมาก ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมตามแนวทางการจัดการเรียนรู้สะเต็มศึกษา ช่วยเพิ่มความก้าวหน้าทางการเรียนเรื่องสภาพสมดุล

วรรณษา เฉลิมชัย และคณะ (2563) ได้ศึกษา ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการเสริมสร้างการทำงานเป็นทีมของคณะกรรมการสถานักเรียน ผลการวิจัยพบว่า 1) คณะกรรมการสถานักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีการทำงานเป็นทีมมากขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) คณะกรรมการสถานักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ มีการทำงานเป็นทีมมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ 3) คณะกรรมการสถานักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มสัมพันธ์ มีการทำงานเป็นทีมไม่แตกต่างเมื่อสิ้นสุดระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Fiechtner & Davis (2016) ได้ศึกษา สาเหตุที่คนบางกลุ่มประสบความสำเร็จ: การสำรวจประสบการณ์ของนักเรียนกับการเรียนรู้แบบกลุ่ม พบว่า การเรียนรู้แบบกลุ่มหรือแบบทีมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักเรียนที่จะเรียนรู้ที่จะทำงานควบคู่กับการสร้าง ความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่มีความแตกต่างจากตัวเอง ซึ่งทักษะการทำงานเป็นทีมนี้สามารถประยุกต์ใช้กับการเรียนของนักเรียนในชั้นเรียนอื่น ๆ และในการทำงานในอนาคตได้

Lairamore et al. (2021) ได้ศึกษา ผลกระทบขององค์ประกอบของทีมต่อการรับรู้ของนักเรียน เกี่ยวกับการทำงานเป็นทีม ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนเข้าใจในการทำงานเป็นทีมมากขึ้น โดยนักเรียนมีแนวโน้มที่จะแบ่งปันความรู้ ความสามารถ และความเชี่ยวชาญให้กับผู้อื่นมากขึ้น และมีแนวโน้มที่จะยอมรับในความสำคัญของบุคคลอื่น ๆ

3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

3.1 ความหมายของการปรับตัว

ได้มีบุคคลจากศาสตร์สาขาต่างๆทั้งนักจิตวิทยาและนักการศึกษาให้ความหมายไว้หลากหลาย ดังนี้

เบอร์นาร์ด (Bernard, 1960) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับตนเองและโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความพึงพอใจ ความแจ่มใสอย่างสูงสุด มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพ สังคม มีความสามารถที่จะเผชิญ และยอมรับความจริงของชีวิต

โคลแมน และแฮมเมน (Coleman and Hammen, 1981) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของ ความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าปัญหานั้นจะเป็น ปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็น สภาพการณ์ที่บุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ

เมลล์ม และ เจมมิตัน (Malm and Jamison, 1952) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง วิธีการที่คนเรา ปรับตัว ให้เป็นไปตามความต้องการของตนเองในสภาพแวดล้อมซึ่งบางครั้งส่งเสริม บางครั้ง ขัดขวาง และบางครั้งสร้างความทุกข์ทรมานแก่เรา กระบวนการปรับตัวนี้เกิดขึ้นจากความจริง ที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีความต้องการ และเราสามารถใช่วิธีการแบบต่างๆ ในการนำเนินการเพื่อให้ บรรลุถึงความต้องการนั้นๆ ในสภาวะแวดล้อมที่ปกติ หรือมีอุปสรรคขัดขวางต่างๆ กันไป

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี (2545, น.3) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเอง เมื่อเผชิญกับสภาพปัญหา ความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ ฯลฯ จนเป็น สภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือในสภาพปัญหานั้นๆ ได้ ถ้าบุคคลปรับตัวแล้วสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อม ได้อย่างมีความสุขได้นั้นแสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี แต่หากว่าบุคคลปรับตัวแล้วยังมีความ ทุกข์ใจ ว้าวุ่นใจ ไม่สบายใจอยู่ ความรู้สึกดังกล่าวย่อมจะส่งผลให้บุคคลนั้นกลายเป็นบุคคลที่มี สุขภาพจิตไม่ดี และหากเรื้อรังรุนแรงมากขึ้น อาจจะเจ็บป่วยเป็นโรคประสาทหรือโรคจิตได้

สุชา จันทน์เอม (2544) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัวในแง่ของจิตวิทยา หมายถึง กระบวนการที่บุคคลได้แสดง พฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมของเขา มนุษย์ทุกคนต้องมีการปรับตัวตรงเท่าที่เขายัง ดำรงชีวิตอยู่ ต้องแก้ปัญหาเพื่อความสำเร็จในการทำงาน เพื่อทำมาหาเลี้ยงชีพ เพื่อสนองความต้องการทั้งทางกาย ทางจิตใจ และทางสังคม

นันทิชา บุญละเอียด (2554) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมไปตาม สภาพสังคม สิ่งแวดล้อมและสถานการณ์นั้นๆ ได้ดี เพื่อสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขทั้งทางกายและจิตใจ

สรุปได้ว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการปรับและการเปลี่ยนแปลงของบุคคลให้สามารถเข้ากับสภาพแวดล้อม และสถานการณ์ต่าง ๆ ตามความต้องการของตนเองได้อย่างมีความสุข

3.2 ทฤษฎีในการปรับตัว

ฮาวิกเฮริสท์ (Havighurst, 1953) พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการเรียนรู้งานตามขั้นพัฒนาของชีวิต เขามีความเห็นว่าการพัฒนาของชีวิตในแต่ละวัยนั้น บุคคลมีงานประจำวัยหรืองานประจำขั้นที่ต้องเรียนรู้ควบคู่กันไปด้วย ถ้าบุคคลสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุขและสามารถ พัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้อย่างสำเร็จด้วย ในทางตรงกันข้ามงานในช่วงวัยใดไม่ประสบผลสำเร็จจะส่งผลกระทบต่อบุคคลนั้น ไม่มีความสุข และพัฒนางานประจำวัยในช่วงต่อไปได้ยากลำบาก ดังนั้นบุคคลที่มีการปรับตัวได้ในทัศนะของฮาวิกเฮริสท์ จึงหมายถึงบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้และพัฒนางานประจำวัยให้ผ่านพ้นได้ด้วยดี

รอย (Roy, 1976, pp. 135) ได้กล่าวไว้ว่า พื้นฐานที่เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วยร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งทำงาน ผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อคงภาวะปกติสุขหรือภาวะสุขภาพดี ความเจ็บป่วยหรือสิ่ง กระตุ้นอื่นๆ เกิดจากการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกหรือภายในบุคคลที่เข้าสู่ระบบชีวิต ก่อให้เกิด ความกระทบกระเทือนต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ดังนั้น บุคคลยังต้องมีการ ปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคมของบุคคล บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกคือมีสุขภาพดี ยอมรับความเป็นจริง มีความพึงพอใจในชีวิต เป็นต้น ส่วนผู้ที่ประสบความสำเร็จล้มเหลวในการปรับตัวก่อให้เกิดด้านสุขภาพ ไม่ยอมรับความเป็นจริง มีความซึมเศร้า เป็นต้น

การปรับตัวเพื่อคงภาวะความสมดุลในบุคคลนั้น รอยได้รวบรวมพฤติกรรมกรรมการปรับตัวของ มนุษย์ไว้เป็น 4 ประการ คือ

1. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการด้านสรีระวิทยา (Physiological Needs) เพื่อ รักษาภาวะของการมีสุขภาพดี

2. พฤติกรรมการปรับตัวตาม อัตมโนทัศน์ของตนเอง (Self-Concept) มีพื้นฐานมาจาก ความต้องการทางด้านจิตใจ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง หากบุคคลมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความเชื่อมั่นและมองเห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับความเป็นจริง ย่อมปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองตนเองไร้ค่า และไม่ยอมรับความเป็นจริง

3. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) เป็นการตอบสนอง ความ ต้องการเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองได้ บุคคลต้องมีการปรับตัว เพื่อแสดงบทบาทของตนให้เป็นไปตามปกติ แต่จะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การปรับตัวของบุคคลนั้น

4. พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (Interdependence Relations) เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม

ดังนั้นความพอเหมาะระหว่างการพึ่งตนเอง การพึ่งผู้อื่น และการให้ผู้อื่นพึ่งพาตนเอง มีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งทางด้านจิตใจและสังคม

โรเจอร์ส (Rogers, 1972, pp. 108) ผู้นำทฤษฎีว่าด้วยตนและทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ได้พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการปรับตัวภายในตนเองโดยเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่างๆ รอบตัวซึ่งเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้และมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งการประเมินผลจากการมีปฏิสัมพันธ์นั้นก่อให้เกิดตัวเรา หรือ “โครงสร้างของตน” ขึ้นมาเป็นการรับรู้เกี่ยวกับตนในด้านต่างๆ อาทิเช่น บุคลิกลักษณะ ความสามารถของตน บทบาทต่างๆ ของตนในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นและ สิ่งแวดล้อม ทัศนคติ และค่านิยมต่างๆ ของตัวเราประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับจึงมีส่วนสำคัญในการกำหนด บุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะเข้าใจและรู้จักโลกส่วนตัวของเขาได้ดีที่สุด

บุคคลที่ปรับตัวได้ คือ บุคคลที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสามารถรับรู้ประสบการณ์ต่างๆตามความเป็นจริง นำประสบการณ์นั้นมาจัดให้สอดคล้องกับโครงสร้างหรือบุคลิกลักษณะของตนอย่างไม่ขัดแย้งหรือบิดเบือน จะมีการรับรู้และความคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวก ส่วนบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความขัดแย้งระหว่างความคิดเกี่ยวกับตนกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาใหม่อย่างมาก ส่งผลให้เกิดความตึงเครียด วิตกกังวล สับสนไม่แน่ใจ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเองและมีความคิดเห็นเกี่ยวกับตนจะเป็นไปในทางลบ

วิลเลียมสัน (Williamson, 1950) ผู้นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบนำทางมีความเชื่อว่ามนุษย์มีสติปัญญาและเหตุผล ตลอดจนมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้ แต่การที่จะพัฒนาได้นั้นต้องอาศัยความช่วยเหลือจาก ผู้อื่น โดยเฉพาะสังคมที่แวดล้อมเขาอยู่ การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมจะส่งผลให้เขา มองเห็นและรู้จักตนเองในด้านต่างๆ อาทิเช่น ความรู้ความสามารถ ความสนใจ ค่านิยมและ ทัศนคติความต้องการและเป้าหมายที่เขาเลือก ในขณะที่เดียวกันก็ได้เรียนรู้จากผู้อื่น ได้รับรู้ ประสบการณ์สังคมในด้านต่างๆ อาทิเช่น ค่านิยมทางสังคม มาตรฐานและข้อจำกัดทางสังคม ปัญหาต่างๆ ในสังคมตลอดจนวิธีการที่จะจัดการแก้ไขทั้งทางตรงและทางอ้อม จากความเชื่อดังกล่าว วิลเลียมสันจึงสรุปว่า บุคคลสามารถปรับตัวได้ถ้ามีความรู้ความเข้าใจในตนเองรวมทั้งการรู้จักและ การเข้าใจสังคม เพราะที่ส่งผลให้เขาสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการดำเนินชีวิตหรือแก้ไขปัญหาได้ อย่างมีสติและมีเหตุผล โดยการใช้อ้อมุมที่ได้รับจากประสบการณ์ในสังคมมาประกอบการ พิจารณาจนสามารถสร้างความสอดคล้องหรือความหยุ่นระหว่างความต้องการและเป้าหมายที่ พึ่งประสงค์ของตนเองกับสภาพแวดล้อม

3.3 สาเหตุแห่งการปรับตัว

วารภรณ์ ตรีภูมิตถะ (2545, น. 4) กล่าวว่าสาเหตุของการปรับตัวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัวเพื่อความอยู่รอดของชีวิตและเพื่อความสุขและราบรื่นในชีวิตมนุษย์โดยมีเหตุผลสำคัญ ดังนี้

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต

ตลอดชั่วชีวิตของบุคคลหนึ่งๆ ย่อมผ่านช่วงชีวิตมากมาย พบกับความเปลี่ยนแปลง ทั้งที่เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติเริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิ เป็นตัวอ่อนอยู่ในครรภ์ มารดา เจริญเติบโตมาเป็นทารกอยู่ในครรภ์มารดาต่อมาคลอดเป็นทารกแรกเกิดและเติบโตมา จนถึงทุกวันนี้เราทุกคนต้องพบกับสภาพความเปลี่ยนแปลงมาโดยตลอดซึ่งทุกคนต้องปรับตัวเพื่อ จะอยู่รอดให้ได้ในแต่ละช่วงชีวิต อาทิเช่น เมื่อทารกแรกเกิดก็ดูดนมมารดาเพียงอย่างเดียวเมื่อ โตขึ้นสักหน่อย ราวๆ 3 เดือน มารดาก็เริ่มจะให้อาหารอื่นทดแทน ลักษณะการปรับตัว อาทิเช่น นี้ เหตุผลคือ ความจำเป็นต้องปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเรา “เพื่อความอยู่รอดของชีวิต”

2. เพื่อความสุข หากมีคำถามว่า ความสุขคืออะไร

ความสุข คือ การไม่มีความทุกข์

ความทุกข์ คือ การไม่มีความสุข

การปรับตัว ช่วยให้เรามีความสุขได้อย่างไร การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีการแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหาหรือสภาพที่ค่อนข้างเลวร้าย หรือสภาพการณ์ที่เลวร้ายมากๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะพยายามแก้ไข ด้วยตนเอง หรือมีการแสวงหาบุคคลอื่นมาช่วยแก้ไขปัญหานั้น สุดท้ายเมื่อปัญหาคเล็ดลอยมีการแก้ไขแล้ว ความคิด ความรู้สึก ของเราก็จะดีขึ้น ผ่อนคลายความตึงเครียดลงไป เมื่อความทุกข์ หายความสุขสบายใจย่อมเกิดขึ้น

กันยา สุวรรณแสง (2535, น. 65) ได้กล่าวไว้ว่าสาเหตุที่ก่อให้เกิดการปรับตัวคือ

1. แรงขับและความต้องการ

ในชีวิตของบุคคลมีความต้องการเป็นพื้นฐาน อาทิเช่น ความต้องการทางกายและความ ต้องการทางจิต ความต้องการทั้งสองนี้ส่งผลให้เกิดแรงขับ อาทิเช่น เกิดความหิว เป็นแรงขับให้มนุษย์ ดิ้นรน แสวงหา เพื่อสนองความอยากของตน ถ้าเกิดอุปสรรคมาขัดขวางไม่สามารถสนองตอบ ความต้องการ ไม่สามารถหามาบำบัดความอยากได้ร่างกายก็จะแสดงพฤติกรรมออกมาในรูป ต่างๆ เพื่อให้คลายจากความกระวนกระวายอันเนื่องมาจากความอยาก พฤติกรรมที่แสดงออกมา เพื่อคลายความทรมานทรมานนี้เรียกว่า การปรับตัว

2. แรงกระตุ้นจากสังคม

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว หรือการที่มีสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป ส่งผลให้มี ปัญหาในการปรับตัวให้ทันตามภาวะสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป อาทิเช่น ราคาสิ่งของแพงขึ้น แฟชั่น แต่งกาย การเป็นอยู่ การคมนาคม ความเจริญทางวัตถุ ต่างก็กระตุ้นให้มนุษย์วิ่งตามตลอดเวลา ต้องตกภายใต้อิทธิพลของสังคม มีปัญหาเดินแถวกันมาให้แก้ตลอดเวลา ถ้าแก้ได้ก็มีความสุข ถ้าแก้ไม่ได้ก็เกิดความคับข้องใจ กระวนกระวายใจจึงหาทางปรับตัว โดยวิธีการต่างๆ

3. เจตคติ ความสนใจ จุดหมายของชีวิตของตัวเองเปลี่ยนแปลงไป จึงจำเป็นต้องปรับ พฤติกรรม

วารินทร์ สายโอบเอื้อ (2522, น. 159-160) ได้อธิบายถึงสาเหตุของการปรับตัวว่า อาจเกิดจากสิ่งต่อไปนี้

1. ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนได้ ซึ่งอาจเป็นเพราะอุปสรรคที่ เนื่องมาจากตัวเองหรือผู้อื่น มีผลส่งผลให้บุคคลเกิดความไม่สบายใจ และมีความคับข้องใจตามมา

2. เกิดจากความขัดแย้ง ความขัดแย้งหมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถจะตัดสินใจเลือก การกระทำทั้งสองอย่างได้ในขณะเดียวกัน แต่จะต้องเลือกกระทำเพียงอย่างเดียว มี 3 ลักษณะคือ

2.1 ความขัดแย้งในทางบวก เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่จะต้องเลือกเพียงอย่างเดียวในสิ่งที่ตัวเองชอบเท่า ๆ กัน ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป ยิ่งชอบมากทุกอย่างยิ่งเลือกยาก กว่า จะเลือกได้ก็ต้องใช้เวลา ถึงจะเลือกแล้วก็ยังเสียดายสิ่งที่ไม่สามารถจะเลือก

2.2 ความขัดแย้งในทางลบ เกิดจากการที่ตัวเองต้องเลือกในสิ่งที่ไม่ชอบเลย ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ได้ เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจเพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นเราไม่ชอบเลย แต่เราก็ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.3 ความขัดแย้งในทางบวกและลบ เกิดขึ้นในกรณีที่สิ่งต่าง ๆ หรือบุคคลหรือสัตว์ที่เราต้องเลือกนั้นมีทั้งถูกใจและไม่ถูกใจเราในระดับที่เท่าๆ กันทั้งหมดตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่เราก็ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

3.4 ลักษณะของการปรับตัว

มาลินี อยู่โพธิ์ (2525, น. 36) กล่าวว่า บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดี มิใช่ผู้ที่ปราศจาก ปัญหา แต่เป็นผู้ที่กล้าจะเผชิญปัญหาอุปสรรค และความยุ่งยากในชีวิตอย่างมีสติ และไม่หวาดหวั่น ตลอดจนเป็นผู้ที่พร้อมจะเผชิญทั้งความสุข และความทุกข์ในชีวิต บางครั้งแม้จะ

ประสบความผิดหวังและล้มเหลวในชีวิต ก็ยังมีความเข้มแข็งที่จะดำเนินชีวิตต่อไปโดยไม่ยอม พ่ายแพ้ หรือท้อถอย

วอร์เชล และ โกทาลอ (Worchel and Goethalo, 1985, pp. 3) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นงานประจำที่บุคคลจะต้องแก้ปัญหา ซึ่ง อาจเกิดจากตัวเอง สิ่งแวดล้อมหรือบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง บุคคลที่ปรับตัวได้ดี คือบุคคล ที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีการรู้จักและ ยอมรับตนเองเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการปรับตัวและการปรับตัวเป็นกระบวนการที่ซับซ้อน เกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. การเรียนรู้ และเข้าใจตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม
2. การใช้ความเข้าใจตนเอง เพื่อกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงให้กับตนเอง
3. การใช้ความสามารถของตนเอง เพื่อควบคุมสิ่งแวดล้อมและ โชคชะตาของตัวเอง เพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายของตนเอง
4. ความไวต่อการรับรู้ความต้องการและความไม่สบายใจของผู้อื่น เพื่อสามารถให้ความช่วยเหลือ และใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี (2545, น. 213) กล่าวว่า ไว้ว่า ลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี เป็นบุคคลที่มีลักษณะ ดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างถ่องแท้ โดยปราศจากอคติ
2. ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น กล่าวคือ เป็นผู้ที่มี “ความพอใจในตนเอง”
3. ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
4. มองโลกในแง่ดี มีความคิดทางบวกมากกว่าความคิดด้านลบ
5. มีความเชื่อมั่นในตนเองไม่ตกอยู่ใต้ความกดดันจากบุคคล หรือสถานการณ์อื่นใด
6. รู้จักควบคุมอารมณ์และรู้จักจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสมหรือที่เรียกว่า “มีความฉลาดทางอารมณ์”
7. สามารถเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ได้ด้วยความมีสติ และใช้ปัญญาในการแก้ปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้

8. มักจะประสบความสำเร็จในชีวิตส่วนตัว การงาน และอาชีพ
 9. สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข
- ทินดอลล์ (Tindall, 1959, pp. 76) ได้กล่าวไว้ว่าบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดี โดยทั่วไปไว้ดังนี้

1. รักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ของบุคลิกภาพ โดยมีความสามารถผสมผสานความต้องการ ของตนกับพฤติกรรมที่แสดงออก และพฤติกรรมดังกล่าวข้างต้นต้องเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อมและ สภาพความเป็นอยู่

2. ประพฤติปฏิบัติตามปทัสถานของสังคม
3. ปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง
4. มีความมั่นคงทางอารมณ์ และสามารถควบคุมอารมณ์ได้
5. มีวุฒิภาวะ
6. มองสังคมในแง่ดี และช่วยเหลือสังคมเสมอ

Thorpe (Thorpe, 1955) ได้แบ่งการปรับตัวออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ปรับตัวเอง (Self-Adjustment) ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเองได้ดีต้องมีลักษณะ ดังนี้

1.1 ความเป็นตัวของตัวเอง (Self-Reliance) หมายถึง การที่บุคคลทำอะไรได้ด้วยตนเองไม่พึ่งผู้อื่น เป็นอิสระจากผู้อื่น มีความมั่นคงทางอารมณ์และรับผิดชอบการกระทำของตนเอง

1.2 การมองเห็นคุณค่าของตน (Sense of Personal Worth) หมายถึง การที่บุคคลเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น ผู้อื่นเชื่อถือในความสามารถของเขา มีความรู้สึกว่าเขาเองมีคุณค่า มีความพอใจและเชื่อมั่นในความสามารถและมีเหตุผล

1.3 ความรู้สึกเป็นอิสระของตนเอง (Sense of Personal Freedom) หมายถึง การที่บุคคลพอใจในอิสรภาพ มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล ตัดสินใจในการกระทำและวางแผนชีวิตของตนเอง รวมทั้งมีเสรีภาพในการคบเพื่อน และการใช้จ่าย

1.4 ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (Feeling of Belonging) หมายถึง การที่บุคคลได้รับความอบอุ่นในครอบครัว ในหมู่เพื่อนฝูง จึงส่งผลให้มีความภูมิใจในบ้าน โรงเรียน เป็นต้น

1.5 ความรู้สึกไม่มีแนวโน้มที่จะถอยหนี (No withdrawing Tendencies)

1.6 ความรู้สึกไม่มีอาการทางประสาท (No Nervous Symptom)

2. การปรับตัวทางสังคม (Social Adjustment) ได้แก่ การที่บุคคลจะปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดีต้องประกอบด้วยลักษณะดังนี้

2.1 ปทัสถานทางสังคม (Social Standards) หมายถึง การที่บุคคลมีความเคารพในสิทธิของผู้อื่น เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม บุคคลประเภทนี้จะเข้าใจถึงความถูกต้องของ สังคม

2.2 ทักษะทางสังคม (Social Skill) หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้ากับเพื่อน และคนแปลกหน้า เป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่นและมีความสนใจปัญหาต่าง ๆ และสนใจกิจกรรมต่าง ๆ

2.3 แนวโน้มทางสังคม (Social Tendencies) หมายถึง การที่บุคคลปรับตัวเข้า สถานการณ์หรือสภาพที่เปลี่ยนแปลงไปของสังคม

2.4 ความสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Relation) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึก ว่า ได้รับความรักการดูแลอย่างดีในครอบครัว มีความอบอุ่นปลอดภัย และมั่นใจตนเองใน ความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว

2.5 ความสัมพันธ์ในโรงเรียน (School Relation) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึก ว่า ได้รับความรักจากครู มีความสุขในการอยู่ร่วมกับเพื่อน นักเรียนรู้สึกว่าการมีความเหมาะสมและ ความสนใจและวุฒิภาวะของตน

2.6 ความสัมพันธ์กับชุมชน (Community Relation) หมายถึง การที่บุคคลเข้า กับเพื่อนบ้านได้อย่างมีความสุข มีส่วนร่วมในการปรับปรุงชุมชนตนเอง เข้าสมาคมกับคนแปลก หน้าได้ มีความพอใจในกฎเกณฑ์ และสวัสดิภาพของชุมชน

แคพเพลน (Kaplan, 1959, pp. 27) ได้กล่าวไว้ว่าลักษณะของผู้ที่ปรับตัวไม่ได้ว่า จะมีพฤติกรรมต่างๆ 6 ประเภท ดังต่อไปนี้

1. พวกเขาชอบกระพริบตาบ่อยๆ เลียริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือปัสสาวะ บ่อยๆ พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากความวิตกกังวล

2. พวกเขาหม่นอยู่กับความเศร้า ตื่นเต้นเกินความเป็นจริง ไม่รับผิดชอบงาน พวกเขา นี้เกิด จากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางอารมณ์ที่รุนแรง

3. พวกเขาที่ต้องพึ่งพาบุคคลอื่นไม่สามารถทำงานด้วยตัวคนเดียวได้หวาดระแวง สงสัย ขาดเหตุผล ไม่สามารถตัดสินใจได้ รู้สึกว่าตนเองขาดความสามารถและมีปมด้อยพฤติกรรม เหล่านี้เกิด จากการขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์

4. พวกเขาแสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหุนิดีเยินพุดจาขวานผ่าซาก พวกเขาคิดว่า ตนเองมี ความสามารถเหนือกว่าผู้อื่น

5. พวกเขาที่พูดจาไม่สุภาพ ชอบขัดกฎระเบียบวินัย ชอบรังแกและทารุณสัตว์ พฤติกรรม เหล่านี้เกิดจากการต่อต้านสังคม

6. พวกเขาที่เจ็บป่วยโดยขาดสาเหตุ กินจุแต่หิวบ่อยบางครั้งอาเจียนและอุจจาระไม่ เป็นเวลา พวกเขามีสาเหตุจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน

ทองเรียน อมรัชกุล (2525, น. 38) ได้กล่าวไว้ว่าลักษณะของนิสิตในมหาวิทยาลัย โดย จำแนกเป็นชั้นปีซึ่งได้กล่าวไว้ว่านิสิตชั้นปีที่ 1 ว่านิสิตพวกนี้เข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยเพื่อหวัง

1) ความสำเร็จในเชิงวิชาการ สนใจการศึกษาหาความรู้ ความคิดต่างๆ 2) ต้องการเข้าใจตนเอง (self-understanding) เข้าใจปัญหาของโลก รวมทั้งแสวงหาเอกลักษณ์ของตน 3) แสวงหาฐานะ ส่วนตัว 4) มีความเป็นมิตรผูกพันอยู่กับเพื่อนและชอบรวมอยู่ในกลุ่มและ 5) เป็นผู้ที่มีมนุษยธรรม สุภาพ เรียบร้อยให้ความคุ้มครองและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความรู้สึกทั่วไปของนิสิต พวกนี้ในการเข้า ไปศึกษาในมหาวิทยาลัยคือมีความรู้สึกกระตือรือร้นระหว่างความกลัวและความตื่นเต้น พวกนี้จะเข้าร่วมกิจกรรมทุกประเภทในมหาวิทยาลัย

3.5 ความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อน

สัมพันธภาพ หมายถึง ความผูกพัน ความเกี่ยวข้อง (ราชบัณฑิตยสถาน 2525: 796) จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับเรื่องสัมพันธภาพ ได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า "สัมพันธภาพ" ไว้ดังนี้

ซิคเกอร์ริง (Chickering, 1993) ได้ให้ความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อนไว้ว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง การที่บุคคลมีความอดทนที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการเปลี่ยนแปลงจากการพึ่งพาตนเองไปสู่การพึ่งพาซึ่งกันและกัน ซึ่งการอดทนที่จะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้แก่ ความสามารถยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่นได้ และการมีน้ำใจกว้าง การให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน การให้และการรับ เป็นต้น

ชัยพร วิชชาวุธ (2530) กล่าวว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างบุคคล มนุษย์อยู่เป็นสังคม การกระทำของมนุษย์แต่ละคนจึงสัมพันธ์กับการกระทำของคนอื่น ๆ ในสังคม เกิดขึ้นทันทีเมื่อการกระทำของคนหนึ่งมีผลกระทบต่อผลกรรมที่อีกคนหนึ่งจะได้รับ

กฤษณา ศักดิ์ศรี (2534) กล่าวว่าไว้ว่า ความหมายของสัมพันธภาพว่า สัมพันธภาพเป็นความเกี่ยวข้องของมนุษย์ที่มีต่อกัน โดยทางตรงและทางอ้อม มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน มีความสามัคคีกัน ขอมรับนับถือ ตลอดจนการปฏิบัติตนให้อยู่ในกรอบของสถาบันและวัฒนธรรมเดียวกัน มีการสืบทอดเจตนารมณ์ จนเกิดเป็นสังคมขึ้น ความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันของมนุษย์เข้าใจซึ่งกันและกัน ทั้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่ม

เกย์ (Gay, 1981) กล่าวว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นในระหว่างบุคคล โดยกระบวนการนี้จะเกิดขึ้นทีละเล็กละน้อยอย่างต่อเนื่อง และรวมเข้าด้วยกันเป็นองค์ประกอบของกระบวนการของความคุ้นเคยและบุคคลที่เกี่ยวข้องจะอยู่ในฐานะบุคคลอันเป็นที่รักของกันและกัน

สุลักษณ์ มีชูทรัพย์ (2539, น.162) ได้ให้ความหมายของคำว่าสัมพันธภาพกับเพื่อนไว้ว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง กระบวนการติดต่อเกี่ยวข้องกับบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้น

ไป เพื่อทำความรู้จักกันโดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกันด้วยความเต็มใจ มีความรู้สึกที่ดีต่อกัน อาศัยการ แสดงออกทางกาย วาจา และใจ ในช่วงระยะเวลาหนึ่งที่ไม่จำกัดแน่นอน

แสวงทอง ประสูวรรณ (2541, น.21) ได้ให้ความหมายของคำว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน ไว้ว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง กระบวนการติดต่อเกี่ยวข้องกับบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป เพื่อทำความรู้จักกัน โดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกัน ด้วยความเต็มใจ มีความรู้สึกที่ดีต่อกัน

ลลนา ปิยะอารีธรรม (2552) ได้ให้ความหมายของคำว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน ไว้ว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง กระบวนการติดต่อเกี่ยวข้องกับบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป เพื่อทำความรู้จักกัน เพื่อให้ได้มาซึ่ง ความรักใคร่ ความเข้าใจอันดีต่อกัน

จากความหมายของสัมพันธภาพกับเพื่อนดังกล่าว สรุปได้ว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง พฤติกรรมการปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน เพื่อการทำทำความรู้จักกัน หรือเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับ ความรักใคร่และความเข้าใจซึ่งกันและกัน

3.6 หลักการพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

ความสามารถที่จะให้ผู้อื่นยอมรับเป็นเพื่อนนั้นขึ้นอยู่กับความสามารถและทักษะทางสังคมของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนซึ่ง โคล

แมน และแฮมเมอร์ (Coleman and Hammer, 1974) ได้กล่าวไว้ว่าหลักฐานในการสร้างสัมพันธภาพซึ่งประกอบด้วย ปัจจัยที่สำคัญ ได้แก่

1. การมีวัตถุประสงค์ร่วม

สัมพันธภาพใดก็ตามจะยั่งยืนก็ต่อเมื่อสัมพันธภาพนั้นสนองความต้องการของบุคคลทั้งสองฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นเพื่อความรัก การเป็นที่ยอมรับทางสังคม ความรู้สึกมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี เป็นต้น ถ้าไม่สนองความต้องการ แม้ในฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งสัมพันธภาพไม่อาจอยู่ได้ ดังนั้นการมีวัตถุประสงค์และความต้องการร่วมกันจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญอย่างยิ่งในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

2. การเคารพในสิทธิและความเป็นตัวของตัวเองของบุคคล

สัมพันธภาพที่ใกล้ชิดอาจแตกร้าวลงได้ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งล้ำสิทธิและไม่ยอมให้อีกฝ่ายหนึ่งเป็นตัวของตัวเอง คนที่เคยสนิทกันและอาจเลิกคบกันได้การปฏิบัติต่อกันแบบประชาธิปไตยด้วย ความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของกันและกัน จึงเป็นปัจจัยที่สำคัญยิ่งแต่ไม่ได้หมายความว่า เราจะต้องยอมรับและเห็นด้วยความคิดหรือความเชื่อของเขา

3. โครงสร้างและแบบแผนของสัมพันธภาพ

สัมพันธภาพทางสังคมโดยทั่วไป มักมีโครงสร้างและลักษณะการติดต่อสื่อสารเฉพาะอย่างยิ่งที่เป็นที่ตกลงสอดคล้องต่อกัน อาทิเช่น สัมพันธภาพระหว่างครู กับนักเรียน

สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนกับเพื่อน บิดามารดากับบุตร เป็นต้น โครงสร้างและแบบแผนการติดต่อสัมพันธ์กันนั้น ๆ เป็นราย ๆ ไป เป็นส่วนใหญ่ โครงสร้างและแบบแผนการติดต่อสื่อสารที่พัฒนาขึ้นอยู่ในขอบเขตที่สร้างความพึงพอใจให้ทั้งสองฝ่าย สัมพันธภาพจะยาวนานหรือไม่ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจทั้งสองฝ่ายได้รับ

4. องค์ประกอบการติดต่อสื่อสาร

องค์ประกอบการติดต่อสื่อสาร ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาในความสัมพันธภาพกับเพื่อน ได้แก่

4.1 การมีภูมิหลังและประสบการณ์แตกต่างกัน อาทิเช่น ผู้มีระดับการศึกษาและฐานะเศรษฐกิจเดียวกันมักมีภาษาที่สื่อสารความหมายระดับเดียวกัน

4.2 การเลือกรับรู้โดยให้ความสนใจเฉพาะข้อความบางตอน ส่งผลให้ไม่ได้ข้อเท็จจริงทั้งหมด ซึ่งส่งผลให้การตีความผิดพลาดได้

4.3 อารมณ์และความรู้สึกในขณะที่มีการรับรู้ปัจจัยในสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นเหตุการณ์ หรือบุคคลที่ก่อให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ อาทิเช่น ความมั่นใจ ความกลัวหรือ ความโกรธ เป็นต้นอาจส่งผลให้เกิดการรับรู้และการตีความหมายที่ผิดพลาดได้

4.4 ความไม่ไวในการรับรู้ ส่วนใหญ่อารมณ์ที่ซ่อนเร้นอยู่ในข้อความต่าง ๆ มีความหมายสำคัญยิ่งกว่าข้อความที่สื่อสารออกมา ความไม่สามารถรับรู้ถึงอารมณ์ที่ซ่อนเร้นอยู่ อาจส่งผลให้รับรู้ตีความหมายพลาดได้

5. การรู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อมอย่างกระจ่าง

5.1 การรับรู้ตนตามความเป็นจริงซึ่งจะนำไปสู่สารยอมรับตนเอง

5.2 การรับรู้ผู้อื่นได้ตรงความเป็นจริงผู้คumnoำไปสู่การยอมรับในตัวจริงของผู้อื่น

5.3 การรับรู้ผู้อื่นได้ตรงความเป็นจริง ซึ่งสัมพันธภาพจะยืดยาวได้ถ้าสนองความต้องการและก่อให้เกิดความพึงพอใจร่วมกันทั้งสองฝ่าย ดังนั้นจึงต้องพยายามขจัดปัญหาในการติดต่อสื่อสารที่เกิดขึ้น

6. การห่วงใยในสวัสดิการของผู้อื่น

อาจแสดงออกโดยการพูดหรือกระทำ อาจพูดปลอบใจ แสดงความห่วงใย หรือให้ความช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความยุ่งยากลำบากใจ หรือแสดงความซาบซึ้ง แสดงความขอบคุณในคุณความดี ที่ผู้อื่นได้แสดงต่อตน แสดงความชื่นชมในความดีที่ผู้อื่นมี ย่อมเป็นการเสริมแรงคุณลักษณะ อาทิเช่น นั้น และช่วยสร้างเสริมสัมพันธภาพกับเพื่อนให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น

7. การซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น

การเป็นตัวของตัวเอง และซื่อสัตย์ต่อความคิดเห็น และความเชื่อของตนเองนั้น เป็นสิ่งสำคัญบุคคลไม่ควรหลีกเลี่ยงที่จะพูดความจริงเพียงเพราะไม่กล้าเผชิญความขัดแย้งและควรมีความเชื่อด้วยว่า ผู้อื่นก็ย่อมจะกล้าเผชิญความจริงและหาทางแก้ไขปัญหาได้ในทางสร้างสรรค์ อย่างไรก็ตามความเป็นจริงที่ถูกต้องแสดงให้เห็นความเคารพในความเป็นตัวของตัวเองของผู้อื่น คำนึงถึงความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น พร้อมทั้งแสดงความห่วงใยเป็นมิตรอย่างจริงใจด้วยความหวังดีจึงเป็นความจริงที่นุ่มนวลไม่ก้าวร้าว ถ้าเพื่อนถามว่าชอบทรงผมแบบใหม่ของเขาไหม ถ้าเราไม่ชอบเห็นว่าไม่สวย การตอบดูไม่คุ้นหน้าทรงเก่าถ้าจะรับหน้ามากกว่า คงจะสร้างสรรค์ว่าการตอบว่าดูไม่ได้เลยหรือน่าเกลียด เป็นต้น

มลธิกา ทรงวุฒิสิต (2528) เชื่อว่า ความปรารถนาของมนุษย์ มีที่สำคัญอยู่ 2 ประการคือ ความผาสุกทางกาย อันได้มาจากปัจจัยทางด้านวัตถุ อาทิเช่น อาหาร ที่อยู่ เครื่องใช้ ความอบอุ่น การรักษาพยาบาลยามเจ็บไข้ อีกประการหนึ่งคือความอบอุ่นทางจิตใจ ซึ่งได้มาจากความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันในกลุ่มมนุษย์ เขาเชื่อว่าความสำราญทางกายยังเป็นรองความอบอุ่นทางจิต จริงอยู่ทารกเกิดใหม่มีความต้องการทางกายเป็นส่วนใหญ่และการตอบสนองความต้องการ อาทิ เช่น นม ย่อมก่อให้เกิดความอบอุ่นทางจิต นั่นคือ ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

วิจิตร อวระกุล (2525, น. 137 - 141) กล่าวว่า วิธีปฏิบัติให้เพื่อนรักใคร่เห็นอกเห็นใจควรปฏิบัติดังนี้

1. เปิดฉากทักทายติดต่อกัน
2. มีความจริงใจต่อเพื่อน
3. หลีกเลี่ยงการนินทาเพื่อน
4. อย่าขัดทอดความผิดให้เพื่อน
5. ยกย่องชมเชยเพื่อนในสิ่งที่สมควร
6. ให้ความร่วมมือในกิจการของเพื่อนด้วยความเต็มใจเสมอ
7. ให้เพื่อนได้ทราบในเรื่องที่เขารับผิดชอบหรือเกี่ยวข้อง
8. ฟังความเห็นของเพื่อน ๆ บ้าง
9. หลีกเลี่ยงการทำตัวเหนือเพื่อน
10. ทำตนให้เสมอต้นเสมอปลาย
11. ใจกว้างและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนฝูง
12. ออกไปพบปะสังสรรค์กันกับเพื่อนบ้างตามสมควร
13. ให้ความเห็นอกเห็นใจช่วยเหลือเพื่อนในยามทุกข์ร้อน

ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า พื้นฐานในการสร้างสรรค์สัมพันธภาพทางสังคม โดยทั่วไปแล้ว ปัจจัยทางด้านการติดต่อสื่อสาร นับได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญประการหนึ่ง รวมถึงการมี วัตถุประสงค์และความต้องการที่ตรงกัน นอกจากนี้การรู้จักและเข้าใจตนเองได้อย่างถูกต้อง จะ นำมาซึ่งการรู้จักและเข้าใจผู้อื่น ได้เป็นอย่างดี ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นสิ่งที่ช่วยสร้างให้มีสัมพันธภาพที่ ดีกับบุคคลอื่นการบพร่องของการติดต่อสื่อสาร อาจมาจากหลายสาเหตุด้วยกัน แต่ในวิจัยครั้งนี้ ศึกษาจากข้อมูลของครอบครัวที่แตกต่างกัน และผลกระทบที่มาจากความวุ่นเหวเป็นสำคัญ

3.7 ทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อน

สัมพันธภาพกับเพื่อน เป็นผลรวมของการปฏิบัติความประพฤติระหว่างบุคคลซึ่ง เกิดจากการที่บุคคลได้ร่วมทำกิจกรรมและมีส่วนร่วมในด้านการติดต่อสื่อความหมาย ความร่วมมือ การเปลี่ยนแปลงการแก้ปัญหาและการจูงใจซึ่งกันและกัน (ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2539, น.115 - 117) แนวคิดหรือทฤษฎีที่เกี่ยวกับสัมพันธภาพกับเพื่อนนั้นมีหลายทฤษฎี สำหรับงานวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพกับเพื่อน ดังนี้

แนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีสถิตยศาสตร์ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (FIRO Fundamental Interpersonal Relation Orientation) โดยวิลเลียมชูลทซ์ (Schultz, 1966, pp. 59) ทฤษฎี นี้ได้กล่าวไว้ว่าความต้องการระหว่างบุคคลทั้งในระดับพฤติกรรมและความรู้สึก ซึ่งจำเป็นและ เพียงพอที่จะอธิบายการแสดงออกของบุคคล เมื่อมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในกลุ่มได้โดยความ ต้องการระหว่างบุคคลในระดับพฤติกรรมประกอบด้วย 3 มิติ คือ

มิติที่ 1 การเข้ากลุ่ม (Inclusion) เป็นมิติการเข้า - ออก (In-Out) หมายถึง ขอบเขต การติดต่อของมนุษย์ บางคนชอบการเข้ากลุ่มมาก ชอบที่จะไปงานเลี้ยงต่างๆและทำสิ่งต่างๆร่วมกับ กลุ่ม ชอบที่จะเป็นผู้เริ่มต้นการสนทนากับคนแปลกหน้าก่อน ในขณะที่บางคนชอบที่จะอยู่คนเดียว ชอบความเป็นส่วนตัว และหลีกเลี่ยงงานต่าง ๆ ซึ่งความแตกต่างเหล่านี้มีตั้งแต่ระดับ Over social (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์เมื่ออยู่ตามลำพัง) จนถึง Under Social (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์เมื่อ มีบุคคลอื่นปรากฏอยู่ด้วย)

มิติที่ 2 การควบคุม (Control) เป็นมิติของการอยู่เหนือกว่าหรืออยู่ใต้กว่า (Top-Bottom) หมายถึง ขอบเขตของอำนาจการควบคุมและมีอิทธิพล บางคนมีความสุขเมื่อเขาได้รับ มอบหมายให้ดูแลบุคคลอื่น ชอบที่จะเป็นเจ้านาย เป็นผู้ให้คำสั่งหรือเป็นผู้ทำการตัดสินใจสำหรับ ตนเองและผู้อื่น แต่บางคนชอบที่จะไม่ต้องควบคุมหรืออยู่เหนือบุคคลอื่น พอใจที่จะไม่เคยบอกให้ ใครทำอะไรและพยายามค้นหาสภาพที่จะไม่ต้องรับผิดชอบอะไร มนุษย์มีความแตกต่างกันในความปรารถนาที่จะควบคุมบุคคลอื่น หรือเป็นอิสระจากการควบคุมบุคคลอื่นตั้งแต่ Autocratic (สภาพที่

บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์เมื่อไม่ได้เป็นผู้ควบคุม) จนถึง Abdicratic (สภาพที่บุคคลรู้สึกเป็นทุกข์ขณะที่ควบคุมบุคคลอื่น)

มิติที่ 3 ความรักใคร่ผูกพัน (Affection) เดิมซูทส์ใช้คำว่า "Affection" ซึ่งแสดงถึงมิติของการอยู่ใกล้ - ไกล (Near-Far) หมายถึง ขอบเขตของการใกล้ชิดสนิทสนมกับบุคคลอื่น แต่จากประสบการณ์ที่ผ่านมาหลายที การใช้แบบวัดไฟโร-บี แสดงให้เห็นว่าการใช้คำว่า Affection ส่งผลให้ผู้ตอบสับสนแยกไม่ออกระหว่างความชอบพอที่เป็นความรู้สึกและความชอบที่เป็นพฤติกรรม ดังนั้นซูทส์ จึงเปลี่ยนมาใช้คำว่า "Openness" แทนความเปิดเผย (Openness) เป็นมิติของการเปิด - ปิด (Open-Close) หมายถึง ขอบเขตของการเปิดเผยของมนุษย์ บางคนได้รับความพอใจจากการมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ซึ่งเขาสามารถพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกของเขา ความลับและความคิดภายในตัวเขา ชอบที่จะมีคนที่เขาไว้วางใจได้หนึ่งหรือสองคนหรือมากกว่านั้น แต่บางคนพอใจกับการหลีกเลี่ยงจากการเปิดเผยกับบุคคลอื่นและค่อนข้างที่จะรักษาสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นให้อยู่ในระดับที่คุ้นเคยมากกว่าระดับการเป็นเพื่อนสนิท

ส่วนความต้องการระหว่างบุคคลในระดับความรู้สึกประกอบด้วย 3 มิติ คือ

มิติที่ 1 ความสำคัญ (Significance) เป็นความรู้สึกของบุคคลที่รู้สึกว่าตนเองนั้นมีความสำคัญกับบุคคลอื่นและรู้สึกว่าบุคคลอื่นนั้นมีความสำคัญ มีความหมายกับตนเอง

มิติที่ 2 ความสามารถ (Competence) เป็นความรู้สึกถึงความสามารถของบุคคลเมื่อความสามารถคือการตัดสินใจในสิ่งต่าง ๆ หรือแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยความสามารถของตนเอง

มิติที่ 3 ความน่าคบ (Likability) เป็นความรู้สึกน่าคบกับบุคคลอื่น บุคคลส่วนมากอาจจะมีความสามารถ มีความสำคัญแต่ไม่น่าคบ อาทิเช่น อาชญากรที่ประสบความสำเร็จ หรือจอมเผด็จการผู้กดขี่

นอกจากนี้ ซูทส์ ยังได้แบ่งความเข้ากันได้ของบุคคล (Computability) ออกเป็น 2 ชนิดคือ

1. Atmosphere compatibility เป็นความเข้ากันได้ของบุคคลซึ่งเกิดจากความต้องการที่เหมือนกัน อาทิเช่น ชอบสังคมเหมือนกัน

2. Role compatibility เป็นความเข้ากันได้ของบุคคลซึ่งเกิดจากความต้องการที่ต่างกันหรือตรงกันข้ามกัน อาทิเช่น บุคคลที่ต้องการควบคุมบุคคลอื่น จะเข้ากันได้กับบุคคลที่ต้องการให้บุคคลอื่นควบคุมตนเอง

3.8 ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน

ทฤษฎีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของซัลลิแวน ซึ่ง ฮอลล์ และลินเซย์ (Hall and Lindzey, 1963) ได้กล่าวไว้ว่า ทฤษฎีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน โดยมีความเห็นว่า พฤติกรรมและ

บุคลิกภาพของมนุษย์เป็นผลมาจากสัมพันธภาพกับเพื่อน บุคคลไม่สามารถแยกความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้เลยนับตั้งแต่เกิดมนุษย์นั้นเป็นผลผลิตของการมีความสัมพันธ์กันทางสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาเป็นเครื่องบ่งชี้ความต้องการของบุคคลและบอกทิศทางของการเจริญเติบโต

1. ทฤษฎีสัมพันธภาพกับเพื่อน มีความเชื่อว่ามนุษย์มีความต้องการพื้นฐาน 2 ประการ คือ (ทศนา บุญทอง, 2528 น. 20 - 31)

1.1 ความต้องการความพึงพอใจ (Satisfaction) เป็นความต้องการทางสรีระวิทยา อาทิเช่น ความหิว ความกระหาย ความต้องการทางเพศ

1.2 ความต้องการความมั่นคง (Security) เป็นความต้องการด้านจิตสังคมรวมถึงความสุขสบายใจ การมีความคิดและค่านิยมที่อยู่บนกรอบกับการยอมรับของสังคม สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยที่บุคคลจะได้รับความอบอุ่นใจเพราะมีเพื่อน ซึ่งเพื่อนในที่นี้ หมายถึง ผู้หนึ่งผู้ใดที่บุคคลนั้นสนิทสนมพอที่จะยอมรับทุกซักร้อนได้ ไม่ว่าจะอยู่ในวัยเดียวกันหรือไม่ก็ตาม บุคคลที่มีเพื่อนแม้หนึ่งคนย่อมไม่เป็นโรคจิตประสาท (บีลดี อุณหเลขกะ, 2533; ประมวล คิคคินสัน, 2524)

2. โครงสร้างบุคลิกภาพ ซึ่งชัลลิแวนได้อธิบายว่า โครงสร้างบุคลิกภาพมีหลากหลายเป็นผลจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และสามารถแบ่งได้ 3 ประการ คือ (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2539:66)

2.1 กระบวนการปรับเปลี่ยนพลังงาน (Dynamism) คือ พฤติกรรมที่เป็นความเคยชินในด้านความสัมพันธ์กับคนอื่น อาทิเช่น ชอบรับใช้ช่วยเหลือบุคคล ชอบเอาเปรียบ ชอบปั่นเพื่อให้ใครๆ เห็นอกเห็นใจ ฯลฯ ศูนย์กลางของกระบวนการปรับเปลี่ยนพลังงาน คือ ระบบตัวตน (Self-system) เป็นกระบวนการที่พัฒนามาจากวิธีการป้องกันตนเอง เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์กับผู้อื่นดำเนินไปอย่างราบรื่น

2.2 กระบวนการสร้างสร้างภาพบุคคล (Personification) คือ มโนภาพที่บุคคลวาดเป็นภาพตัวเอง เป็นภาพคนอื่นที่มีสัมพันธภาพกับตน โดยจะมีความเกี่ยวข้องอย่างลึกซึ้งกับความรูสึก เจตคติและความคิดที่บุคคลมีขึ้นเนื่องจากได้รับประสบการณ์ทางด้านความพึงพอใจและความวิตกกังวล และจะมีความเกี่ยวข้องกับประสบการณ์ของบุคคลที่เคยได้รับจากบุคคลอ้างอิง และสร้างภาพบุคคลตามประสบการณ์ที่ได้รับได้ผลิต อันจะส่งผลให้บุคคลมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและบุคคลอื่น นั่นก็คือ บุคคลสามารถที่จะประเมินตนได้ ดังนั้นภาพก็จะเกิดขึ้น

2.3 กระบวนการคิด (Cognitive Process) ชัลลิแวนเชื่อว่า กระบวนการคิดเป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างบุคลิกภาพ ซึ่งมี 3 ลักษณะใหญ่ๆ

2.3.1 ประสบการณ์โปรโตแทกซิก (Phototoxic) เป็นประสบการณ์ที่ยังมิได้พัฒนาปรับปรุง เป็นความคิดระดับทารกเกี่ยวกับการรับรู้ทางด้านประสาทสัมผัส ความรู้สึก ซึ่งเกิดขึ้นทันทีทันใดโดยปราศจากการเชื่อมโยงกับสิ่งแวดล้อมและในที่สุดบุคคลไม่สามารถรำลึกได้อีก

2.3.2 ประสบการณ์พาราแทกซิก (Parataxis) เป็นประสบการณ์ที่ต่อเนื่อง ประสบการณ์โปรโตแทกซิก บุคคลเริ่มเชื่อมโยงสิ่งแวดล้อมให้มีความสัมพันธ์เป็นประสบการณ์ได้ แยกได้ว่าสิ่งใดคือตนเอง สิ่งใดไม่ใช่ตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะเข้าใจสัมพันธภาพระหว่างสิ่งต่างๆ

2.3.3 ประสบการณ์ซินแทกซิก (Syntaxes) เป็นประสบการณ์ขั้นสูงสุด บุคคลเริ่มเรียนรู้ติดต่อโดยใช้ภาษา คำพูด สัญลักษณ์ มีผลให้บุคคลสามารถติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นได้อย่างมั่นคง

3.9 การพัฒนาสัมพันธภาพ

การพัฒนาสัมพันธภาพหันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตลอดเวลา เริ่มมาตั้งแต่แรกเกิดจนถึงช่วงสุดท้ายของชีวิต บุคคลจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในด้านต่าง ๆ ของชีวิตส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับด้านสัมพันธภาพ บางคนแม้จะมีความรู้ดีแต่มีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลภายนอกในรูปแบบที่ไม่เหมาะสม ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ไม่ดีต่อกัน ส่งผลให้มีปัญหาในการดำรงชีวิต เกิดความอึดอัด ไม่สบายใจ ขาดความมั่นใจ จึงหลบหนีจากสังคมหรือประกับกับความล้มเหลวในชีวิตได้ (ริรันต์ ผ่อง. 2540, น.24)

ในการพัฒนาสัมพันธภาพที่ดีนั้น ควรเริ่มจากการทำความเข้าใจตนเอง และปรับปรุงในข้อบกพร่องของตนเองก่อน ในการเรียนรู้ที่จะมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ควรเริ่มจากการทำความเข้าใจเกี่ยวกับ "ตน" หรือ "ตนเอง" เสียก่อน ซึ่ง คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2530: 112 - 113) ได้แบ่ง "ตน" ออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. ตนตามอุดมคติ (Idea Self) หมายถึง ตนที่เราอยากจะเป็น
2. ตนที่ตนเองรับรู้และคนอื่นรับรู้ (Perceived Self) มี 2 ลักษณะ ได้แก่
 - 2.1 ตนที่ตนเองรับรู้ หมายถึง การที่เรามองตนเองว่าเป็นอย่างไร อาทิเช่น เรามองว่าตัวเองเก่ง ดี รวย เป็นต้น
 - 2.2 ตนที่คนอื่นรับรู้ หมายถึง การที่คนอื่นมองเราว่าเรามีลักษณะอย่างไร อาทิเช่น เป็นคนไม่สุภาพ ไม่เป็นมิตร เป็นต้น
3. ตนที่เป็นจริง (Real Self) หมายถึง สภาพที่แท้จริงของบุคคล บางครั้งบุคคลบางคนไม่สามารถรู้จักตนเองได้ดี จึงแสดงพฤติกรรมออกไปไม่เหมาะสม อาทิเช่น บางคนชอบร้องเพลงทั้ง ๆ ที่ร้องเพลงไม่เพราะเลย

จอห์นสัน (Johnson, 1968 pp. 7 - 9) ได้เสนอแนะวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกันไว้ดังนี้คือ

1. การรู้จักและไว้วางใจกัน ซึ่งจะเกิดได้จากการเปิดเผยตนเอง ได้แก่ การเปิดเผยว่าเรามีความรู้สึกอย่างไรต่อสิ่งที่ได้กระทำลงไป การตระหนักรู้ในตนเอง ได้แก่ รู้ เข้าใจ และยอมรับในความรู้สึก ความคิด ความสามารถ และการกระทำของตนเอง การยอมรับตนเอง ได้แก่ พอใจและยอมรับลักษณะต่างๆของตนเอง

2. การสื่อสารกันอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา ได้แก่ บอกความคิด ความรู้สึกของเราให้ผู้อื่นทราบอย่างเปิดเผยและตรงไปตรงมา

3. การยอมรับและสนับสนุนกัน ได้แก่ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นมีปัญหา หรือประสพภาวะวิกฤติการรู้จักแก้ปัญหาและขจัดความขัดแย้ง จะช่วยให้บุคคลมีความใกล้ชิด และสนิทสนมกันมากยิ่งขึ้น

แซสส์ (Sasse, 1975) ได้กล่าวไว้ว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่นมิได้เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติ สัมพันธภาพจะเจริญหรือมีความมั่นคง ขึ้นอยู่กับบุคคลและความสัมพันธ์ของบุคคล ดังนั้น การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นจึงเป็นพื้นฐานของกระบวนการพัฒนาความรู้สึกและการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การพัฒนาสัมพันธภาพประกอบด้วย

1. การสร้างสายสัมพันธ์ เป็นความรู้สึกที่ส่งผลให้บุคคลอื่นสบายใจ การสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีนำไปสู่การปฏิสัมพันธ์ในครั้งต่อไป ขณะที่พัฒนาสายสัมพันธ์ บุคคลจะรู้สึกสบายใจไม่ป้องกันตนเอง แต่จะเปิดเผยตนเองและเล่าเรื่องเกี่ยวกับตนเองมากขึ้น

2. การเล่าเกี่ยวกับตนเอง เมื่อบุคคลมีสายสัมพันธ์ต่อกัน บุคคลมักชอบเล่าถึงความรู้สึก ประสบการณ์ และทัศนคติของตนเอง ส่งผลให้รู้จักตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

3. การรู้จักฟังซึ่งกันและกัน บุคคลจะได้เรียนรู้ซึ่งกันและกัน ทราบว่าผู้อื่นชอบอะไร ไม่ชอบอะไร เพื่อจำได้ตอบสนองได้ถูกต้อง และทราบว่าช่วยเหลือนั้นได้อย่างไร

4. ความต้องการสัมพันธ์ที่มั่นคง บุคคลจะเริ่มมีการเคารพซึ่งกันและกัน มีความเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น และมีความรักในสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นเพื่อให้สัมพันธภาพนั้นมั่นคงต่อไป

แซสส์ ยังกล่าวอีกว่า การพัฒนาทั้งสี่ขั้นเปรียบเหมือนซี่ล้อรวมทั้งหมดคือวงล้อ โดยสามารถหมุนไปเรื่อย ๆ เป็นความสัมพันธ์ที่มั่นคง แต่ถ้าการสร้างสายสัมพันธ์เป็นไปในลักษณะการโต้เถียง เอาชนะกันในบรรยากาศที่ไม่ดี จะส่งผลให้บุคคลเริ่มลดการเปิดเผยตนเอง และการสร้างสายสัมพันธ์จะลดลง การพบปะน้อยลง เปรียบเหมือนวงล้อที่หมุนไปข้างหลัง

นอกจากนี้ แซสส์ (sasse, 1975) ยังกล่าวว่า การสร้างความคุ้นเคยเป็นสิ่งสำคัญซึ่งเปรียบเทียบเสมือนบันไดที่บุคคลต้องก้าวไปที่ละขั้น ดังนี้

1. ความใกล้ชิดทางปัญญา เมื่อบุคคลมาพบกันมักจะเริ่มความสัมพันธ์ด้วยคำพูดและความคิด อาทิเช่น การพูดคุยเกี่ยวกับภาพยนตร์ ความเป็นไปของสังคม เป็นต้น ในขั้นนี้ต่างก็รักษาความรู้สึกที่แท้จริงในบางเรื่องของคนไว้และไม่แสดงออกเกินไป

2. ความใกล้ชิดทางร่างกาย บุคคลที่มาถึงขั้นนี้จะมีความสนิทสนมกันมากขึ้น มีการสัมผัสกัน อาทิเช่น การจับมือ การแตะไหล่ การโอบกอด เป็นต้น

3. ความใกล้ชิดทางอารมณ์ บุคคลที่มาถึงขั้นนี้จะมีความสนิทสนมกันมากขึ้นได้ อย่างเป็นธรรมชาติ ไม่เสแสร้ง ไม่ปกป้องตนเอง บุคคลจะสามารถเข้าใจ มีความรักและสนับสนุนซึ่งกันและกัน มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ร่วมกันแลกเปลี่ยนความรู้สึกหรือความคิดส่วนตัว เนื่องจากความต้องการของแต่ละบุคคลนั้นมีความคิด และความสามารถทางปัญญา ส่วนบางคนอาจมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพราะมีความใกล้ชิดทางอารมณ์ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ในขณะที่สัมพันธ์ภาพกำลังพัฒนานั้น สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เกิดการพัฒนาร่วมกันคือ ลักษณะของบุคคลได้แก่

3.1 ความไว้วางใจ ความสามารถในการไว้วางใจผู้อื่น เป็นการแสดงถึงความเชื่อมั่นว่าจะไม่มีใครปฏิบัติ หรือส่งผลให้เราเสียความรู้สึก ความไว้วางใจในที่นี้ หมายถึง การที่เราคาดหวังว่าบุคคลอื่นจะให้การยอมรับและสนับสนุน ความไว้วางใจจะเริ่มระหว่างสองระยะแรกของวงล้อสัมพันธ์ภาพ กล่าวคือ ขณะสร้างสายสัมพันธ์และแลกเปลี่ยนความรู้สึก ความไว้วางใจ จะมีส่วนสำคัญและเป็นตัวชี้ว่า วงล้อสัมพันธ์ภาพจะเดินไปทางใด

3.2 ความรักหรือความชอบ ความต้องการความรักความพอใจจะเป็นสิ่งสำคัญของสัมพันธ์ภาพ โดยเฉพาะจำนวนและปริมาณของความรักในสัมพันธ์ภาพเป็นองค์ประกอบที่จะช่วยในการพัฒนา แต่ไม่จำเป็นว่าสัมพันธ์ภาพที่จะเกิดขึ้นจะต้องมีความรัก อาทิเช่น สัมพันธภาพในทางธุรกิจ

3.3 พลังหรืออำนาจ เป็นส่วนหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล หลังหรืออำนาจจะเห็นได้ชัดในบางสัมพันธ์ภาพ อาทิเช่น พ่อแม่มีอำนาจลงโทษลูก ตำรวจมีอำนาจยึดใบขับขี่ เป็นต้น พลังหรืออำนาจมิได้มีเพียงฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งดังตัวอย่าง ลูกก็มีพลังอำนาจที่จะแสดงออกได้หลายทาง อาทิเช่น ปัสสาวะรดที่นอน เป็นต้น หลังหรืออำนาจมักเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจ อายุการศึกษา การเงิน เพศ ทักษะหรือความสามารถ บุคลิกภาพ แต่พลังหรืออำนาจมักจะเป็นที่มาของความขัดแย้ง บางคนมีความต้องการอำนาจและมีความสุขมากที่ได้ใช้อำนาจ แต่บางคนต้องการเพียงเล็กน้อย บุคคลที่ต่อสู้เพื่ออำนาจจะมีสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นได้ไม่ยั่งยืน

3.10 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

เชมณัฐ จันทรแสงนาวิ (2560) ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤตดิเดช จังหวัดจันทบุรี ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอก ห้องเรียนมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ทำกิจกรรมแนะแนวปกติอย่างมี นัยสำคัญที่ระดับ .05 ในด้านการอยู่ร่วมกัน ด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง ส่วนด้านเคารพกฎกติกานั้น ทั้ง สองกลุ่มมีระดับการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน 3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจในระดับมาก ต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

ชัยรดา แก้วกันหา และ ชูติมา สุรเศรษฐ (2563) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการเปิดเผยตนเองที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของ โปรแกรมการเปิดเผยตนเองที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างเพื่อน และทักษะการทำงานแบบร่วมมือของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ผลปรากฏว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Roorda, Zee and Koomen (2020) ได้ศึกษา คุณภาพความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนตั้งแต่ชั้นอนุบาลถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และการปรับ โรงเรียนของนักเรียน: แนวทางที่เน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน จะช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งผลการวิจัยยังพบว่าเพศของนักเรียน ไม่มีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัว การที่ครูผู้สอนมีการจูงใจผู้เรียนหรือให้การสอนที่ดีจะช่วยให้มีความสัมพันธ์ที่ดีและเกิดการปรับตัว

วิภาภรณ์ บุญยงค์ (2560) ได้ศึกษา การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์ของนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนรินทร์ ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาการศึกษาดุริยางค์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ ราชชนรินทร์ มีคะแนนมนุษย์สัมพันธ์ในภาพรวมหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษย์สัมพันธ์สูงกว่า

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ค่าความแตกต่าง : $D = 0.36$) เมื่อพิจารณาในด้านย่อยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนมนุษยสัมพันธ์ ด้านการรู้จักและยอมรับตนเอง ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (ค่าความแตกต่าง : $D = 0.79$) สำหรับด้านการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล (ค่าความแตกต่าง : $D = 0.44$) และด้านการเคารพในสิทธิและความเป็นตัวของตัวเองของบุคคล (ค่าความแตกต่าง : $D = 0.34$) นั้นพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับด้านการรู้จักและยอมรับผู้อื่น (ค่าความแตกต่าง : $D = 0.04$) และด้านการแสดงความซาบซึ้งและ ขอบคุณ (ค่าความแตกต่าง : $D = 0.30$) นั้นพบว่า คะแนนภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อการพัฒนามนุษยสัมพันธ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ปีทมา เวียงวูธ (2556) ได้ศึกษา ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมทางสังคมของนักเรียนออทิสติก ผลการศึกษาพบว่า หลังได้รับการจัดกิจกรรมกลุ่มนักเรียนออทิสติกมีพฤติกรรมทางสังคมดีขึ้นกว่าก่อน ได้รับการจัดกิจกรรมกลุ่ม (ก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 7.13 คะแนน และหลังการทดลองค่าเฉลี่ยเท่ากับ 12 คะแนน)

จินตนา พบบุญ (2556) ได้ศึกษา ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการพัฒนาจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาจิตสาธารณะนั้นสามารถพัฒนานักเรียนได้ เพราะกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เป็นสิ่งที่ช่วย กระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ ให้ประสบการณ์ตรง เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติ รวมทั้งส่งผลให้เกิดเจตคติที่ดีที่จะ เปลี่ยนแปลงตนเอง ในการเรียนรู้วิธีการที่แสดงถึงความรับผิดชอบต่อสังคม นำไปประยุกต์ใช้และพัฒนาตนเองในด้าน ต่าง ๆ ให้มีประโยชน์ได้ต่อไป

Renick, Jennifer (2022) ได้ศึกษา สภาพแวดล้อมทางการศึกษาที่เหมาะสมกับพัฒนาการ: การสำรวจผลกระทบของความเป็นอิสระของนักเรียนและสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนักเรียน ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและครูในหลักสูตรการเสริมคุณค่าภาคฤดูร้อนนั้นของนักเรียนนั้นมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกรักของนักเรียนในเรื่องความเป็นเจ้าของ ความสำคัญ ความเชื่อมโยงถึงกัน ตลอดจนการรับรู้ถึงบรรยากาศของหลักสูตร อีกทั้งยังพบว่า นักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนมากขึ้น ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกรักที่สำคัญและการเชื่อมโยงถึงกันที่สูงขึ้น รวมทั้งการรับรู้ในเชิงบวกมากขึ้นเกี่ยวกับบรรยากาศภายในห้องเรียน

Yi-Jie Tsai (2017) ได้ศึกษา สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนโดยใช้พฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือกับทัศนคติในการเรียนรู้ สัมพันธภาพกับเพื่อนในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ผลการศึกษาพบว่า ความถี่ของการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลระหว่างนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง โดยมีคะแนนสูงสุดในด้าน "ความสัมพันธ์แบบเพื่อน" นักเรียน

มัธยมต้นที่มีพฤติกรรมการใช้สมาร์ทโฟนบ่อยขึ้นมีสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ดีขึ้น พฤติกรรมการใช้
สมาร์ทโฟนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีผลต่อทัศนคติในการเรียนรู้และสัมพันธภาพระหว่าง
บุคคล

จากการศึกษางานวิจัยข้างต้น แสดงให้เห็นว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวมีส่วนช่วยใน
การการทำงานเป็นทีม และช่วยพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียน ด้วย
เหตุผลนี้ผู้วิจัยจึงได้นำชุดกิจกรรมแนะแนวมาใช้ในการศึกษา พัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพ
กับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) วัดผลก่อนและหลังทดลอง มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-experimental research) ที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม วัดก่อนและหลังการทดลอง (Pretest-Posttest Control Group Design) มีรูปแบบการวิจัย มีดังนี้

ตารางที่ 3.1 รูปแบบการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	Pretest	Treatment	Posttest
E	O ₁	X ₁	O ₂
C	O ₃	~X	O ₄

เมื่อ E หมายถึง กลุ่มทดลอง
C หมายถึง กลุ่มควบคุม
O₁ หมายถึง ทดสอบก่อนทดลองของกลุ่มทดลอง

O ₂	หมายถึง	ทดสอบหลังทดลองของกลุ่มทดลอง
O ₃	หมายถึง	ทดสอบก่อนทดลองของกลุ่มควบคุม
O ₄	หมายถึง	ทดสอบหลังทดลองของกลุ่มควบคุม
X ₁	หมายถึง	เข้าร่วมการทดลองโดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว
~X	หมายถึง	เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้การแนะแนวปกติ

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 8 ห้องเรียน รวม 320 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2 ห้องเรียน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 ประเภทของเครื่องมือวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบไปด้วย เครื่องมือสำหรับวัดตัวแปร เครื่องมือที่ใช้สำหรับการทดลอง และแบบสอบถามความพึงพอใจต่อการใชชุดกิจกรรมแนะแนวซึ่งมีลักษณะดังนี้

3.1.1 เครื่องมือสำหรับวัดตัวแปร คือ แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ในที่นี้กำหนดแบบสอบถามเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ได้แก่ เพศ และผลการเรียนเฉลี่ย และ ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

3.1.2 เครื่องมือที่ใช้สำหรับการทดลอง คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

3.1.3 แบบสอบถามความพึงพอใจ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็นด้านบรรยากาศจำนวน 5 ข้อ ด้านกิจกรรมการเรียนจำนวน 7 ข้อ ด้านประโยชน์ที่ได้รับจำนวน 8 ข้อ

3.2 วิธีการสร้างเครื่องมือวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นเครื่องมือสำหรับวัดตัวแปรคือแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

3.2.1 การสร้างแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างตามลำดับขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ออกแบบเครื่องมือ กำหนดจุดมุ่งหมายและกำหนดขั้นตอนของการสร้าง เครื่องมือให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ขั้นที่ 2 ศึกษาเอกสาร ตำรา วรรณกรรมที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน เพื่อวิเคราะห์เนื้อหา วัตถุประสงค์ แนวคิด ความหมายและองค์ประกอบต่างๆ

ขั้นที่ 3 วิเคราะห์แนวคิดและวัตถุประสงค์ของแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ในที่นี้กำหนดแบบสอบถามเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ได้แก่ เพศ และผลการเรียนเฉลี่ย และ ตอนที่ 2 แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยมีจำนวน 30 ข้อ ให้นักเรียนทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ขั้นที่ 4 ดำเนินการสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) เป็น 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคิร์ต (Likert) 5 ระดับ คือ

จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงของ นักเรียนมากที่สุด

จริง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงของ นักเรียนมาก

ปานกลาง หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนปานกลาง

น้อย หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงของ นักเรียนน้อย

น้อยที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนน้อยที่สุด

โดยผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามสอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการของตัวแปร โดยมี จำนวน 30 ข้อ เป็นข้อความเชิงบวกและข้อความเชิงลบ และกำหนดคะแนนข้อความทางบวก และ ข้อความทางลบ ดังตารางที่ 3.2

ตารางที่ 3.2 กำหนดข้อและการให้คะแนนข้อความทางบวกและข้อความทางลบ

	คะแนน	
	ข้อความทางบวก (ข้อที่ 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29)	ข้อความทางลบ (ข้อที่ 5, 10, 13, 15, 19, 26, 30)
ระดับความเป็นจริง		
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
ปานกลาง	3	3
น้อย	2	4
น้อยที่สุด	1	5

ตัวอย่างข้อความเชิงบวก มีดังนี้

ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
	จริง ที่สุด	จริง	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการทำงานกลุ่มกับเพื่อนได้ (+)					
2. นักเรียนชอบแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน (+)					

ภาพที่ 3.1 ตัวอย่างข้อคำถามเชิงบวก

ตัวอย่างข้อความเชิงลบ มีดังนี้

ข้อความ	ระดับความเป็นจริง				
	จริง ที่สุด	จริง	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. นักเรียนไม่พอใจ เมื่อเพื่อนแสดงความคิดเห็น แตกต่างจากนักเรียน (-)					
2. นักเรียนชอบทำงานตามลำพัง (-)					

ภาพที่ 3.2 ตัวอย่างข้อคำถามเชิงลบ

ขั้นที่ 5 นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ พิจารณาเครื่องมือวิจัยจำนวน 5 ท่าน เพื่อหาค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ด้วยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence หรือ IOC) โดยผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่านพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหาที่ต้องการวัด สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการของตัวแปร ซึ่งข้อคำถามที่ใช้ได้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.60 -1.00

ขั้นที่ 6 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิแล้วไป ทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนท่าวังผาพิทยาคม อำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน โดยนำผลการทดลองเบื้องต้นมา หาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) ด้วยวิธีการหาค่าความสัมพันธ์ของคะแนนรายข้อกับคะแนน รวมที่จับ (Corrected Item Total Correlation) และความเที่ยง (Reliability) โดยวิธีสัมประสิทธิ์ แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ผลปรากฏว่า ค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ ระหว่าง 0.37 - 0.48 มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับ .81

ขั้นที่ 7 จัดทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ฉบับสมบูรณ์ และนำไปใช้จริงกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 ที่เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน

3.2.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทาง สัมพันธภาพกับเพื่อน ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษานิยามศัพท์เฉพาะ เอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุด กิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่

เหมาะสมกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหาและกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายในการวิจัย

ขั้นที่ 2 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการจัดกิจกรรม การเรียนรู้โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรม

ขั้นที่ 3 ดำเนินการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ประกอบด้วย

3.1 ชื่อกิจกรรม

3.2 แนวคิด

3.3 วัตถุประสงค์

3.4 ขั้นตอนกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย

3.4.1 ขั้นนำ

3.4.2 ขั้นการเสนอภาพรวมให้ผู้เรียนเห็นและเข้าใจส่วนย่อย

3.4.3 ขั้นการทบทวนประสบการณ์เดิม

3.4.4 ขั้นการจัดประสบการณ์ใหม่โดยใช้กิจกรรมการเรียนรู้

เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

3.4.5 ขั้นการเชื่อมโยงประสบการณ์เดิมกับความรู้ใหม่และการ

นำไปใช้

3.4.6 ขั้นสรุปเพื่อให้ผู้เรียนได้สรุปสิ่งที่เรียนด้วยตนเอง

3.5 สื่อประกอบกิจกรรม

3.6 การประเมินผล

ขั้นที่ 4 กำหนดโครงสร้างของชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว

จังหวัดน่าน ดังตารางที่ 3.3

ตารางที่ 3.3 โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทาง
สัมพันธภาพกับเพื่อน

กิจกรรม ที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค
1	ปฐมนิเทศ “ปฏิสัมพันธ์ ฉันและเธอ”	1. เพื่อให้นักเรียนได้ทำความรู้จักเพื่อน ใหม่ ๆ ให้มีความคุ้นเคยกันมากขึ้น 2. เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมด้านการ ปรับตัวทางสังคมของนักเรียน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
2	“ส่งใจให้กัน”	1. เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่าง นักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักซึ่งกันและกัน มากขึ้น	แบ่งกลุ่มผู้เรียน, ฝึกการ เข้าร่วมกลุ่มกับผู้อื่น
3	“We are ก็คือ พวกเรา”	1. เพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการ เริ่มต้นเพื่อให้เกิดการสนทนากัน 2. เพื่อสร้างความใกล้ชิดและคุ้นเคยกัน ระหว่างนักเรียน 3. เพื่อให้สามารถปรับตัวและสร้าง สัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดี	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การสร้าง สัมพันธภาพ
4	“ใบ้คำ”	1. เพื่อให้นักเรียนได้รวมกลุ่มร่วมงาน กันอย่างมีวัตถุประสงค์ 2. เพื่อให้นักเรียนได้มีความสัมพันธ์ที่ ใกล้ชิดกันกับเพื่อนๆมากขึ้น	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, ความคิด สร้างสรรค์, การสร้าง สัมพันธภาพ
5	“ลูกโป่งรวม ใจ”	1. เพื่อส่งเสริมการทำงานเป็นทีมด้าน ความรับผิดชอบให้กับนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนมีความสามัคคี ในหมู่คณะ	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การ ตัดสินใจ, การสร้าง สัมพันธภาพ

ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

กิจกรรม ที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค
6	“ขวดสามัคคี”	1. เพื่อให้ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มมีเป้าหมายร่วมกัน 2. เพื่อให้สมาชิกมีการรับผิดชอบร่วมกัน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การแก้ไข ปัญหา, การตัดสินใจ, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
7	“Design เนื่อ”	1. เพื่อให้ให้นักเรียนมีการวางแผนการทำงาน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีการกำหนดบทบาทและหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, ความคิดสร้างสรรค์, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
8	“เสียงลือเสียงเล่าอ้าง”	1. เพื่อให้ให้นักเรียนมีพฤติกรรมในการปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีการรวมกลุ่มระหว่างผู้เรียนเพื่อร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการตามวัตถุประสงค์	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
9	“หอไอเฟล”	1. เพื่อให้ให้นักเรียนมีเป้าหมายร่วมกัน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนได้ทำการกำหนดบทบาทภาระหน้าที่ของสมาชิกที่ต้องรับผิดชอบอย่างชัดเจน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, ความคิดสร้างสรรค์, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
10	“หนึ่งมิตร ซิด ไกล”	1. เพื่อนักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน 2. เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนในการเป็นเพื่อนที่ดีได้	การปรับตัว, การสร้างสัมพันธ์ภาพ

ตารางที่ 3.3 (ต่อ)

กิจกรรม ที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค
11	“เราจะดูแล กันและกัน”	1. นักเรียนสามารถปรับตัวให้เข้ากับ สังคมได้ด้วยการปรับเปลี่ยนมุมมอง ทางความคิดของตนเอง 2. นักเรียนเข้าใจถึงความแตกต่างของ บุคคลอื่น ๆ ในสังคม และยอมรับได้ 3. นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพ กับเพื่อนที่มีความแตกต่างจากตนเอง ได้	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การสร้าง สัมพันธภาพ
12	“ปัจฉิม นิเทศ” สรุปร การดำเนิน กิจกรรม	1. เพื่อให้ นักเรียนเห็นความสำคัญของ การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน 2. เพื่อให้ นักเรียนบอกประโยชน์ของ การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ได้ 3. เพื่อให้ นักเรียนได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้ และประสบการณ์ที่ได้รับไป ประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ใน ชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาการปรับตัว ทางสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น	-อภิปราย เสนอแนะ แนวทาง - ฝึกการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ และ ประสบการณ์ที่ได้รับไป ประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน

ขั้นที่ 5 เสนอชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย จำนวน 3 ท่าน ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการ จัดกิจกรรมแนะแนวในสถานศึกษาเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของจุดมุ่งหมาย วัตถุประสงค์ นิยามศัพท์เฉพาะ กิจกรรม เนื้อหา วิธีดำเนินการ ผลปรากฏว่า มีคุณภาพอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด (M= 3.70 - 4.27)

ขั้นที่ 6 ปรับปรุงกิจกรรมให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น และนำไปใช้จริงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง

ขั้นที่ 7 สำหรับกลุ่มควบคุมจัดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติให้นักเรียนได้เรียนตามปกติตามโครงสร้างของโรงเรียน ดังตารางที่ 3.4

ตารางที่ 3.4 โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวแบบปกติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ครั้งที่	กิจกรรม	เวลา/คาบ	จุดประสงค์
1	ปฐมนิเทศผู้ เส้นทางการศึกษา	1	1.นักเรียนสามารถอธิบายเกณฑ์การจบหลักสูตร และเกณฑ์การศึกษาต่อ 2.นักเรียนสามารถอธิบายความสำคัญของการเรียน ชั้น ม.ต้น ได้
2	Help for the Future	1	นักเรียนสามารถวางแผนการทำงานเพื่อพัฒนาการ เรียนของตนเองได้
3	วิเคราะห์ผลการ เรียน	1	1.นักเรียนสามารถวิเคราะห์ผลการเรียนของตนเอง ได้ 2.นักเรียนสามารถบอกวิธีการพัฒนาผลการเรียน ของตนเองได้
4	การพัฒนาการรู้จัก	1	1.นักเรียนสามารถบอกขั้นตอนการพัฒนาการรู้จัก ได้ 2.นักเรียนสามารถสะท้อนคิดการเรียนรู้จากบท ประพันธ์ได้
5	ข้อมูลทางอาชีพ	1	1.นักเรียนสามารถประเมินคุณลักษณะนิสัยของตน ให้เหมาะอาชีพที่สนใจได้ 2.นักเรียนสามารถจำแนกอาชีพต่างๆตามกลุ่มสาขา อาชีพได้
6	Admission Premium	1	1.นักเรียนสามารถบอกอาชีพที่ใฝ่ฝันได้ 2.นักเรียนสามารถจัดลำดับคณะ/สาขาที่สนใจ ศึกษาต่อไป
7	เกียรติภูมิ ความสำเร็จ	1	1.นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ของแฟ้มสะสม ผลงานได้ 2.นักเรียนสามารถทำแฟ้มสะสมผลงานได้อย่าง ถูกต้องและออกแบบอย่างสวยงาม

ตารางที่ 3.4 (ต่อ)

ครั้งที่	กิจกรรม	เวลา/คาบ	ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง
8	เมย์ไหนไฟแรง เฟรื่อ	1	นักเรียนสามารถบอกวิธีการมีจิตสาธารณะต่อ สังคม
9	ฝ้ายปกครอง	1	นักเรียนสามารถบอกความสำคัญของฝ้ายปกครอง
10	รู้ลึกหรือป่าว	1	1.นักเรียนสามารถบอกความสำคัญของการสื่อสาร ด้วยการพูดได้ 2.นักเรียนสามารถบอกทักษะสำคัญในฐานะผู้พูด และในฐานะผู้ฟังได้
11	คิดถึงวิทยา	1	นักเรียนสามารถบอกภาระหน้าที่ของครูใน โรงเรียนได้
12	ฉันรักแฉะแนว	1	นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ของวิชาแฉะแนว ได้

3.2.3 การสร้างและหาคุณภาพของแบบสอบถามความพึงพอใจ

การสร้างและหาคุณภาพของแบบวัดความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแฉะแนว
ที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้าง
ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 ศึกษาเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้าง
แบบสอบถามความพึงพอใจ

ขั้นที่ 2 สร้างแบบสอบถามความพึงพอใจเป็นแบบมาตราประมาณค่า (Rating
Scale) จำนวน 20 ข้อ แบ่งเป็น ด้านบรรยากาศ จำนวน 5 ข้อ ด้านกิจกรรมการเรียนรู้ จำนวน 7 ข้อ
และประโยชน์ที่ได้รับจำนวน 8 ข้อ มีเกณฑ์การแปลความหมายของคะแนน ดังนี้

ค่าเฉลี่ย	ระดับความพึงพอใจ
4.51 – 5.00	มากที่สุด
3.51 – 4.50	มาก
2.51 – 3.50	ปานกลาง
1.51 – 2.50	น้อย
1.00 – 1.50	น้อยที่สุด

ขั้นที่ 3 นำแบบสอบถามความพึงพอใจที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความถูกต้อง และความเหมาะสมแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นที่ 4 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ IOC (Index of Item Objective Congruence) ผลปรากฏว่าได้ค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.60 -1.00

ขั้นที่ 5 จัดพิมพ์แบบสอบถามความพึงพอใจเป็นฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้กับกลุ่มตัวอย่างต่อไป

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวิธีการ ดังนี้

4.1 ทำหนังสือรับรองจากแขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนปัว จังหวัดน่าน เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

4.2 เลือกกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 8 ห้องเรียน รวม 320 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย

4.3 ก่อนการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลอง ทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน แล้วนำคะแนนที่ได้บันทึกเป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

4.4 ระหว่างการทดลองผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมแนะแนว ให้แก่นักเรียนกลุ่มทดลอง โดยทำการทดลองเป็นเวลา 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การทดลองตั้งแต่ต้นเดือนธันวาคม 2565 ถึง ต้นเดือนมกราคม 2566 สถานที่ใช้ในการทำกิจกรรม คือ ห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน

4.5 หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลอง แล้วนำคะแนนที่ได้บันทึกเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

4.6 ผู้วิจัยดำเนินการนำผลคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest) และผลคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) มาทำการวิเคราะห์โดยการทดสอบค่าที (t – test) ของกลุ่มทดลอง

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยการนำไปคำนวณด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป มีรายละเอียดดังนี้

5.1 สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพเครื่องมือ

5.1.1 การหาค่าความตรงของแบบสอบถาม และชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC (Index of Item Objective Congruence)

5.1.2 การวิเคราะห์ความเที่ยงของแบบสอบถาม ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟา (C) ของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient)

5.1.3 การวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งฉบับ (Corrected Item Total Correlation)

5.2 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

5.2.1 การวิเคราะห์ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อวิเคราะห์และพรรณนาข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

5.2.2 การวิเคราะห์ตามสมมติฐานวิจัย เพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของสองกลุ่มขึ้นไป ด้วยการทดสอบค่าที (t - test)



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยกึ่งทดลองเรื่อง “ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน” โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม 2) เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ และ 3) เพื่อศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยมีการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นลำดับ ดังนี้

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 2 เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน

ตอนที่ 1 สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ เพื่อให้เข้าใจตรงกันผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

n = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

M = ค่าเฉลี่ย

$S.D.$ = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

t = ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ความแตกต่างของ 2 กลุ่ม

$*$ = แสดงนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2 ห้องเรียน รวม 80 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง

และกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน ลักษณะพื้นฐานที่วิเคราะห์เพื่อการเข้าใจของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ ผลการเรียนเฉลี่ย ใช้การคำนวณร้อยละ ของกลุ่มตัวอย่าง ดังแสดงรายละเอียดในตาราง

ตารางที่ 4.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามเพศ

เพศ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน (40 คน)	ร้อยละ	จำนวน (40 คน)	ร้อยละ
ชาย	13	32.5	13	32.5
หญิง	27	67.5	27	67.5

จากตารางที่ 4.1 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ เป็นกลุ่มทดลองจำนวน 40 คน เป็นเพศชายจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 และเพศหญิง จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 67.5 ส่วนกลุ่มควบคุมจำนวน 40 คน เป็นเพศชาย 13 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 และเพศหญิง จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 67.5

ตารางที่ 4.2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำแนกตามผลการเรียนเฉลี่ย

ผลการเรียนเฉลี่ย	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม	
	จำนวน (40 คน)	ร้อยละ	จำนวน (40 คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่า 2.00	3	7.5	3	7.5
ตั้งแต่ 2.00 – 2.74	12	30.0	14	35.0
ตั้งแต่ 2.75 – 3.49	13	32.5	17	42.5
ตั้งแต่ 3.50 – 4.00	12	30.0	6	15.0

จากตารางที่ 4.2 จำนวนกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผลการเรียนเฉลี่ย ซึ่งเป็นผลการเรียนเฉลี่ยในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 40 คน มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.00 – 2.74 จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 30.0 มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.75 – 3.49 จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.50 – 4.00 จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 30.0

ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวน 40 คน มีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำกว่า 2.00 จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 7.5 มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.00 – 2.74 จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 35.0 มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.75 – 3.49 จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 42.5 มีผลการเรียนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.50 – 4.00 จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 15.0

ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูลตามสมมติฐานนี้เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลที่เป็นผลจากการทดลอง โดยมีเป้าหมายหลักที่สำคัญคือ การตรวจสอบสมมติฐานของการวิจัยที่ตั้งไว้ทั้ง 2 ข้อ การวิเคราะห์สมมติฐานข้อที่ 1 ใช้การเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง ใช้สถิติการทดสอบค่าที่แบบไม่อิสระ (dependent t – test) การวิเคราะห์สมมติฐานข้อที่ 2 ใช้การเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการทดสอบค่าที่แบบอิสระ (independent t – test) การวิเคราะห์ทางสถิตินี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคำนวณโดยใช้คอมพิวเตอร์ ซึ่งจะได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ตามสมมติฐาน ดังนี้

3.1 ผลการวิเคราะห์การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ว่า “ภายหลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05” วิเคราะห์โดยใช้สถิติการทดสอบค่าที่แบบไม่อิสระต่อกัน (dependent t – test)

ตารางที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

กลุ่มทดลอง (ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน)	n	ค่าสถิติ			
		M	SD	t	p-value
ก่อนการทดลอง	40	2.97	.51		
หลังการทดลอง	40	4.07	.61	20.28*	.00

*p<.05

จากตารางที่ 4.3 เมื่อพิจารณาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนก่อนและหลังการทดลองของนักเรียน กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยใช้สถิติการทดสอบค่าทีแบบไม่ อิสระต่อกัน (dependent t – test) ได้ค่าที เท่ากับ 20.28 ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยหลังจากที่นักเรียนกลุ่มทดลองได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 4.07 สูงกว่าก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.97

จากผลที่พบสรุปได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน มีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่าก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ซึ่งผลเป็นไปตามสมมติฐาน ข้อที่ 1 ที่ว่า “ภายหลังการทดลอง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05”

3.2 ผลการวิเคราะห์การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนกับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวปกติ

ผลการวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า “ภายหลังการทดลองนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน มีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05” ใช้การเปรียบเทียบคะแนนหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติการทดสอบค่าทีแบบอิสระ (independent t – test) ตัวแปรตามคือ การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ผลการวิเคราะห์ ดังตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

กลุ่มตัวอย่าง	n	ค่าสถิติ			
		<i>M</i>	<i>SD</i>	t	p-value
กลุ่มทดลอง (ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน)	40	4.07	.61	19.49*	.00
กลุ่มควบคุม (ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ)	40	3.53	.52		

* $p < .05$

จากตารางที่ 4.4 เมื่อพิจารณาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวอื่น โดยใช้สถิติทดสอบค่าทีแบบอิสระ ได้ค่าที่เท่ากับ 19.49 ซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของกลุ่มเปรียบเทียบ พบว่า กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07 สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.53

จากผลที่พบสรุปได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน มีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้ กิจกรรมแนะแนวปกติ ซึ่งผลเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ว่า “ภายหลังการทดลอง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05”

3.3 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ภายหลังจากทดลอง โดยการใช้สถิติวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีรายละเอียดดังตารางที่ 4.5

ตารางที่ 4.5 ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

รายการ	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับความพึงพอใจ
1. ด้านบรรยากาศ			
1. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาด้วยกันกับเพื่อนๆมากขึ้น	4.63	0.59	มากที่สุด
2. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนผ่อนคลายความเครียดได้	4.30	0.88	มาก
3. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความสุขที่ได้อยู่กับเพื่อนๆ	4.53	0.68	มากที่สุด
4. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมช่วยให้นักเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนๆ	4.55	0.75	มากที่สุด
5. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนๆได้ดี	4.45	0.78	มาก
2. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้			
6. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้	4.33	0.76	มาก
7. กิจกรรมแนะแนวกระตุ้นให้นักเรียนเกิดการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน	4.50	0.72	มาก
8. กิจกรรมแนะแนวช่วยฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นทีมได้	4.55	0.60	มากที่สุด
9. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนสร้างกระบวนการคิดอย่างมีแบบแผน	4.58	0.55	มากที่สุด
10. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น	4.58	0.50	มากที่สุด
11. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น	4.68	0.53	มากที่สุด

ตารางที่ 4.5 (ต่อ)

รายการ	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับความพึงพอใจ
3. ด้านประโยชน์ที่ได้รับ			
12. นักเรียนมีความสุขกับการเรียนมากขึ้น	4.43	0.64	มาก
13. นักเรียนสามารถทำงานกลุ่มและยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้	4.50	0.68	มาก
14. นักเรียนมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น	4.35	0.70	มาก
15. นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองได้อย่างมั่นใจ	4.38	0.74	มาก
16. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น	4.30	0.79	มาก
17. นักเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมากขึ้น	4.43	0.75	มาก
18. นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ง่ายขึ้น	4.35	0.80	มาก
19. นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้	4.46	0.78	มาก
รวม	4.48	0.55	มาก

จากตารางที่ 4.5 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น ($M= 4.68, SD = 0.53$) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุดคือ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ($M= 4.30, SD = 0.79$)

ข้อเสนอแนะของนักเรียนที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว มีดังนี้

จากการสอบถามนักเรียนสามารถสรุปข้อเสนอแนะได้ดังนี้

1. เป็นกิจกรรมแนะแนวที่ทำให้ได้รับความรู้ที่ดี
2. เป็นกิจกรรมแนะแนวที่เข้าร่วมแล้วสามารถนำมาใช้ได้จริงในการทำงานร่วมกับเพื่อน
3. เป็นกิจกรรมแนะแนวที่สามารถทำให้เกิดการทำงานกับเพื่อนและสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
4. ในกิจกรรมบางกิจกรรมให้เวลาน้อยเกินไป ไม่สามารถทำงานได้ทันเวลา
5. กิจกรรมแนะแนวที่ยังไม่น่าสนใจเท่าที่ควร เพราะเป็นการสำเนาเอกสารเป็นภาพ

वाद้า

บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน ผู้วิจัยได้สรุปการวิจัยอภิปรายผลและข้อเสนอแนะไว้ดังนี้

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ ดังต่อไปนี้

1.1.1 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

1.1.3 เพื่อศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม

1.2 เครื่องมือในการวิจัย

1.2.1 ชุดกิจกรรมแนะแนว คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

1.2.2 แบบวัดตัวแปร คือ แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

1.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวิธีการ ดังนี้

1.3.1 เลือกกลุ่มตัวอย่างจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว อำเภอบัว จังหวัดน่าน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 2 ห้องเรียน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 40 คน

1.3.2 นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 27 ข้อ แล้วเก็บคะแนนก่อนเรียน (Pretest)

1.3.3 ระหว่างการทดลองผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมแนะแนว ให้แก่นักเรียนกลุ่มทดลอง โดยทำการทดลองเป็นเวลา 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การทดลองตั้งแต่ต้นเดือน ตุลาคม 2565 ถึง ต้นเดือนธันวาคม 2565 สถานที่ใช้ในการทำกิจกรรม คือ ห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน

1.3.4 หลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนหลังการทดลอง แล้วนำคะแนนที่ได้บันทึกเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

1.3.5 ผู้วิจัยดำเนินการนำผลคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest) และผลคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) มาทำการวิเคราะห์โดยการทดสอบค่าที ($t - test$) ของกลุ่มทดลอง

1.4 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติ

1.4.1 ขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูล

1) การวิเคราะห์ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อวิเคราะห์และพรรณนาข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง โดยการใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD)

2) การวิเคราะห์ตามสมมติฐานการวิจัย เพื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของสองกลุ่มขึ้นไป ในการตรวจสอบความเท่าเทียมกันของกลุ่มตัวอย่าง และการวิเคราะห์สมมติฐานใช้สถิติการทดสอบค่าที ($t - test$) การวิเคราะห์ทางสถิตินี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคำนวณโดย คอมพิวเตอร์ส่วนบุคคล

1.4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

- 1) สถิติพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- 2) สถิติอ้างอิง เป็นสถิติเพื่อใช้ทดสอบสมมติฐานการวิจัย ได้แก่ สถิติการทดสอบค่าที ($t - test$) และสถิติเพื่อใช้ทดสอบสมมติฐานการวิจัย

1.5 ผลการวิจัย

ผลการวิจัยมีสาระสำคัญสรุปได้ดังนี้

1.5.1 นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ . 05

1.5.2 นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.5.3 นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น ($M = 4.68, SD = 0.53$) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุดคือ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ($M = 4.30, SD = 0.79$) ข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมคือ 1) เป็นกิจกรรมที่ดีสามารถนำมาใช้ได้จริงเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน 2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ 3) ควรสำเนาเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพชัดเจนขึ้น

2. อภิปรายผล

การวิจัยเรื่อง “ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน” มีผลการวิจัยสำคัญ ที่ควรนำมาอภิปรายดังต่อไปนี้

2.1 อภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1

สมมติฐานข้อที่ 1 “นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05”

จากผลการวิจัยพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 คือ นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่กำหนดไว้ ทั้งนี้เพราะการทำงานเป็นทีมทำให้นักเรียนได้มีการทำกิจกรรมร่วมกัน เป็นการแสดงความสามารถของตนเองร่วมกัน มีการสื่อสาร การวางตัว ความรับผิดชอบร่วมกัน เพราะการทำงานแบบร่วมมือต้องอาศัยความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ทำให้นักเรียนมีการปรับตัวให้เกิดความสนิทสนมและเกิดเป็นสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนที่ดีขึ้น ผลการวิจัยดังกล่าว สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ เขมณัญญ์ จันทรเสนาวิ (2560) ที่ได้ศึกษา ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี ผลการวิจัยปรากฏ

ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ธัญรดา แก้วกันหา และ ชุติมา สุรเศรษฐ (2563) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการเปิดเผยตนเองที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ผลปรากฏว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนและทักษะการทำงานแบบร่วมมือของกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ รุพัชร์ คันสร และคณะ (2563) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการฝึกสติแบบวิภาชวิธีต่อการปรับตัวของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่านิสิตที่ได้รับโปรแกรมการฝึกสติแบบวิภาชวิธี มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัว ในระยะหลังการทดลอง สูง กว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

แสดงให้เห็นว่าชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน สามารถนำมาใช้พัฒนานักเรียนกลุ่มทดลองให้มีพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ได้อย่างถูกต้องตามขั้นตอน เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยคำนึงถึงความถูกต้องตามหลักการและแนวทางในการสร้างเครื่องมือมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการสร้างเครื่องมือทางการแนะแนวและชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมทำให้นักเรียนผู้เข้าร่วม โปรแกรมได้ฝึกการทำงานร่วมกับผู้อื่นเพื่อใช้ในการทำความรู้จัก และปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น การทำงานแบบร่วมมือต้องอาศัยความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เพื่อให้การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม หรือเป็นทีมที่ทำให้การทำงานแบบร่วมมือมีประสิทธิภาพ ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรมที่เน้นการทำงานเป็นทีมมีโอกาสพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน (ธัญรดา แก้วกันหา และ ชุติมา สุรเศรษฐ, 2563) อีกทั้งทักษะการทำงานเป็นทีมนี้มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ดังปรากฏความในพระราชดำรัสแห่งพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ 9 ความว่า “การทำงานให้สำเร็จขึ้นอยู่กับความสามารถสองอย่างเป็นสิ่งสำคัญ คือสามารถในการใช้วิชาความรู้อย่างหนึ่ง สามารถในการประสานสัมพันธ์กับผู้อื่นอีกอย่างหนึ่ง ทั้งสองประการนี้ต้องดำเนินคู่กันไป และจำเป็นต้องกระทำด้วยความสุจริตกาย สุจริตใจ ด้วยความคิด ความเห็นที่เป็นอิสระปราศจากอคติ และด้วยความถูกต้องตามเหตุตามผลด้วย จึงจะช่วยให้งานบรรลุจุดหมาย และประโยชน์ที่พึงประสงค์โดยครบถ้วน

ผลการวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนกลุ่มทดลอง โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่มีคุณภาพซึ่งดำเนินการสร้างอย่างถูกต้องตามเป้าหมายตรงตาม

แนวคิด หลักการ และทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องเป็นเครื่องมือที่มีประโยชน์ต่อการพัฒนา
นักเรียนอย่างได้ผลดีเพื่อพัฒนาไปสู่ผู้ที่มีศักยภาพ

2.2 อภิปรายผลตามสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 2

สมมติฐานข้อที่ 2 “นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05”

จากผลการวิจัยพบว่าเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 อภิปรายได้ว่า นักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนสูงขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะการที่นักเรียนแต่ละคนมาร่วมกันทำงาน ทำให้นำไปสู่ผลสำเร็จที่มากกว่าการที่นักเรียนจะทำงานเพียงลำพัง และยังส่งผลให้เกิดการกระตือรือร้น เกิดความพึงพอใจและมีความสุขสนุกสนานในการทำงาน ถ้านักเรียนสามารถพัฒนางานประจำวัยได้สำเร็จก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุขและสามารถพัฒนางานประจำวัยในขั้นต่อไปได้อย่างสำเร็จ และทำให้เกิดสัมพันธภาพกับเพื่อนที่เกิดขึ้นในระหว่างบุคคล โดยกระบวนการนี้จะเกิดขึ้นทีละเล็กละน้อยอย่างต่อเนื่อง และรวมเข้าด้วยกันเป็นองค์ประกอบของกระบวนการของความคุ้นเคยและบุคคลที่เกี่ยวข้องจะอยู่ในฐานะบุคคลอันเป็นที่รักของกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ กัญญาณัฐ ผ่านไกร (2558) ได้ศึกษา การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเขารวก ผลการวิจัยปรากฏว่า การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านเขารวกหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการยอมรับตัวเองและผู้อื่น ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านความสัมพันธ์กับครู และด้านความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมในโรงเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อีกทั้งยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พัชรศรีณีย์ ศิริพันธ์ (2558) ได้ศึกษา การพัฒนาชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนโดยบูรณาการกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีประสิทธิภาพเท่ากับ 82.57/84.22 สูงกว่าเกณฑ์ 80/80 และมีความสอดคล้องกับสาระการเรียนรู้ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง วัตถุประสงค์ เนื้อหา กิจกรรมการจัดการเรียนรู้ สื่อการจัดการเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียนรู้เหมาะสมกับ

การนำไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียนในสภาพการเรียนการสอนจริง 2) การศึกษาทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างหลังการใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงโดยใช้แบบวัดทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิต ซึ่งประเมินโดยตนเอง ประเมิน โดยเพื่อน และประเมิน โดยครูผู้สอน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนมีทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับดี และเมื่อศึกษารายกรณีกับนักเรียนจำนวน 3 คน พบว่านักเรียนทั้งสามคน มีพฤติกรรมโดยรวมในด้านการปรับตัวดีขึ้น และ 3) นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยบูรณาการกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเพื่อเสริมสร้างทักษะการปรับตัวในการดำรงชีวิตอยู่ในระดับมากที่สุด และยังคงสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ฐพัชร์ คันทร และคณะ (2563) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการฝึกสติแบบวิภาชวิธีต่อการปรับตัวของนิสิตพยาบาลชั้นปีที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า นิสิตที่ได้รับโปรแกรมการฝึกสติแบบวิภาชวิธีมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวในระยะหลังการทดลองสูงกว่านิสิตกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 การวัดความพึงพอใจของนักเรียนกลุ่มทดลอง

จากผลการวิจัย พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่มีความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีความพึงพอใจมากที่สุดคือ กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น ($M = 4.68, SD = 0.53$) รองลงมาคือ บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างร่วมกับเพื่อนๆ มากขึ้น ($M = 4.63, SD = 0.59$) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุดคือ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ($M = 4.30, SD = 0.79$) ผลการวิเคราะห์ห่อภิปรายได้ว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนมีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะช่วยเสริมสร้างทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้นให้กับนักเรียนได้ อาจเป็นเพราะชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นมาจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนที่มีคุณภาพ อีกทั้งชุดกิจกรรมยังมีลักษณะที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน และผ่อนคลายจากความเครียดในการเรียนได้ ทำให้นักเรียนมีความสุข และมีการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ ได้ง่าย ทำให้บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างร่วมกับเพื่อนๆ มากขึ้นมีค่าเฉลี่ยรองลงมาจากอันดับแรก ($M = 4.63, SD = 0.59$) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุดคือ นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ($M = 4.30, SD = 0.79$) เนื่องจากชุดกิจกรรมการทำงานเป็นทีม จะมุ่งเน้นที่การสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นส่วนมาก จึงทำให้นักเรียนส่วนมากยังไม่ได้มีความเชื่อมั่นในตนเองมากนัก และข้อเสนอแนะต่อการใช้ชุดกิจกรรมคือ 1) เป็นกิจกรรมที่ดีสามารถนำมาใช้ได้จริงเพื่อพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน

2) บางกิจกรรมให้เวลาน้อยไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรม และ 3) ควรสำเนาเอกสารเป็นภาพสีเพื่อจะได้เห็นภาพชัดเจนขึ้น

3. ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

3.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัวเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่โรงเรียนควรนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

3.1.2 ในการจัดกิจกรรมแนะแนวควรพุดกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความตระหนักในความสำคัญของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้แลกเปลี่ยน ประสบการณ์ แสดงความคิดเห็น มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมอย่างทั่วถึง รวมทั้งมีการกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนกล้าแสดงออก

3.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนว่ามีความคงทนถาวรเพียงใด

3.2.2 วิจัยเกี่ยวกับชุดกิจกรรมแนะแนวพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยใช้เทคนิคทางจิตวิทยาเพื่อให้นักเรียนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนดี เช่น การปรับพฤติกรรม กิจกรรมกลุ่ม การศึกษารายกรณี เป็นต้น



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลวรรณ จินหน่อ. (2553). การใช้กิจกรรมการแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนเวลาและความสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (การค้นคว้าแบบอิสระ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- กรมวิชาการ กองวิจัยทางการศึกษา. (2545). การคัดเลือกผลวิจัยที่มีคุณภาพของกระทรวงศึกษาธิการ ประจำปี 2544. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ.
- กรมวิชาการ. (2546). คู่มือหลักสูตรก่อน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว กิดานันท์.
- กฤษณา ศักดิ์ศรี. (2530). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: นิยมวิทยา.
- กาญจนา มังคละศิริ. (2552). องค์ประกอบของการทำงานเป็นทีมที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพของโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองนครพนม. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- คมเพชร ฉัตรศุกกุล. (2530). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา.
- จำเนียร ช่วงโชติ. (2521). เทคนิคการให้คำปรึกษา. มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จุฬาลักษณ์ ไชยจันทร์. (2559). การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 23. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- ชมนุช บุญสิทธิ์. (2541). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพกับเพื่อนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนกุนนทีรุทธารามวิทยาคมกรุงเทพมหานคร. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษา มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ชยพล บุตรศาสตร์. (2554). การทำงานเป็นทีมของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษาในโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอโป่งน้ำร้อน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต 2. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษา มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.

- ชลลดา พันธุ์เนตร. (2561). การเปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมกิจกรรมแนะแนวอาชีพตาม
ทฤษฎีของแฟรงค์ พาสันส์กับทฤษฎีของเกอแลตที่มีต่อความสามารถในการตัดสินใจ
เลือกอาชีพของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่3. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษา
มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ชัยพร วิชชาวฑู. (2530). จริยธรรมกับการศึกษา. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คนัย งามมานะ. (2545). การเปลี่ยนแปลงและยุทธศาสตร์การพัฒนางานแนะแนวของโรงเรียน
มัธยมศึกษาในสกลนครนครพนม และมุกดาหาร. สกลนคร: สถาบันราชภัฏสกลนคร.
- ทองเรือน อมรัชกุล. (2528). การแนะแนวในโรงเรียนประถมศึกษา ในสัมมนาการบริการงานแนะ
แนว และการสอนกิจกรรมแนะแนวในโรงเรียน. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต).
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ทองหล่อ วงษ์อินทร์. (2523). จิตวิทยาการศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: วิทยาลัยครูเพชรบุรี.
- ทัศนยา บุญทอง. (2528). การพัฒนาการรู้จักตนเอง. กรุงเทพฯ: นำทางการพิมพ์.
- ทิลารัตน์ หนูปก. (2557). การศึกษาการทำงานเป็นทีมของข้าราชการครู โรงเรียนมัธยมศึกษาใน
จังหวัดชลบุรีสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18. (วิทยานิพนธ์
ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- เทพินทร์ จารุศุกร. (2554). แนวทางและวิธีการในการพัฒนาการทำงานเป็นทีมของครู โรงเรียนสาร
สาสน์วิเทศเชียงใหม่. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต).
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- นันทิชา บุญละเอียด. (2554). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา. (ปัญหาพิเศษ, มหาวิทยาลัยบูรพา).
- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2547). จิตวิทยาการประจุมอบบรมสัมมนา. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สงขลา: มหาวิทยาลัย
ทักษิณ.
- ประเสริฐ ลำเถารอด. (2552). การพัฒนาชุดกิจกรรมเรื่องระบบนิเวศในโรงเรียน สำหรับนักเรียน
ระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเซนต์ดอมินิก. (ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต).
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2539). จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพฯ.
- ปัทมา เวียงวฑู. (2556). ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมทางสังคมของนักเรียน
ออทิสติก. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศิลปกร,
กรุงเทพฯ.

- ปัดดี อุณหเลขกะ. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพเชิงวิชาชีพ ตามการรับรู้ของพยาบาล
 ประจําการกับความสามารถในการปฏิบัติงานตามการรับรู้ของตนและหัวหน้าหอ
 ผู้ป่วย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
 กรุงเทพฯ.
- ปิยวรรณ มัชฌมนันท์. (2558). การพัฒนาทักษะการทำงานเป็นทีมของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่
 4 เรื่องสภาพสมมูล โดยใช้ชุดกิจกรรมตามแนวทางการจัดการเรียนรู้สะเต็มศึกษา.
 (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี,
 อุบลราชธานี.
- พรทิพย์ ชาสงวน. (2557). การศึกษาพฤติกรรมการทำงานเป็นทีมของครู โรงเรียนประถมศึกษา
 อำเภอสว่างวีระวงศ์สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตราด. (วิทยานิพนธ์
 ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- พรเพ็ญ แก้วมณี. (2548). การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้ กิจของนักเรียนช่วงชั้นที่
 4. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- พิมพ์ลภัส ถ้วยอ้อม. (2553). การทำงานเป็นทีมของพนักงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขต
 อำเภอดาเกี จังหวัดนครสวรรค์. (วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต).
 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี, ลพบุรี.
- พิไล แยมงามเหลือ. (2521). คู่มือครูวิชากิจกรรมสำรวจ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มัลลิกา วิชชุกรองครัด. (2553). การศึกษาการทำงานเป็นทีมของพนักงานครูเทศบาล สังกัดเทศบาล
 เมืองชลบุรี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525. กรุงเทพฯ:
 ราชบัณฑิตยสถาน.
- ริรัตน์ ผุดผ่อง. (2540). ผลการฝึกสร้างสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนตามรูปแบบของจอยซ์และคณะ
 ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสวรรค์ประชารักษ์
 จังหวัดนครสวรรค์. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
 วิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- เรณู เชื้อสะอาด. (2552). การทำงานเป็นทีมด้านวิชาการของพนักงานครูใน โรงเรียนสังกัดเทศบาล
 นครเชียงใหม่. (การค้นคว้าแบบอิสระ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต).
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.

- ลลนา ปิยะอารีธรรม. (2552). การศึกษาความไว้ห้วและสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้น
ที่ 3. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,
กรุงเทพฯ.
- ลัคพงษ์ โกษาแสง. (2553). การทำงานเป็นทีมของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษาใน
โรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอสอยดาว สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
จันทบุรีเขต 2. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.
วรรณษา เฉลิมชัย และคณะ. (2563). ผลของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต่อการเสริมสร้างการทำงานเป็น
ทีมของคณะกรรมการสถานักเรียน. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต).
มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- วราภรณ์ ตระกูลสฤณี. (2545). จิตวิทยาการปรับตัว. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
_____. (2549). การทำงานเป็นทีม. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วัลภา สบายยิ่ง. (2542). ปัจจัยด้านการตั้งเป้าหมายการรับรู้ความสามารถของตนเองและบุคลิกภาพ
ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานของผู้จำหน่ายตรง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรดุษฎี
บัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
_____. (2561). การพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา.
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- วิจารณ์ พานิช. (2560). เส้นทางสู่คุณภาพการศึกษายุคประเทศไทย ๔.๐ การประชุมเชิงวิชาการทาง
การศึกษาระดับชาติ ครั้งที่ 4 มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล ศูนย์ประชุมสตาาร์เวิลด์
จังหวัดนครราชสีมา. นครราชสีมา: มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล.
- วิภาภรณ์ บุญยงค์. (2560). มนุษย์สัมพันธ์. กรุงเทพฯ: โอ.เอส. พรีเมียม เอ็ดดู.
- วิภาภรณ์ เรือนทิพย์. (2530). ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้สไลด์เทคนิค "แม่แบบ" ที่มีผลต่อ
ความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านหนองใหญ่ อำเภอ
หนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- วิไลวรรณ เพชรเศรษฐ์. (2562). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กรอบความคิดแบบเติบโต
เพื่อพัฒนาการตั้งเป้าหมายทางการศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน
ขจรเกียรติศึกษา จังหวัดภูเก็ต. การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ครั้งที่ 9, 9, 757-767.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2539). ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์.
- สถิต วงศ์สวรรค์. (2531). จิตวิทยาแนะแนว. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: บำรุงสาสน์.

- สมจิต สวชนไพบูลย์. (2535). *ธรรมชาติวิทยาศาสตร์*. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สมร ทองดี, และปราณี งามสุตร. (2545). *แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว*. นนทบุรี:
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สุชา จันทร์เอม. (2544). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุดา ทัพสุวรรณ. (2550). *ปัจจัยที่เอื้อต่อการเข้าสู่ตำแหน่งทางวิชาการของอาจารย์ในมหาวิทยาลัย*
เอกชน. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สุพัตรา สุภาพ. (2522). *สังคมวิทยา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุภาวดี แก้วดำราญ. (2553). *การพัฒนาการทำงานเป็นทีมของบุคลากรกองการศึกษา ศาสนาและ*
วัฒนธรรมองค์การบริหารส่วนจังหวัดขอนแก่น. (การศึกษาค้นคว้าอิสระ ศึกษาศาสตร์
มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- สุลักษณ์ มีชูทรัพย์. (2539). *การบริหารบุคลากรทางการพยาบาล*. กรุงเทพฯ: สุภาวิชการพิมพ์.
- แสงทอง ประสุวรรณ. (2541). *ปัจจัยที่มีผลต่อการคงอยู่ของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลชุมชน*.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- หนึ่งฤทัย มะลาไวย์. (2564). *การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานเป็นทีมของ*
นักเรียนในศตวรรษที่ 21. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- อรนุช บุญเกษม. (2553). *ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนา*
ความสามารถในการตัดสินใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. (วิทยานิพนธ์ปริญญา
ครุศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี, อุดรธานี.
- อำนวยการ มีสมทรัพย์. (2553). *การศึกษาค้นคว้าความสัมพันธ์ระหว่างการทำงานเป็นทีมกับการบริหารงาน*
วิชาการของสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาพระนครศรีอยุธยา เขต 1.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา,
พระนครศรีอยุธยา.
- อุษา คำประกอบ. (2530). *การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติทางวิทยาศาสตร์ด้าน*
การมีเหตุผลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาวิทยาศาสตร์โดยใช้ชุดการ
เรียนด้วยตนเองกับการสอนตามคู่มือครู. (ปริญญาโทการศึกษามหาบัณฑิต).
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- Allan, U. S. (1989). Model for hydrocarbon migration and entrapment within faulted structures.
AAPG bulletin, 73(7), 803-811.

- Bernard, W. J., & Randall, J. J. (1960). An investigation of the reaction between aluminum and water. *Journal of The Electrochemical Society*, 107(6), 483.
- Blake, W. (1991). *Songs of Innocence and of Experience* (Vol. 5): Princeton University Press.
- Cattell, R. B. (1948). Concepts and methods in the measurement of group syntality. *Psychological Review*, 55(1), 48.
- Chickering, R. (1993). *Karl Lamprecht: a German academic life (1856-1915)* (Vol. 3): Brill.
- Coleman, M. M., Shelton, J. R., & Koenig, J. L. (1974). Sulfur vulcanization of hydrocarbon diene elastomers. *Industrial & Engineering Chemistry Product Research and Development*, 13(3), 154-166.
- Dyer, C. (1995). *Beginning research in psychology: A practical guide to research methods and statistics*: Blackwell Publishing.
- Fiechtner, S. B., & Davis, E. A. (2016). Republication of “Why some groups fail: A survey of students’ experiences with learning groups”. *Journal of Management Education*, 40(1), 12-29.
- Forsyth, D. A., Mundy, J. L., di Gesù, V., Cipolla, R., LeCun, Y., Haffner, P., . . . Bengio, Y. (1999). Object recognition with gradient-based learning. *Shape, contour and grouping in computer vision*, 319-345.
- Gandour-Edwards, R. F., Donald, P. J., & Wiese, D. A. (1993). Accuracy of intraoperative frozen section diagnosis in head and neck surgery: experience at a university medical center. *Head & neck*, 15(1), 33-38.
- Gay, J., & Berne, B. (1981). Modification of the overlap potential to mimic a linear site-site potential. *The Journal of Chemical Physics*, 74(6), 3316-3319.
- Hammen, L. (1981). Type-concept, higher classification and evolution.
- Havighurst, R. J. (1953). Human development and education.
- Homans, G. C., & Schneider, D. M. (1962). Marriage, authority, and final causes: a study of unilateral cross-cousin marriage.
- Hurlock, E. B. (1964). *Child Development*. McGrawHill. In: Inc.
- Johnson, R. (1986). A triarchic model of P300 amplitude. *Psychophysiology*.
- Johnson, R. P. (1968). Crystalline fibrils and complexes of membranes in the parietal layer in sieve elements. *Planta*, 84, 68-80.

- Kaplan, A. S., & Vatter, A. (1959). A comparison of herpes simplex and pseudorabies viruses. *Virology*, 7(4), 394-407.
- Lardizabal, A. S., Bustos, A., Bucu, L., & Tangco, M. (1970). Methods and principles of teaching. *Quezon City: Alemer Poenix*.
- Likert, R. (1961). New patterns of management.
- Lindzey, G., Winston, H. D., & Manosevitz, M. (1963). Early experience, genotype, and temperament in *Mus musculus*. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 56(3), 622.
- Malm, M. (1952). Jamison, O. I., G. *Adolescence*, McGraw-Hill Book Company, Inc.
- McGregor, D. (1960). Theory X and theory Y. *Organization theory*, 358(1), 374.
- Mohrman, S. A., Cohen, S. G., & Morhman Jr, A. M. (1995). *Designing team-based organizations: New forms for knowledge work*: Jossey-Bass.
- Parker, G. A. (1990). Sperm competition games: sneaks and extra-pair copulations. *Proceedings of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 242(1304), 127-133.
- Renick, J. (2022). *Developmentally Appropriate Educational Environments: Exploring the Impact of Student Autonomy and Interpersonal Relationships on Diverse Young Adolescents*: University of California, Irvine.
- Robbins, P. (2001). Fixed categories in a portable landscape: the causes and consequences of land-cover categorization. *Environment and planning A*, 33(1), 161-179.
- Rogers, D. (1972). Random search and insect population models. *The Journal of Animal Ecology*, 369-383.
- Romig, C., & Spataru, A. (1996). Emissions and engine performance from blends of soya and canola methyl esters with ARB# 2 diesel in a DDC 6V92TA MUI engine. *Bioresource technology*, 56(1), 25-34.
- Roy, B. (1976). *A conceptual framework for a normative theory of "decision-aid"*. Retrieved from
- Sasse, D. (1975). Dynamics of liver glycogen: The topochemistry of glycogen synthetis, glycogen content and glycogenolysis under the experimental conditions of glycogen accumulation and depletion. *Histochemistry*, 45(3), 237-254.
- Schultz, R. J. (1966). Hybridization experiments with an all-female fish of the genus *Poeciliopsis*. *The Biological Bulletin*, 130(3), 415-429.

- Shonk, T. (1997). ENG 2901-005: Structures of English.
- Stewart, M. Sims (1999). *Team Work and Group Dynamics*.
- Stogdill, R. M. (1974). *Handbook of leadership: A survey of theory and research*: Free Press.
- Thorpe, W. (1955). COMMENTS ON 'THE BIRD FANCYER'S DELIGHT': TOGETHER WITH NOTES ON IMITATION IN THE SUB-SONG OF THE CHAFFINCH. *Ibis*, 97(2), 247-251.
- TINDALL, G. T., FLANAGAN, J. F., & NASHOLD, B. S. (1959). Brain Abscess and Osteomyelitis Following Skull Traction: A Report of Three Cases. *AMA Archives of Surgery*, 79(4), 638-641.
- Tsai, M.-J., Hsieh, Y.-T., Shen, E. P., & Peng, Y.-J. (2017). Systemic associations with residual subretinal fluid after ranibizumab in diabetic macular edema. *Journal of ophthalmology*, 2017.
- Varney, G. H. (1977). *Organization development for managers*: Addison-Wesley Publishing.
- Williamson, E. G. (1950). Counseling Adolescents: Revision of Part I of How to Counsel Students.
- Woodcock, D., Crowther, P., Doherty, J., Jefferson, S., DeCruz, E., Noyer-Weidner, M., . . . Graham, M. (1989). Quantitative evaluation of Escherichia coli host strains for tolerance to cytosine methylation in plasmid and phage recombinants. *Nucleic acids research*, 17(9), 3469-3478.
- Zee, M., Rudasill, K. M., & Roorda, D. L. (2020). "Draw Me a Picture" student-teacher relationship drawings by children displaying externalizing, internalizing, or prosocial behavior. *The Elementary School Journal*, 120(4), 636-666.
- Zhou, Y., Li, M., Long, Q., Yuan, D., Hu, Z., & Li, L. (2022). *Development of a Control System for Permanent Magnet Synchronous Motor Based on LabVIEW and FPGA* (0148-7191). Retrieved from



ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

1. ชื่อ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เขียนงาม
 สถานที่ทำงาน สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ภาควิชาพื้นฐานและพัฒนการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 วุฒิการศึกษา - วิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยาโรงเรียน) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 - วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาโรงเรียน) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 - ปรัชญาคุษฎีบัณฑิต (หลักสูตรและการสอน) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ หัวหน้าสาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาพื้นฐานและพัฒนาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. ชื่อ ดร.ธนะดี สุริยะจันทร์หอม
 สถานที่ทำงาน ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
 วุฒิการศึกษา - ครุศาสตรบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
 - การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 - ปรัชญาคุษฎีบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
 ประสบการณ์หรือความชำนาญ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
3. ชื่อ ดร.รัตนวัชร เพ็ญรัตนหิรัญ
 สถานที่ทำงาน ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
 วุฒิการศึกษา

- พุทธศาสตรบัณฑิต (พุทธจิตวิทยา) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ปรัชญาคุณวุฒิบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัย
มหาสารคาม

ประสบการณ์หรือความชำนาญ

อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

4. ชื่อ นางสาวจิตติมา อินทวงษ์

สถานที่ทำงาน

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

วุฒิการศึกษา

- วิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (เกียรตินิยมอันดับ
หนึ่ง)
- ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสบการณ์หรือความชำนาญ

หัวหน้าศูนย์แนะแนวและให้คำปรึกษา โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

5. ชื่อ นางสาวจิรภัทร์ ชีปัญญา

สถานที่ทำงาน

โรงเรียนศรีสวัสดิ์วิทยาคารจังหวัดน่าน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา
น่าน

วุฒิการศึกษา

- ครุศาสตรบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัยราชภัฏ
เชียงใหม่
- ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (หลักสูตรและการสอน) มหาวิทยาลัยศิลปากร

ประสบการณ์หรือความชำนาญ

หัวหน้างานแนะแนว โรงเรียนศรีสวัสดิ์วิทยาคารจังหวัดน่าน

ภาคผนวก ข
แบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัย



แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน

คำชี้แจง :

1. ในการตอบแบบสอบถามนี้ต้องการทราบข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียน ด้วยเหตุนี้จึงไม่มีคำตอบใดถูกหรือผิด และจะไม่มีผลใดๆ ต่อคะแนนในการเรียน
2. การวิจัยครั้งนี้มีประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพทางการศึกษาขอให้นักเรียนตอบให้ ครบทุกข้อและตรงตามความรู้สึกที่แท้จริงของนักเรียน ไม่เช่นนั้นจะทำให้ไม่สามารถ วิเคราะห์ข้อมูลได้และได้ข้อมูลที่ผิดพลาด
3. การตอบแบบสอบถามให้นักเรียนพิจารณาข้อความดังกล่าวเป็นจริงตรงกับการกระทำ ของนักเรียนเพียงใด แล้วตอบโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการ กระทำของนักเรียน
4. แบบสอบถามนี้มีทั้งหมด 2 ส่วน ดังนี้
 - ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
 - ส่วนที่ 2 แบบสอบถามวัดการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ

จำสืบริธีระ เทพจินดา

นักศึกษาริษยาโท สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง : แบบสอบถามฉบับนี้เป็นแบบสอบถามรายละเอียดส่วนตัวของนักเรียน เมื่อนักเรียนอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ให้ครบถ้วนตามความเป็นจริง

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. ผลการเรียนเฉลี่ยสะสม

ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมต่ำกว่า 2.00

ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมเท่ากับ 2.00 – 2.74

ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมเท่ากับ 2.75 – 3.49

ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมเท่ากับ 3.50 – 4.00

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามวัดการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่นักเรียนเห็นว่าตรงกับความรู้สึกนึกคิดหรือตรงตามความเป็นจริงมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

5 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความป็นจริงของนักเรียน มากที่สุด

4 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความป็นจริงของนักเรียน มาก

3 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความป็นจริงของนักเรียน ปานกลาง

2 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความป็นจริงของนักเรียน น้อย

1 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงกับความป็นจริงของนักเรียน น้อยที่สุด

ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
	5	4	3	2	1
1. ปัจจัยด้านการเรียน					
1. นักเรียนมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือเพื่อน (+)					
2. เมื่อนักเรียนไม่เข้าใจบทเรียน เพื่อนที่เข้าใจจะช่วยอธิบายให้นักเรียนฟัง (+)					
3. นักเรียนมีความเต็มใจจะช่วยเหลือเพื่อน (+)					
4. เพื่อนในห้องไม่ชอบพูดคุยกับนักเรียนในเรื่องการเรียน (-)					
5. นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนได้ (+)					
6. นักเรียนชอบเรียนร่วมกับเพื่อนในห้อง (+)					
7. เพื่อนๆในห้องเรียนช่วยทบทวนบทเรียนให้นักเรียนเวลาที่เรียนไม่ทัน (+)					
8. เมื่อเพื่อนเกิดปัญหา นักเรียนจะคอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษา (+)					
9. นักเรียนตำหนิเพื่อนเมื่อเพื่อนไม่เข้าใจในบทเรียนที่ครูสอน (-)					
10. นักเรียนทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนได้ดี (+)					
11. เพื่อนๆในห้องเรียน มีน้ำใจต่อนักเรียนอยู่เสมอ (+)					
12. เพื่อนในห้องชอบรบกวนสมาธินักเรียนในขณะที่เรียน (-)					
13. นักเรียนทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนได้ดี (+)					
14. นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการทำงานกลุ่มกับเพื่อนได้ (+)					
15. เพื่อนในกลุ่มรับฟังคำแนะนำของนักเรียนในการทำงานกลุ่ม (+)					
2. ปัจจัยด้านการทำงานกลุ่ม					
16. นักเรียนไม่พอใจ เมื่อเพื่อนมีความคิดแตกต่างจากนักเรียน (-)					
17. นักเรียนชอบการทำงานหลายคน (+)					
18. นักเรียนไม่ชอบทำงานตามลำพัง (+)					

ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
	5	4	3	2	1
19. นักเรียนสามารถทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนในห้องเรียนได้ดี (+)					
20. นักเรียนรู้สึกว่เพื่อนๆให้ความเคารพในความคิดเห็นของผู้อื่น อยู่เสมอเมื่อทำงานเป็นกลุ่ม (+)					
21. นักเรียนรู้สึกว่เพื่อนๆให้ความสำคัญกับนักเรียนอยู่เสมอในการ ทำงานกลุ่ม (+)					
22. นักเรียนเต็มใจให้ความช่วยเหลือเพื่อนในการทำงานกลุ่ม (+)					
23. นักเรียนยึดถือความคิดของตนเองเป็นหลักในการทำงานกลุ่ม (-)					
24. นักเรียนเคารพในการตัดสินใจของเพื่อนในการทำงานกลุ่ม (+)					
25. เพื่อนๆทุกคนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีเมื่อต้องทำงานกลุ่ม (+)					
26. นักเรียนอยากทำงานเป็นกลุ่มมากกว่าทำคนเดียว (+)					
27. นักเรียนตำหนิเพื่อนเมื่อเพื่อนทำงานกลุ่มผิดพลาด (-)					



แบบสอบถามความพึงพอใจในการร่วมกิจกรรมแนะแนว

คำชี้แจง ให้นักเรียนพิจารณาข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่นักเรียนเห็นว่าตรงกับความรู้สึกนึกคิดหรือตรงตามความเป็นจริงมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว

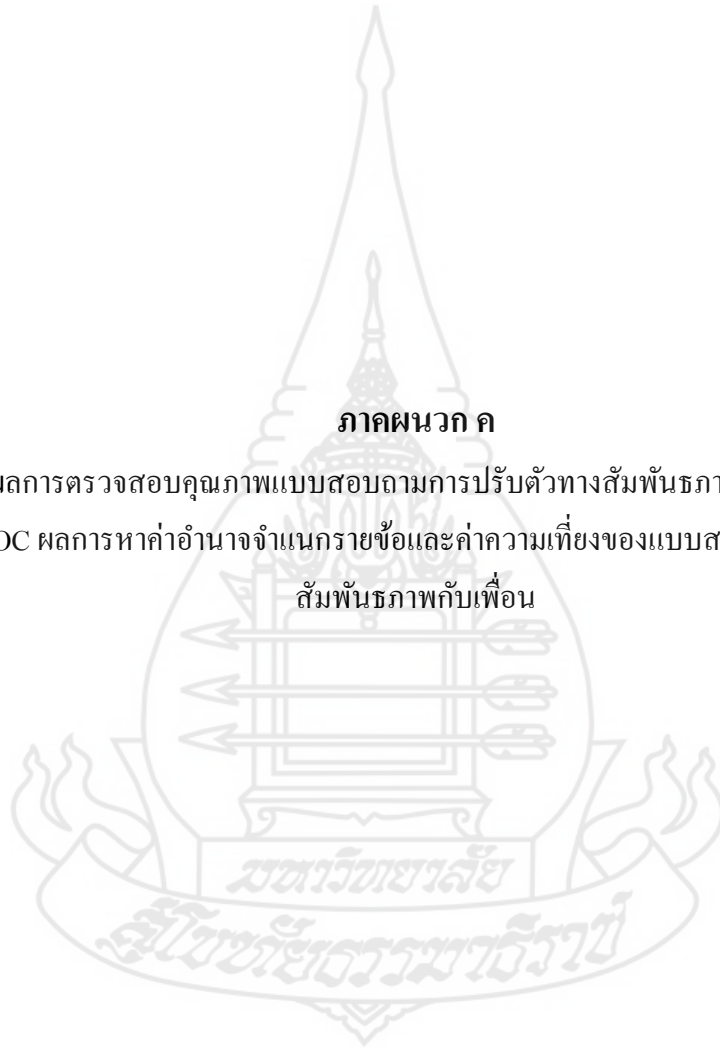
- 5 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงตามความเป็นจริงของนักเรียน มากที่สุด
 4 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงตามความเป็นจริงของนักเรียน มาก
 3 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงตามความเป็นจริงของนักเรียน ปานกลาง
 2 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงตามความเป็นจริงของนักเรียน น้อย
 1 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกหรือตรงตามความเป็นจริงของนักเรียน น้อยที่สุด

ข้อความ	ระดับความรู้สึก				
	5	4	3	2	1
1. ด้านบรรยากาศ					
1. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาร่วมกับเพื่อนๆมากขึ้น					
2. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนผ่อนคลายความเครียดได้					
3. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนมีความสุขที่ได้อยู่กับเพื่อนๆ					
4. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมช่วยให้นักเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนๆ					
5. บรรยากาศในการร่วมกิจกรรมช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนๆได้ดี					
2. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้					
6. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้					
7. กิจกรรมแนะแนวกระตุ้นให้นักเรียนเกิดการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน					

ข้อความ	ระดับความรู้				
	5	4	3	2	1
8. กิจกรรมแนะแนวช่วยฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นทีมได้					
9. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนสร้างกระบวนการคิดอย่างมีแบบแผน					
10. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น					
11. กิจกรรมแนะแนวช่วยให้นักเรียนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น					
3. ด้านประโยชน์ที่ได้รับ					
12. นักเรียนมีความสุขกับการเรียนมากขึ้น					
13. นักเรียนสามารถทำงานกลุ่มและยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้					
14. นักเรียนมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น					
15. นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองได้อย่างมั่นใจ					
16. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น					
17. นักเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมากขึ้น					
18. นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ง่ายขึ้น					
19. นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้					

ภาคผนวก ค

ผลการตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน
ด้วยวิธีการ IOC ผลการหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเที่ยงของแบบสอบถามการปรับตัวทาง
สัมพันธภาพกับเพื่อน



ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

กำหนดคะแนนของผู้ทรงคุณวุฒิเป็น +1 หรือ 0 หรือ -1 ดังนี้

+1 คือ แน่ใจว่าข้อคำถามข้อนั้นสามารถวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัดตามนิยามที่กำหนดไว้

0 คือ ไม่แน่ใจว่าข้อคำถามนั้นสามารถวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัดตามนิยามที่กำหนดไว้

-1 คือ แน่ใจว่าข้อคำถามข้อนั้นไม่สามารถวัดได้ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัดตามนิยามที่กำหนดไว้

ตารางแสดงค่า IOC ของแบบวัดการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ข้อคำถาม	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ					ค่า IOC
	คนที่	คนที่	คนที่	คนที่	คนที่	
	1	2	3	4	5	
1. ปัจจัยด้านการเรียน						
1. นักเรียนสามารถให้คำปรึกษาปัญหาเรื่องการเรียนรู้กับเพื่อนได้	-1	+1	+1	+1	0	0.40
2. นักเรียนมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องเรียน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
3. เมื่อนักเรียนไม่เข้าใจบทเรียน เพื่อนที่เข้าใจจะช่วยอธิบายให้นักเรียนฟัง	0	+1	+1	+1	+1	0.80
4. นักเรียนมีความเต็มใจจะช่วยเหลือเพื่อนที่ไม่เข้าใจในบทเรียน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
5. เพื่อนในห้องไม่ชอบพูดคุยกับนักเรียนในเรื่องการเรียนรู้	0	+1	+1	0	+1	0.60

ข้อคำถาม	คะแนนความคิดเห็นของ ผู้เชี่ยวชาญ					ค่า IOC
	คนที่	คนที่	คนที่	คนที่	คนที่	
	1	2	3	4	5	
6. นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน เรื่องการเรียนได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
7. นักเรียนชอบเรียนร่วมกับเพื่อนในห้อง	+1	+1	+1	0	+1	0.80
8. เพื่อนๆในห้องเรียนช่วยทบทวนบทเรียนให้ นักเรียนเวลาที่เรียนไม่ทัน	0	+1	+1	+1	+1	0.80
9. เมื่อเพื่อนเกิดปัญหาด้านการเรียน นักเรียนจะคอย ให้กำลังใจและให้คำปรึกษา	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
10. นักเรียนตำหนิเพื่อนเมื่อเพื่อนไม่เข้าใจในบทเรียน ที่ครูสอน	0	0	+1	+1	+1	0.60
11. เพื่อนในห้องเรียนของนักเรียนมีความสามัคคี รัก ใคร่กัน	+1	+1	+1	0	-1	0.40
12. นักเรียนทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนได้ดี	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
13. เพื่อนในห้องไม่สนใจซึ่งกันและกัน	+1	0	+1	+1	-1	0.40
14. เพื่อนๆในห้องเรียน มีน้ำใจต่อนักเรียนอยู่เสมอ	+1	+1	+1	+1	-1	0.60
15. เพื่อนในห้องชอบรบกวนสมาธินักเรียนในขณะที่ เรียน	0	+1	+1	+1	+1	0.80
2. ปัจจัยด้านการทำงานกลุ่ม						
16. นักเรียนทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนได้ดี	+1	+1	+1	0	0	0.60
17. นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในการ ทำงานกลุ่มกับเพื่อนได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
18. เพื่อนรับฟังความคิดเห็นของนักเรียนในการ ทำงานกลุ่ม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00

ข้อความ	คะแนนความคิดเห็นของ					ค่า IOC
	ผู้เชี่ยวชาญ					
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
19. นักเรียนไม่พอใจ เมื่อเพื่อนแสดงความคิดเห็น แตกต่าง จากนักเรียน	+1	+1	+1	+1	0	0.80
20. นักเรียนชอบแสดงความคิดเห็นร่วมกับเพื่อน	+1	0	+1	+1	+1	0.80
21. นักเรียนไม่ชอบทำงานตามลำพัง	+1	0	+1	+1	+1	0.80
22. นักเรียนสามารถทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนใน ห้องเรียนได้ดี	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
23. นักเรียนรู้สึกว่เพื่อนๆให้ความเคารพใน ความคิดเห็นของผู้อื่นอยู่เสมอเมื่อทำงานเป็นกลุ่ม	+1	+1	+1	+1	0	0.80
24. นักเรียนรู้สึกว่เพื่อนๆให้ความสนใจใน ความคิดเห็นของนักเรียนอยู่เสมอในการทำงานกลุ่ม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
25. นักเรียนเต็มใจให้ความช่วยเหลือเพื่อนใน การทำงานกลุ่ม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
26. นักเรียนยึดถือความคิดเห็นของตนเองเป็นหลัก ในการทำงานกลุ่ม	+1	0	+1	+1	0	0.60
27. นักเรียนเคารพในความคิดเห็นของเพื่อนใน การทำงานกลุ่ม	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
28. เพื่อนๆทุกคนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีเมื่อ ต้องทำงานกลุ่ม	+1	+1	+1	+1	0	0.80
29. นักเรียนอยากทำงานเป็นกลุ่มมากกว่าทำ คนเดียว	+1	+1	+1	+1	+1	1.00
30. นักเรียนตำหนิเพื่อนเมื่อเพื่อนทำงาน ผิดพลาด	+1	0	+1	+1	+1	0.80

ตารางแสดงค่า IOC ของแบบสอบถามความพึงพอใจในการร่วมกิจกรรมแนะแนว

ข้อคำถาม	ประมาณค่าความคิดเห็นของ					ค่า IOC	แปลผล
	ผู้ทรงคุณวุฒิ						
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
1. ด้านบรรยากาศ							
1. บรรยากาศในการเรียนทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาร่วมกันกับเพื่อนๆมากขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
2. บรรยากาศในการเรียนทำให้นักเรียนผ่อนคลายความเครียดได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
3. บรรยากาศในการเรียนทำให้นักเรียนมีความสุขที่ได้อยู่กับเพื่อนๆ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
4. บรรยากาศในการเรียนช่วยให้นักเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนๆ	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
5. บรรยากาศในการเรียนช่วยให้นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนๆได้ดี	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
2. ด้านกิจกรรมการเรียนรู้							
6. กิจกรรมการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
7. กิจกรรมการเรียนรู้มีความเหมาะสมกับรายวิชา	0	+1	+1	-1	+1	0.40	ไม่ผ่าน
8. กิจกรรมการเรียนรู้กระตุ้นให้นักเรียนเกิดการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
9. กิจกรรมการเรียนรู้ช่วยฝึกให้นักเรียนทำงานเป็นทีมได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
10. กิจกรรมการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนสร้างกระบวนการคิดอย่างมีแบบแผน	+1	0	+1	+1	+1	0.80	ผ่าน

ข้อคำถาม	ประมาณค่าความคิดเห็นของ					ค่า IOC	แปล ผล
	ผู้ทรงคุณวุฒิ						
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5		
11. กิจกรรมการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
12. กิจกรรมการเรียนรู้ช่วยให้นักเรียนมีทักษะการเข้าสังคมที่ดีขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
3. ด้านประโยชน์ที่ได้รับ							
13. นักเรียนมีความสุขกับการเรียนมากขึ้น	+1	+1	+1	-1	+1	0.60	ผ่าน
14. นักเรียนสามารถทำงานกลุ่มและยอมรับความคิดเห็นของบุคคลอื่นได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
15. นักเรียนมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
16. นักเรียนสามารถออกความคิดเห็นของตนเองได้อย่างมั่นใจ	+1	+1	+1	+1	-1	0.60	ผ่าน
17. นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น	+1	+1	+1	0	+1	0.80	ผ่าน
18. นักเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมากขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
19. นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ง่ายขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน
20. นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้	+1	+1	+1	+1	+1	1.00	ผ่าน

ผลการหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อและค่าความเที่ยงของ
แบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	การแปลผล
1	.432	ดีมาก
2	.478	ดีมาก
3	.397	ดี
4	.412	ดีมาก
5	.485	ดีมาก
6	.439	ดีมาก
7	.379	ดี
8	.465	ดีมาก
9	.378	ดี
10	.399	ดี
11	.410	ดีมาก
12	.478	ดีมาก
13	.465	ดีมาก
14	.401	ดีมาก
15	.451	ดีมาก
16	.422	ดีมาก
17	.389	ดี
18	.399	ดี
19	.389	ดี
20	.432	ดีมาก
21	.461	ดีมาก
22	.398	ดี
23	.471	ดีมาก
24	.462	ดีมาก

25	.403	ดีมาก
26	.376	ดี
27	.478	ดีมาก

ค่าความเที่ยง (Reliability) ทั้งหมดเท่ากับ 0.81



ภาคผนวก ง

ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน



ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทาง
สัมพันธภาพกับเพื่อน



จำสิบตรีธีระ เทพจินดา
โรงเรียนบัว จังหวัดน่าน

คำนำ

ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็นชุดกิจกรรมแนะแนวที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน โดยเน้นการทำงานเป็นทีม ซึ่งนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะเกิดการเรียนรู้และพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนตระหนักถึงความสำคัญและเห็นประโยชน์ของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ชุดกิจกรรมแนะแนวเน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้ ให้ความรู้ ให้คำปรึกษาและชี้แนะแนวทางในการจัดทำกิจกรรมศาสตราจารย์ ดร.วิไลภา สบายยิ่ง อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก และรองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม และได้รับความกรุณาจากผู้ทรงคุณวุฒิและให้คำปรึกษาแนะนำจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นงลักษณ์ เขียนงาม อาจารย์ ดร.รัตนวัชร เพ็ญรัตนศิริ อาจารย์ ดร.ชนะดี สุริยะจันทร์หอม อาจารย์ ฐิติมา อินทวงษ์ และ คุณครู จิรภัทร์ ธิปัญญา ซึ่งผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งและขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าชุดกิจกรรมแนะแนวชุดนี้จะเป็นประโยชน์ต่อครูผู้สอนที่ได้นำไปใช้ในการช่วยเหลือและพัฒนาส่งเสริมการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนต่อไป

จำสืบตรีธีระ เทพจินดา



คู่มือ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพ
กับเพื่อน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน



จำลองจิระระ เทพจินดา
ผู้วิจัย

แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา
สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

คู่มือชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีม เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

1. คำชี้แจง

1.1 การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน หมายถึง กระบวนการปรับและการเปลี่ยนแปลง ความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมของบุคคลให้สามารถเข้ากับสภาพสังคม สภาพแวดล้อม และสถานการณ์ต่าง ๆ ตามความต้องการของตนเองได้อย่างมีความสุข โดยมีพฤติกรรมในการปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการทำความรู้จักกัน หรือเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับ ความรักใคร่และความเข้าใจซึ่งกันและกัน

1.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน เป็นกิจกรรมแนะแนวที่ให้พัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยใช้เวลาทำกิจกรรม 12 วัน วันละ 50 นาที ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนวจำนวน 12 กิจกรรม คือ

- | | |
|-------------------------------------|--|
| 1) ปฐมนิเทศ “ปฏิสัมพันธ์ ฉันและเธอ” | 7) “Design น้อย” |
| 2) “ส่งใจให้กัน” | 8) “เสียงลือเสียงเล่าอ้าง” |
| 3) “We are ก็คือพวกเรา” | 9) “หอไอเฟล” |
| 4) “ไปคำ” | 10) “หนึ่งมิตร ชิดใกล้” |
| 5) “ลูกโป่งรวมใจ” | 11) “เราจะดูแลกันและกัน” |
| 6) “ขวดสามัคคี” | 12) “ปัจฉิมนิเทศ” สรุปการดำเนินกิจกรรม |

1.3 แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวแต่ละกิจกรรมของชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ประกอบด้วยหัวข้อย่อย ดังนี้ 1) ชื่อกิจกรรม 2) เวลา 3) ระดับ / วัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรม 4) ขนาดของกลุ่ม 5) แนวคิด 6) จุดประสงค์ 7) ขั้นตอน กิจกรรม (ประกอบด้วย 1. ขั้นนำ 2. ขั้นดำเนินกิจกรรม 3.ขั้นสรุป) 8) สื่อประกอบกิจกรรม และ 9) การประเมินผล

1.4 กิจกรรมขั้นตอนการพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนด้วยการเน้นการทำงานเป็นทีม มีวิธีการที่หลากหลาย เช่น การอภิปราย การจัดกิจกรรมกลุ่ม เป็นต้น และมีสื่ออุปกรณ์การจัดกิจกรรม เช่น คอมพิวเตอร์ เครื่องฉายโปรเจกเตอร์ และวัสดุอื่น ๆ ที่จำเป็นต้องใช้ในการจัดกิจกรรม

1.5 1.5 ผู้ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ของคคกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ควรศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องให้แน่ใจ รวมทั้งศึกษห้การจัดกิจกรรมตาม รายละเอียดที่เขียนไว้ในแผนการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรม จนสามารถดำเนินการจัดกิจกรรมได้อย่างราบรื่น และประสบผลสำเร็จตามที่กำหนดไว้



2. โครงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทาง
สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนปัว จังหวัดน่าน

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค
1	ปฐมนิเทศ “ปฏิสัมพันธ์ ฉัน และเธอ”	1. เพื่อให้นักเรียนได้ทำความรู้จักเพื่อน ใหม่ ๆ ให้มีความคุ้นเคยกันมากขึ้น 2. เพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมด้านการ ปรับตัวทางสังคมของนักเรียน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
2	“ส่งใจให้กัน”	1. เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่าง นักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักซึ่งกันและกัน มากขึ้น	แบ่งกลุ่มผู้เรียน, ฝึกการ เข้าร่วมกลุ่มกับผู้อื่น
3	“We are ก็คือ พวกเรา”	1. เพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการเริ่มต้น เพื่อให้เกิดการสนิทสนมกัน 2. เพื่อสร้างความใกล้ชิดและคุ้นเคยกัน ระหว่างนักเรียน 3. เพื่อให้สามารถปรับตัวและสร้าง สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ดี	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การสร้าง สัมพันธ์ภาพ
4	“ไปคำ”	1. เพื่อให้นักเรียนได้รวมกลุ่มร่วมงาน กันอย่างมีวัตถุประสงค์ 2. เพื่อให้นักเรียนได้มีความสัมพันธ์ที่ ใกล้ชิดกันกับเพื่อนๆมากขึ้น	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, ความคิด สร้างสรรค์, การสร้าง สัมพันธ์ภาพ
5	“ลูกโป่งรวมใจ”	1. เพื่อส่งเสริมการทำงานเป็นทีมด้าน ความรับผิดชอบให้กับนักเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนมีความความสามัคคีใน หมู่คณะ	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การ ตัดสินใจ, การสร้าง สัมพันธ์ภาพ

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค
6	“ขวดสามัคคี”	1. เพื่อให้นักเรียนแต่ละกลุ่มมีเป้าหมายร่วมกัน 2. เพื่อให้สมาชิกมีการรับผิดชอบร่วมกัน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การแก้ไข ปัญหา, การตัดสินใจ, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
7	“Design เน้อ”	1. เพื่อให้นักเรียนมีการวางแผนการทำงาน 2. เพื่อให้นักเรียนมีการกำหนดบทบาทและหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, ความคิดสร้างสรรค์, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
8	“เสียงลือเสียงเล่าอ้าง”	1. เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมในการปฏิบัติสัมพันธ์ต่อได้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน 2. เพื่อให้นักเรียนมีการรวมกลุ่มระหว่างผู้เรียนเพื่อร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการตามวัตถุประสงค์	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
9	“หอไอเฟล”	1. เพื่อให้นักเรียนมีเป้าหมายร่วมกัน 2. เพื่อให้นักเรียนได้ทำการกำหนดบทบาทภาระหน้าที่ของสมาชิกที่ต้องรับผิดชอบอย่างชัดเจน	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, ความคิดสร้างสรรค์, การสร้างสัมพันธ์ภาพ
10	“หนึ่งมิตร ซิด ไกล”	1. เพื่อนักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน 2. เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนในการเป็นเพื่อนที่ดีได้	การปรับตัว, การสร้างสัมพันธ์ภาพ

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	เทคนิค
11	“เราจะดูแลกัน และกัน”	<ol style="list-style-type: none"> 1. นักเรียนสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ด้วยการปรับเปลี่ยนมุมมองทางความคิดของตนเอง 2. นักเรียนเข้าใจถึงความแตกต่างของบุคคลอื่น ๆ ในสังคม และยอมรับได้ 3. นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนที่มีความแตกต่างจากตนเองได้ 	กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์, การปรับตัว, การสร้าง สัมพันธภาพ
12	“ปัจฉิมนิเทศ” สรุปการ ดำเนิน กิจกรรม	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้ให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน 2. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนได้ 3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น 	-อภิปราย เสนอแนะ แนวทาง - ฝึกการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ และ ประสบการณ์ที่ได้รับไป ประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวัน

กิจกรรมที่ 1

ปฐมนิเทศ

ชื่อกิจกรรม “ปฏิสัมพันธ์ ฉันและเธอ”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

การปฐมนิเทศ เป็นกิจกรรมเริ่มต้นเพื่อสร้างความคุ้นเคยและทำความรู้จักกัน พร้อมทั้งเพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันและแจ้งวัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรม ส่งเสริมให้เห็นประโยชน์ ของการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน นอกจากนี้ นักเรียนได้ทำกิจกรรมด้วยความเต็มใจและให้ความสำคัญจนบรรลุวัตถุประสงค์

จุดประสงค์

1. เพื่อพัฒนาการปรับตัวและความคุ้นเคยซึ่งกันและกัน
2. เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ในการร่วมกิจกรรมแนะนำเพื่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนพร้อมแนวทางปฏิบัติเรื่องวัน เวลา และสถานที่
3. เพื่อให้ นักเรียนทราบถึงประโยชน์จากการร่วมกิจกรรมแนะนำเพื่อการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ชำนาญ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและชี้แจงจุดประสงค์ของการจัดชุดกิจกรรมแนะนำ พร้อมแนวทางปฏิบัติเรื่องวัน เวลา และสถานที่

1.2 ครูให้นักเรียนทำแบบสอบถามเรื่องการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

2. ขั้นตอนกิจกรรม

2.1 ครูให้นักเรียนร่วมกันบอกความรู้สึก และวิธีการปฏิบัติของตนเองเมื่อต้องไปอยู่ในสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย หรืออยู่ร่วมกับคนจำนวนมากที่ไม่รู้จักมาก่อน

2.2 ครูแจกเอกสารประกอบกิจกรรมที่ 1 เรื่อง ยินดีที่ได้รู้จักให้กับนักเรียน

2.3 ให้นักเรียนทำใบงานที่ 1 เรื่อง จดหมายถึงเพื่อนใหม่ เสร็จแล้วขออาสาสมัครนักเรียนออกมาอ่านหน้าชั้นเรียน

3. ขั้นสรุป

3.1 นักเรียนร่วมกันอภิปราย สรุปความรู้ที่ได้จากการอ่านกิจกรรมและการทำงาน จากนั้นซักถามเพิ่มเติมจากครูผู้จัดกิจกรรมหากมีข้อสงสัย

3.2 ครูกล่าวสรุป กิจกรรมนี้ช่วยสร้างความสนุกสนาน ฝึกสมาธิในการทำท่าทางและ เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการอภิปรายร่วมกัน และการสรุป



เอกสารประกอบกิจกรรมปฐมนิเทศ

เมื่อนักเรียนต้องเข้าเรียนในโรงเรียนใหม่หรือเมื่อเลื่อนชั้นเรียน สิ่งที่นักเรียนจะต้องพบก็คือ เพื่อน และสังคมใหม่ ซึ่งแน่นอนว่านักเรียนจะต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งที่ยังไม่คุ้นเคยเหล่านี้ ดังนั้น การศึกษาวิธีการปรับตัวจะช่วยให้นักเรียนปฏิบัติตนได้เหมาะสมในสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ และช่วยให้นักเรียน อยู่ร่วมกับบุคคลอื่น ได้อย่างมีความสุข โดยตัวอย่างวิธีการปรับตัว มีดังนี้

1. เปิดใจให้กว้าง ยอมรับว่าเราต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาและเข้าใจว่าทุกคนล้วนมีความแตกต่างกัน ดังนั้น การต้องปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสังคมใหม่จึงเป็น สิ่งที่ดีที่ทำให้เรามีเพื่อนเพิ่มมากขึ้น และได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความแตกต่างของแต่ละบุคคล

2. สร้างรอยยิ้มให้เกิดความประทับใจ โดยก่อนที่จะไปทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ เราควรสร้างความประทับใจเมื่อพบกันด้วยการยิ้มทักทาย อีกทั้งยังช่วยลดความประหม่า และความตื่นเต้นเมื่อต้องอยู่ในสถานที่ใหม่ และผู้คนที่ไม่คุ้นเคยอีกด้วย

3. เริ่มเข้าหาผู้อื่นก่อน ด้วยการแนะนำตนเองหรือเริ่มต้นสนทนาด้วยประโยคง่าย ๆ เช่น สวัสดีค่ะ/ครับ เราชื่อ...นะ เธอชื่ออะไร ยินดีที่ได้รู้จักนะ ซึ่งจะช่วยให้เพื่อนใหม่รู้สึกถึงความ เป็นมิตรของเราและง่ายต่อการสร้างความคุ้นเคยเพื่อปรับตัวในการอยู่ร่วมกัน

4. มีความสุภาพและให้เกียรติกัน เพราะถือเป็นสิ่งสำคัญในการเริ่มต้นสร้างมิตรภาพที่ดี ซึ่งทำให้การปรับตัวในการอยู่ร่วมกันเป็นไปด้วยความราบรื่นและยังทำให้สามารถรักษาความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนไว้ได้ยาวนาน

5. รับฟังและให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เราควรแสดงถึงความจริงใจกับเพื่อนใหม่ ด้วยการตั้งใจรับฟังเมื่อเพื่อนมาพูดคุยหรือ ปรึกษาเรื่องต่าง ๆ กับเรา ซึ่งจะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับเพื่อนแน่นแฟ้นมากขึ้นรวมถึงเมื่อเพื่อนมีปัญหา เราควรมีน้ำใจให้ความช่วยเหลือเท่าที่เราจะสามารถทำได้

กิจกรรมที่ 2

ชื่อกิจกรรม “ส่งใจให้กัน”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

การได้มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกันนอกจากจะสร้างความสนุกสนานแล้วยังช่วยให้เกิดความเป็นกันเองเกิดการปรับตัวกิจกรรมให้สามารถเข้ากับสภาพแวดล้อมรอบข้างได้ และสร้างความคุ้นเคยกันมากยิ่งขึ้น ก่อให้เกิดเจตคติที่ดีต่อกันอีกทั้งยังเสริมสร้างบรรยากาศในการทำงานร่วมกันต่อไป

จุดประสงค์

1. เพื่อปรับตัวกิจกรรมนักเรียนให้สามารถเข้ากับสภาพแวดล้อมได้
2. เพื่อเสริมสร้างบรรยากาศในการทำงานร่วมกัน
3. เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อเพื่อนๆ และบุคคลรอบข้าง

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

- 1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมพูดคุยเพื่อสร้างความสนุกสนานและผ่อนคลายให้กับ

นักเรียน

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูสนทนาเรื่อง กิจกรรมส่งใจให้กัน ว่าครูมีหัวใจแจกนักเรียนคนละครึ่งดวง แล้วให้นักเรียนค้นหาอีกครึ่งดวงใจที่ต่อรอยเข้ากันได้สนิทพอดี เมื่อรับแล้วให้ถือไว้ ห้ามส่งเสียงดังจนกว่าจะได้รับสัญญาณ

2.2 ครูส่งสัญญาณให้นักเรียนพยายามนำชิ้นส่วนรูปหัวใจไปรวมกับชิ้นส่วนหัวใจของเพื่อน ๆ โดยต้องให้ประกบกันได้สนิทเป็นรูปหัวใจ 1 ดวงและต้องเป็นสีเดียวกัน ภายในเวลา 3 นาที

2.3 เมื่อนักเรียนหาคู่พบแล้วให้นำคู่ของตนเองมานั่งที่เก้าอี้ที่เตรียมไว้ให้

2.4 ครูแจกใบงานกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนรู้จักคุ้นเคยกันมากขึ้น โดยการทำตามเอกสารที่แจกให้ โดยใช้เวลา 10 นาที แล้วแลกเปลี่ยนกับคู่ของตนเอง พร้อมจดจำรายละเอียดนั้น

2.5 ครูให้นักเรียนสลับกันบอกเล่าข้อมูลของเพื่อนที่เป็นคู่กันเท่าที่จำได้ แล้วให้คู่ของตนเฉลยว่า ข้อมูลเหล่านั้นถูกหรือไม่ ใครคู่ใดจำข้อมูลของเพื่อน ได้มากที่สุดเป็นคู่ที่ชนะ

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ในครั้งนี้ และครูสรุปอธิบายเพิ่มเติมถึงความสำคัญของการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน และการปรับตัวให้เข้ากับสังคม

สื่อประกอบกิจกรรม

กระดาษสีรูปหัวใจที่ตัดเป็นรูปจิ๊กซอว์

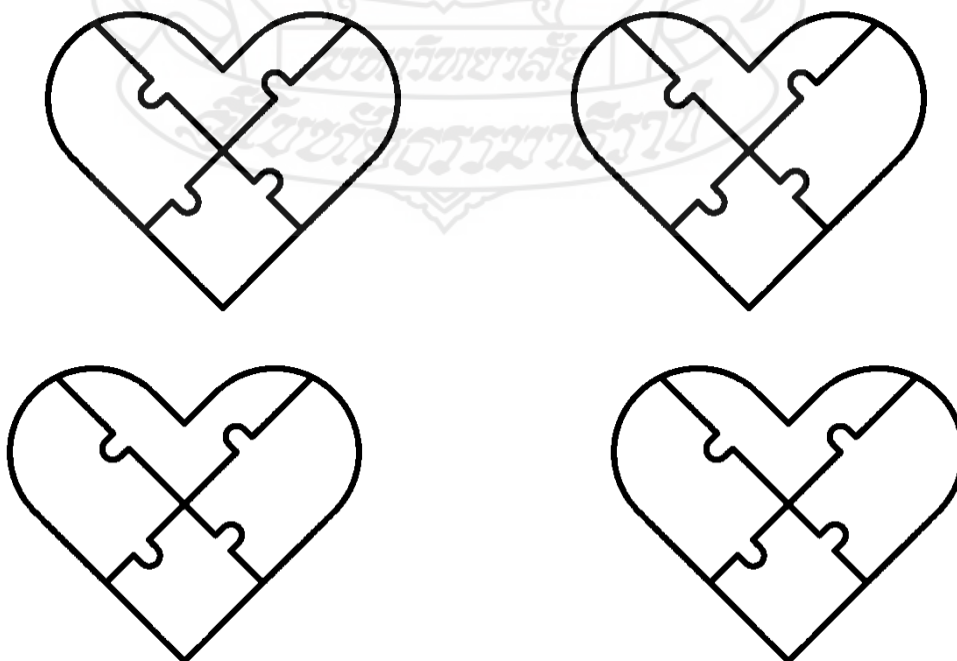
การประเมินผล

1. สังเกตจากพฤติกรรมการมีส่วนร่วมของนักเรียน
2. สังเกตจากการอภิปรายร่วมกันและการสรุปผลของนักเรียน
3. ผลจากการทำกิจกรรม

ที่มา : <https://www.google.com/?&bih=704&biw=767&hl=th>

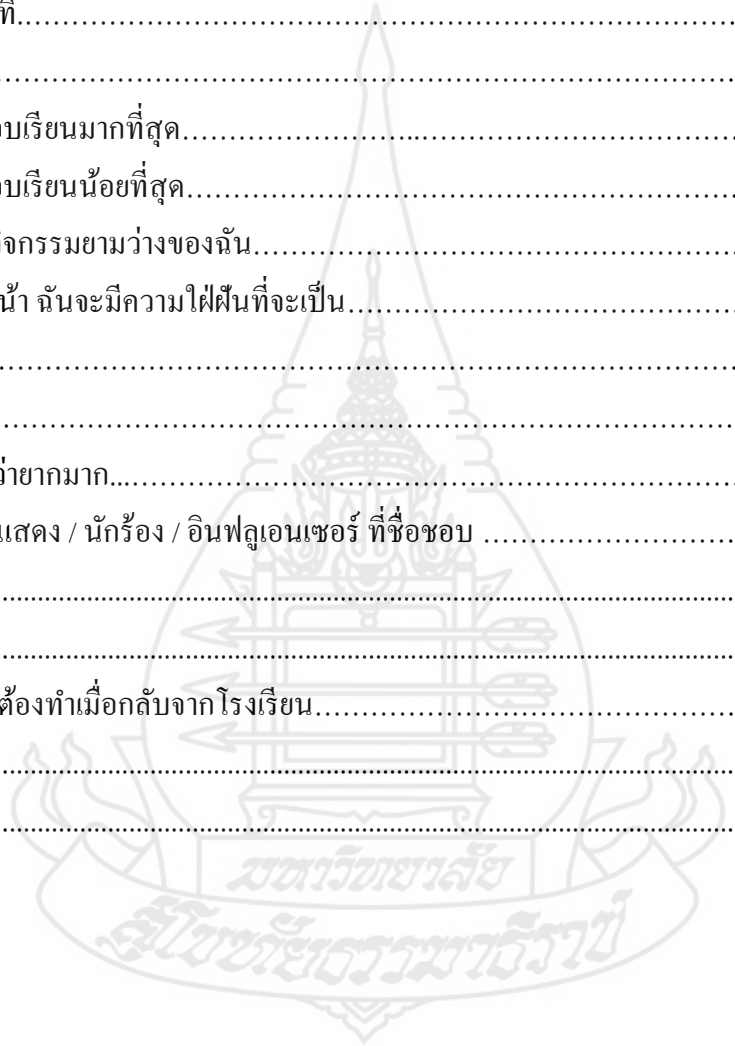
สืบค้นเมื่อ เดือนกรกฎาคม 2565

ภาพประกอบกิจกรรมส่งใจให้กัน



เอกสารประกอบกิจกรรมส่งใจให้กัน

1. ฉันชื่อ.....
2. ฉันมีอายุ.....
3. ฉันอาศัยอยู่ที่.....
4. ฉันเกิดที่.....
5. วิชาที่ฉันชอบเรียนมากที่สุด.....
6. วิชาที่ฉันชอบเรียนน้อยที่สุด.....
7. งานอดิเรกกิจกรรมยามว่างของฉัน.....
8. ในวันข้างหน้า ฉันจะมีความใฝ่ฝันที่จะเป็น.....
.....
.....
9. สิ่งที่ฉันคิดว่ายากมาก.....
10. ดารา / นักแสดง / นักร้อง / อินฟลูเอนเซอร์ ที่ชื่นชอบ
.....
.....
11. งานบ้านที่ต้องทำเมื่อกลับจาก โรงเรียน.....
.....
.....



ใบงาน เรื่อง ส่งใจให้กัน
คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมคำลงในช่องว่าง

1. ความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับการทำความรู้จักกับบุคคลอื่น ๆ คือ

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



2. นักเรียนคิดว่าการสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนสำคัญอย่างไร

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

3. หากนักเรียนมีความสามารถในการปรับตัวที่ดี จะส่งผลอย่างไรในอนาคต

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

กิจกรรมที่ 3

ชื่อกิจกรรม “We are ก็คือพวกเรา”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

การจะฝึกปฏิบัติการทำงานร่วมกันได้ดีนั้น ควรจะต้องแบ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นกลุ่ม ๆ แต่ละกลุ่มควรมีสมาชิก 10 คน จะถือว่าเป็นการฝึกการทำงานร่วมกันที่ดีที่สุด เมื่อแบ่งกลุ่มต้องมีกระบวนการทำให้แต่ละกลุ่มมีการยึดเหนี่ยวกันในกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มเข้มแข็ง ในขณะที่ด้วยกันพยายามจะสอดแทรกแนวคิดเรื่องการทำงานเป็นกลุ่ม สร้างความรับผิดชอบในหน้าที่ของตนให้กับนักเรียน ตลอดเวลาของการจัดกระบวนการ เพื่อให้เกิดทักษะการเรียนรู้

จุดประสงค์

1. เพื่อฝึกการทำงานเป็นกลุ่ม
2. เพื่อสร้างความรับผิดชอบในหน้าที่ของตน
3. เพื่อให้สามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดี

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียน พร้อมพูดคุยเพื่อสร้างความสนุกสนานและผ่อนคลายให้กับนักเรียน

1.2 ครูแบ่งกลุ่ม โดยให้นักเรียนนับเลข 1-10 หลังจากให้นักเรียนทุกคนนับเลขแล้วให้คนที่นับเลขเหมือนกันอยู่กลุ่มเดียวกัน

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ให้นักเรียนนับเลข ตามจำนวนทีมที่ต้องการ เช่น ถ้าต้องการ 4 ทีม ให้นักับ 1 ถึง 4 แล้วเริ่ม 1 ใหม่ โดยให้นักับตามตำแหน่งที่นั่งปัจจุบัน เนื่องจากนักเรียนที่รู้จักคุ้นเคยกันจะนั่งอยู่ติดกัน

2.2 ตรวจสอบว่า สมาชิกแต่ละทีม มีจำนวนสมาชิกใกล้เคียงกันหรือไม่ และเปลี่ยนให้ใกล้เคียงกัน

2.3 ให้แต่ละทีมตั้งชื่อทีมของตน โดยใช้ชื่อสัตว์ชนิดใดก็ได้ แล้วเขียนใส่กระดาษ A4

2.4 ให้ทีมตั้งคำขวัญประจำทีม โดยมีความยาว 5 พยางค์ขึ้นไป แล้วเขียนใส่กระดาษ A4

2.5 เลือกผู้นำทีมโดยให้สมาชิกภายในกลุ่มออกความคิดเห็นร่วมกัน

2.6 ให้ผู้นำทีมออกมาเขียนชื่อทีมและคำขวัญไว้ที่หน้ากระดาน

2.7 จากนั้นครูแจกอุปกรณ์และอธิบายกติกาการดำเนินกิจกรรม ดังนี้ ให้แต่ละทีมยืนเป็นแถวตอนเรียงหนึ่ง และให้คนแรกถือตะเกียบยื่นหลังเส้นเริ่มต้น

2.8 เมื่อได้ยินสัญญาณเริ่มต้นให้คนแรกของทีมวิ่งไปคีบมะนาวในถ้วยวางลงบนปากขวดให้ได้เสร็จแล้ววิ่งกลับมาส่งตะเกียบให้คนต่อไป เพื่อคีบมะนาวจากปากขวดลงมาไว้ในถ้วย โดยขวดและถ้วยวางไว้คนละฝั่ง ทำเช่นนี้สลับกันจนครบทุกคน และหากคนใดทำมะนาวตกให้คนนั้นนำมะนาวไปไว้

จุด

เดิมแล้วเริ่มต้นคิบบใหม่

2.9 ทีมใดเสร็จก่อนเป็นทีมที่ชนะ

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูถามนักเรียนว่าได้แง่คิดอะไรจากกิจกรรม

3.2 สรุปการทำงานเป็นทีมที่จะประสบความสำเร็จทุกคนต้องอาศัยการร่วมแรงร่วมใจกันและการปรับตัวเข้าหากัน บางครั้งอาจมีปัญหาและอุปสรรคเราก็ควรรู้จักใจให้กำลังใจซึ่งกันและกันและรับผิดชอบในหน้าที่ของตนอย่างดีที่สุด

สื่อประกอบกิจกรรม

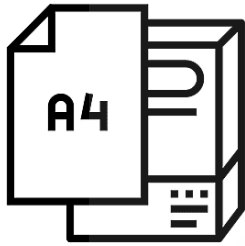
1. กระดาษ A4 เพื่อบันทึกชื่อกลุ่มและบันทึกคำขวัญประจำกลุ่ม
2. ถ้วย จำนวนเท่ากับจำนวนกลุ่ม
3. ขวดน้ำ จำนวนเท่ากับจำนวนกลุ่ม
4. ลูกมะนาว จำนวนเท่ากับจำนวนกลุ่ม
5. ตะเกียบกลุ่มละ 2 คู่
6. ใบงานประกอบกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของท้ายกิจกรรม

ที่มา : พัฒนาและดัดแปลงจาก รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้าง
ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา (2561)

ภาพประกอบกิจกรรม We are ก็คือพวกเรา



ที่มา : <https://www.google.com/?&bih=704&biw=767&hl=th>

สืบค้นเมื่อ เดือนกรกฎาคม 2565

กิจกรรมที่ 4

ชื่อกิจกรรม “ใบ้คำ”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

การใบ้คำเป็นการใช้ทักษะทางการสื่อสารที่ต้องใช้หลักการในการทำงานร่วมกันอย่างมีวัตถุประสงค์ กระตุ้นความสามารถในการตัดสินใจ มีการวางแผนการทำงาน และกำหนดบทบาทหน้าที่ของตนอย่างชัดเจน เพื่อการประสานความรู้ สร้างความสามัคคีจากกรณีเป้าหมายเดียวกัน ซึ่งเหมาะที่จะเป็นกิจกรรมในการทดสอบความร่วมมือและสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนให้กับนักเรียน

จุดประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้รวมกลุ่มร่วมงานกันอย่างมีวัตถุประสงค์
2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีการกำหนดบทบาทในหน้าที่
3. เพื่อสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายเหมาะแก่การสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนของนักเรียน
4. เพื่อให้ให้นักเรียนได้มีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกันกับเพื่อนๆมากขึ้น

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาเกี่ยวกับการสื่อสารว่ามีความสำคัญต่อการทำงานเป็นกลุ่มหรือไม่ อย่างไร พร้อมให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็น

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูแบ่งกลุ่มนักเรียน 2 กลุ่ม ๆ ละ 20 คน โดยวิธีจับสลากตัวเลขที่ครูเตรียมมา จากนั้นให้นักเรียนเข้าแถวครึ่งวงกลม

2.2 ครูอธิบายขั้นตอนของกิจกรรมใบ้คำ นักเรียนทุกคนภายในกลุ่มต้องเป็นผู้ใบ้คำ (หมวดคำใบ้จะปะปนกันไปเพื่อเพิ่มระดับความยากในการคาดเดา) โดยเริ่มส่งตัวแทนครั้งละ 1 คน ออกมาใบ้คำ และให้ทุกคนภายในกลุ่มช่วยกันตอบถ้าตอบถูกจะได้คำละ 1 คะแนน ถ้าใบ้คำไม่ได้ ต้องพยายามทำให้ได้ เมื่อกรรมการเห็นว่าใบ้ไม่ได้จริง ๆ จึงให้ผู้อื่นออกมาใบ้คำแทนแต่จะต้องเปลี่ยนคำการใบ้คำจะทำ

ในเวลาที่กำหนด 5 นาที สามารถเข้าคนในรอบต่อไปได้ โดยหมุนเวียนกันตามลำดับ ให้สัญญาณการเริ่มเล่น

2.3 ครูให้สัญญาณนกหวีดเมื่อครบกำหนดเวลา รวมคะแนนแต่ละกลุ่ม และประกาศผลคะแนน

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูให้นักเรียนร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความสำคัญของการสื่อสารต่อการทำงานเป็นทีม

3.2 ครูสรุปให้เห็นความสำคัญของการสื่อสาร การใช้ภาษาพูดเพื่อสื่อความหมายให้คนเข้าใจ จะต้อง รู้จักการใช้คำพูดที่ชัดเจนสามารถอธิบายให้คนฟังเข้าใจได้ง่าย

สื่อประกอบกิจกรรม

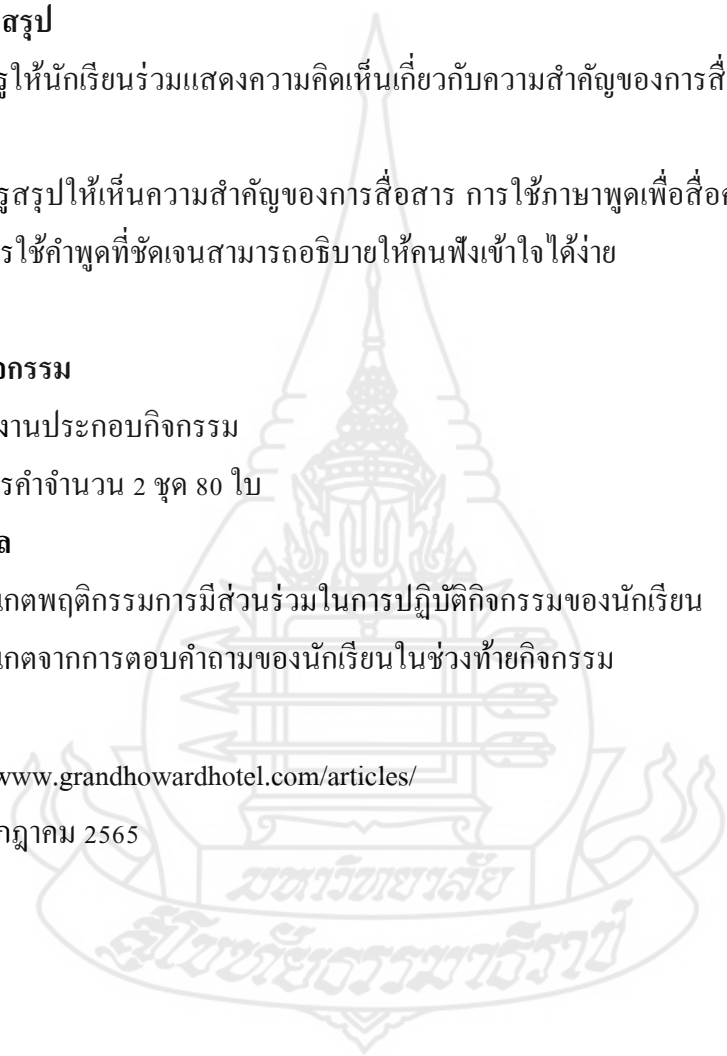
1. ใบงานประกอบกิจกรรม
2. บัตรคำจำนวน 2 ชุด 80 ใบ

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียนในช่วงท้ายกิจกรรม

ที่มา : <https://www.grandhowardhotel.com/articles/>

สืบค้นเมื่อ กรกฎาคม 2565



ใบงาน เรื่อง ความสำคัญของการสื่อสารต่อการทำงานเป็นทีม

นักเรียนคิดว่าการสื่อสารมีความสำคัญต่อการทำงานเป็นทีมหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....



หากนักเรียนรู้ตัวว่าเป็นคนสื่อสารไม่เก่ง ทำให้ปรับตัวเข้ากับเพื่อนๆ ไม่ได้ นักเรียนจะพัฒนาตัวเองอย่างไร

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 5

ชื่อกิจกรรม “ลูกโป่งรวมใจ”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

กิจกรรมลูกโป่งรวมใจเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการทำงานเป็นทีมได้เป็นอย่างดีเนื่องจากมีการมุ่งเน้นให้มีเป้าหมายร่วมกันและให้สมาชิกภายในกลุ่มมีการรับผิดชอบร่วมกันสร้างความสามัคคีร่วมมือร่วมใจกัน และสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนได้เป็นอย่างดีสะท้อนให้เห็นถึงการทำงานของสมาชิกภายในกลุ่มที่มีความมุ่งมั่นจะนำพาความสำเร็จให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม

จุดประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมการทำงานเป็นทีมด้านความรับผิดชอบต่อให้นักเรียน
2. เพื่อสร้างบรรยากาศในการทำงานร่วมกันเป็นทีม
3. เพื่อให้นักเรียนมีความสามัคคีในหมู่คณะ
4. เพื่อให้นักเรียนสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาเกี่ยวกับการทำงานร่วมกันเป็นทีม โดยยกตัวอย่างให้นักเรียนมีเป้าหมายร่วมกัน แล้วร่วมมือกันเพื่อทำให้เป้าหมายนั้นสำเร็จลุล่วง พร้อมบอกวิธีการเล่นและกฎกติกาให้นักเรียนทราบ

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

- 2.1 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน ให้มีผู้นำคะแนนกลุ่มละ 1 คน
- 2.2 ผู้นำอธิบายวิธีการเล่นเกม ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันเลี้ยงลูกโป่งให้ลอยอยู่ในอากาศ โดยที่ทุกคนต้องจับมือกันไว้ไม่ให้หลุดจากกันถ้าลูกโป่งตกลงพื้นจะเสียคะแนนครั้งละ 1 คะแนน และสามารถนำลูกโป่งขึ้นมาเล่นต่อไปได้

2.3 ครูให้สัญญาณนกหวีดและเริ่มปล่อยลูกโป่งให้แต่ละกลุ่ม กลุ่มละ 3 ลูก จนครบ 15 ลูก (ขณะทำกิจกรรมครูเปิดเพลงเพื่อสร้างบรรยากาศความสนุกสนาน)

2.4 ครูให้สัญญาณนกหวีดเมื่อครบกำหนดเวลา รวมคะแนนแต่ละกลุ่ม และตัดสินให้รางวัลแก่กลุ่มที่ชนะเลิศ

3.ขั้นสรุป

3.1 ครูสอบถามนักเรียนว่าสนุกสนานหรือไม่ หรือมีใครผิดหวังหรือไม่ เปิดโอกาสให้นักเรียนได้กล่าวความรู้สึก หลังจากนั้นจึงให้ข้อคิดเกี่ยวกับการทำงานเป็นทีม ที่อาจจะมีอุปสรรค หรือการไม่ประสบความสำเร็จได้

3.2 ครูกล่าวสรุป กิจกรรมนี้เป็นภาระงานที่ทุกคนต้องรับผิดชอบร่วมกันหากมีคนใดคนหนึ่งไม่เห็นความสำคัญ ไม่ให้ความร่วมมือจะทำให้การทำงานนี้ไม่ประสบความสำเร็จ

สื่อประกอบกิจกรรม

1. ลูกโป่ง
2. ตะกร้า
3. ใบงานประกอบกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของท้ายกิจกรรม

ที่มา : พัฒนาและดัดแปลงจาก รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา (2561)

ภาพประกอบกิจกรรมลูกโป่งรวมใจ



ที่มา : <https://www.google.com/?&bih=704&biw=767&hl=th>

สืบค้นเมื่อ เดือนกรกฎาคม 2565



กิจกรรมที่ 6

ชื่อกิจกรรม “ขวดสามัคคี”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

กิจกรรมขวดสามัคคีเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการทำงานเป็นทีมได้เป็นอย่างดีเนื่องจากการมุ่งเน้นให้มีเป้าหมายร่วมกันและให้สมาชิกภายในกลุ่มมีการรับผิดชอบร่วมกันสร้างความสามัคคีและสัมพันธภาพกับเพื่อนได้เป็นอย่างดีสะท้อนให้เห็นถึงการทำงานของสมาชิกภายในกลุ่มที่มีความรับผิดชอบและนำพาความสำเร็จให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนแต่ละกลุ่มมีเป้าหมายร่วมกัน
2. เพื่อให้สมาชิกมีการรับผิดชอบร่วมกัน
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เห็นประโยชน์ของการทำงานเป็นทีม

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนากับเกมขวดสามัคคี พร้อมบอกวิธีการเล่นและกฎกติกาให้นักเรียนทราบ

1.2 ครูจับกลุ่มให้นักเรียน กลุ่มละ 10 คน จำนวน 4 กลุ่ม

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 หลังจากอธิบายกฎกติกาของกิจกรรมแล้ว ผู้ดำเนินกิจกรรมนำขวดแก้ว และหนัวยาง กลุ่มละ 1 ชิ้นพร้อมทั้งเชือกเส้นเล็กจำนวนเท่าสมาชิกกลุ่ม หลังจากนั้นให้หัวหน้ากลุ่มใช้หนัวยางคล้องไว้ที่คอขวดและนำเชือกผูกเข้ากับหนัวยางจนครบทั้ง 10 เส้น โดยเว้นระยะห่างของเชือกแต่ละเส้นเท่าๆกัน

2.2 ให้สมาชิกทั้งหมดในกลุ่มยืนล้อมกันเป็นวงกลมแล้วถือเชือกไว้คนละเส้น

2.3 สมาชิกทุกคนต้องบังคับเชือกให้พร้อมเพียงกันเพื่อยกขวดแก้วไปยังจุดหมายที่กำหนด

2.4 กลุ่มใดไปถึงยังจุดหมายที่กำหนดก่อนกลุ่มถือว่ากลุ่มนั้นชนะ

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูถามว่า เราได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรม ให้สมาชิกเขียนลงใบงาน ให้เวลา 15 นาที ในการพูดคุยแลกเปลี่ยนกัน

3.2 ให้เขียนข้อสรุปของทีมลงในใบงาน

3.3 ครูให้ความเห็นต่อการนำเสนอของทีม จากนั้นให้ความเห็นการทำงานของทีมนั้นต่อบรรยากาศของทีมโดยภาพรวม

สื่อประกอบกิจกรรม

1. ขวดแก้ว
2. เชือกเส้นเล็ก
3. หนังสาย
4. ใบงานกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของท้ายกิจกรรม

ที่มา : <https://www.google.com/?&bih=704&biw=767&hl=th>
สืบค้นเมื่อ เดือนกรกฎาคม 2565

ภาพประกอบกิจกรรมขวดสามัคคี



ใบงานกิจกรรมขวดสามัคคี

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนบรรยายวิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น พร้อมตอบคำถาม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1. ความสำคัญของการสร้างสัมพันธ์ภาพสำหรับนักเรียน คืออะไร

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนเคยสร้างสัมพันธ์ภาพต่อผู้อื่นอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 7

ชื่อกิจกรรม “Design เนื่อ”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

กิจกรรม Design เนื่อ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ มีการวางแผนการทำงาน กำหนดบทบาทและหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน มีการระดมความคิดทำให้มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด มีความสามัคคีมีเป้าหมายเดียวกัน

จุดประสงค์

1. เพื่อให้ นักเรียนมีการวางแผนการทำงาน
2. เพื่อให้ นักเรียนมีการกำหนดบทบาทและหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน
3. เพื่อให้ นักเรียนมีการระดมความคิดทำให้มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด
4. เพื่อให้ นักเรียนมีความสามัคคีมีเป้าหมายเดียวกัน

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาเกี่ยวกับเกม Design เนื่อ พร้อมบอกรายละเอียดกิจกรรมให้นักเรียนทราบ

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม โดยให้นักเรียนนับเลข 1 – 4 ตามลำดับ แล้วให้นักเรียนที่ได้เลขเหมือนกัน อยู่กลุ่มเดียวกัน

2.2 ครูให้นักเรียนจับสลากเลือกหมวดหมู่ของเครื่องแต่งกายที่จะนำมาประกวด ซึ่งในสลากจะประกอบไปด้วย นางงาม ซูเปอร์ฮีโร่ คนดังในอดีต ศิลปินที่ชอบ

2.3 ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม คัดเลือกตัวแทนกลุ่มเป็น ชาย 1 คน หญิง 1 คน และให้ใช้กระดาษหนังสือพิมพ์ประดิษฐ์ตกแต่งและแต่งตัวสมาชิก 4 คน ให้ตรงตามหมวดหมู่ที่จับสลากได้

2.4 ให้แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลงานของกลุ่มโดยการเดินโชว์และทำท่าทางประกอบการเดินอย่างน่าสนใจและสนุกสนานให้แก่เพื่อนสมาชิกได้ชม เริ่มจากกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2, 3, 4 ตามลำดับ ให้นเวลาแนะนำออกกลุ่มละ 3 นาที ครูเปิดเพลงประกอบขณะทำกิจกรรม เพื่อสร้างบรรยากาศให้มีความผ่อนคลายเพื่อกระตุ้นให้นักเรียนสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อน ได้ดียิ่งขึ้น

2.5 ครูและเพื่อน ๆ กลุ่มอื่นร่วมกันให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด

- ความประณีต สวยงาม 10 คะแนน
- ความคิดสร้างสรรค์ 10 คะแนน
- บทบาทการแสดง 10 คะแนน

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูสรุปถึงการสร้างสรรค์งานศิลปะของแต่ละกลุ่มว่าต้องใช้ความสามารถในด้านความคิดสร้างสรรค์ การทำงานร่วมกัน การวางแผนในการทำงาน การรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน การกำหนดบทบาทหน้าที่ในการรับผิดชอบใช้ทรัพยากรร่วมกัน มีเป้าหมายเดียวกัน และ มีความรับผิดชอบในการทำงาน คนแสดงก็ต้องแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ ผลงานเสร็จทันตามเวลาและเงื่อนไขที่กำหนด ทำให้เกิดผลงานที่น่าภาคภูมิใจ และพึงพอใจซึ่งกันและกัน

3.2 ครูถามว่านักเรียนได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมให้นักเรียนร่วมกันอภิปราย และให้นักเรียนเขียนลงใบงาน ให้นเวลา 15 นาที ในการพูดคุยแลกเปลี่ยนกัน

สื่อประกอบกิจกรรม

1. หนังสือพิมพ์
2. เทปใส
3. ใบงานกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของท้ายกิจกรรม

ที่มา : พัฒนาและดัดแปลงจาก รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้าง

ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา (2561)

ภาพประกอบกิจกรรม Design นื้อ



ใบงานกิจกรรม Design นื้อ

ความรู้สึกของนักเรียนขณะทำงานกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

ระหว่างทำกิจกรรม นักเรียนพบปัญหาหรือไม่ และหากพบปัญหานักเรียนมีการแก้ไขปัญหาอย่างไร

.....

.....

.....

.....

นักเรียนได้เรียนรู้ทักษะใดบ้างจากการทำกิจกรรม

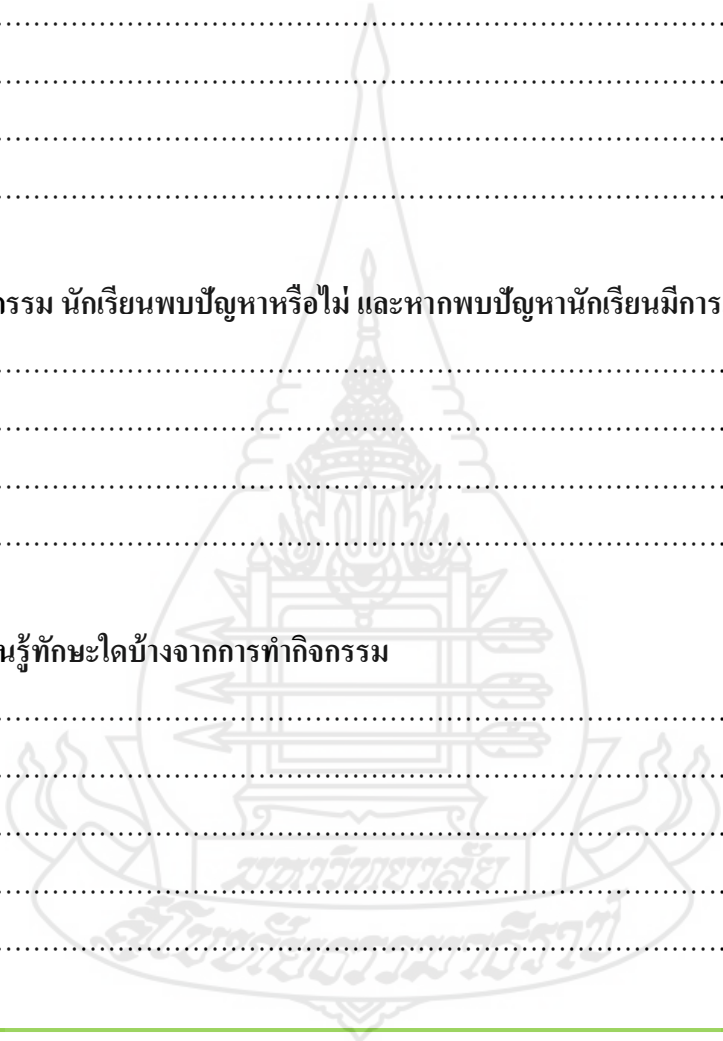
.....

.....

.....

.....

.....



กิจกรรมที่ 8

ชื่อกิจกรรม “เสียงลือเสียงเล่าอ้าง”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

กิจกรรมเสียงลือเสียงเล่าอ้าง จะช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมในการปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน มีการรวมกลุ่มระหว่างผู้เรียนเพื่อร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการตามวัตถุประสงค์ มีการประสานความรู้และความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด มีความสามัคคี และมีเป้าหมายร่วมกัน

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมในการปฏิสัมพันธ์ตอบโต้ระหว่างผู้เรียนด้วยกัน
2. เพื่อให้นักเรียนมีการรวมกลุ่มระหว่างผู้เรียนเพื่อร่วมกันทำงานอย่างมีหลักการตาม

วัตถุประสงค์

3. เพื่อให้นักเรียนมีการประสานความรู้ซึ่งกันและกันและมีเป้าหมายร่วมกัน
4. เพื่อให้นักเรียนมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิดและมีความสามัคคี

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาเกี่ยวกับเกมเสียงลือเสียงเล่าอ้าง พร้อมบอกวิธีการเล่น และกฎกติกาให้นักเรียนทราบ

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน และให้เข้าแถวตอน 4 แถว โดยแต่ละคนห่างกัน 1 ช่วงแขนแล้วนั่งลง

2.2 ให้คนที่อยู่หัวแถว อ่านข้อความในกระดาษที่ครูเตรียมไว้ (ข้อความจะเป็นข้อความเดียวกันทุกกลุ่ม เพื่อความเท่าเทียม) แล้วให้สมาชิกส่งข่าวสารนี้ไปยังคนต่อไป โดยการกระซิบบอกต่อ ๆ กัน ไปทีละคน จนกระทั่งหมดแถว

2.3 คนที่อยู่ท้ายแถว เมื่อรับฟังข่าวสารแล้ว ให้ออกมาเขียนข้อมูลที่ตนรับฟังมาในกระดาษที่เตรียมไว้ (ขณะทำกิจกรรมครูเปิดเพลงสร้างบรรยากาศสนุกสนาน)

2.4 ครูเฉลย ประโยคที่ให้คนที่ 1 อ่าน ดังนี้ “เปิดใจให้กว้าง สร้างรอยยิ้มให้เกิดความประทับใจ เริ่มเข้าหาผู้อื่นก่อน มีความสุภาพและให้เกียรติกัน รับฟังและให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน”

2.5. กลุ่มที่ตอบได้ใกล้เคียงมากที่สุดจะเป็นผู้ชนะ

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูสรุปให้เห็นถึงความสำคัญของการสื่อสารทางภาษา ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ควรมีความระมัดระวัง และรอบคอบ ต้องจดจำให้ดี เพราะถ้าข้อมูลไม่ชัดเจน ความหมายอาจเปลี่ยนไป หรือทำให้ได้รับข่าวสารที่ไม่ถูกต้อง

3.2 ครูถามนักเรียนว่าได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรม ให้สมาชิกเขียนลงใบงาน ใช้เวลา 15 นาที ในการพูดคุยแลกเปลี่ยนกัน

3.3 ให้เขียนข้อสรุปของทีมลงในใบงาน

3.4 ครูให้ความเห็นต่อการนำเสนอของทีม จากนั้นให้ความเห็นการทำงานของทีมนั้นต่อบรรยากาศของทีมโดยภาพรวม

สื่อประกอบกิจกรรม

1. ใบงานกิจกรรม

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของท้ายกิจกรรม

ที่มา : <https://inskru.com/idea/-MJRzYLS01PhnIKpNPiA>

สืบค้นเมื่อ เดือนกรกฎาคม 2565

ใบงานกิจกรรม เสียงล้อเสียงเล่าอ้าง

สิ่งที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

หลักสำคัญของการทำงานร่วมกับผู้อื่นคืออะไร

.....

.....

.....

.....

ความรู้สึกของนักเรียนหลังจากทำกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....



กิจกรรมที่ 9

ชื่อกิจกรรม “หอไอเฟล”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

กิจกรรมหอไอเฟล เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการทำงานเป็นทีมในด้านการตัดสินใจได้เป็นอย่างดี เนื่องจากมีการมุ่งเน้นให้มีเป้าหมายร่วมกันและให้สมาชิกภายในกลุ่มมีการกำหนดบทบาทภาระหน้าที่ และรับผิดชอบร่วมกัน สร้างความสามัคคีและสัมพันธภาพกับเพื่อนได้เป็นอย่างดี

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีเป้าหมายร่วมกัน
2. เพื่อให้นักเรียนได้ทำการกำหนดบทบาทภาระหน้าที่ของสมาชิกที่ต้องรับผิดชอบอย่าง

ชัดเจน

3. เพื่อสร้างความสามัคคีและสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียน

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาเกี่ยวกับเกมหอไอเฟล พร้อมบอกวิธีการเล่นและกฎกติกาให้นักเรียนทราบ

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูแจกวัสดุอุปกรณ์ (กระดาษหนังสือพิมพ์และเทปใส) ให้กับหัวหน้ากลุ่ม

2.2 จับเวลา 15 นาที เพื่อให้นักเรียนเริ่มทำการแข่งขันสร้างหอไอเฟลจากกระดาษหนังสือพิมพ์

ด้วยวิธีการใดก็ได้จากวัสดุที่ครูจัดไว้ให้

2.3 กลุ่มใดที่สามารถทำหอไอเฟลได้สูงที่สุดภายในระยะเวลาที่กำหนดกลุ่มดังกล่าวจะเป็นผู้

ชนะ

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูถามว่า เราได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรม ให้สมาชิกเขียนลงใบงาน ให้เวลา 15 นาที ในการพูดคุยแลกเปลี่ยนกัน

3.2 ให้เขียนข้อสรุปของทีมลงในใบงาน

3.3 ครูให้ความเห็นต่อการนำเสนอของทีม จากนั้นให้ความเห็นการทำงานของทีมนั้นต่อบรรยากาศของทีม โดยภาพรวม

สื่อประกอบกิจกรรม

1. กระดาษหนังสือพิมพ์
2. เทปใส
3. ใบงานกิจกรรม

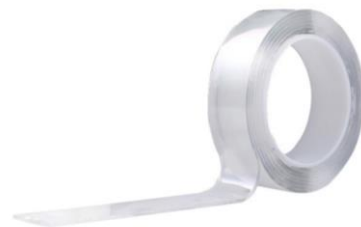
การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการตอบคำถามของท้ายกิจกรรม

ที่มา : <https://www.google.com/webhp?hl=th&sa=X&ved=0ah>

สืบค้นเมื่อ เดือนกรกฎาคม 2565

ภาพประกอบกิจกรรมห่อไอเฟล



ใบงานกิจกรรม หอไอเฟล

ระหว่างทำกิจกรรม นักเรียนเกิดอุปสรรคหรือขัดแย้งกับเพื่อนหรือไม่
ถ้ามี นักเรียนทำการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไร

.....

.....

.....

.....

นักเรียนได้เรียนรู้สิ่งใดจากการทำกิจกรรมในครั้งนี้

.....

.....

.....

.....

นักเรียนคิดว่าในภายภาคหน้าหากนักเรียนต้องทำงานกับผู้อื่นในองค์กรใหญ่
นักเรียนจะสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้หรือไม่
และนักเรียนจะสร้างสัมพันธภาพกับคนในที่ทำงานนักเรียนได้หรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 10

ชื่อกิจกรรม “หนึ่งมิตร ชิดใกล้”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

กิจกรรมหนึ่งมิตร ชิดใกล้ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนให้กับนักเรียน ปลุกฝังความคิดที่ว่า การมีเพื่อนที่ดี เพื่อนสนิทหรือเพื่อนที่รู้จักจะช่วยให้เราารู้สึกอบอุ่น มีบุคคลคอยช่วยเหลือเป็นที่ปรึกษา เมื่อมีความทุกข์ สัมพันธภาพระหว่างเราและเพื่อนจึงมีความสำคัญ และควรที่จะได้รับการดูแลรักษามิตรภาพให้คง อยู่ตลอดไป

จุดประสงค์

1. เพื่อนักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนปฏิบัติตนในการเป็นเพื่อนที่ดีได้

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูสนทนาซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเพื่อนที่นักเรียนรู้จักในโรงเรียนเดียวกันหรือต่างโรงเรียนที่มี ความสนิทสนมกันชอบไปไหนมาไหนด้วยกัน ว่ามีกี่คนและแต่ละคนนักเรียนทราบข้อมูลส่วนตัวของเพื่อนมากน้อยแค่ไหน อย่างไร โดยอ่านรายละเอียดจาก ใบความรู้ เรื่อง “เพื่อนคู่หู”

1.2 ครูสุ่มถามนักเรียน ประมาณ 2-3 คนว่าเพื่อนที่นักเรียนสนิทสนม เป็นเพื่อนที่ดีของนักเรียนหรือไม่ อย่างไร

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูให้นักเรียนจับคู่กับเพื่อนที่นักเรียนสนิทที่สุดในห้องแล้วทำใบงาน เรื่อง “คู่หูของฉัน”

2.2 เมื่อนักเรียนทำใบงาน เรื่อง “คู่หูของฉัน” เรียบร้อยแล้วให้แลกเปลี่ยนกันตรวจคำตอบ ถ้าตอบ ถูกต้องกับความรู้สึกรู้สึกของตนเอง ให้คะแนนข้อละ 1 คะแนน เมื่อตรวจเสร็จเรียบร้อยแล้วให้ส่งคืนเพื่อน

2.3 เมื่อนักเรียนได้รับคืนแล้วให้ตรวจดูว่าได้กี่คะแนนและวิเคราะห์ว่าข้อที่ตอบไม่ถูกมีข้อใดบ้างที่ นักเรียนยังต้องทำความรู้จักเพื่อนให้มากกว่านี้

2.4 ครูอภิปรายว่าใบงานที่ทำเป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น

2.5 นักเรียนจับคู่เพื่อนที่สนิทของตัวเองเพื่อศึกษาใบความรู้ เรื่อง “ลักษณะของเพื่อนที่ดี” และให้ ช่วยกันวิเคราะห์ว่าตัวเองมีจุดแข็งหรือข้อดีอย่างไร และข้อบกพร่องที่ควรปรับปรุงอย่างไร ครู สังเกตพฤติกรรม ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม

2.6 นักเรียนแต่ละคนปฏิบัติกิจกรรมตามใบงานเรื่อง “กว่าจะรู้จักกัน”

2.7 ครูสุ่มนักเรียน 1-2 คน ออกมารายงานหน้าชั้นเรียนเกี่ยวกับข้อบกพร่องที่ควรปรับปรุงแก้ไขของ ตนเอง

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปเกี่ยวกับการมีเพื่อนที่ดีและข้อคิดที่ได้รับจากการจัด กิจกรรม เพื่อให้เหมาะสมกับสถานการณ์และนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

สื่อประกอบกิจกรรม

1. ใบความรู้เรื่อง “เพื่อนคู่หู”
2. ใบความรู้เรื่อง “ลักษณะของเพื่อนที่ดี”
3. ใบงานเรื่อง “คู่หูของฉัน”
4. ใบงานเรื่อง “กว่าจะรู้จักกัน”

การประเมินผล

1. สังเกตจากพฤติกรรมมีส่วนร่วม ความสนใจ ความกระตือรือร้นในการเรียน และร่วมปฏิบัติกิจกรรม

2. ประเมินผลจากการตอบคำถามแสดงความคิดเห็นของนักเรียน

ที่มา : <https://www.habitscode.com/download/file/.pdf>

สืบค้นเมื่อ เดือนกันยายน 2565

ใบความรู้ที่ 1 “เพื่อนคู่หู”

เพื่อน โดยเฉพาะเพื่อนที่มีความสนิทสนมเป็นพิเศษหรือเรียกว่าเพื่อนคู่หูก็เป็นอีกบทบาทหนึ่งที่มีความสำคัญ การรู้จักเพื่อนอย่างใกล้ชิดทำให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน การที่เราได้ทำกิจกรรมร่วมกันทำให้เรารู้ว่าเรารู้ใจเพื่อนสนิทของเรามากน้อยเพียงใด เมื่อเรามีความรัก ความสนิทสนม ความไว้วางใจให้กับใครสักคน เราควรที่จะเรียนรู้ที่จะพัฒนาและรักษาสัมพันธ์ภาพนั้นให้ยั่งยืนต่อไป (พรรณี เกษกมล, 2548)



ใบความรู้ที่ 2

“ลักษณะของเพื่อนที่ดี”

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ดังนั้นไม่ว่าอย่างไรก็ตามทุกคนจะต้องมีเพื่อน อย่างแน่นอน จะเพื่อนมากเพื่อนน้อยก็ขึ้นอยู่กับสภาพสังคมของแต่ละคน อย่างไรก็ตามจำนวนของเพื่อนไม่ได้สำคัญนัก หากเพื่อนที่มีล้วนแต่เป็นประเภทที่ชักจูงไปในทางที่เสื่อมเสีย การจะเลือกคบเพื่อน ควรที่จะเลือกคบคนที่เป็นมิตรแท้ คอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และพากันไปในทางแห่งความสุขความสำเร็จ เรื่องฐานะหรือระดับการศึกษาไม่ได้ เกี่ยวข้องและบ่งบอกได้เลยว่าเพื่อนที่คบจะเป็นคนที่ดี หากแต่ควรพิจารณาอุปนิสัยใจคออย่างละเอียดดังนี้

1. ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

คนที่มีนิสัยชอบทำให้คนอื่นเดือดร้อน เช่น ชอบหาเรื่องทะเลาะวิวาท, ข้องเกี่ยวกับบอบายมุขที่ผิด กฎหมาย ฯลฯ คนเหล่านี้จัดอยู่ในกลุ่มคนพาลที่จะนำมาแต่ความเดือดเนื้อร้อนใจ

2. รู้จักทำมาหากิน พึ่งพาตนเอง

บุคคลที่ขยันขันแข็ง สู้งาน ทำมาหากิน เลี้ยงชีพด้วยการพึ่งพาตนเอง เป็นบุคคลที่น่ายกย่อง ไม่สำคัญว่างานที่เขาทำจะมีตำแหน่งใหญ่โตหรือไม่ เพียงแค่เป็นงานสุจริตก็น่าชื่นชมแล้ว

3. พัฒนาตนเองอยู่เสมอ

คนที่รู้จักเพิ่มความสามารถให้ตนเอง เป็นบุคคลที่ควรคบหาสมาคม เพราะจะทำให้เราก้าวหน้าตามไปด้วย

4. รับฟังความคิดเห็น

เพื่อนที่ดีย่อมรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกันได้ แม้ว่าบางครั้งความเห็นอาจจะไม่ตรงกันก็สามารถที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นด้วยหลักเหตุและผล ถ้าติดตามข่าวจะเห็นว่าเพื่อนบางคนมีความเห็นทางการเมืองต่างกัน ก็ฆ่ากันตายเสียแล้ว แบบนี้เป็นมิตรในระดับที่เลวมาก

5. ช่วยเหลือในยามเดือดร้อน

เพื่อนที่เป็นมิตรแท้สามารถพิสูจน์กันได้ ในยามลำบาก แต่ทั้งนี้ต้องดูด้วยว่าสิ่งที่เราต้องการให้เพื่อน ช่วยเหลือเกินกำลังของเขาหรือไม่ บางคนไปยืมเงินเพื่อนสนิท พอเพื่อนไม่ให้ก็ไปกล่าวหาว่าเขาไม่ใช่เพื่อน โดยไม่พิจารณาเลยว่าเพื่อนคนนั้นมีภาระต้องรับผิดชอบอยู่มากมายในเวลาที่คุณลำบาก เพื่อนแท้จะยื่นมือเข้ามา ช่วยเหลือโดยที่คุณไม่ต้องเอ่ยปากร้องขอ

6. มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

ลักษณะประการหนึ่งของเพื่อนที่ดี คือ ต้องนำคบหา อยู่ใกล้แล้วสบายใจ สามารถพูดคุยปรึกษาปัญหาได้

7. ให้คำแนะนำ ชักจูงไปในทางที่ถูกต้อง

หากเพื่อนของคุณแนะนำให้คุณเข้าสู่หนทางของสิ่งไม่ดี ไม่ว่าจะเป็นงานผิดกฎหมาย, ยาเสพติด แสดงว่า เขาไม่ได้ปรารถนาดีต่อคุณเลย

การที่คุณมองหาและเลือกคบเพื่อนที่ดีเป็นสิ่งที่จะต้อง แต่สิ่งที่ยากแนะนำก็คือ คุณควรทำให้เป็น เพื่อนที่ดีสำหรับคนอื่นเช่นกัน และเมื่อพบเจอเพื่อนแท้แล้ว จงรักษามิตรภาพที่ดีไว้ เพราะในชีวิตของคนแต่ละคน เพื่อนแท้ไม่ได้หาเจอกันง่าย ๆ เท่ากับเพื่อนกิน

8. เป็นผู้ฟังที่ดี

มีคำกล่าวที่ว่า ‘การเป็นคนเล่าสนุกกว่าการเป็นคนฟัง’ แต่รู้ไหมว่าการจะเป็นเพื่อนที่ดีก็ต้องเป็นผู้ฟังที่ดี ด้วย โดยลักษณะของคนที่จะเป็นเพื่อนที่ดีที่ใครๆ ก็อยากคุยด้วย มักจะมีลักษณะพิเศษอยู่อย่างหนึ่งนั่นคือ เป็น ผู้ฟังที่ดีไม่ว่าจะเรื่องตลกขบขัน เรื่องตลกๆ เรื่องดราม่าต่างๆ เพื่อนคนนั้นก็มักจะนั่งฟังคุณด้วยความตั้งใจและใส่ใจใฝ่ อารมณ์กับเรื่องเล่าของคุณ แถมยังช่วยให้คำแนะนำดีๆ ในเรื่องที่คุณยังแก้ไม่ได้ได้อีกด้วย

9. เชื่อมั่นในตัวเอง

แม้คุณจะไม่เชื่อในตัวเองว่าทำได้ แต่ขอให้เชื่อเพื่อนคุณเถอะ ถ้าเขาบอกว่า ‘คุณทำได้’ นั่นไม่ใช่เพียง เพราะเขาอยากให้คุณกำลังใจคุณ แต่เขาเชื่อจริงๆ ว่า คุณทำได้ หรืออาจกำลังบอกเป็นนัยๆ ว่า “ถึงไม่ไหวก็ยังมี ฉันคอยช่วยยังไงล่ะ เธอจะผ่านมันไปได้แน่นอน”

10. ไม่มีอิจฉาความสำเร็จ

เพื่อนที่ดีเขาจะอยากเห็นคุณได้รับแต่สิ่งดีๆ พวกเขาจะไม่อิจฉาตาร้อนในสิ่งที่คุณมี สิ่งที่คุณเป็น และสิ่งที่คุณกำลังจะได้รับ ถ้าเป็นเรื่องความสำเร็จของคุณพวกเขามีแต่จะยินดีด้วยใจจริง และยินดีที่จะผลักดันคุณให้ก้าวสู่ความสำเร็จต่อไปเรื่อยๆ และถ้าหากคุณเกิดผิดพลาดล้มลงมา สิ่งที่คุณจะได้รับคือ รอยยิ้มและเสียงหัวเราะที่จะบอกว่า ‘ไม่เป็นไรนะ มาสู้กันใหม่ต่อไป’ ไม่ใช่รอยยิ้มและเสียงหัวเราะเย้ยหยันแน่นอน

11. ไม่หวังผลประโยชน์จากมิตรภาพ

อันที่จริงแล้วหลายครั้งมิตรภาพอาจเริ่มมาจากการทำงานร่วมกัน หรือมีผลประโยชน์ร่วมกันมาก่อน แต่ถ้าคุณและเขาคลิกกันจนได้กลายมาเป็นเพื่อนแท้ หลังจากนั้นคำว่า ผลประโยชน์อาจจะหมดไป เหลือเพียงแต่คำว่าเพื่อนที่ร่วมหัวจมท้ายกัน โดยไม่มีเรื่องเงินมาเกี่ยวข้องก็ได้ โดยเพื่อนที่ดีจะหวังเพียงแก่คุณมีความสุขและตัวเราก็มีความสุข (<https://goodlifeupdate.com/lifestyle/120151.html>)

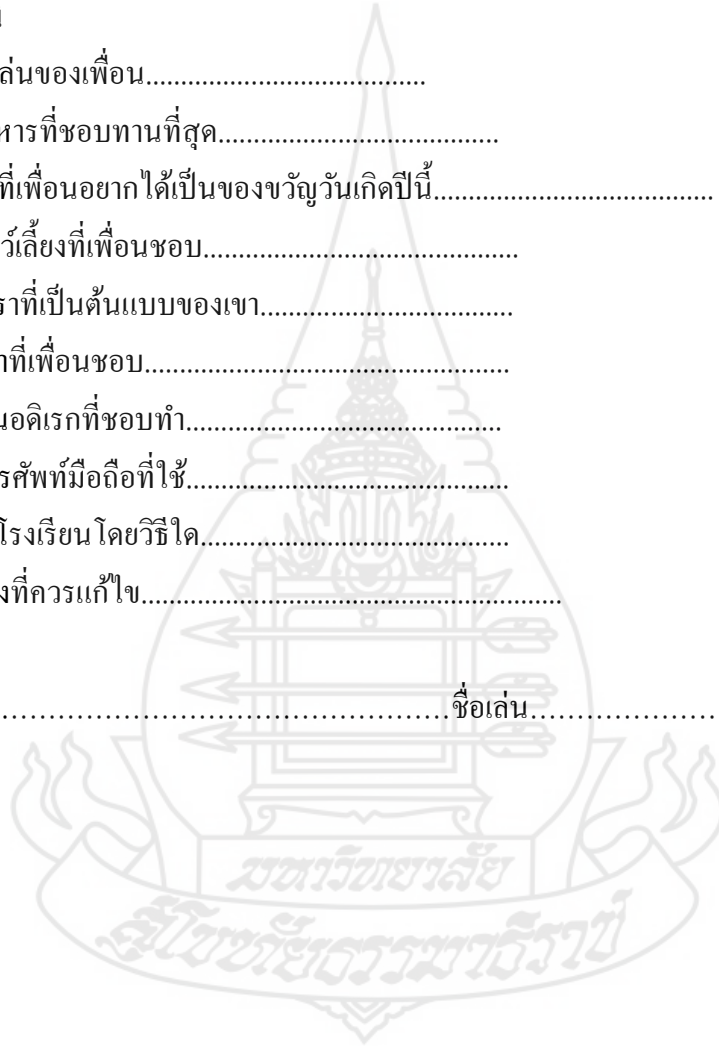


ใบงานที่ 1
“คู่มือของฉัน”

คำชี้แจง จากการทำให้นักเรียนได้มีความสนิทกับเพื่อนในชั้นเรียน นักเรียนทราบเกี่ยวกับเพื่อนของตนเอง จากสิ่งต่อไปนี้

1. ชื่อเล่นของเพื่อน.....
2. อาหารที่ชอบทานที่สุด.....
3. สิ่งที่คุณอยากได้เป็นของขวัญวันเกิดปีนี้.....
4. สัตว์เลี้ยงที่คุณชอบ.....
5. คาราที่เป็นต้นแบบของเขา.....
6. วิชาที่คุณชอบ.....
7. งานอดิเรกที่ชอบทำ.....
8. โทรศัพท์มือถือที่ใช้.....
9. มาโรงเรียนโดยวิธีใด.....
10. สิ่งที่คุณรัก.....

ชื่อผู้บันทึก.....ชื่อเล่น.....



กิจกรรมที่ 11

ชื่อกิจกรรม “เราจะดูแลกันและกัน”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

คนเราทุกคนมีความแตกต่างกัน ทั้งด้านสภาพร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา นักเรียนบางคนอาจมีความแตกต่างจากเพื่อนคนอื่นหรือมีความบกพร่องในด้านใดด้านหนึ่ง ซึ่งจะมีผลกระทบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ซึ่งหากนักเรียนทุกคนเข้าใจและยอมรับในความแตกต่าง จะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมและสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนที่มีความแตกต่างจากตนเองได้

จุดประสงค์

1. นักเรียนสามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้ด้วยการปรับเปลี่ยนมุมมองทางความคิดของตนเอง
2. นักเรียนเข้าใจถึงความแตกต่างของบุคคลอื่น ๆ ในสังคม และยอมรับได้
3. นักเรียนสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนที่มีความแตกต่างจากตนเองได้

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูนำกระดุมที่มีสี แบบ และขนาดแตกต่างกันมาให้ให้นักเรียนดู และสอบถามนักเรียนว่า กระดุมมี อะไรที่เหมือนหรือแตกต่างกันบ้าง ความเหมือนหรือความต่างมีผลอย่างไร เปรียบเทียบกับคนที่มีความแตกต่าง กันในด้านต่าง ๆ เช่น รูปร่างหน้าตา ฐานะ ความรู้ความสามารถ บางคนมีความพร้อมในทุกด้าน แต่บางคน อาจจะมี ความบกพร่องในบางอย่าง แต่ทุกคนสามารถอยู่ร่วมกันได้ หากเข้าใจและยอมรับในความต่างนั้น

1.2 ครูยกตัวอย่างผู้ที่มีความบกพร่องทางด้านร่างกาย หรือด้านสติปัญญา แต่สามารถสร้างชื่อเสียงให้กับ ตนเองและประเทศชาติได้ เช่น นักกีฬาคนพิการ เป็นต้น

1.3 ครูสนทนาซักถามนักเรียนว่า หากนักเรียนมีเพื่อนที่มีความบกพร่องในด้านใดด้านหนึ่ง เช่น ด้าน ร่างกายหรือด้านการเรียนรู้ นักเรียนจะดูแลและปฏิบัติตนกับเขาเหล่านั้นอย่างไร สุ่มถาม นักเรียน 2-3 คนเขียน คำตอบของนักเรียนบนกระดาน

2. ขั้นตอนกิจกรรม

2.1 ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5 คน ศึกษาใบความรู้ เรื่อง “ความแตกต่างระหว่างบุคคล” และใบ ความรู้ ที่ 2 เรื่อง “การยอมรับผู้อื่น” ขณะนักเรียนทำกิจกรรม ครูสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละกลุ่ม

2.2 นักเรียนแต่ละกลุ่ม ทำใบงาน เรื่อง “ความแตกต่างระหว่างบุคคลและการยอมรับผู้อื่น” สมาชิก ร่วมกันระดมความคิด อภิปรายสรุปตอบคำถามในใบงานและมอบหมายตัวแทนนำเสนอผลการอภิปรายหน้า ชั้นเรียน

2.3 นักเรียนเข้ากลุ่มเดิม ศึกษาใบความรู้ เรื่อง “ลักษณะของเพื่อนที่ดี” สมาชิก ร่วมกันสรุปและตอบคำถาม ในใบงาน เรื่อง “การดูแลช่วยเหลือเพื่อน” มอบหมายตัวแทนนำเสนอหน้าชั้นเรียน ครูสังเกตพฤติกรรมของ นักเรียนแต่ละกลุ่ม

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปว่า การปรับเปลี่ยนมุมมองทางความคิด การเข้าใจ และยอมรับในความแตกต่างของบุคคลมีความ จำเป็น ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม การแสดงความเป็นเพื่อนที่ดีการดูแลช่วยเหลือเพื่อน ทำให้เพื่อนมีกำลังใจ และเป็นมิตรภาพที่ยั่งยืน ดังนั้น จึงควรนำข้อคิดที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปใช้ในชีวิตประจำวันและ ดูแลเพื่อน ให้เหมาะสม

สื่อประกอบกิจกรรม

1. ใบความรู้ที่ 1 “ความแตกต่างระหว่างบุคคล”
2. ใบความรู้ที่ 2 “การยอมรับผู้อื่น”
3. ใบความรู้ที่ 3 “ลักษณะของเพื่อนที่ดี”
4. ใบงานที่ 1 “ความแตกต่างระหว่างบุคคลและการยอมรับผู้อื่น”
5. ใบงานที่ 2 “การดูแลช่วยเหลือเพื่อน”
6. กระจุกที่มีขนาด แบบ และสีที่แตกต่างกัน

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมนักเรียนรายกลุ่มและรายบุคคล
2. ประเมินจากผลการทำใบงาน

ที่มา : พัฒนาและดัดแปลงจาก กิจกรรมแนะแนวตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี กระทรวงศึกษาธิการ

ใบความรู้ที่ 1

“ความแตกต่างระหว่างบุคคล”

ธรรมชาติของบุคคลในสังคมนั้น ย่อมมีความแตกต่างกันได้หลายแนวทาง ทั้งนี้เพราะบุคคลมีความแตกต่างกันใน 2 ประการ คือ

1. คุณสมบัติตามธรรมชาติของมนุษย์หมายถึง มนุษย์ทุกคนมีคุณสมบัติที่ติดตัวมาแต่กำเนิดต่างกัน ทั้ง ๆ ที่เป็นพี่น้องกันก็ตาม คุณสมบัติข้อนี้ ได้แก่ สติปัญญา ความฉลาดไหวพริบ ความถนัด ความมีเชาวน์ปัญญา

2. อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่รอบตัวมนุษย์ มนุษย์ย่อมมีสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน สิ่งแวดล้อมในเมือง ในชนบท แม่น้ำ ทะเล ภูเขา ระบบการศึกษา สิ่งเหล่านี้ทำให้มนุษย์มีธรรมชาติที่แตกต่างกัน ความแตกต่างของบุคคลทั้ง 2 ประการ คือ คุณสมบัติตามธรรมชาติของบุคคล ย่อมต้องอาศัยสิ่งแวดล้อมมาส่งเสริม สนับสนุน ให้ทุกคนในสังคมได้มีธรรมชาติที่ตรงกัน หรือคล้ายคลึงกัน ดังนั้นสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อมนุษย์ ดังนี้

2.1 ความรู้และประสบการณ์บุคคลที่มีความรู้และประสบการณ์มาก ย่อมสามารถแสดงธรรมชาติได้อย่างถูกต้องและกว้างขวางมากกว่า

2.2 ความเชื่อ ความเชื่อของบุคคลมาจากพื้นฐานของครอบครัว การอบรม และสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว ความเชื่อที่แตกต่างกันย่อมจะทำให้การแสดงธรรมชาติแตกต่างกันไปด้วย

2.3 ค่านิยม หมายถึง ความรู้สึกที่มีอยู่จิตใจของแต่ละคน หรือแต่ละกลุ่ม ต่อการกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดอย่างมีคุณค่า หรือมีความสำคัญ ค่านิยมเป็นเครื่องกำหนดพฤติกรรมของกลุ่มหรือของบุคคล และมีอิทธิพลต่อการแสดงธรรมชาติของบุคคลด้วย

ที่มา : <http://gotoknow.org/blog/janasak/34439>

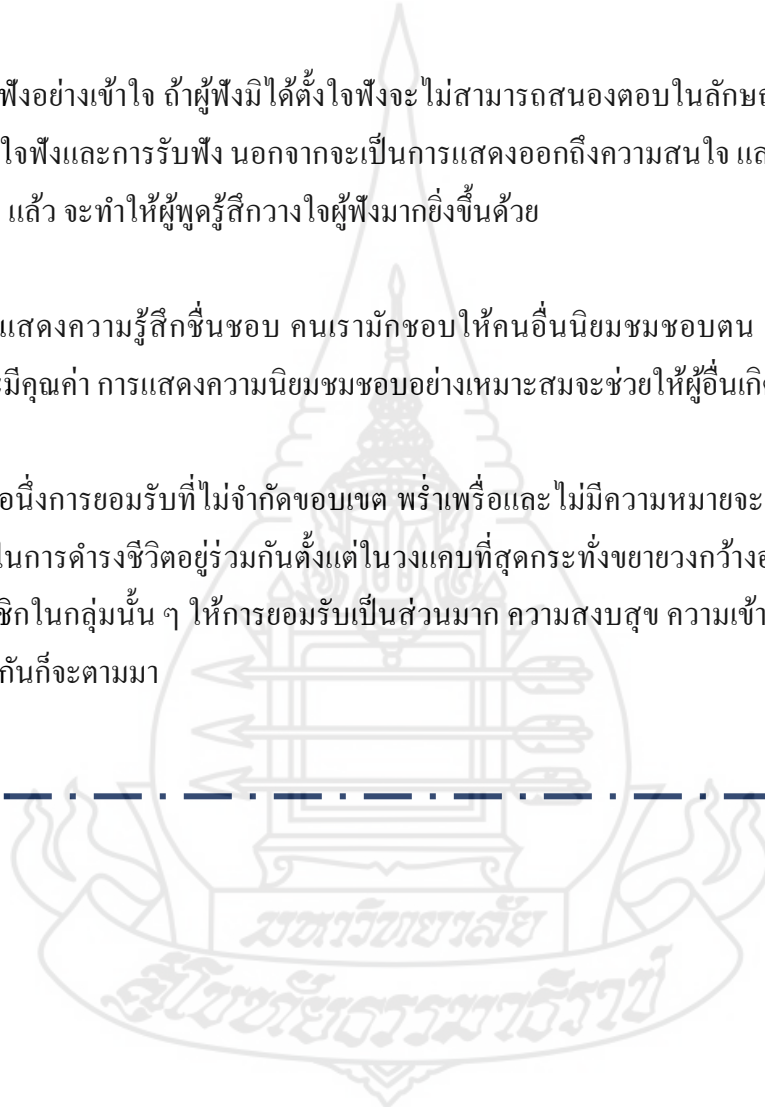
ใบความรู้ที่ 2 “การยอมรับผู้อื่น”

เทคนิคอย่างหนึ่งที่จะช่วยกระตุ้นให้ผู้อื่นเปิดเผยตนเองและเสริมสร้างความเป็นกันเองได้มากขึ้น ทำให้งานสำเร็จได้ตามเป้าหมาย คือการยอมรับผู้อื่นซึ่งอาจจะแสดงได้ดังนี้

- ฟังอย่างเข้าใจ ถ้าผู้ฟังมิได้ตั้งใจฟังจะไม่สามารถสนองตอบในลักษณะที่เป็นการยอมรับได้ การตั้งใจฟังและการรับฟัง นอกจากจะเป็นการแสดงออกถึงความสนใจ และความจริงใจที่มีต่อเรื่องนั้น ๆ แล้ว จะทำให้ผู้พูดรู้สึกกว้างใจผู้ฟังมากยิ่งขึ้นด้วย

- แสดงความรู้สึกชื่นชอบ คนเรามักชอบให้คนอื่นนิยมชมชอบตน และเห็นตนเป็นคนสำคัญและมีคุณค่า การแสดงความนิยมชมชอบอย่างเหมาะสมจะช่วยให้ผู้อื่นเกิดความรู้สึกพึงพอใจ

- อ่อนน้อมการยอมรับที่ไม่จำกัดขอบเขต พร้อเพ้อและไม่มีความหมายจะเป็นการยอมรับที่ไม่เป็น ผลดีในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันตั้งแต่ในวงแคบที่สุดกระทั่งขยายวงกว้างออกไปสู่สังคมเพื่อนฝูงถ้าสมาชิกในกลุ่มนั้น ๆ ให้การยอมรับเป็นส่วนมาก ความสงบสุข ความเข้าใจกันและความเห็นใจกันและกันก็จะตามมา



ใบความรู้ที่ 3 “ลักษณะของเพื่อนที่ดี”

1. **ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน** คนที่มีนิสัยชอบทำให้คนอื่นเดือดร้อน เช่น ชอบหาเรื่องทะเลาะวิวาท ช้องเกี่ยวกับบอบายมุขที่ผิดกฎหมาย ฯลฯ คนเหล่านี้จัดอยู่ในกลุ่มคนพาลที่จะนำมาแต่ความเดือดเนื้อร้อนใจ

2. **รู้จักทำมาหากิน พึ่งพาตนเอง** บุคคลที่ขยันขันแข็ง สู้งาน ทำมาหากิน เลี้ยงชีพด้วยการพึ่งพาตนเองเป็นบุคคลที่น่ายกย่อง ไม่สำคัญว่างานที่เขาทำจะมีตำแหน่งใหญ่โตหรือไม่ เพียงแค่เป็นงานสุจริตก็น่าชื่นชมแล้ว

3. **พัฒนาตนเองอยู่เสมอ** คนที่รู้จักเพิ่มความสามารถให้ตนเอง เป็นบุคคลที่ควรคบหาสมาคม เพราะจะทำให้เราก้าวหน้าตามไปด้วย

4. **รับฟังความคิดเห็น** เพื่อนที่ดียอมรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกันได้ แม้ว่าบางครั้งความเห็นอาจจะไม่ตรงกันก็สามารถที่จะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นด้วยเหตุผลและผล ถ้าติดตามข่าวจะเห็นว่าเพื่อนบางคนมีความเห็นทางการเมืองต่างกัน ก็ฆ่ากันตายเสียแล้ว แบบนี้เป็นมิตรในระดับที่เลวมาก

5. **ช่วยเหลือในยามเดือดร้อน** เพื่อนที่เป็นมิตรแท้สามารถพิสูจน์กันได้ ในยามลำบาก แต่ทั้งนี้ต้องดูด้วยว่าสิ่งที่เราต้องการให้เพื่อนช่วยเหลือเกินกำลังของเขาหรือไม่ บางคนไปยืมเงินเพื่อนสนิท พอเพื่อนไม่ให้ก็ไปกล่าวหาว่าเขาไม่ใช้เพื่อน โดยไม่พิจารณาเลยว่าเพื่อนคนนั้นมีภาระต้องรับผิดชอบอยู่มากมาย

6. **มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี** ลักษณะประการหนึ่งของเพื่อนที่ดี คือ ต้องนำคบหา อยู่ใกล้ชิดแล้วสบายใจ สามารถพูดคุยปรึกษาปัญหาได้

7. **ให้คำแนะนำ ชักจูงไปในทางที่ถูกต้อง** หากเพื่อนของคุณแนะนำให้คุณเข้าสู่หนทางของสิ่งไม่ดี ไม่ว่าจะเป็งานผิดกฎหมาย ยาเสพติด แสดงว่าเขาไม่ได้ปรารถนาดีต่อคุณเลย

ที่มา <http://www.healthcarethai.com>

ใบงานที่ 1

“ความแตกต่างระหว่างบุคคลและการยอมรับผู้อื่น”

ชื่อกลุ่ม

สมาชิกกลุ่มประกอบด้วย

- | | |
|--------|--------|
| 1..... | 4..... |
| 2..... | 5..... |
| 3..... | 6..... |

คำชี้แจง : ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ เรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคลและการยอมรับผู้อื่นพร้อมอภิปรายและสรุปตามหัวข้อต่อไปนี้

1. บุคคลมีความแตกต่างกันในด้านใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ยกตัวอย่างพฤติกรรมที่เป็นการแสดงการยอมรับผู้อื่น

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. การยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลมีผลดีต่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 2
“การดูแลช่วยเหลือเพื่อน”

ชื่อกลุ่ม

สมาชิกกลุ่มประกอบด้วย

- 1..... 4.....
- 2..... 5.....
- 3..... 6.....

คำชี้แจง : ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบความรู้ เรื่อง “ลักษณะของเพื่อนที่ดี”

อภิปรายและสรุปตามหัวข้อต่อไปนี้

1. การมีเพื่อนมีประโยชน์อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

2. แนวทางในการดูแลช่วยเหลือเพื่อน

.....

.....

.....

.....

.....

3. ข้อดีของการดูแลช่วยเหลือเพื่อน

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 12

ชื่อกิจกรรม “ปัจฉิมนิเทศ”

เวลา 50 นาที

ระดับ/วัยของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 4 วัยรุ่นตอนต้น

ขนาดของกลุ่ม 40 คน

แนวคิด

การปัจฉิมนิเทศเป็นกิจกรรมสรุปการเรียนรู้ และการประมวลผลของการเรียนรู้ เพื่อให้ นักเรียนรู้จักประโยชน์ของการทำงานเป็นทีม และประโยชน์ของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับ เพื่อน โดยการเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรม และนำความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ให้เกิด ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน ส่งผลให้นักเรียนเกิดการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นในสังคม และทำความ รู้จัก สร้างมิตรภาพกับคนอื่น ๆ ได้

จุดประสงค์

1. เพื่อให้ให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน
2. เพื่อให้ให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อนได้
3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้ และประสบการณ์ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ให้เกิด ประโยชน์ในชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

ขั้นตอนกิจกรรม

1. ขั้นนำ

1.1 ครูกล่าวทักทายนักเรียนและกล่าวขอบใจนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการจัด กิจกรรมแนะแนว 12 กิจกรรม เป็นอย่างดี ซึ่งครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้าย

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม

2.1 ครูเล่าเรื่องการปรับตัวให้เข้ากับคนอื่น ได้ง่ายขึ้น จากคลิปวิดีโอที่ครูเคยดู ซึ่งมีเนื้อหา เกี่ยวกับการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

2.2 ครูให้นักเรียนดู Video Youtube ช่อง Mission To The Moon ตอน ที่ 21 เรื่อง “5 นิสัยที่ จะช่วยให้คุณเข้ากับคนอื่นได้ง่ายขึ้น” ที่มีการพูดคุยในเรื่องการปรับตัวให้สามารถเข้ากับคนอื่นใน สังคมได้

2.3 ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากการดู Video YouTube ช่อง Mission To The Moon ตอน ที่ 21 เรื่อง “5 นิสัยที่จะช่วยให้คุณเข้ากับคนอื่นได้ง่ายขึ้น”

2.4 ครูซักถามความรู้สึกของนักเรียนจากการดู Video YouTube ช่อง Mission To The Moon ตอนที่ 21 เรื่อง “5 นิสยที่จะช่วยให้คุณเข้ากับคนอื่นได้ง่ายขึ้น”

2.5 ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลการเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว 12 กิจกรรม

2.6 ครูถามนักเรียนจากการเรียนรู้ การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน นักเรียนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง

3. ขั้นสรุป

3.1 ครูสุ่มให้ตัวแทนนักเรียนยกตัวอย่างประโยชน์ของ การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน ว่ามีผลดีต่อการดำเนินชีวิตอย่างไรบ้าง

3.2 ครูให้นักเรียนทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน และแบบสอบถามความพึงพอใจ

3.3 ครูถามความรู้สึกที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวในครั้งนี้และชมเชยนักเรียนที่ สนใจและตั้งใจทำกิจกรรมและเสนอแนะพัฒนาสิ่งที่คืออยู่แล้วและให้ปรับปรุงส่วนที่บกพร่องในโอกาสต่อไป

3.4 ครูสรุปว่า การปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ใน ชีวิตประจำวัน ส่งผลในนักเรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นๆ ได้ และมีมิตรภาพที่ดีภายในสังคม โดยทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่นและการปรับตัวจะช่วยให้ในอนาคตการทำงานร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ของนักเรียนมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

สื่อประกอบกิจกรรม

1. Video YouTube ช่อง Mission To The Moon ตอนที่ 21 เรื่อง “5 นิสยที่จะช่วยให้คุณเข้ากับคนอื่นได้ง่ายขึ้น”



ที่มา : <https://www.youtube.com/watch?v=Zf8LaXbHoKk> สืบค้นเมื่อ เดือนกันยายน 2565

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมปฏิบัติกิจกรรมของนักเรียน
2. สังเกตจากการอภิปรายร่วมกัน และการสรุป
3. แบบสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนต่อการเข้าร่วมกิจกรรมและแบบสอบถามการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน



ภาคผนวก จ

ผลการประเมินคุณภาพชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการทำงานเป็นทีมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทาง
สัมพันธภาพกับเพื่อน



การแปลผล

คุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนวกิจกรรมแนะแนวการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

เปรียบเทียบกับเกณฑ์ค่าเฉลี่ย 5 ระดับ

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00	หมายถึง	รายการประเมิน มีความเหมาะสม มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50	หมายถึง	รายการประเมิน มีความเหมาะสม มาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50	หมายถึง	รายการประเมิน มีความเหมาะสม ปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50	หมายถึง	รายการประเมิน มีความเหมาะสม น้อย
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50	หมายถึง	รายการประเมิน มีความเหมาะสม น้อยที่สุด

รายงานผลประเมินคุณภาพ

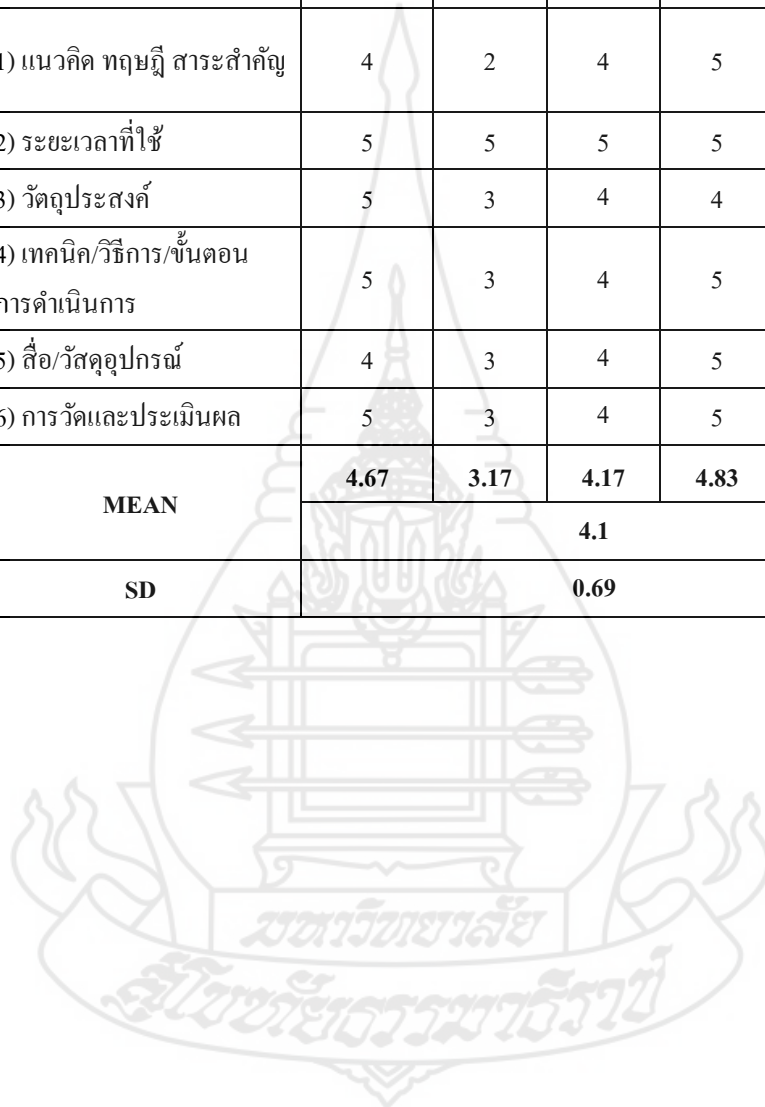
ชุดกิจกรรมแนะแนวกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสัมพันธภาพกับเพื่อน

ครั้งที่	รายการประเมิน	ระดับ		
		M	S.D.	แปลผล
1	กิจกรรม ปฏิสัมพันธ์ ฉันและเธอ	4.17	0.50	มาก
2	กิจกรรม ส่งใจให้กัน	4.10	0.69	มาก
3	กิจกรรม We are ก็คือพวกเรา	4.13	0.59	มาก
4	กิจกรรม ไม้คำ	4.23	0.70	มาก
5	กิจกรรม ลูกโป่งรวมใจ	4.07	0.56	มาก
6	กิจกรรม ขวดสามัคคี	4.20	0.55	มาก
7	กิจกรรม Design น้อย	3.87	0.57	มาก
8	กิจกรรม เสี่ยงลื้อเสี่ยงเล่าอ้าง	4.07	0.57	มาก
9	กิจกรรม ห่อไอเฟล	4.27	0.61	มาก
10	กิจกรรม ชุปเปอร์ฮีโร่	3.87	0.86	มาก
11	กิจกรรม จำฉันได้หรือยัง	3.70	1.02	มาก
12	กิจกรรม ปังนิมนิเทศ	3.80	0.82	มาก

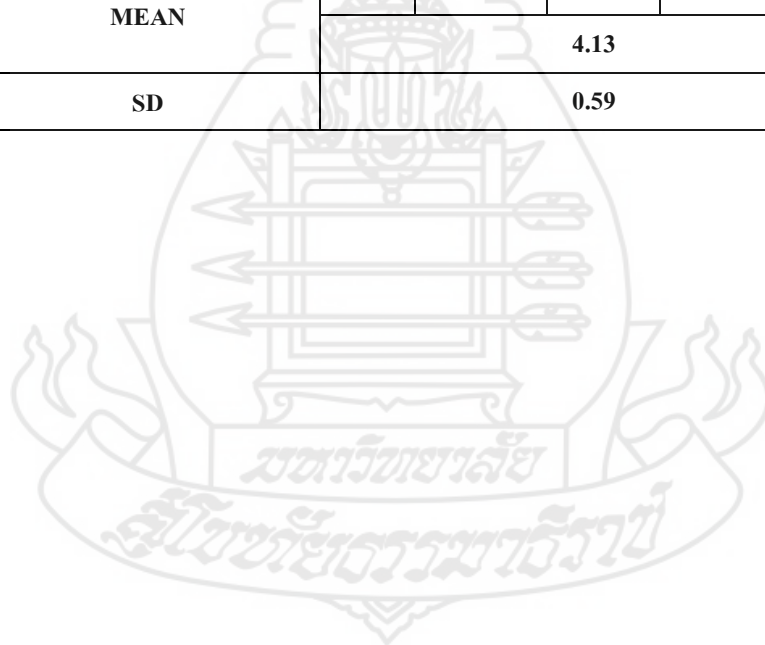
รายงานผลประเมินคุณภาพ
ชุดกิจกรรมแนะแนวกิจกรรมแนะแนวทักษะชีวิตและอาชีพ

ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
1	กิจกรรม ปฐมนิเทศ						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	4	4	5	4	
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	3	4	5	3	คนที่ 2 แก้ไขข้อที่ 1
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	4	3	4	3	4	คนที่ 2 กิจกรรมร้อง เพลงเหมาะ สำหรับเด็กเล็ก ควรมากิจกรรม ที่เหมาะสมกับ ระดับของ นักเรียนม.ปลาย
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	4	3	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	4	5	4	
	MEAN	4.67	3.67	4.17	4.67	3.67	
	SD			4.17			0.50

ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
2	กิจกรรม “ส่งใจให้กัน”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	4	2	4	5	4	คนที่ 2 เน้นการปรับตัวเรื่องใด
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	3	4	4	3	
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินการ	5	3	4	5	4	คนที่ 2 ได้เพียงจกกัน
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	4	3	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	3	4	5	4	
	MEAN	4.67	3.17	4.17	4.83	3.67	
	SD	4.1					
	0.69						



ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
3	กิจกรรม “We are ก็คือพวกเรา”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	3	4	5	4	คนที่ 2 การทำงาน ร่วมกันเน้นเรื่องอะไร การมีความรับผิดชอบ ?
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	3	3	5	3	
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	4	3	4	4	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	4	4	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	3	4	5	4	
	MEAN	4.67	3.5	4.0	4.83	3.67	
		4.13					
SD	0.59						



ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
4	กิจกรรม “ไปคำ”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	3	4	5	4	คนที่ 2 การสื่อสารหรือการตัดสินใจหรือการแก้ปัญหา ด้านที่ชัดเจนสอดคล้องกับกิจกรรม
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	3	3	5	3	
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินการ	5	3	4	5	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	5	4	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	3	5	4	คนที่ 4 ควรมีหลากหลายมากขึ้น
	MEAN	5.0	3.67	3.83	5.0	3.67	
	SD			4.23			0.70



ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
5	กิจกรรม “ลูกโป่งรวมใจ”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	4	3	4	5	4	คนที่ 2 การควบคุม อารมณ์ ?
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	2	4	3	3	คนที่ 2 วัตถุประสงค์มี หลายข้อควรตัดออกเลือก เฉพาะที่ตรงกับกิจกรรม
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	4	3	4	4	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	5	3	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	4	5	4	
	MEAN	4.67	3.33	4.17	4.5	3.67	
		4.07					
	SD	0.56					

ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
6	กิจกรรม “ขวดสามัคคี”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	4	3	4	5	4	คนที่ 2 เลือกมุ้งมัน เป้าหมายชายเหลือ
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	3	4	4	3	คนที่ 2 ปรับ วัตถุประสงค์ให้ชัดเจน
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	4	3	4	5	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	5	4	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	4	5	4	
	MEAN	4.67	3.67	4.17	4.83	3.67	
		4.2					
	SD	0.55					

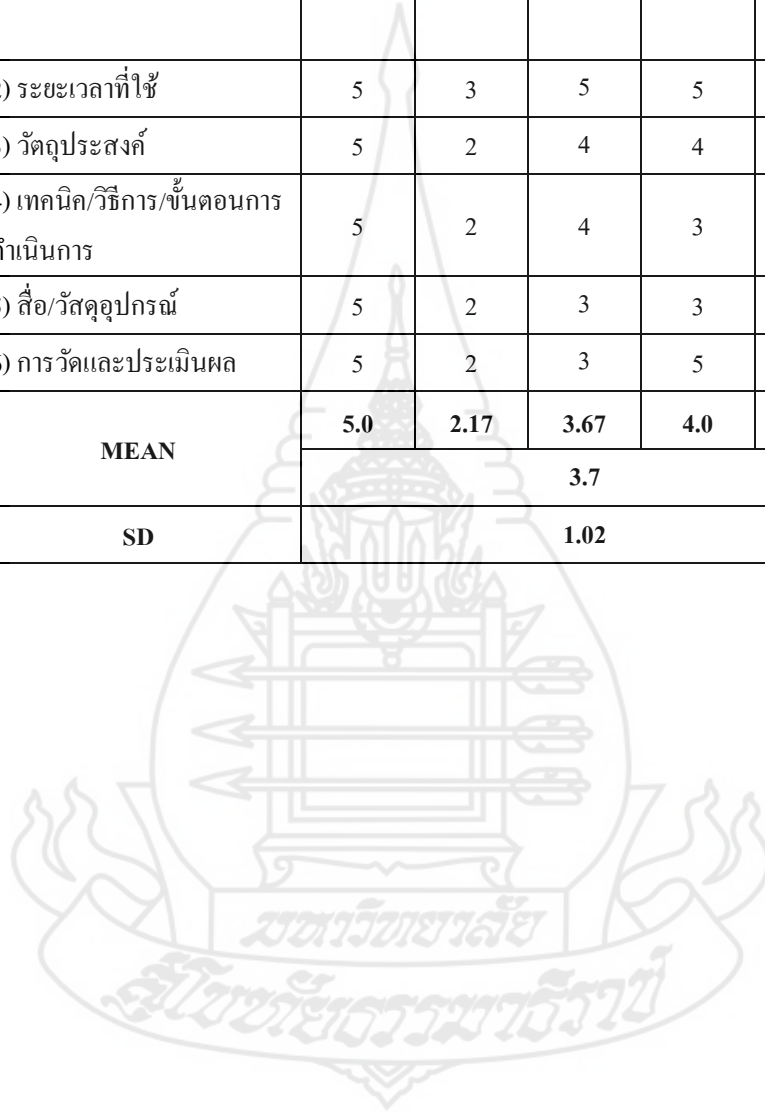
ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
7	กิจกรรม “Design นีโอ”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	3	3	3	4	คนที่ 2 ความคิดริเริ่ม ? คนที่ 4 กิจกรรมยังไม่สอดคล้องกับการทำงาน เป็นทีมแต่เป็นความคิด สร้างสรรค์โดดเด่นกว่า
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	2	4	3	3	คนที่ 2 เลือกข้อใด
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินการ	5	4	4	3	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	4	4	4	3	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	3	3	4	
	MEAN	4.83	3.67	3.83	3.33	3.67	
	SD	3.87					
	0.57						

ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
8	กิจกรรม “เสียงสื่อเสียงเล่าอ้าง”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	3	3	4	4	คนที่ 2 การฟัง ?
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	2	4	3	3	คนที่ 2 ปรับ วัตถุประสงค์ให้เหลือ กิจกรรมละ 2-3
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินการ	4	3	4	5	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	5	4	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	3	5	4	
	MEAN	4.83	3.5	3.83	4.5	3.67	
	SD	4.07					
	0.57						

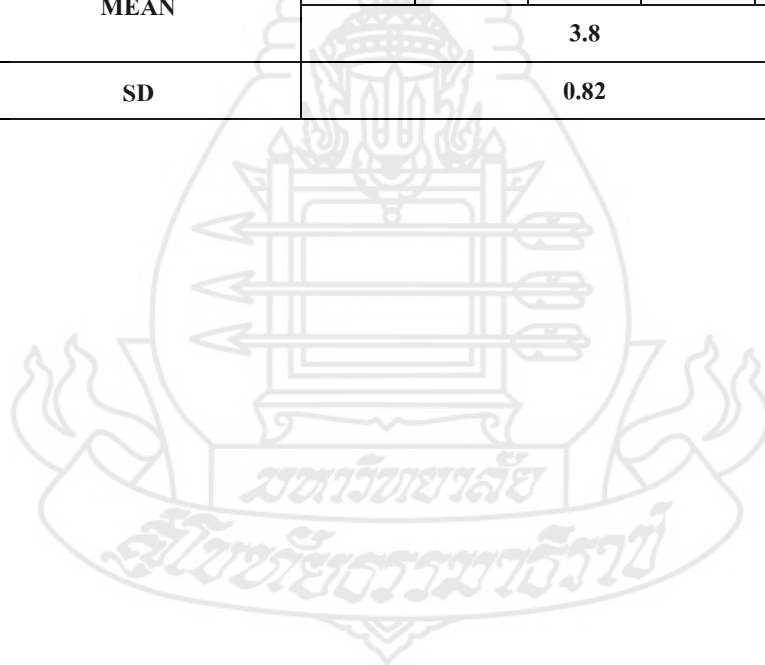
ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
9	กิจกรรม “หอไอเฟล”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	4	3	4	5	4	คนที่ 2 ความรับผิดชอบ การตัดสินใจ?
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	5	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	3	4	5	3	คนที่ 2 ปรับ
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	5	4	4	5	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	5	4	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	4	3	5	4	คนที่ 4 ยังไม่ครอบคลุมวัตถุประสงค์
	MEAN	4.83	3.83	4.0	5.0	3.67	
	SD	4.27					
	0.61						

ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
10	กิจกรรม “ซูเปอร์ฮีโร่”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	2	4	5	4	คนที่ 2 ผิดทักษะ? ร่างกายไม่น่าจะเกี่ยวข้องกับ สัมพันธภาพ
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	4	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	2	4	4	3	
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	4	2	4	3	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	4	2	4	5	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	3	3	5	4	
	MEAN	4.67	2.5	4.0	4.5	3.67	
	SD	3.87					
	0.86						

ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
11	กิจกรรม “จำฉัน”ได้หรือยัง”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	5	2	3	4	4	คนที่ 2 การปรับตัวหรือ สัมพันธ์ภาพอาจเกี่ยวกับ ทักษะการสื่อสารแต่ไม่ น่าจะเกี่ยวกับทักษะการจำ
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	3	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	2	4	4	3	
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการ ดำเนินการ	5	2	4	3	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	5	2	3	3	3	
	6) การวัดและประเมินผล	5	2	3	5	4	
	MEAN	5.0	2.17	3.67	4.0	3.67	
		3.7					
	SD	1.02					



ครั้งที่	รายการประเมิน	ประเมินคุณภาพ					ข้อเสนอแนะ
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5	
12	กิจกรรม “ปัจฉิมนิเทศ”						
	1) แนวคิด ทฤษฎี สาระสำคัญ	4	3	3	4	4	
	2) ระยะเวลาที่ใช้	5	3	5	5	4	
	3) วัตถุประสงค์	5	2	3	4	3	คนที่ 2 เขียนวัตถุประสงค์กิจกรรมนักเรียนสรุปความรู้?
	4) เทคนิค/วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินการ	4	2	4	4	4	
	5) สื่อ/วัสดุอุปกรณ์	4	2	4	5	3	คนที่ 2 ไม่มีสื่อมีแต่ตัวแทนกล่าวความรู้สื่อแบบวัดฟังพอใจ
	6) การวัดและประเมินผล	5	3	4	5	4	
	MEAN	4.5	2.5	3.83	4.5	3.67	
	SD	3.8					
	0.82						



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	จำสืบตรีธีระ เทพจินดา
วัน เดือน ปีเกิด	5 กุมภาพันธ์ 2534
สถานที่เกิด	อำเภอปัว จังหวัดน่าน
ประวัติการศึกษา	ค.บ. (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ.2558
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน
ตำแหน่ง	ครู ค.ศ.1

