

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน  
เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1  
โรงเรียนสฤติเดช จังหวัดจันทบุรี

นางเขมณัฏฐ์ จันทรวงศ์



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต  
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2560

**The Effects of Using a Guidance Activity Package Based on Out-of-Classroom  
Learning Management Technique to Develop Social Adaptation of Prathom  
Suksa I Students at Saritdidet School in Chanthaburi Province**

**Mrs. Khemmanut Chantharasangnawee**

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

2017

**หัวข้อวิทยานิพนธ์** ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี

**ชื่อและนามสกุล** นางเขมณัญญ์ จันทรวงศ์

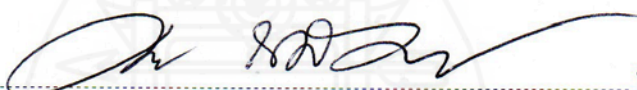
**แขนงวิชา** การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

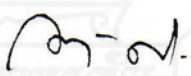
**สาขาวิชา** ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช


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

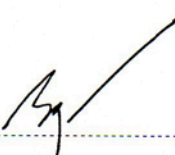
วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 20 สิงหาคม 2561

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
..... ประธานกรรมการ  
(อาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล)

  
..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง)

  
..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา)

  
..... ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา  
(รองศาสตราจารย์ ดร.กฤษณา รุ่งโรจน์วิชย์)

**ชื่อวิทยานิพนธ์** ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี

**ผู้วิจัย** นางเขมณัฏฐ์ จันทรวงศาวิ รหัสนักศึกษา 2592800276

**ปริญญา** ศีษศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)

**อาจารย์ที่ปรึกษา** (1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง

(2) รองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา **ปีการศึกษา** 2560

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบระดับการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 (2) เปรียบเทียบระดับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนและกลุ่มควบคุมหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวตามปกติเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม และ (3) ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 88 คน ใน 2 ห้องเรียนของโรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วกำหนดโดยสุ่มให้เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ห้องเรียนละ 44 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ (1) ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน (2) แบบวัดการปรับตัวทางสังคม และ (3) แบบประเมินความพึงพอใจต่อกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน มีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงขึ้นกว่าก่อนใช้ชุดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงกว่าของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ทำกิจกรรมแนะแนวปกติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในด้านการอยู่ร่วมกัน ด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง ส่วนด้านเคารพกฎกติกาทั้ง สองกลุ่มมีระดับการปรับตัวทางสังคมไม่แตกต่างกัน 3) นักเรียนกลุ่มทดลองมีความพึงพอใจในระดับมากต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

**คำสำคัญ** ชุดกิจกรรมแนะแนว การจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน การปรับตัวทางสังคม

**Thesis title:** The Effects of Using a Guidance Activity Package Based on Out-of-Classroom Learning Management Technique to Develop Social Adaptation of Prathom Suksa I Students at Sarididet School in Chanthaburi Province

**Researcher:** Mrs. Khemmanut Chantharasangnawee; **ID:** 2592800276;

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

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

(2) Dr. Niranart Sansa, Associate Professor; **Academic year:** 2017

### Abstract

The purposes of this research were (1) to compare the levels of social adaptation of the experimental group students before and after using a guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique to develop social adaptation of Prathom Suksa I students; (2) to compare the level of social adaptation of the experimental group students who used the guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique to develop social adaptation with the counterpart level of the control group students who took normal guidance activities to develop social adaptation; and (3) to study the students' satisfaction with the guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique.

The research sample consisted of 88 Prathom Suksa I students in two intact classroom of Saritdidet School in Chanthaburi Province during the first semester of the 2018 academic year, obtained by cluster sampling. Then, one classroom containing 44 students was randomly assigned as the experimental group; the other classroom containing 44 students, the control group. The employed research instruments were (1) a guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique to develop social adaptation; (2) a scale to assess social adaptation; and (3) a questionnaire to assess student's satisfaction with the guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique. The data were analyzed using the percentage, mean, standard deviation, and t-test.

Research findings were as follows: (1) the post-experiment social adjustment level of the experimental group students who used the guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique to develop social adaptation was significantly higher than their pre-experiment counterpart level at the .05 level of statistical significance; (2) the social adjustment level of the experimental group students who used the guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique to develop social adaptation was significantly higher than the counterpart level of the control group students at the .05 level of statistical significance in the aspects of cohabitation, and self-emotion control, while no significant difference was found in the aspect of respect for the rules and regulations; and (3) the experimental group students were satisfied at the high level with the guidance activity package based on out-of-classroom learning management technique.

**Keywords:** Guidance Activity Package, Out-of-Classroom Learning Management, Social Adaptation

## กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยความกรุณาของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง และรองศาสตราจารย์ ดร.นิรนาท แสนสา ในการให้คำปรึกษา แนะนำ และตรวจสอบ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ คอยชี้แนะและให้คำแนะนำติดตามการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้อย่างใกล้ชิดมา โดยตลอด รวมทั้งยังเป็นกำลังใจที่สำคัญยิ่งในการส่งความปรารถนาดีแก่ผู้วิจัย และต้องขอขอบพระคุณอาจารย์ ดร.ครรชิต แสนอุบล ที่ได้ให้ความเมตตา ช่วยกรุณาให้คำแนะนำ ชี้แนะ ให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นแก่ผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์แก่ผู้วิจัยตั้งแต่อดีต จนถึงปัจจุบัน

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ให้ความกรุณาตรวจสอบ แนะนำแก้ไขเครื่องมือในการวิจัยในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณอดีตผู้บริหาร โรงเรียนบ้านโป่งน้ำร้อน นายสมศักดิ์ ไชยกาศ ที่ผลักดัน ส่งเสริมและให้กำลังใจเสมอมา

ขอขอบคุณผู้บริหาร โรงเรียนสฤณีเกษ ในความอนุเคราะห์แก่ผู้วิจัยเพื่อทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยในครั้งนี้ และขอขอบคุณคุณครูและนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ได้ให้ความร่วมมืออย่างดีในการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณผู้เกี่ยวข้องทุกท่าน ที่เสียสละให้ความร่วมมือช่วยเก็บรวบรวมข้อมูล ช่วยทำกิจกรรมภาคสนาม นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เพื่อนักศึกษาและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ทุกท่านที่ได้กรุณาให้การสนับสนุน ช่วยเหลือ และให้กำลังใจตลอดมา

เขมณัฎฐ์ จันทรแสงนาวิ

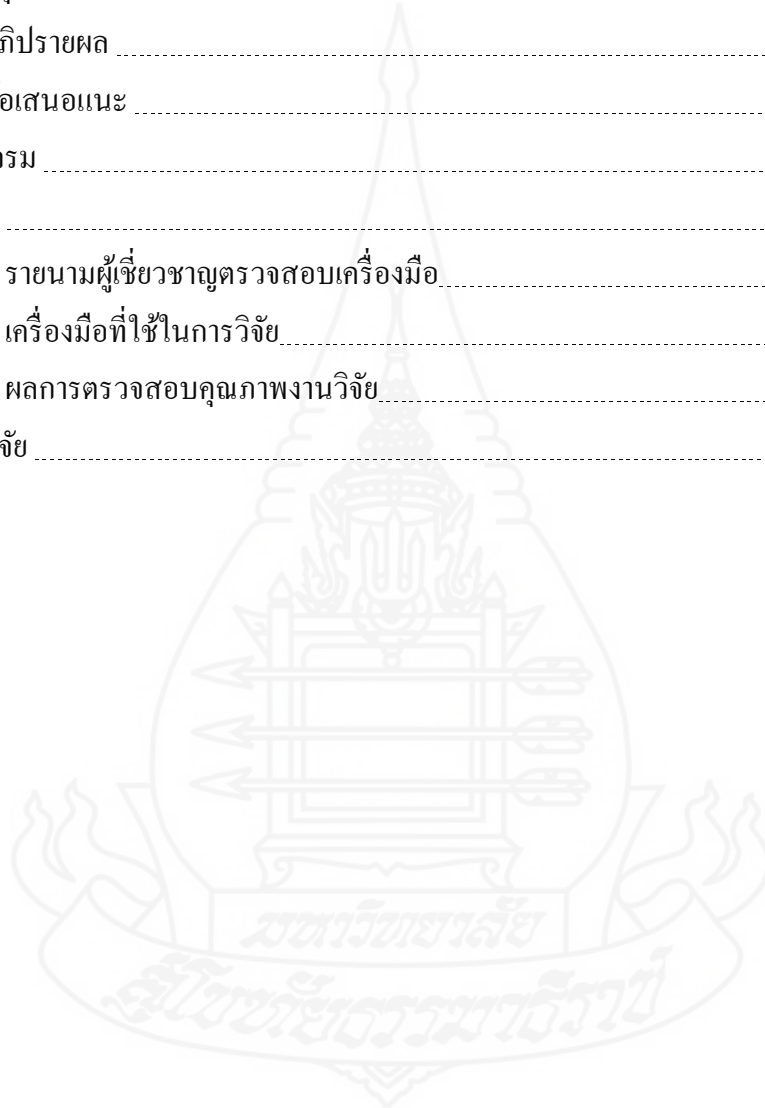
กันยายน 2561

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ฅ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	4
กรอบแนวความคิดการวิจัย .....	5
สมมติฐานการวิจัย .....	5
ขอบเขตของการวิจัย .....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	8
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดการปรับตัวทางสังคม .....	9
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว .....	19
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้นอกห้องเรียน .....	25
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	28
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	29
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	27
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	35
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	41
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	45
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	45
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	46

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	53
สรุปการวิจัย .....	53
อภิปรายผล .....	54
ข้อเสนอแนะ .....	55
บรรณานุกรม .....	56
ภาคผนวก .....	59
ก ราชานามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ .....	60
ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	62
ค ผลการตรวจสอบคุณภาพงานวิจัย .....	92
ประวัติผู้วิจัย .....	96





**สารบัญตาราง**

		หน้า
ตารางที่ 4.1	ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน กลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการ เรียนรู้ในห้องเรียน .....	46
ตารางที่ 4.2	ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียน .....	47
ตารางที่ 4.3	ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียน .....	49
ตารางที่ 4.4	ผลการสอบถามจากแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรม แนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียน .....	51



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สภาพสังคมปัจจุบันทำให้เราต้องเผชิญความกดดันและความตึงเครียดอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คนเราจึงต้องเรียนรู้การปรับตัวตั้งแต่แรกเกิดไปจนตลอดชีวิต เพื่อให้เข้ากับสังคมที่อยู่ได้โดยปกติสุข บุคคลที่มีทักษะทางสังคมจะสามารถอยู่ร่วมกับบุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข มีการยอมรับและเข้าใจในสภาพแวดล้อมของตนเอง เด็กจึงมีการเรียนรู้ที่จะปรับตัวตลอดเวลา ดังนั้นกระบวนการปรับตัวทางสังคมเป็นกระบวนการสำคัญที่เด็กจะได้เรียนรู้แนวทางการปฏิบัติตัวในสังคมที่ถูกต้อง โดยนำกิจกรรมที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันมาให้นักเรียนได้สัมผัสกับประสบการณ์ตรง ได้เรียนรู้และได้ฝึกปฏิบัติ นักเรียนได้สัมผัส ทดลอง และได้เรียนรู้จากของจริง เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้แบบไม่ถูกจำกัดในห้องเรียน เป็นสิ่งที่เด็กไม่รู้สึกรู้สีกออด เพราะไม่เน้นวิชาการและได้รับความสนุกสนานในการทำกิจกรรม ผู้วิจัยจึงนำเทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมาใช้ร่วมกับการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และได้สัมผัสกับการทำกิจกรรมนอกห้องเรียน เน้นสร้างความเข้าใจในสังคมที่อยู่ร่วมกัน รู้จักแบ่งปันช่วยเหลือ ไม่เห็นแก่ตัวต่อสิ่งรอบข้างทำให้เด็กได้เข้าใจในความต้องการของตนเอง อีกทั้งยังช่วยจัดการด้านความรู้สึกลดตนเอง ต่อคนรอบข้าง รู้จักการช่วยเหลือตนเอง ช่วยเหลือเพื่อน รู้จักข้อตกลงทางสังคม รู้จักการรอคอยและมีความอดทนต่อสิ่งเร้าต่างๆ ได้

วินัดดา ปิยะศิลป์ (2546) กล่าวว่า การที่เด็กจะอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ดี จะต้องมาจากรากฐานครอบครัวที่มีความรัก เอื้ออาทร มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ความรู้สึกว่ามีคนรัก ห่วงใย และมีผู้ที่จะเดินเคียงข้าง ช่วยเหลือในยามที่ต้องการเมื่อประสบกับปัญหา ซึ่งชมความดีในความสามารถของเด็กแต่ละคนอย่างเหมาะสม เป็นหนทางที่ช่วยให้เด็ก มีความรู้สึกดีต่อตนเอง เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง มีอารมณ์มั่นคง ภาควุฒิใจในตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น จากการเรียนรู้ภายในบ้าน ครอบครัว รั้วโรงเรียนอนุบาล ขยายสู่การเรียนรู้ในโรงเรียนประถม และโลกแห่งความเป็นจริง สิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก ในวัยนี้ล้วนเป็นแหล่งเรียนรู้ที่ช่วยให้เด็กสะสมประสบการณ์ ชีวิต รากฐานสำคัญที่จะนำไปสู่การเรียนรู้คือ ร่างกายที่แข็งแรง อารมณ์และจิตใจที่ร่าเริง และต้องมีการฝึกฝนทักษะต่างๆ อย่างมีขั้นตอนเป็นลำดับจากง่ายไปยาก เด็กสามารถเรียนรู้จาก

ประสบการณ์ตรงและจากสภาพแวดล้อม เด็กจึงต้องการแบบอย่างที่ดี จากบุคคลรอบข้างเพื่อนำมาพัฒนาตนเอง เด็กวัยประถมต้นนั้น สามารถพูดคุยอธิบายเหตุผลได้มากขึ้นกว่าวัยอนุบาล แต่ยังมีข้อจำกัดในการรับรู้ ในช่วงแรกต้องใช้วิธีทำงานไปด้วยกัน หรือควบคุมให้เด็กได้ทำในสิ่งที่สมควร จนเด็กทำได้เองเป็นนิสัย การให้เด็กวัยเรียนรู้จักกับทุกอารมณ์ ความรู้สึกที่ผ่านเข้ามาและช่วยให้เขาสามารถหาทางออกที่เหมาะสม เพื่อเป็นพื้นฐานของการแก้ปัญหา รู้จักควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และปรับตัวในสังคมอย่างเหมาะสม โดยฝึกฝนแนะนำ ให้คำชมเมื่อเด็กทำได้ดี และแก้ไขชักจูง แนะนำเมื่อเด็กทำตัวไม่เหมาะสม จะเป็นการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ซึ่งเป็นทักษะหรือศิลปะในการใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข การชี้ให้เด็กเห็นถึงความแตกต่างของแต่ละบุคคล มองข้ามความไม่ถูกต้อง ชี้ให้เห็นข้อดีของคนอื่น การแสดงอารมณ์อย่างเหมาะสม เรียนรู้เรื่องความมีน้ำใจ เป็นนักกีฬา รู้จักแพ้ รู้จักผิดหวัง และรู้จักหาทางขจัดความรู้สึกผิดหวังไม่ให้มีมากหรือนานเกินไป พยายามทำใหม่ในครั้งต่อไป จะเป็นการเสริมสร้างทักษะของการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึก การแก้ปัญหาหรือหาทางออก และการปรับตัว ซึ่งจะเป็นฐานให้แก้ปัญหาที่ซับซ้อนเพิ่มขึ้นเพื่อพิทักษ์การเปลี่ยนแปลงของสังคม เด็กวัยเรียนควรรับผิดชอบเรื่องส่วนตัวเป็นส่วนใหญ่ และรับผิดชอบงานส่วนรวมเป็นบางส่วน ฝึกให้เด็กช่วยตัวเองมากที่สุด เช่น อาบน้ำ แต่งตัว กินอาหาร จัดกระเป๋า นักเรียน การฝึกอย่างสม่ำเสมอ จะเป็นพื้นฐานการสร้างวินัยในตนเอง จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่รับผิดชอบในหน้าที่ และยังเป็นการฝึกบริหารเวลาและชีวิต ฝึกทักษะการแก้ปัญหาต่างๆ ให้กับตัวเองตั้งแต่ยังเล็ก ความคิดของเด็กวัยนี้ จึงยึดตนเองเป็นศูนย์กลางน้อยลง คิดและมองโลกในมุมมองของคนอื่นได้มากขึ้น เข้าใจ ความรู้สึกของคนอื่น และทำให้ปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ดี เมื่อเด็กเรียนรู้ที่อยู่ในกติกาดังกล่าว และปฏิบัติจนเกิดความเคยชินจึงค่อยสอนในเรื่องของความยืดหยุ่น และความแตกต่าง

บุบผา เรืองรอง (2556) ได้กล่าวว่า เด็กวัยนี้เมื่อไปโรงเรียนจะมีความเข้าใจภาษามากขึ้น และจะเริ่มลดการยึดตนเองเป็นจุดศูนย์กลาง ผลจากการพัฒนาการดังกล่าวจะทำให้เด็กสามารถสร้างสังคมกับบุคคลอื่น และอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น แต่ขณะเดียวกันเด็กวัย 6-9 ปี จะไม่สนใจผู้ใหญ่เหมือนเด็กปฐมวัย พัฒนาการนี้สอดคล้องกับนักจิตวิทยาที่กล่าวถึงลักษณะการพัฒนาระหว่างสังคมของเด็กวัยนี้ เช่น Sigmund Freud ([baanjomyut.com](http://baanjomyut.com) .สืบค้นเมื่อ 16 กันยายน 2561) เชื่อว่าเด็กวัยนี้จะมุ่งความสนใจไปที่พัฒนาการด้านสังคมและสติปัญญา เป็นช่วงที่เด็ก ๆ จะถูกมองว่า “แสนรู้” หรือ “แก่แดด” ชอบพูดอะไรที่ดูเป็นผู้ใหญ่ เด็กจะสนใจในทุกๆ เรื่อง พร้อมทั้งจะเรียนรู้การมีเหตุมีผล และฝึคชอบชั่วดี ในช่วงนี้เด็กจะเรียนรู้บทบาททางเพศมากขึ้น จะเล่นหรือจับกลุ่มกับเพศเดียวกัน เริ่มมีเพื่อนสนิทกับเพศเดียวกัน สำหรับเด็กวัย 6-9 ปี จะอยู่ในระยะแฝง (The latency stage) เป็นระยะที่เก็บกดความพึงพอใจทางเพศไว้ จะไม่มีบริเวณใดในส่วนต่างๆ ของ

ร่างกายที่จะเป็นบริเวณแห่งความพึงพอใจ นักจิตวิทยาหลายคนก็เห็นด้วยกับฟรอยด์ว่าเหตุการณ์ในวัยเด็ก มีความสำคัญต่อพัฒนาการทางสังคมไม่น้อย แต่ทว่าทฤษฎีวิจารณ์ ฟรอยด์ในเรื่องการตกย้ำ “สัญชาตญาณเพศ” (Sexuality) ในวัยเด็ก ในขณะที่เพิกเฉยต่ออิทธิพลของปัจจัยทางสังคมและการรับรู้ (Cognitive) การวิจัยด้วยวิธี “แนวราบ” หลายครั้ง ก็แสดงให้เห็นว่า เด็กอาจเอาชนะปัญหาที่เผชิญใน 5 ปีแรกได้ แล้วยังมีความสามารถในการปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพได้ ซึ่งตรงข้ามกับการพยากรณ์ของฟรอยด์ แต่ก็เหมือนกับฟรอยด์ตรงที่ว่า หากเด็กได้รับการสนองตอบมากเกินไป หรือน้อยเกินไป ในขั้นตอนใด เด็กก็จะยึดติด (Fixated) อยู่ในขั้นตอนนั้นๆ จนเป็นอุปสรรคต่อพัฒนาการทางสังคมตามปกติ จุดเด่นของทฤษฎีเอริกสันและฟรอยด์ อยู่ที่ทั้งสองอธิบายพัฒนาการทางสังคมในองค์รวม ตั้งแต่แรกเกิดจนเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว นอกจากนี้ พัฒนาการนี้ไปสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม ของ Erik H. Erikson (Psychosocial development) (krupatom.com สืบค้นเมื่อ 16 กันยายน 2561) อยู่ในขั้นความขยันหมั่นเพียรกับความรู้สึกต่ำต้อย เด็กในวัยนี้ (ช่วง 6 – 12 ปี) จะเริ่มเข้าเรียนและต้องการเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น มีพัฒนาการทางสังคมความขยันขันแข็ง โดยพยายามคิดทำ คิดผลดีสิ่งต่างๆ ให้เหมือนผู้ใหญ่ด้วยการทุ่มเททั้งกำลังกายและกำลังใจ ถ้าเขาได้รับคำชมเชยก็จะเป็นแรงกระตุ้นให้เกิดกำลังใจ มีความมานะพยายามมากขึ้น แต่ถ้าตรงกันข้ามเด็กไม่ได้รับความสนใจหรือผู้ใหญ่แสดงออกมาให้เขาเห็นว่าเป็นการกระทำที่น่ารำคาญเขาก็จะรู้สึกต่ำต้อย ศรีเรือน แก้วกังวาน (2540) ได้กล่าวถึงพัฒนาการของเด็กในช่วงอายุ 6 – 9 ปีว่า มีการเปลี่ยนแปลงไม่มากมีพัฒนาการอย่างช้าๆ ซึ่งได้แก่ 1.พัฒนาการทางร่างกาย เด็กจะคล่องตัวในการเคลื่อนไหวมากขึ้น 2.พัฒนาการทางอารมณ์ เด็กจะเริ่มมีการควบคุมอารมณ์มากขึ้น เด็กวัยนี้จะมีแต่ความสนุกสนานในการทำกิจกรรมต่างๆจนขาดความรับผิดชอบ 3.พัฒนาการทางสังคม เด็กจะไม่มีการแบ่งเพศในการทำกิจกรรม ลดการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง เริ่มให้ความสำคัญกับเพื่อนมากขึ้น 4.พัฒนาการทางสติปัญญา เด็กจะเริ่มเรียนรู้และมีประสบการณ์มากขึ้น รู้จักใช้เหตุผลในการตัดสินใจ พฤติกรรมในการปรับตัวทางสังคมในเด็กวัย 6 ขวบขึ้นไป จากเดิมที่เด็กใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ที่บ้าน แต่เด็กในวัยนี้จะใช้เวลาเต็มวันอยู่ที่โรงเรียน จึงเป็นการออกสู่สังคมภายนอกอย่างจริงจัง เด็กจะได้เรียนรู้ในทุกๆด้าน โดยเฉพาะการปรับตัวที่โรงเรียน ทั้งเรื่องการเรียน การอยู่ในกฎระเบียบ การทำให้ครูพึงพอใจ ความสัมพันธ์กับเพื่อน จะมีพัฒนาการที่รวดเร็วทั้งร่างกาย จิตใจ ความคิด การใช้ภาษา มีพัฒนาการของตนเอง เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมั่นคงในสังคม [มูรณ์ หะมะลง](#) (2558). ช่วงที่เด็กเรียนหนังสือในช่วงชั้นประถมศึกษา จะถูกประคับประคองน้อยลงจากวัยอนุบาล การปรับตัวจึงเป็นการสะท้อนถึงทักษะการดำเนินชีวิตในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นรูปแบบพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปตามพัฒนาการ ตามสถานการณ์ในชีวิตและในสังคม ขั้นตอนการปรับตัวทางสังคมในสภาพแวดล้อมของโรงเรียน นอกจากนี้ยังโดดเด่นด้วย

ลักษณะของตัวเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งความท้าทายในการเข้าเรียนเป็นภาคแรกของการศึกษา เพราะนี่คือการเปลี่ยนแปลงสถานที่ของเด็กที่อยู่ในระบบความสัมพันธ์ทางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลง ความเครียดจิตใจและอารมณ์เพิ่มมากขึ้น การเรียนรู้ของเด็กที่กำลังก้าวเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของโรงเรียนใหม่เข้าสู่การเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จึงต้องมีการปรับตัวเพื่อฝึกทักษะทางสังคมให้เด็กอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้ ทั้งเพื่อนและครูที่แปลกหน้า ลดความคนเห็นแก่ตัว ต้องการรู้จักเพื่อนใหม่มากขึ้น ฝึกทักษะการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ลดความกังวลและความหวาดระแวงลงไป ลดความเครียดของจิตใจและอารมณ์ งานอดิเรก ครูอาจให้เล่นผ่านกิจกรรมการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียน เรียนดนตรี เล่นกิจกรรมกลางแจ้ง ทัศนศึกษานอกสถานที่ การไปศึกษานอกสถานที่ทำให้เด็กรู้สึกตื่นเต้น ช่วยกระตุ้นการรับรู้และการเรียนรู้ของเด็ก โดยธรรมชาติ ดังนั้นพ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือครูในโรงเรียนจึงต้องมีส่วนช่วยในการปรับตัวของเด็กให้มีทักษะทางสังคมเพื่อจะได้อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การให้เด็กวัยเรียนรู้จักกับทุกอารมณ์ ความรู้สึกที่ผ่านเข้ามาและช่วยให้เขาสามารถหาทางออกที่เหมาะสม เพื่อเป็นพื้นฐานของการแก้ปัญหา แนะนำเมื่อเด็กทำตัวไม่เหมาะสม จะเป็นการสร้างเสริมความฉลาดทางอารมณ์ หรืออีคิว ซึ่งเป็นทักษะและศิลปะในการใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

การที่เด็กจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อยู่ดี มีสุขได้ ไม่ได้หมายความว่า จะต้องได้รับประสบการณ์ชีวิตที่ดี ที่พอใจตลอดเวลา ตรงกันข้ามความรู้สึกไม่พอใจ ที่เหมาะสมกับวัย เป็นอีกสิ่งหนึ่งช่วยให้เด็กได้เรียนรู้ ปรับตัวและแก้ปัญหา อีกทั้งยังเป็นการเติมความเข้มแข็งให้กับชีวิตของเด็กอีกด้วย

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยเห็นว่าการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนนั้นช่วยลดความกดดัน ความตึงเครียด ช่วยคลายความวิตกกังวล และกิจกรรมยังให้ความสนุกสนาน ไม่น่าเบื่อ นอกจากนั้นนักเรียนยังได้เรียนรู้กฎกติกา เรียนรู้การอยู่ร่วมกัน และเรียนรู้การควบคุมอารมณ์ในขณะที่ทำกิจกรรม นำไปสู่การปรับตัวทางสังคม ในด้านต่างๆ ได้เป็นอย่างดี เช่น การเตรียมพร้อม การเรียนรู้ และการปรับตัวทางสังคม เพื่อให้ให้นักเรียนทุกคนอยู่อย่างมีความสุขภายในโรงเรียน

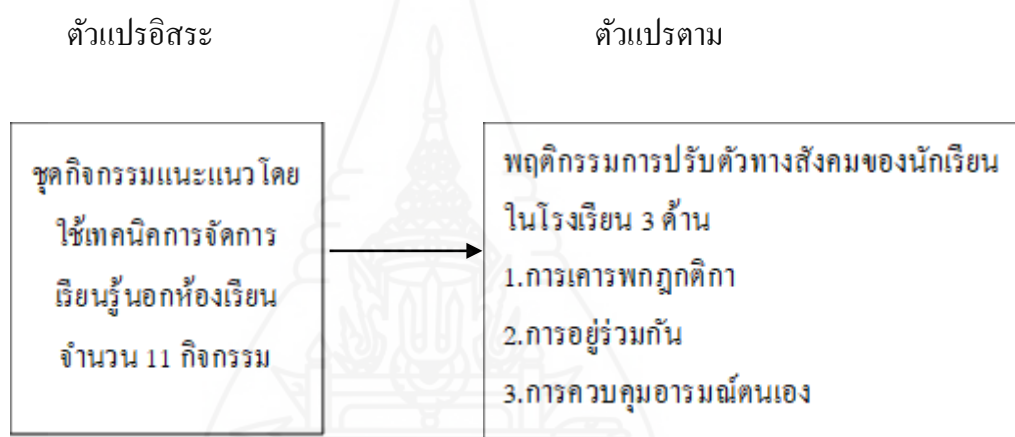
## 2. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤณีดิศ จังหวัดจันทบุรี

2.1 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิดิศ จังหวัดจันทบุรี

2.2 ศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

### 3. กรอบแนวคิดการวิจัย (ถ้ามี)



### 4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 นักเรียนในกลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคมมีระดับการปรับตัวทางสังคมสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม

4.2 นักเรียนในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีการปรับตัวทางสังคม มีระดับการปรับตัวทางสังคมหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

4.3 นักเรียนในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีระดับความพึงพอใจมาก

## 5. ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษา และเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน มีขอบเขตการวิจัยดังนี้

### 5.1 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

5.1.1 *ประชากร* นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ห้องเรียนปกติจำนวน 7 ห้องเรียน รวม 304 คน

5.1.2 *กลุ่มตัวอย่าง* นักเรียนห้องเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ห้องเรียนปกติ 2 ห้อง จำนวน 88 คน เป็นกลุ่มทดลอง 44 คน กลุ่มควบคุม 44 คน โดยการสุ่มแบบกลุ่ม

5.2 *ขอบเขตด้านเนื้อหา* การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาระดับการปรับตัวก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน การใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมี 3 ด้าน ดังนี้

5.2.1 การเคารพกฎกติกา

5.2.2 การอยู่ร่วมกัน

5.2.3 การควบคุมอารมณ์ตนเอง

### 5.3 ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย

5.3.1 *ตัวแปรอิสระ* คือ ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนจำนวน 11 กิจกรรม

5.3.2 *ตัวแปรตาม* คือ การปรับตัวของนักเรียนแบ่งเป็น 3 ด้านคือ ด้านการเคารพกฎกติกา ด้านการอยู่ร่วมกันและด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง

## 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 *นักเรียน* หมายถึง กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561

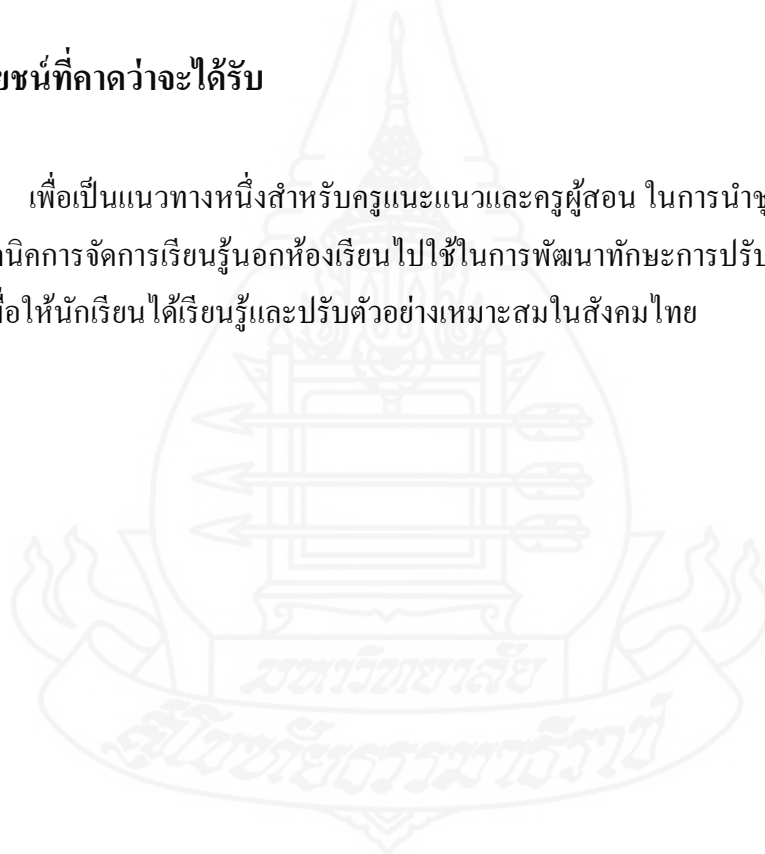
**6.2 การปรับตัวทางสังคม** หมายถึง การปรับพฤติกรรมเพื่อให้เข้ากับผู้อื่นได้เมื่ออยู่ร่วมกันในสังคมตามสภาวะแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างมีความสุข ซึ่งพิจารณาจากคะแนนการปรับตัวทางสังคมใน 3 ด้าน คือ 1. เคารพกฎกติกา 2. การอยู่ร่วมกัน 3. การควบคุมอารมณ์ตนเอง

**6.3 กิจกรรมแนะแนว** หมายถึง กิจกรรมที่ใช้พัฒนานักเรียนเพื่อให้รู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถปรับตนเองให้อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

**6.4 เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน** หมายถึง เทคนิคการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้วางแผน แบ่งงานหน้าที่รับผิดชอบ สืบค้น รวบรวม ข้อมูล วิเคราะห์ นำเสนอแลกเปลี่ยน และสรุปข้อมูลจากการศึกษาโดยใช้สิ่งแวดล้อมรอบตัวเป็นแหล่งเรียนรู้ ผู้เรียนได้เผชิญกับสภาพจริง ได้สัมผัสกับสภาพแวดล้อมและได้ประสบการณ์ตรง

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

เพื่อเป็นแนวทางหนึ่งสำหรับครูแนะแนวและครูผู้สอน ในการนำชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน ไปใช้ในการพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และปรับตัวอย่างเหมาะสมในสังคมไทย





## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคม โดยผู้วิจัยได้แบ่งการศึกษา เอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ออกเป็น 3 ส่วน ดังต่อไปนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแนวคิดเกี่ยวกับปรับตัวทางสังคม
  - 1.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม
  - 1.2 แนวคิดและทฤษฎีการปรับตัวทางสังคม
  - 1.3 สาเหตุของการปรับตัวทางสังคม
  - 1.4 หลักที่พึงยึดถือในการปรับตัวให้ได้ผลดี
  - 1.5 พัฒนาการทางสังคมของเด็กวัยประถมศึกษาตอนต้น
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว
  - 2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
  - 2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว
  - 2.3 หลักการจัดการจัดกิจกรรมแนะแนว
  - 2.4 ขอบข่ายและลักษณะการจัดกิจกรรมแนะแนว
3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้นอกห้องเรียน
  - 3.1 ความหมายของการเรียนรู้นอกห้องเรียน
  - 3.2 ความสำคัญของการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน
  - 3.3 วัตถุประสงค์ในการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน
  - 3.4 กระบวนการเรียนรู้นอกห้องเรียน

#### 1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแนวคิดเกี่ยวกับปรับตัวทางสังคม

##### 1.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม

นักจิตวิทยาและนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของการปรับตัว ซึ่งมีความสัมพันธ์กับเรื่อง “การปรับตัวทางสังคม” เริ่มแรก แนวความคิดนี้มาจากทฤษฎีทางชีววิทยา

ของ Charles Darwin เมื่อปี ค.ศ.1859 โดยใช้คำว่า “Adaptation” ในทฤษฎีวิวัฒนาการ และได้สรุปความคิดว่า สิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมของโลกที่เต็มไปด้วยอันตรายต่างๆ ได้เท่านั้นที่จะอยู่รอดได้ ต่อมานักจิตวิทยาได้นำคำว่า Adaptation มาใช้ปรับใช้ แล้วให้ชื่อใหม่เป็น Adjustment ซึ่งทั้งสองคำต่างถูกนำมาศึกษาเพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์และสัตว์ในด้านของนักชีววิทยากล่าวถึงการปรับตัวด้านร่างกาย ส่วนนักจิตวิทยาจะกล่าวถึงด้านความต้องการของจิตใจ

นิภา นิธยาชน (2530, น.7-9) ได้รวบรวมความหมายของการปรับตัวจากนักจิตวิทยาหลายท่าน และได้อ้างอิงความหมายที่ ลาซารัส (Lazarus) กล่าวไว้ว่า การปรับตัวประกอบขึ้นด้วยกระบวนการหรือวิธีการทั้งหลายทางจิตซึ่งมนุษย์ใช้ในการเผชิญข้อเรียกร้องหรือแรงผลักดันภายนอกและภายในนอกจากนั้นยังได้อ้างถึง โคลแมน และแฮมแมน (Coleman and Hamman) ว่า ในปี 1981 โคลแมน และแฮมแมน ได้ให้ความหมายของการปรับตัว ว่าเป็นผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการหรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม จนเป็นสถานการณ์ที่มีบุคคลนั้นสามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ

กัญญา สุวรรณแสง (2536, น.50) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง การปรับกายปรับใจให้อยู่ในสังคมได้ในสภาวะแวดล้อม และสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีความสุข

ลักขณา ศรีวัฒน์ (2544, น.105) ได้อธิบายความหมายของการปรับตัวไว้ว่า การปรับตัว คือ การที่บุคคลสามารถสร้างหรือขัดเกลากิจกรรมให้เข้ากับแบบแผนของสังคม หรือสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง ให้สามารถบรรลุจุดหมายที่ต้องการ ทำให้มีชีวิตอยู่อย่างปกติสุขทั้งทางกายและจิตใจ ไม่เกิดผลเสียทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

โคลแมน (นงลักษณ์ ไหว้พรหม, 2551, ออนไลน์; อ้างอิงจาก Coleman, 1981) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตน ไม่ว่าจะปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านลบ ต้องการหรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่บุคคลนั้นอยู่

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี (2545, น.2) ให้ความหมายของการปรับตัวว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตนเอง เมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหา ความอึดอัดใจ ความคับข้องใจ ความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่างๆ ฯลฯ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้นๆ สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้นๆ ได้

พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยา อังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2532, น. 334) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมว่า หมายถึง การที่บุคคลปรับตัว ให้เข้ากับผู้อื่นได้ ในการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งจะต้องมีการติดต่อสัมพันธ์หรือแข่งขันกัน คนในสังคมจะสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันได้โดยการปรับปรุงไม่ให้เกิดความขัดแย้งจนถึงต้องแตกกลุ่มกัน แม้ว่าแต่ละคนอาจจะมิสนใจหรือผลประโยชน์แตกต่างกัน

Herlock (1978, อ้างใน อารี ทองทัฬ, 2531, น.12) ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมไว้ว่า เป็นความสำเร็จของบุคคลในการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มบุคคลต่างๆได้ คนที่ปรับตัวได้ดีจะเรียนรู้ทักษะทางสังคมได้ เช่น ความสามารถในการเกี่ยวข้องกับคนอื่น ทั้งกลุ่มเพื่อนและคนแปลกหน้า และช่วยพัฒนาทัศนคติที่ดีต่อสังคมของเด็ก สรุปความหมายได้กล่าวไว้ ดังนี้

1. มีการแสดงออกที่เหมาะสมเป็นไปตามความคาดหวังของกลุ่ม ซึ่งจะทำให้ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม

2. สามารถปฏิบัติตัวเข้ากับบุคคลต่างๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นผู้ใหญ่กว่าหรือเพื่อนๆ

3. มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลต่างๆ การเข้าร่วมสังคมและต่อบทบาทของตนเองในสังคม

4. มีความพึงพอใจในบทบาทของตนเองทั้งในการเป็นผู้นำและผู้ตาม

แนวคิดเรื่องการปรับตัวดังกล่าวสรุปได้ว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการทางสังคมและจิตวิทยา ที่บุคคลพยายามปรับสภาพของปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองเพื่อสามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบข้างของตนเองได้อย่างเป็นสุข และบุคคลที่สามารถปรับตัวทางสังคมได้ดีจะต้องเป็นบุคคลที่สามารถใช้ทักษะช่วยในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้ดีมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น และเข้าร่วมกับกิจกรรมของสังคม และมีความพึงพอใจกับบทบาททางสังคมของตนเองได้

ดังนั้น การปรับตัวทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลปรับตัว ให้เข้ากับผู้อื่นได้ในการอยู่ร่วมกันในสังคมและสิ่งแวดล้อมเดียวกัน ซึ่งจะต้องมีการติดต่อสัมพันธ์หรือแข่งขันกัน มีความสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันได้โดยการปรับเปลี่ยนแก้ไข ใช้ความยืดหยุ่นไม่ให้เกิดความขัดแย้งขึ้น ถึงแม้ว่าแต่ละคนจะมีมุมมองและข้อคิดเห็นแตกต่างกันออกไป การปรับตัวทางสังคมจึงเป็นรูปแบบของการปรับตัวเพื่อให้ยอมรับและเข้าใจกับสภาพแวดล้อมของสังคม การปรับตัวจึงเป็นเรื่องที่มีความแตกต่างระหว่างบุคคลและใช้ชีวิตร่วมกันในสังคมนั้นๆ ได้อย่างมีความสุข กระบวนการปรับตัวของสังคมเป็นส่วนหนึ่งของการขัดเกลาทางสังคม การขัดเกลาทางสังคมคือการเรียนรู้และการปรับตัว

## 1.2 แนวคิดและทฤษฎีการปรับตัวทางสังคม

1.2.1 ทฤษฎีของ Erikson จะเน้นพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมร่วมกัน และเชื่อเช่นเดียวกันกับ فروยด์ที่ว่า การพัฒนาจิตใจของคนต้องมีการพัฒนามาเป็นระยะ และการพัฒนานั้นมาจากสิ่งแวดล้อมทางสังคมจะเห็นว่าความสัมพันธ์ของสิ่งแวดล้อมและการเจริญเติบโตทางร่างกายมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางจิตใจและบุคลิกภาพทำให้สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ Erikson จึงมองว่ามนุษย์มีพัฒนาการตลอดช่วงอายุขัย ดังที่ ดวงเดือน พันธุมาวิน และเพ็ญแข ประจัน ปัจฉณี (2524, น.10 – 12) ได้รวบรวมและกล่าวถึง ทฤษฎีของ Erikson ไว้ว่า ตั้งแต่เกิดเป็นต้นไป บุคคลมีการพัฒนาทางอารมณ์เชิงสังคมและบุคลิกภาพไปจนตลอดชีวิต โดยบุคคลอาจเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้มากน้อยเพียงไรตามช่วงอายุนั้นๆ จะขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ที่สำคัญที่สุด คือ ความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมของตนเองในช่วงนั้นๆ ดังนั้น ในช่วงของวัยทารกจนถึงวัยรุ่นครอบครัวผู้ใกล้ชิดจึงมีส่วนเกี่ยวข้องในการปรับตัวของบุคคลนั้น ด้วยเหตุนี้ Erikson ได้แบ่งขั้นของพัฒนาการทางอารมณ์เชิงสังคมของบุคคลไว้ 8 ขั้น โดยเริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 80 ปี ทฤษฎีพัฒนาการจิตสังคม ของ Erikson แบ่งไว้ 8 ขั้น ได้แก่

ขั้นที่ 1 ความรู้สึกไว้วางใจและความไม่ไว้วางใจ (Trust VS Mistrust) จะเริ่มขึ้นระหว่างช่วงอายุแรกเกิดถึง 1 ขวบ ถ้าเด็กได้รับอาหาร ความรัก ความเอาใจใส่และความใกล้ชิดจากมารดาหรือพี่เลี้ยงเป็นอย่างดี เด็กจะเกิดความรู้สึกไว้วางใจและความอบอุ่นมั่นคง ในทางตรงข้ามหากถูกทอดทิ้งและไม่ได้ความรักจะเกิดความรู้สึกไม่ไว้วางใจใครในวัยเด็ก

ขั้นที่ 2 ความเป็นตัวของตัวเองและความสงสัย (Autonomy VS Doubt) ความรู้สึกนี้จะเกิดในช่วงปีที่ 2 เด็กวัยนี้จะแสดงออกให้เห็นว่าตนเองมีความสามารถ มีความเป็นตัวของตัวเอง ในทางกลับกันหากเด็กไม่ได้รับความสำเร็จหรือความพอใจก็จะเกิดความอายและกลัวการแสดงออก

ขั้นที่ 3 การริเริ่มและความรู้สึกผิด (Initiative VS Guilt) เป็นช่วงอายุ 3 ถึง 5 ปี เด็กวัยนี้จะเลียนแบบสมาชิกในครอบครัว ชอบทดลองทำสิ่งใหม่ๆ ถ้าทดลองแล้วผิดพลาดจะเกิดความขลาดและหวาดกลัว เป็นวัยที่มีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวและเด็กๆ นอกบ้าน

ขั้นที่ 4 ความรู้สึกรับผิดชอบและความรู้สึกปมด้อย (Industry VS Inferiority) เกิดขึ้นในช่วงอายุ 6-11 ปี เด็กวัยนี้จะเริ่มเกี่ยวข้องกับบุคคลนอกบ้านมากขึ้น เป็นช่วงที่จะขยันเรียน ขยันอ่านหนังสือประเภทต่างๆ พยายามและอดไขว่คว้าความเด่น และชอบแสดงความสามารถของตนเพื่อให้เพื่อนยอมรับ ถ้าทำไม่ได้ก็จะผิดหวังและรู้สึกเป็นปมด้อย

ขั้นที่ 5 บุคลิกภาพของตน และความไม่เข้าใจตนเอง (Identity VS Identity Diffusion) อยู่ในช่วงอายุ 13-18 ปี เป็นระยะเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นซึ่งต้องการสร้างเอกลักษณ์หรือ

บุคลิกภาพของตน โดยเลียนแบบจากเพื่อนๆ หรือผู้ใกล้ชิด ถ้ายังสร้างเอกลักษณ์ของตนเองไม่ได้จะเกิดความว้าวุ่นและหมดหวัง จึงเป็นช่วงเวลาสำคัญที่ผู้ใกล้ชิดต้องแสดงแบบอย่างที่ดีเพื่อให้เด็กสร้างบุคลิกภาพที่เหมาะสม

ขั้นที่ 6 ความเป็นผู้นำ และความเปล่าเปลี่ยว ( Intimacy VS Isolation ) ช่วงอายุ 19-40 ปี เป็นวัยที่ก้าวสู่ความเป็นผู้ใหญ่มีความต้องการเป็นผู้นำ ต้องการติดต่อและสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ จนเป็นเพื่อนสนิทและหรือเป็นคู่ชีวิต หากไม่สามารถทำได้ตามที่คาดหวังก็จะแยกตนเองออกจากสังคมหรืออยู่ตามลำพัง ในวัยนี้จะมีเพื่อนรัก เพื่อนร่วมงาน และเพื่อนสนิทเป็นจำนวนมาก

ขั้นที่ 7 ความเสียสละ และความเห็นแก่ตัว ( Generativity VS Self Absorbtion) เป็นช่วงวัยกลางคนเป็นวัยที่มีความรับผิดชอบ มีครอบครัว มีการให้กำเนิดบุตร ให้การอบรมเลี้ยงดู ให้การศึกษา ให้ความรักและความเอาใจใส่เพื่อสร้างคุณภาพชีวิตให้แก่บุตรหลานและสมาชิกในครอบครัว

ขั้นที่ 8 ความมั่นคงของชีวิต และความสิ้นหวัง ( Integrity VS Despair ) อยู่ในช่วงอายุ 61 ปีขึ้นไป เป็นวัยที่ต้องการความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิต จะภาคภูมิใจในความสำเร็จแห่งชีวิตและผลงานของตน ถ้าผิดหวังจะเกิดความรู้สึกล้มเหลวในชีวิต

ฮา วิกเฮิร์ต ( ธัญมาศ วรงค์สิงหราช.2547 : 10 ; อ้างอิงมาจาก Havighurst.1953 : unpagged) ได้กล่าวถึงการปรับตัวในแง่การเรียนรู้ตามขั้นพัฒนาการของชีวิต เห็นว่า บุคคลใดสามารถพัฒนางานตามวัยได้สำเร็จก็จะเป็นบุคคลที่มีความสุข ตรงกันข้ามหากงานตามวัยนั้นไม่สำเร็จ ก็จะทำให้บุคคลนั้นไม่มีความสุข

รอย (Roy.1976, p.135) กล่าวว่าพื้นฐานของมนุษย์ตามธรรมชาติประกอบด้วย ร่างกาย จิตใจ และสังคม ในการดำรงชีวิตนั้นต้องทำงานผสมผสานเป็นหน่วยเดียวกัน เพื่อสร้างภาวะที่เป็นปกติสุข ความเจ็บป่วยหรือสิ่งกระตุ้นอื่น เป็นสิ่งที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางภายในและภายนอกที่เข้ามากระทบต่อชีวิต ทั้งร่างกายและจิตใจและด้านสังคมความเป็นอยู่ ดังนั้นบุคคลจึงต้องมีการปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคม บุคคลที่ประสบผลสำเร็จในการปรับตัวจะมีความมั่นคงในชีวิต เข้าใจสภาพความเป็นอยู่ พฤติกรรมดังกล่าวจะถูกถ่ายทอดออกมาจากการมีสุขภาพดี การยอมรับความจริง มีความพึงพอใจในการดำรงชีวิต เป็นส่วนใหญ่ ส่วนผู้ที่ล้มเหลวในการปรับตัวก็จะเป็นผลที่ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ การไม่ยอมรับความจริง ประสบภาวะซึมเศร้าเป็นต้น การปรับตัวเพื่อดำรงไว้ซึ่งความสมดุลนั้น รอยได้รวบรวมพฤติกรรมการปรับตัวของมนุษย์ไว้เป็น 4 ด้านดังนี้

1. พฤติกรรมการปรับตัวตามความต้องการด้านสรีระวิทยา (Physiological) เพื่อรักษาภาวะการมีสุขภาพที่ดี
2. พฤติกรรมการปรับตัวตามอัตมโนทัศน์ของตนเอง (Self Concept) มาจากความต้องการทางด้านจิตใจ เป็นความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีความรู้สึกต่อตนเอง หากมีความมั่นคงทางจิตใจ มีความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับความเป็นจริง ย่อมมีการปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่มองไม่เห็นค่าในตนเอง
3. พฤติกรรมการปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ (Role Function) เป็นการตอบสนองความต้องการเพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ในสถานการณ์ใดก็ตามที่บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ตามบทบาทของตนเองได้ บุคคลนั้นต้องมีการปรับตัวเพื่อให้บทบาทของตนเป็นไปตามปกติ แต่จะสำเร็จหรือไม่ย่อมขึ้นอยู่กับ การปรับตัวของบุคคลนั้น
4. พฤติกรรมการปรับตัวตามความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่น (In-terdependence Relations) เป็นการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เพื่อคงไว้ซึ่งความมั่นคงทางสังคม ดังนั้นในการเรียนรู้ภาวะที่ต้องพึ่งพากัน ทั้งพึ่งตนเอง พึ่งผู้อื่น และการให้ผู้อื่นพึ่งพา ควรจะเป็นไปในความพอดี จึงจะมีส่วนช่วยให้เกิดความมั่นคงทั้งทางด้านจิตใจและสังคม

โรเจอร์ (Roger, 1972, p.108 อ้างใน จุมจินต์ สลัดทุกข์, 2543, น.16) ผู้นำทฤษฎีว่าด้วยตน และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับคำปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เขาพิจารณาในแง่การปรับตัวภายในตนเอง โดยเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ต่างๆ รอบตัวซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์มีการรับรู้และได้ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมถึงการประเมินผลที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์นั้น จะก่อให้เกิด ตัวเรา หรือ “โครงสร้างของตน” ขึ้นมา เช่นบุคลิกลักษณะ ความสามารถ บทบาทต่างๆ ในการเกี่ยวข้องกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทัศนคติ ค่านิยมต่างๆ ประสบการณ์ที่แต่ละบุคคลได้รับจึงมีส่วนสำคัญในการกำหนดบุคลิกภาพของบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะรู้จักและเข้าใจโลกส่วนตัวของตัวเองได้ดีที่สุด บุคคลที่ปรับตัวได้ คือบุคคลที่เป็นตัวของตัวเอง เข้าใจและยอมรับตนเองและผู้อื่น อีกทั้งกล้ายอมรับประสบการณ์ต่างๆตามความเป็นจริง สามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ให้สอดคล้องกับบุคลิกลักษณะของตนอย่างไม่ขัดแย้ง และเป็นไปในเชิงบวกและสร้างสรรค์ ส่วนบุคคลที่ปรับตัวไม่ได้ จะมีความขัดแย้งระหว่างความคิดและประสบการณ์ที่ได้รับมาใหม่ ทำให้เกิดความวิตกกังวล ความตึงเครียด ความสับสนไม่แน่ใจ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเองไป และมีความคิดเป็นไปในทางลบ

วิลเลียม สัน (นิภา คาทาทู, 2547, น.15 ; อ้างอิงจาก Williamson. 1950, unpagged) ผู้นำทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบนำทางมีความเชื่อว่ามนุษย์มีสติปัญญาและเหตุผล ในการที่จะ

พัฒนาตนเองได้ ทั้งนี้การที่จะพัฒนาได้นั้นต้องอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่น โดยเฉพาะสังคม สิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมจะทำให้มองเห็นและรู้จักตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น ความรู้ ความสามารถ ความสนใจ ค่านิยม และทัศนคติความต้องการและเป้าหมายที่เลือก ขณะเดียวกันก็ได้เรียนรู้จากผู้อื่นในด้านประสบการณ์ทางสังคม เช่น ค่านิยมทางสังคม มาตรฐานและข้อจำกัดทางสังคม ปัญหาต่าง ๆ ในสังคม ตลอดจนวิธีการที่จะจัดการแก้ไขทั้งทางตรงและทางอ้อม จากความเชื่อดังกล่าว วิลเลียม จึงสรุปได้ว่า บุคคลสามารถปรับตัวได้ถ้ามีความรู้ความเข้าใจในตนเองรวมทั้งการเรียนรู้ที่จะเข้าใจสังคมและสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการดำเนินชีวิตหรือวิธีการแก้ปัญหาได้อย่างมีสติและมีเหตุผล โดยการใช้ข้อมูลที่ได้รับจากประสบการณ์ในสังคมมาปรับใช้ให้สอดคล้องและยืดหยุ่นตามความต้องการและเป้าหมายที่พึงประสงค์ของตนเองกับสภาพแวดล้อม

ทฤษฎีการปรับตัวที่กล่าวมาแล้วพอสรุปได้ว่า ในสังคมที่บุคคลดำรงชีวิตอยู่นั้น เกิดกระบวนการปรับตัวที่ ตั้งแต่แรกเกิด และมีการปรับเปลี่ยนตามสภาวะตามแต่ละช่วงวัย กระบวนการปรับตัวทางสังคมนั้นเป็นตัวปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลเพื่อให้เข้ากับสภาพแวดล้อม เพราะในแต่ละช่วงวัยมีการเปลี่ยนแปลงโดยอาศัยความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ผ่านมา จนก่อให้เกิดเป็นการเรียนรู้ที่จะรับรู้ เข้าใจ และเกิดการปรับตัวตามช่วงวัย เพื่อให้เข้ากับสถานการณ์ตามสภาพแวดล้อมนั้นๆ และเป็นไปตามความต้องการของตนเอง ดังนั้น การปรับตัวจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตของบุคคลในทุกช่วงวัย

### 1.3 สาเหตุของการปรับตัวทางสังคม

กรมสุขภาพจิต ได้กล่าวไว้ว่า คนเราจะปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล (Anxiety) ความคับข้องใจ (Frustration) และความเครียด (Tension) ซึ่งอาจจะเกิดจากสิ่งต่อไปนี้

1. ไม่สามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐาน (need) ของตนได้
  - 1.1 ความต้องการทางด้านร่างกาย
  - 1.2 ต้องการความปลอดภัย
  - 1.3 ต้องการความรักและความเป็นเจ้าของต้องการได้รับการยกย่องนับถือ
  - 1.4 ต้องการผู้ทำสัญญาแห่งตน
2. เกิดจากความขัดแย้ง ซึ่งหมายถึง การที่บุคคลไม่สามารถจะตัดสินใจเลือกกระทำทั้ง 2 อย่างได้ขณะเดียวกันแต่จะต้องเลือกกระทำเพียงอย่างเดียว กล่าวคือไม่สามารถจะสนองความต้องการของคนได้เด็ดขาดลงไป ความขัดแย้งมี ๓ ลักษณะ

2.1 เป็นความขัดแย้งที่เกิดจากการที่จะต้องเลือกเพียงอย่างเดียว ในสิ่งที่ตัวชอบเท่าๆ กัน ตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ได้ เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจเพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นเราไม่ชอบเลยแต่เราก็ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.2 เกิดจากการที่ตัวเองต้องเลือกในสิ่งที่ไม่ชอบเลยตั้งแต่ 2-3 อย่างขึ้นไป จะไม่เลือกก็ได้ เลือกไปแล้วก็ไม่สบายใจ เพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นเราไม่ชอบเลย แต่เราก็ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง

2.3 เกิดขึ้นในกรณีที่สิ่งต่าง ๆ หรือบุคคลหรือสัตว์ ที่เราต้องเลือกนั้นมีทั้งถูกใจและไม่ถูกใจเราในระดับที่เท่าๆ กันทั้งหมดตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป แต่เราก็ต้องเลือกเพียงอย่างเดียว

เหตุผลสำคัญที่มนุษย์ที่ต้องรู้จักการปรับตัว คือการที่มนุษย์จำเป็นจะต้องรู้จัก “การปรับตัว” เพื่อให้ทันต่อสถานการณ์ และสังคมรอบข้าง และไร้ซึ่งการมีปัญหา หรืออุปสรรคในการใช้ชีวิต นั้นเป็นเหตุผลที่มนุษย์ต้องปรับให้ตนเองมีความสุขมากขึ้น (goodlifeupdate.com .10 สิงหาคม 2561) ตามเหตุผลดังนี้

1. ลดความอึดอัดใจในตัวเอง การปรับเปลี่ยนตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญหน้าได้ อาจมีส่วนช่วยลดอคติ ที่มีต่อผู้อื่นให้เหลือน้อยลง เพราะ “อคติ” เปรียบเสมือนตัวการสร้างความอึดอัดรวมถึงความเบื่อหน่าย ที่อาจเกิดขึ้น จนไม่มีอารมณ์ร่วม ไปกับผู้อื่นหรือสถานการณ์ตรงหน้า นอกจากนี้ ยังช่วยทำให้รู้สึกว่าจะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นธรรมชาติมากขึ้นด้วย โดยเฉพาะหลีกเลี่ยงการสวมใส่หน้ากากเข้าหาผู้คนในสังคมนั้น ๆ

2. ใช้ชีวิตง่ายขึ้น การปรับตัวของมนุษย์ที่ไม่ว่าในสังคมใดก็ตาม จะมีส่วนช่วยให้การใช้ชีวิตในแต่ละวัน เป็นไปอย่างง่ายดายยิ่งขึ้นเพราะการถูกหิบบิ้นน้ำใจไมตรีความหวังดีจากผู้อื่นและการปรับตัวให้อยู่ในระดับที่เสมอภาคกัน จะทำให้เต็มไปด้วยความเข้าใจในตัวเองและกัน จนสามารถสร้างความสุข และความสบายใจในการดำเนินชีวิตได้

3. อยู่ร่วมกับคนอื่นได้ เหตุผลที่สำคัญที่สุดของการปรับตัวก็คือ การทำตัวเองให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นๆ ได้ โดยไม่เรื่องมากและไม่มากความ และลดความเป็นตัวเองลงไปซึ่งถ้าหากยังคงใช้ชีวิตแบบเดิมๆ ในสถานที่ใหม่ๆ หรือสังคมใหม่ๆ และไม่รู้จักปรับปรุงเปลี่ยนแปลงอะไรเพื่อเข้าหาคนอื่นบ้าง ก็ย่อมไม่สามารถที่จะได้รับการยอมรับ หรือใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่นได้อย่างสงบสุข

4. คิดมากขึ้น การปรับเปลี่ยนตัวเองลงบ้าง จะสามารถช่วยทำให้เข้าใจ และยอมรับเรื่องราวและเงื่อนไขต่างๆ รวมถึงความคิดของผู้อื่นๆ ได้มากยิ่งขึ้น เข้าใจว่าธรรมชาตินั้นมี



สิ่งที่มีความแตกต่างกัน จะมีช่วยลดความคิดมาก ทั้งที่ไม่จำเป็นให้เบาบางลง เพราะมีความเข้าใจในความเป็นไปของเรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้โดยง่าย

5. การได้พบกับสิ่งใหม่ๆ การปรับเปลี่ยนตัวเองให้ไม่ยึดติดสิ่งเดิมๆ เป็นการเปิดใจให้ค้นพบกับสิ่งใหม่ๆ ที่มีส่วนช่วยทำให้ได้เปิดหูเปิดตา และหลุดออกจากกรอบเดิมๆ ที่เคยวางไว้ ซึ่งการได้พบกับเรื่องราวใหม่ๆ อาจทำให้ชีวิตที่เป็นอยู่เปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นได้ ในแบบที่เราเองก็ไม่เคยได้คาดคิดมาก่อน

6. เพื่อความอยู่รอด มนุษย์รู้จักปรับตัวในการดำเนินชีวิต เพื่อให้อยู่รอดไปจนถึงวันพรุ่งนี้ และวันต่อๆ ไป เพราะถ้าหากไม่รู้จักรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมรอบข้างแล้วอาจส่งผลให้เข้ากับใคร หรือเข้ากับสภาพแวดล้อมไม่ได้ก็เลย ย่อมต้องส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตในด้านอื่นๆ ให้เป็นไปในทิศทางที่ยากมากขึ้นอีกด้วย

7. สร้างความ “อยู่เป็น” แม้ในบางครั้ง อาจมีความรู้สึกไม่เห็นด้วยกับสถานการณ์ตรงหน้ามากเท่าที่ควร แต่ก็ปฏิเสธไม่ได้เช่นกันว่าหลายครั้งที่เรามักจำเป็นต้องแสดงความคิดเห็นออกไปเพราะเรื่องบางเรื่องก็อาจมีผลกระทบต่อการใช้ชีวิตได้ หากสร้างความขัดแย้งออกไปในสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสม

วราภรณ์ ตระกูลสฤณี, 2545 ได้กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัวเพื่อความอยู่รอดของชีวิตและเพื่อความสุขและราบรื่นในชีวิตมนุษย์ โดยมีเหตุผลสำคัญตามประเด็นดังนี้ 1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ชีวิตของบุคคลหนึ่งๆ ย่อมผ่านสิ่งต่างๆ ซึ่งล้วนแล้วแต่พบเจอความเปลี่ยนแปลง 2. เพื่อเติมเต็มความสุข การปรับตัว ช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีการแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหาหรือสภาพที่ค่อนข้างเลวร้าย ที่เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง

สรุปได้ว่า แต่ละบุคคลมีสาเหตุของการปรับตัวที่แตกต่างกัน โดยส่วนใหญ่จะปรับตัวเพื่อแก้อุปสรรค หรือข้อขัดข้องใจของตนเอง เช่นการปรับตัวเมื่อเกิดความไม่สบายใจ ความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และ ความเครียด เพื่อตอบสนองความต้องการแห่งตน

#### 1.4 หลักที่พึงยึดถือในการปรับตัวให้ได้ผลดี

กระทรวงศึกษาธิการมีความเห็นให้ปลูกฝังคุณธรรมพื้นฐาน 8 ประการแก่เยาวชนไทย อันได้แก่ ขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ มีวินัย สุภาพ สะอาด สามัคคี มีน้ำใจ โดยมีจุดเน้นเพื่อพัฒนาเยาวชนให้เป็นคนดี มีความรู้ และอยู่ดีมีสุข การใช้คุณธรรมเป็นพื้นฐานของกระบวนการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงกับความร่วมมือของสถาบันครอบครัว ชุมชน สถาบันศาสนา และสถาบัน การศึกษา การปลูกฝังคุณธรรมจึงหมายถึง การจัดสภาพการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนมองเห็นคุณค่าของการมีศีลธรรม และจริยธรรมในด้านต่างๆ และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ค่านิยม ความเชื่อ และพฤติกรรมที่

ดึงามารพัฒนามนุษย์ตามหลักพุทธศาสนา (taamkru.com. 10 สิงหาคม 2561) การฝึกฝนพัฒนามนุษย์ให้สมบูรณ์ตามหลักไตรสิกขา อันประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา หรืออีกนัยหนึ่งคือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญาไปพร้อมกัน โดยเน้นที่การพัฒนาปัญญาเป็นแกนหลักสำคัญของกระบวนการศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการฝึกฝนให้เกิดความรู้ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง สามารถเข้าใจเหตุปัจจัยและแก้ปัญหาค้นคว้าได้ มีความประพฤติที่เป็นมาตรฐานในสังคม มีจิตใจที่ผ่องใส เบิกบาน เป็นอิสระทั้งภายนอกและภายใน กิจกรรมการเรียนรู้ที่มุ่งสู่การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม คือ การเน้นวิถีชีวิตของเด็ก ตั้งแต่เรื่องการกิน อยู่ คู่ พัง ไปจนกระทั่งเรื่องการพัฒนาทักษะทั้งในการด้านการใช้ร่างกาย การคิด การกระทำที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ได้แก่ การนำเด็กเข้าสู่ประสบการณ์ตรงในวิถีปฏิบัติของชาวพุทธ เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนา การสวดมนต์ การนั่งสมาธิ การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน การให้เด็กเป็นผู้บริการช่วยเหลือผู้อื่น เช่น การบริการครู บริการผู้อาวุโสหรือแก่ผู้ใหญ่ที่มาเยี่ยมชมโรงเรียน การล้างจานให้เพื่อน การปลูกผักรับประทานเอง การประกอบอาหาร หรือการใช้ศิลปะ ดนตรี เป็นเครื่องมือในการเรียนรู้ของเด็ก การเล่นนิทานที่มีเนื้อหาสอดแทรกคตินิยม และการจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ เพื่อให้เด็กตระหนักต่อความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับโลกรอบตัวทั้งนี้ ครูหรือผู้สนใจที่ต้องการปลูกฝังคุณธรรมให้กับเด็ก จำเป็นจะต้องศึกษาแนวคิดสำคัญของคุณธรรมเหล่านั้นให้เข้าใจอย่างแท้จริง คำนึงถึงธรรมชาติการเรียนรู้ของเด็ก และความสนใจในการเรียนรู้ของเด็กที่แตกต่างกันออกไป ตามพื้นฐานของเด็กและสภาพแวดล้อมรอบตัวเป็นสำคัญ แล้วจึงนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะกับบริบทหรือหน่วยการเรียนรู้ต่างๆ ในโรงเรียน ครูจะต้องระลึกอยู่เสมอว่าตนในฐานะกัลยาณมิตรของเด็ก ถือเป็นส่วนสำคัญในกระบวนการเรียนรู้ของเด็ก ซึ่งจำเป็นจะต้องฝึกหัดขัดเกลาตนเอง เพื่อให้เป็นแบบอย่างที่ดี รวมทั้งฝึกฝนพิจารณาใคร่ครวญถึงคุณค่าแท้ของคุณธรรมที่ต้องการปลูกฝังให้เกิดขึ้นกับเด็กอย่างแท้จริง จึงจะสามารถนำกระบวนการดังกล่าวไปใช้อย่างได้ผล

### 1.5 พัฒนาการทางสังคมของเด็กช่วงวัยประถมศึกษาตอนต้น (6-9 ปี)

บุบผา เรืองรอง. (8 กันยายน 2561) ได้อธิบายว่าการประพฤติปฏิบัติตนของเด็กที่เกิดจากการเรียนรู้ในการปรับตัวให้สังคมยอมรับเป็นความสามารถทางสังคมของเด็ก ซึ่งเด็กจะต้องเรียนรู้มาตั้งแต่วัยทารกและสืบเนื่องติดตัวมาจนเติบโตเข้าสู่เด็กวัยประถมต้น อายุ 6-9 ปี ความสามารถทางสังคมของเด็กทำให้เด็กประสบความสำเร็จในชีวิต และดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข ดังนั้นกระบวนการปรับตัวทางสังคม (Socialization process) จึงเป็นกระบวนการสำคัญที่เด็กจะเรียนรู้แนวทางการปฏิบัติตัวในสังคมที่ถูกต้อง เพื่อให้บุคคลอื่นยอมรับตนเองและอยู่ร่วมสังคมกับบุคคลอื่นได้ กระบวนการนี้ เด็กจะค่อยๆ เรียนรู้ไปตลอดชีวิต นับตั้งแต่วัยทารก โดย

เด็กจะเรียนรู้ที่จะสร้างความสัมพันธ์กับแม่และขยายไปสู่บุคคลรอบข้าง เด็กจะเรียนรู้ภาษา การแสดงความรู้สึกต่อคนอื่น รู้จักการช่วยเหลือตนเอง รู้จักข้อตกลงทางสังคม การเรียนรู้แต่ละช่วงวัยมีผลต่อการประพฤติปฏิบัติอีกวัยหนึ่ง เด็กวัยเรียนหรือวัยประถมจะพัฒนาการทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงจากเด็กปฐมวัย เด็กวัยประถมจะมีพัฒนาการทางสังคมเนื่องจากการได้รับอิทธิพลจากเพื่อนและสภาพสิ่งแวดล้อม เด็กวัยนี้เมื่อไปโรงเรียนจึงมีความเข้าใจภาษามากขึ้น และจะเริ่มลดการยึดตนเองเป็นจุดศูนย์กลาง แบ่งพัฒนาการทางสังคมของเด็กวัย 6-9 ขวบได้ดังนี้

- เด็กสนใจที่จะทำกิจกรรมกับเพื่อนมากขึ้น ทั้งด้านการเรียนหรือการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อนจะเข้ามามีบทบาทและอิทธิพลมากกว่าพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

- เด็กจะรู้ความแตกต่างระหว่างเพศอย่างชัดเจน
- สนใจและชอบการแข่งขัน
- สนใจและชอบธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมรอบตัว
- สร้างระเบียบ หรือตั้งกฎกติกาขึ้นเองเพื่อเป็นแนวปฏิบัติได้
- รับรู้ความสามารถของตนเองและเพื่อนได้ ยอมรับความสามารถของเพื่อนได้
- มีความสามารถทางภาษามากขึ้น และอ่านหนังสือได้มากขึ้น
- ใช้เหตุผลในการตัดสินใจ ไม่ใช่ความคิดของตนเองเป็นศูนย์กลาง
- สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น
- มีความรับผิดชอบ สามารถช่วยเหลือตนเองได้ เข้าใจหลักปฏิบัติตนในสังคม มี

มารยาททางสังคมมากขึ้น มีขั้นพัฒนาการตามช่วงอายุดังนี้

- อายุ 6 ปี ให้ความสนใจกิจกรรมในเวลาสั้นๆ แล้วเปลี่ยนไป ไม่สนใจว่างานจะสำเร็จหรือไม่ เด็กจะสนใจและกระตือรือร้นทำงานที่ตนเองชอบ
- อายุ 7 ปี มีความพยายามที่จะทำให้งานสำเร็จมีมากกว่าวัย 6 ปี มีความอยากรู้อยากเห็นมากขึ้น แต่จะทำงานทีละอย่างได้ดีกว่าการให้ทำกิจกรรมที่เดียวหลายอย่าง
- อายุ 8 ปี ให้ความสนใจที่จะทำงานให้สำเร็จ สนใจที่จะทำสิ่งใหม่ๆ มีสมาธิมากขึ้น รับฟังคำแนะนำในการทำงานมากขึ้น มีความสามารถในการเล่นต่างๆ สามารถแสดงละครง่ายๆ ได้ จะมีความอยากรู้อยากเห็น สนใจซักถามมากขึ้น
- อายุ 9 ปี สามารถแก้ปัญหาและรู้จักหาเหตุผลโดยอาศัยการสังเกต ต้องการอิสรภาพเพิ่มขึ้น มีความรู้ในด้านภาษา และความรู้รอบตัวกว้างขึ้น ชอบอ่านหนังสือที่เกี่ยวกับข้อเท็จจริง สนใจที่จะสะสมสิ่งของ และจะเลียนแบบการกระทำต่างๆ ของคนอื่น

ผลจากการพัฒนาการดังกล่าวจะทำให้เด็กสามารถสร้างสังคมกับบุคคลอื่น และอยู่ในสิ่งแวดล้อมได้ดีขึ้น แต่ขณะเดียวกันเด็กวัย 6-9 ปี จะไม่สนใจผู้ใหญ่เหมือนเด็กปฐมวัย นักจิตวิทยาให้ความสนใจถึงพัฒนาการทางสังคมของเด็กวัยนี้ เช่น Sigmund Freud ผู้คิดทฤษฎีพัฒนาการทางเพศ (Psychosexual development) ผู้เชื่อว่า การพัฒนาการทางบุคลิกภาพของเด็กแต่ละคน ขึ้นอยู่กับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย โดยร่างกายจะเปลี่ยนแปลงบริเวณแห่งความพึงพอใจเป็นระยะๆ ในช่วงอายุที่ต่างๆ กัน และบริเวณแห่งความพึงพอใจนั้นจะได้รับการตอบสนองเต็มที่ เด็กจึงจะมีพัฒนาการที่ดีและสมบูรณ์ สำหรับเด็กวัย 6-9 ปี จะอยู่ในระยะแฝง (The latency stage) เป็นระยะที่เก็บกดความพึงพอใจทางเพศไว้ จะไม่มีบริเวณใดในส่วนตัวต่างๆ ของร่างกายที่จะเป็นบริเวณแห่งความพึงพอใจ ในระยะนี้เด็กมักแสดงออกถึงความสนใจในเรื่องอื่น เช่น การแข่งขันในการเรียนและการกีฬา ส่วน Erik H. Erikson ผู้คิดทฤษฎีพัฒนาการทางสังคม (Psychosocial development) กล่าวว่า เด็กวัยประถมนี้จะอยู่ในขั้นพัฒนาความขยันขันแข็งหรือความรู้สึกด้อย (Industry vs. feeling of inferiority) เป็นระยะที่เด็กต้องการทำสิ่งต่างๆ ให้บรรลุความสำเร็จ เด็กจึงพยายามแข่งขันเพื่อให้ประสบความสำเร็จ แต่ถ้าเกิดการล้มเหลว จะทำให้เด็กมีปมด้อย และเกิดความท้อถอยสิ่งใหม่ในอนาคตมีความสุข และเด็กวัยประถมต้นเป็นวัยที่มีความสุข มีความพึงพอใจเกี่ยวกับวัยของตนอย่างมาก มีความสนุกสนานในการเล่น เพราะใช้เวลาส่วนมากอยู่กับเพื่อน เริ่มเรียนรู้ที่จะให้ความร่วมมือ รู้จักให้และรับ

วัยประถมต้น (krupatom.com.10 กันยายน 2561) เป็นวัยที่รู้จักเหตุและผล มีความคิดเป็นของตัวเอง สามารถแก้ไขปัญหา พร้อมทั้งจะเรียนรู้ระเบียบวินัย เริ่มเรียนรู้ที่จะให้ความร่วมมือ รู้จักให้และรับ ดังนั้น การสอนให้เด็กวัยนี้รู้จักกับทุกอารมณ์ความรู้สึกที่ผ่านเข้ามา และช่วยให้เด็กสามารถแสดงออกที่เหมาะสม ด้วยการฝึกฝนแนะนำ ให้คำชมเมื่อเด็กทำได้ดี และแก้ไข ชักจูงแนะนำเมื่อเด็กทำไม่เหมาะสม ส่งเสริมให้เด็กรู้จักควบคุมอารมณ์และมีการปรับตัวที่ถูกต้อง ลูกวัยประถมต้นให้มีจิตใจที่จริงจัง มุ่งมั่นในการทำดีเพื่อส่วนรวม รักใคร่สามัคคี และมีความรับผิดชอบ โรงเรียนมีอิทธิพลต่อพัฒนาการทุกด้านของเด็กประถม โรงเรียนที่มีคุณภาพในการพัฒนาเด็ก จะประกอบด้วยครูที่มีภาวะผู้นำ อบอุ่น เป็นกันเอง ยุติธรรม แต่ชัดเจนในกฎเกณฑ์ ไม่มีลักษณะเข้มงวดกดขี่ มีความสามารถในการคิด ตัดสินใจ มองการณ์ไกล และมีความเชื่อมั่นในความสามารถในตัวเด็ก และตรวจสอบความก้าวหน้าของเด็กสม่ำเสมอ นอกเหนือจากด้านการเรียน เด็กควรได้รับการฝึกฝนการเล่น การอยู่ร่วมกับเพื่อนและครู งานศิลปะ คนตรี ฯลฯ ความสามารถเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการได้รับการยอมรับจากครูและเพื่อน เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เด็กเห็นคุณค่าในตนเอง

สมพงษ์ จิตระดับ และอรชร ตูลานันท์ (2551) ได้กล่าวไว้ว่าพัฒนาการเด็กวัยประถมศึกษาคือเด็กที่มีอายุระหว่าง 6 – 12 ปี เด็กวัยนี้จะเริ่มมีความคิดเป็นของตนเอง ฟังผู้ใหญ่ น้อยลง สังคมและวัฒนธรรมจะเริ่มเข้าไปมีอิทธิพลต่อความคิดและความเชื่อของเด็กมากขึ้น เด็กมีเวลากับโรงเรียนและเพื่อนมากขึ้น ส่วนในด้านลักษณะทางอารมณ์เด็กสามารถควบคุมการกระทำของตนเองได้ จำกฎ กติกาข้อตกลงต่างๆ ได้โดยไม่ต้องเตือน สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองได้ สามารถควบคุมความโกรธและการกระทำที่ไม่เหมาะสมได้อย่างมีเหตุผลมากขึ้น ปฏิบัติตามกฎ กติกาของสังคมได้มากขึ้น นอกจากนั้นเด็กยังต้องการแข่งขันเพื่อเอาชนะและต้องการเรียนรู้ทักษะสิ่งใหม่ๆ อีกทั้งยังพยายามเรียนรู้ที่จะทำให้ผู้ใหญ่พอใจ พัฒนาการทางสังคมของเด็กวัยนี้เห็นได้ชัดเจนคือ ด้านการคบเพื่อน เรียนรู้ในการเลือกคบเพื่อน รู้จักวางตัว เด็กมักคบเพื่อนเพศเดียวกัน สนใจเหมือนกัน เด็กวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงในหลายๆด้าน ได้แก่ เริ่มเข้าโรงเรียนอย่างเป็นทางการ (Formal Schooling) สามารถพัฒนาทักษะต่างๆ ได้ง่าย เป็นวัยที่ซึมซับค่านิยม วัฒนธรรม และสิ่งต่างๆ รอบตัว และเป็นวัยที่พร้อมจะพัฒนาตนเองไปสู่ความสำเร็จ (Stage of Industry) พัฒนาการด้าน อารมณ์และสังคม การพัฒนาจะประกอบด้วย การให้ความหมายต่อตัวเอง (Self concept) การสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง (Self esteem) การสร้างความสามารถทางจิตสังคม (Psychosocial competence) ที่เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม ที่ทำให้ ตนเองพึงพอใจและเป็นที่ยอมรับในสังคม พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมที่เหมาะสม ของเด็กวัยนี้ จะนำไปสู่พัฒนาการที่ดีในช่วงวัยรุ่นต่อไป พัฒนาการทางสังคม มีลักษณะพัฒนาการทางสังคมที่เด่นชัด คือ เด็กเริ่มออกจากบ้าน ไปสู่หน่วยสังคมอื่น จุดศูนย์กลางสังคมของเด็กคือ โรงเรียน เด็กจะเรียนรู้บทบาทใหม่คือการเป็นสมาชิกของกลุ่มเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกัน เด็กจะได้รับการเรียนรู้ระเบียบกฎเกณฑ์ ความประพฤติกฎที่ต้องปฏิบัติในสังคม

นอกจากนั้น คณะพยาบาล มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางแสน.(2532) ยังได้ให้ความเห็นว่า วัยนี้จะมีพัฒนาการทางด้านสังคมเด่นมาก จะมีสัมพันธภาพกับผู้ใหญ่ทั้งนอกบ้านและในบ้านมากขึ้น มีการเรียนรู้กติกาการเล่น กติกาของสังคม เหมาะกับการฝึกฝนกิจกรรมด้านทักษะต่างๆ เช่นการดนตรี กีฬา หรืองานบ้านและสุขนิสัยต่างๆ และได้พบว่า พัฒนาการด้านสังคมตามช่วงวัย เป็นดังนี้

อายุ 6 ปี รู้จักแบ่งของเล่นหรือขนมให้ผู้อื่นได้ จากเดิมเป็นผู้รับฝ่ายเดียว

อายุ 7 ปี สามารถจัดระเบียบให้ตนเองได้ เตรียมตัวในการไปโรงเรียนเอง เริ่มตรงเวลามากขึ้น เด็กผู้หญิงจะชมน้อยลง

อายุ 8 ปี ชอบอ่านหนังสือสัตว์ต่างๆ นวนิยาย หนังสือพิมพ์ มีมารยาททางสังคมดีขึ้น ไม่ชอบเล่นคนเดียว มีระเบียบวินัยในตนเองมากขึ้น

อายุ 9 ปี ชอบอ่านหนังสือเกี่ยวกับสัตว์ต่างๆ ธรรมชาติ การผจญภัย มีระเบียบวินัยในตนเองและมีมารยาททางสังคมมากขึ้น มีการเลียนแบบพฤติกรรมในหมู่คณะ

อายุ 10 ปี ในการทำกิจกรรมมีความเป็นระเบียบมากขึ้น เข้าใจความสามัคคีในหมู่คณะ รู้จักเห็นอกเห็นใจเพื่อน พยายามทำในสิ่งที่ดี คิดเพื่อนและชอบวิพากษ์วิจารณ์อาจารย์ผู้อื่น รับผิดชอบตนเองได้ดี

สิ่งสำคัญสำหรับวัยเด็กตอนปลาย คือการเรียนรู้ ผีกลั่นทักษะ มีสัมพันธภาพกับกลุ่มเพื่อน ซึ่งจะมีประโยชน์ต่อเด็ก คือ

1. สอนให้รู้จักปรับตัวเข้ากับกลุ่ม รู้จักยืดหยุ่นในการเล่นหรือทำกิจกรรม
2. สอนให้รู้จักกฎเกณฑ์ กฎระเบียบทางสังคม
3. ช่วยให้เด็กมีประสบการณ์อย่างใกล้ชิด ในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกัน เรียนรู้บทบาทที่เหมาะสม ยอมรับความแตกต่างระหว่างเพศได้

#### 2.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวมาจากแนวคิดด้านจิตวิทยาการแนะแนว ซึ่งนักจิตวิทยาหลายท่านได้ให้ความหมายของการแนะแนวได้ เช่น ครัม โบลซ์ (J. D. Krumboltz, 1970 อ้างอิงจาก วัฒนา พัทธราวิช, 2531) ให้ความหมายการแนะแนว คือ กระบวนการที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันระหว่างผู้ที่มีปัญหาที่ต้องการความช่วยเหลือและผู้แนะแนวที่ผ่านการฝึกอบรมมาอย่างดี รวมทั้งผ่านการศึกษาเกี่ยวกับการแนะแนวมาแล้ว มีจุดมุ่งหมายปลายทางที่จะช่วยเหลือให้ผู้ประสบปัญหาได้มีโอกาสเรียนรู้ที่จะเผชิญกับสภาพความเป็นจริงและสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ

กู๊ด (Carter V. Good, 1973 อ้างอิงจาก วัฒนา พัทธราวิช, 2531) ให้ความหมายการแนะแนว ดังนี้

1. การแนะแนว คือการช่วยเหลือให้แต่ละบุคคลสามารถเข้าใจตนเองและโลกเกี่ยวกับตนเองได้ดี สามารถแสวงหาความรู้เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจเกี่ยวกับความก้าวหน้าทางการศึกษา การพัฒนาอาชีพ และการมีบุคลิกภาพที่เหมาะสม
2. การแนะแนว คือวิธีการช่วยเหลืออย่างมีแบบแผนต่อเนื่องกัน ซึ่งนอกเหนือไปจากการสอนตามปกติ เป็นการช่วยเหลือให้นักเรียน นักศึกษา หรือบุคคลอื่นๆ สามารถประเมินความสามารถของตนเองและข้อบกพร่องของตนเองเพื่อนำไปใช้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้
3. การแนะแนว เป็นวิธีการที่กระทำโดยตรงต่อเด็ก ในการที่จะนำเด็กไปสู่จุดหมายปลายทาง โดยการจัดสภาพแวดล้อมให้แก่เด็ก เพื่อจะเป็นสาเหตุให้เด็กทราบถึงความ

ปรารถนาและความต้องการเบื้องต้นของตนเอง และเกิดความสนใจต่อความต้องการเหล่านั้น อันจะนำไปสู่ลำดับขั้นของความสำเร็จตามที่ตนเองปรารถนา

4. การแนะแนว เป็นวิธีการที่ครูจะนำเด็กให้รู้จักวิธีการศึกษาค้นคว้า และได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนเอง

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยได้นำเสนอเป็นลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

- 1) ความหมายของชุดกิจกรรมแนะแนว
- 2) วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว
- 3) หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 4) ขอบข่ายการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 5) ลักษณะของกิจกรรมแนะแนว
- 6) กระบวนการจัดกิจกรรมแนะแนว
- 7) การแนะแนวในฐานะการช่วยเหลือการปรับตัวทางสังคม

## 2.2 วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว

กรมวิชาการ (2546) ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของกิจกรรมแนะแนว ดังต่อไปนี้

1. เพื่อให้ผู้เรียนค้นพบความถนัด ความสามารถ ความสนใจของตนเอง รักและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการแสวงหาความรู้จากข้อมูล ข่าวสาร แหล่งเรียนรู้ ทั้งทางด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัว สังคม

2. เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพ ให้เหมาะสมสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง

3. เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาบุคลิกภาพและปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

4. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ในงานอาชีพและมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพที่สุจริต

5. เพื่อให้ผู้เรียนมีค่านิยมที่ดีงามในการดำเนินชีวิต เสริมสร้างวินัย คุณธรรมและจริยธรรมแก่ผู้เรียน

6. เพื่อให้ผู้เรียนมีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ

## 2.3 หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว

คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2554) ได้เสนอแนะแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวสถานศึกษาในระดับประถมศึกษาใน 3 ลักษณะ ดังต่อไปนี้

1. การจัดบริการแนะแนวในสถานศึกษาทุกสถานศึกษาสามารถจัดบริการแนะแนวอย่างเป็นระบบ โดยมีบริการ 5 บริการ และครอบคลุมขอบข่ายงานแนะแนวทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ทั้งนี้จะต้องมีการกำหนดผู้รับผิดชอบอยู่ในโครงสร้างการบริหารของโรงเรียน และต้องมีโครงการ แผนงาน งบประมาณที่แสดงถึงการปฏิบัติงานที่ต่อเนื่องทั้งปี โดยมีครูแนะแนวเป็นผู้นำในการดำเนินงาน เช่น การเข้าค่าย โครงการต่าง ๆ นิทรรศการ การปฐมนิเทศ โฮมรูม ป้ายนิเทศ กิจกรรมหน้าเสาธง เป็นต้น

2. การจัดกิจกรรมแนะแนวในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามหลักสูตร ซึ่งถือเป็นส่วนสำคัญในการจบหลักสูตร โดยมีครูประจำชั้น/ครูผู้ได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมแนะแนวเป็นผู้รับผิดชอบ

3. การประยุกต์ใช้หลักการและกระบวนการแนะแนวในการจัดหลักสูตรและพัฒนาการเรียนการสอน การดูแลช่วยเหลือผู้เรียน โดยทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียน ผู้รับผิดชอบงานแนะแนวของสถานศึกษาควรพัฒนาตนเองให้มีความรู้พื้นฐานด้านการแนะแนว เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในปรัชญาและหลักการแนะแนวในเบื้องต้น โดยมีจุดหมายของการแนะแนวในการป้องกันปัญหา แก้ปัญหา และส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านของผู้เรียน เพื่อนำไปปฏิบัติอย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งปรัชญา หลักการแนะแนว มีดังนี้

การดำเนินงานแนะแนวในสถานศึกษาต้องจัดให้ครอบคลุมขอบข่ายงานแนะแนวทั้ง 3 ด้าน ได้แก่

1. ด้านการศึกษา ให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองในด้านการเรียนอย่างเต็มตามศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียนหรือการศึกษาต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพ มีนิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน มีวิธีการเรียนรู้ และสามารถวางแผนการเรียนหรือการศึกษาต่อไปได้อย่างเหมาะสม

2. ด้านอาชีพ ให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในทุกด้าน รู้และเข้าใจโลกของงานอาชีพ อย่างหลากหลายมีเจตคติที่ดีต่ออาชีพสุจริต มีการเตรียมตัวสู่อาชีพ สามารถวางแผนเพื่อประกอบอาชีพตามที่ตนเองมีความถนัดและสนใจ

3. ด้านส่วนตัวและสังคม ให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น รักยสิ่งแวดล้อม มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดีมีคุณภาพ มีทักษะชีวิตและสามารถปรับตัว ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

#### 2.4 ขอบข่ายและลักษณะการจัดกิจกรรมแนะแนว

จากกรอบความคิดกิจกรรมแนะแนวซึ่งมีขอบข่ายครอบคลุมการศึกษา ด้านการทำงานและอาชีพ ด้านชีวิตและสังคม ในการจัดกิจกรรมจำเป็นต้องจัดกิจกรรมทั้ง 3 ด้านไปพร้อม ๆ กัน ดังนั้น จึงได้ผสมผสานและบูรณาการเป็นกลุ่มกิจกรรมใหญ่ ๆ 4 กลุ่ม ดังนี้

1. กิจกรรมรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น



- 1.1 รู้และเข้าใจความต้องการและปัญหาของตนเอง
- บอกความต้องการหรือปัญหาของตนเองบอกความต้องการหรือปัญหา
- ของตนเอง
- 1.2 รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง
- บอกจุดเด่น จุดด้อยของตนเอง
  - บอกความภาคภูมิใจของตนเอง
- 1.3 รู้และเข้าใจความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ด้านการเรียน และการงาน
- บอกความชอบ และความสามารถของตนเอง
  - แสดงความสามารถของตนเอง
- 1.4 ภูมิใจในตนเองและชื่นชมผู้อื่น
- บอกความภาคภูมิใจสิ่งที่ตนทำ
  - บอกความสามารถและความดีของผู้อื่น
  - แสดงความชื่นชมผู้อื่น
2. กิจกรรมการแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ
- 2.1 สามารถค้นหาข้อมูลจากแหล่งที่อยู่ใกล้ตัว
- รู้จักแสวงหาข้อมูลจากบุคคล สื่อสถานที่ ที่เป็นข้อมูลที่ใกล้ตัว
  - สามารถเลือกข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม
- 2.2 สามารถเลือกและใช้ข้อมูลให้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน
- รู้จักใช้ข้อมูลให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันและสอดคล้องตาม
- กฎเกณฑ์ของสังคม
3. กิจกรรมการตัดสินใจและแก้ปัญหา
- 3.1 สามารถตัดสินใจและแก้ปัญหาต่างๆ ของตนเอง
- บอกเหตุผลสิ่งที่ต้องการจะทำ
  - บอกทางเลือก ที่จะได้มาในสิ่งที่ต้องการ
  - แสดงพฤติกรรมที่เกิดจากการตัดสินใจ
4. กิจกรรมการปรับตัวและดำรงชีวิต
- 4.1 รับรู้ความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น
- ปฏิบัติตามคำสั่ง/การขอร้องของครู หรือผู้ปกครองอย่างมีเหตุผล
  - ปฏิบัติตามกฎระเบียบของครอบครัว โรงเรียน และชุมชน
  - รับรู้ความรู้สึกของผู้อื่น

#### 4.2 สามารถสื่อความรู้สึก และความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้

- แสดงความรู้สึกและความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้
- แสดงความคิดที่ดีที่มีต่อผู้อื่น

#### 4.3 แสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสมกับวัย

- รับรู้การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายอารมณ์ และสังคมของตนเอง
- แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
- สามารถปรับตัวอยู่ในสิ่งแวดล้อมใหม่ที่เปลี่ยนไป

#### 4.4 เป็นผู้ให้และผู้รับที่ดี

- รู้จักการแบ่งปันสิ่งของให้กับผู้อื่น
- รู้จักการให้และรับความช่วยเหลือ
- รู้จักยกย่องชมเชยผู้อื่น
- รู้จักรับการยกย่องชมเชยจากผู้อื่น

#### 4.5 สามารถทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

- ให้ความร่วมมือกับผู้อื่น

### 3. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้นอกห้องเรียน

#### 3.1 ความหมายของการเรียนรู้นอกห้องเรียน

นักการศึกษาหลายท่าน ได้ให้ความหมายของการศึกษานอกห้องเรียน ไว้หลายความหมาย สรุปได้ ดังนี้

1. การศึกษานอกห้องเรียนเป็นการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ตรง (Sharp, 1973 อ้างใน อรนุช ลิมตศิริ, 2560)
2. การศึกษานอกห้องเรียนแนวคิดแบบสหวิทยาการที่บูรณาการศาสตร์ต่าง ๆ เข้าด้วยกัน เพื่อให้ ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายและจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ในหลักสูตร (Hammerman, Hammerman, Hammerman, 1985)
3. การศึกษานอกห้องเรียนเป็นวิธีการที่ผู้เรียนเรียนจากประสบการณ์ตรงเน้นการลงมือปฏิบัติ ภายนอกห้องเรียน เน้นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับทรัพยากรธรรมชาติ (Prist, 1990)
4. การศึกษานอกห้องเรียน เป็นการใช้สถานที่นอกห้องเรียนเป็นห้องปฏิบัติการ เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้ เกี่ยวกับธรรมชาติ หรือสิ่งแวดล้อมรอบตัว (Hammerman, 1994)

5. การศึกษานอกห้องเรียนทำให้หลักสูตรสมบูรณ์ครอบคลุมมากขึ้น โดยเน้นกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นทั้งภายในห้องเรียน และการศึกษาสิ่งแวดล้อมนอกห้องเรียนรวมถึงการเข้าค่ายและการจัดกิจกรรม นันทนาการต่าง ๆ (Lappin, 2000)

6. การศึกษานอกห้องเรียนทำได้หลายวิธี รวมถึงการพาผู้เรียนไปที่สวนสาธารณะเพื่อศึกษาพันธุ์ไม้ ดอกไม้ชนิดต่างๆ การศึกษาเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมและธรรมชาติ รวมถึงการเข้าร่วมโปรแกรมผจญภัยภายใต้การดูแลของครูผู้มีประสบการณ์ (Hammerman, 2001; Priest, 1986) อาจกล่าวได้ว่าในช่วงเวลาที่ผ่านมา การศึกษานอกห้องเรียนได้ขยายแนวคิดจากเดิมคือ การเข้าค่ายไปสู่การจัดโปรแกรมที่เน้นประสบการณ์ที่ครอบคลุมทั้งด้านความรู้ เจตคติและทักษะต่าง ๆ เพื่อให้ผู้เรียนได้มี ประสบการณ์ตรง ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัว

### 3.2 ความสำคัญของการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน

การจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนโดยผ่านประสบการณ์ ดีวี่ (Dewey, 1938) นักปรัชญาการศึกษาและนักปฏิรูปการศึกษา กล่าวว่า การจัดการเรียนนอก ห้องเรียนเป็นการเรียนโดยผ่านประสบการณ์ (Outdoor Experiential Education) มีการวางแผน บริหาร จัดการอย่างรอบคอบ และปลอดภัยโดยผู้สอน เนื่องจากการเรียนโดยผ่านประสบการณ์เป็นสิ่งที่ท้าทายและต้องยึดหลักการทางวิทยาศาสตร์และต้องมั่นใจว่าได้จัดประสบการณ์ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ หลักการเรียนรู้นอกห้องเรียนที่เน้นประสบการณ์สามารถสรุปได้ดังนี้ (AEE, 2003, น.9-10)

- 1) การเรียนโดยผ่านประสบการณ์เกิดจากการที่ผู้สอนวางแผนอย่างรอบคอบในการเลือก ประสบการณ์หรือกิจกรรมให้ผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ คิด อย่างมีวิจารณญาณ คิดสร้างสรรค์
- 2) การเรียนโดยนำประสบการณ์ส่งเสริมพัฒนาการในทุก ๆ ด้านรวมถึงพัฒนาการทางสติปัญญา ร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ ตลอดจนช่วยให้นักเรียนมีการสื่อสาร และปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้น รู้จักเข้าใจตนเอง มีการตรวจสอบค่านิยม เจตคติของตนมากขึ้น
- 3) กระบวนการเรียนโดยผ่านประสบการณ์ช่วยให้ผู้เรียนเรียนแบบกระตือรือร้น มีส่วนร่วมใน ลงมือกระทำได้ฝึกทักษะการสังเกต ตั้งคำถาม คิดวิเคราะห์และแสวงหาค้นคว้าด้วยตนเอง สรุป การเรียนรู้โดยอาศัยประสบการณ์ตรง (direct experience) เป็นลักษณะสำคัญของการศึกษา นอกห้องเรียน (Outdoor Education) เพื่อช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจและมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ได้ฝึก ทักษะการสังเกต ฝึกกระบวนการคิดวิเคราะห์ ตั้งคำถาม คิดสร้างสรรค์ พัฒนาทักษะทางการสื่อสาร ทักษะทาง สังคม และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นซึ่งล้วนเป็นทักษะแห่งอนาคตใหม่ทั้งสิ้น

### 3.3 วัตถุประสงค์ในการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียน

การศึกษานอกห้องเรียนเป็นการจัดประสบการณ์ที่ทำให้หลักสูตรและการเรียนการสอนมีความหมาย ต่อผู้เรียนมากขึ้น การศึกษานอกห้องเรียนมิใช่ศาสตร์หรือสาระการเรียนรู้ที่แยกตัวออกมาโดด ๆ ที่มีมาตรฐาน การเรียนรู้ ตัวชี้วัดหรือจุดประสงค์การเรียนรู้ที่ชัดเจน ดังเช่น วิทยาศาสตร์หรือคณิตศาสตร์ แต่เป็นวิธีการ กระบวนการ เป็นวิธีสอน นอกห้องเรียนเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว ซึ่งความรู้พื้นฐานด้าน สิ่งแวดล้อมเป็นแนวคิดที่สำคัญแนวคิดหนึ่งที่ถูกกำหนดไว้ใน “ทักษะแห่งอนาคตใหม่ การเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21” ที่กำหนดโดยภาคีเพื่อทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ดังที่กล่าวไว้ในตอนแรก การจัดโปรแกรมประสบการณ์นอก ห้องเรียนทำได้ในทุกระดับชั้น ตั้งแต่ปฐมวัยจนถึงระดับอุดมศึกษาเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับความรู้และประสบการณ์ตรง ได้ฝึกกระบวนการคิด การแก้ปัญหา พัฒนาทักษะ เจตคติ ตลอดจนการปลูกฝังจิตสำนึกในการ อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

### 3.4 กระบวนการเรียนรู้ในห้องเรียน

การศึกษานอกห้องเรียน มีองค์ประกอบ 6 ประการ ดังนี้ – การสอนนอกห้องเรียน จัดเป็นวิธีสอนรูปแบบหนึ่ง - การสอนที่เน้นประสบการณ์ - การสอนที่เกิดขึ้นภายนอกห้องเรียน – การสอนที่เน้นการใช้ประสาทสัมผัสทุกส่วนในลักษณะองค์รวม – การสอนที่มีลักษณะของการบูรณาการศาสตร์ต่างๆ เข้าด้วยกันการสอนที่เน้นความสัมพันธ์ระหว่างคนกับแหล่งเรียนรู้จากธรรมชาติ (Priest, 1990, p.113)

กิจกรรมนอกห้องเรียนจะช่วยเสริมทักษะและประสบการณ์ใหม่ๆ ให้กับเด็ก เพื่อให้ได้สัมผัส ได้ลงมือทำ ได้ปฏิบัติจริง ดังจะเห็นจากการรวบรวมของข้อมูลจากกระปุก.คอม (baby.kapook.com. 25 กค. 2557) ที่มีความเห็นว่า กิจกรรมนอกห้องเรียนนั้นสามารถให้เด็กได้เรียนรู้จากความสุขสนาน

1. ช่วยให้มีความรู้เพิ่มเติมนอกเหนือจากในตำราเรียน
2. ช่วยบรรเทาอาการเครียด
3. ช่วยให้เจอในสิ่งที่ชอบ
4. ช่วยให้มีความคิดสร้างสรรค์
5. มีเพื่อนใหม่และเข้ากับสังคมได้ดี

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง แบบมีกลุ่มควบคุม ทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (Pretest – Posttest Control Group Design) ซึ่งการวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

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

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### 1.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี ห้องเรียนปกติจำนวน 7 ห้องเรียน รวม จำนวน 304 คน

##### 1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2561 ซึ่งได้มาโดย การสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster sampling)

1.2.1 ใช้วิธีการสุ่มแบบกลุ่ม จากห้องเรียนปกติ 7 ห้องเรียน จำนวน 2 ห้องเรียน มีนักเรียน 88 คนแบ่ง เป็นกลุ่มทดลอง 44 คน กลุ่มควบคุม 44 คน

1.2.2 นำแบบเพื่อสำรวจพฤติกรรมของนักเรียน เรื่องการปรับตัวทางสังคม ซึ่งสร้างขึ้นให้นักเรียนจำนวน 44 คนตอบ ก่อนการทำกิจกรรม

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยเทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดเครื่องมือที่ใช้ประกอบไปด้วย

2.1 แบบวัดการปรับตัวทางสังคม

2.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

2.3 แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

### การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 แบบวัดการปรับตัวทางสังคม มีลักษณะดังนี้

ลักษณะของแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม

แบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม ยึดลักษณะที่สำคัญที่แสดงถึง

ความสามารถในการใช้ทักษะทางสังคม ใน 3 ด้าน คือ

1. ด้านการเคารพกฎกติกา
2. ด้านการอยู่ร่วมกัน
3. ด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง

รวมทั้งสิ้น 24 ข้อ มีลักษณะเป็นคำถามที่เกี่ยวกับตัวแปรตามที่มีลักษณะเป็น

คำถามปลายปิด แบบใช่ - ไม่ใช่ โดยมี 2 ตัวเลือก ให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียง 1 ตัวเลือก ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม เป็นข้อเลือกตอบคือ ใช่ กับ ไม่ใช่ โดยแต่ละข้อเป็นการบอกเล่าเกี่ยวกับพฤติกรรม ความรู้สึก ความเชื่อที่มีต่อตนเอง ทั้งทางบวกและทางลบ จำนวน 24 ข้อ โดยมีลักษณะเป็นคำถามที่เกี่ยวกับตัวแปรตามที่มีลักษณะเป็นคำถามปลายปิด โดยมี

หลักเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ (วิเชียร เกตุสิงห์, 2538, น. 8 - 11) ดังนี้

ข้อที่มีความหมายทางบวก คือ ข้อที่ 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16,

17, 19, 23, 24 ให้คะแนน ดังนี้

ใช่ ให้คะแนน 1

ไม่ใช่ ให้คะแนน 0

ข้อที่มีความหมายทางลบ คือข้อที่ 4,9,18,20,21,22

ให้คะแนน ดังนี้

ใช่ ให้คะแนน 0

ไม่ใช่ ให้คะแนน 1

1. ขั้นตอนการสร้างและการแปลผลของ แบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม  
ขั้นที่ 1 รวบรวมลักษณะของผู้ที่มีการปรับตัวทางสังคมได้ดีและปรับตัวได้ไม่ดีกับ

ทางสังคมเพื่อนำมาสร้างแบบวัดการปรับตัวทางสังคม

- 1) ผู้วิจัยได้ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับลักษณะของผู้ที่สามารถปรับตัวทางสังคม  
ได้ดีและผู้ที่มีกขัดแย้งกับทางสังคม จากวารสาร เอกสาร ผลงานวิจัย และสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- 2) สัมภาษณ์ พูดคุยกับนักเรียนถึงลักษณะพฤติกรรมของนักเรียนและเพื่อน ๆ  
เพื่อนำมาสร้างข้อคำถาม

ขั้นที่ 2 การสร้างแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม

- 1) ศึกษาหลักการ วิธีการ และรูปแบบการสร้างแบบประเมินจากหนังสือเอกสาร  
และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดรูปแบบของคำถาม
- 2) รวบรวมลักษณะและพฤติกรรมของนักเรียน มาสร้างเป็นคำถาม

ขั้นที่ 3 การทดลองและการปรับปรุงแบบประเมิน

1) นำแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อขอ  
คำแนะนำ แก้ไข และปรับปรุงข้อคำถามให้มีความเหมาะสมและครอบคลุมรายละเอียดของเนื้อหา  
แล้วนำข้อคำถามในแต่ละด้านมาละกันแล้วจัดพิมพ์ใหม่

2) นำแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตาม  
ข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาไปเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงและความ  
เหมาะสมของแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม นำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมไปให้  
ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน ประเมินข้อความที่แสดงพฤติกรรมตามแบบวัดนั้น สอดคล้องกับ  
จุดประสงค์การวัดพฤติกรรมหรือไม่ โดยกำหนดคะแนนเป็น +1,0 และ -1 (บุญเชิด ภิญโญ  
อนันตพงษ์. 2539, น.89)

+1	หมายถึง	แน่ใจว่าข้อสอบวัดจุดประสงค์ข้อนั้น
0	หมายถึง	ไม่แน่ใจว่าข้อสอบวัดจุดประสงค์นั้นหรือไม่
-1	หมายถึง	แน่ใจว่าข้อสอบไม่วัดจุดประสงค์ข้อนั้น

แล้วนำคะแนนการลงความเห็นจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน มาหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมกับจุดประสงค์ (IOC: Index of Item Objective Congruence) ซึ่งต้องมีค่า IOC มากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 จึงถือว่าใช้ได้ (บุญเชิด ภิญ โยธอนันตพงษ์. 2539, น.89) ซึ่งพบว่าค่า IOC ที่ได้ มีค่า 1.00

3) นำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมที่ผ่านการตรวจสอบและแก้ไขจากอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤณี เดช จันทบุรี โดยที่ไม่ใช่กลุ่มทดลอง จำนวน 44 คน ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง

4) นำผลการทดลองไปทดสอบหาค่าความเชื่อมั่นตามแบบวัดของ Cronbach's alpha ได้ค่าความเชื่อมั่น .950

## 2.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

### 2.2.1 ลักษณะของชุดกิจกรรมแนะแนว

ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน ประกอบด้วย หัวเรื่องที่ สำคัญ 5 หัวเรื่อง คือ

- 1) ปฐมนิเทศและสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง
- 2) การเคารพกฎกติกา
- 3) การอยู่ร่วมกัน
- 4) การควบคุมอารมณ์ตนเอง
- 5) การปัจฉิมนิเทศ

มีจำนวนกิจกรรมรวมทั้งสิ้น 11 กิจกรรม ดังนี้

#### 1. กิจกรรมไครเอ่ย

- 1.1 เพื่อให้ครูและนักเรียนมีความคุ้นเคยกัน
- 1.2 เพื่อให้ให้นักเรียนมีความคุ้นเคยกัน
- 1.3 เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าใจระเบียบวิธีการ ความมุ่งหมายและประโยชน์

ที่จะได้รับการเข้าร่วมกิจกรรม

#### 2. กิจกรรมมังกรคาบแก้ว

2.1 เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม



2.2 เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

### 3. กิจกรรมวิ่งเปี้ยว

3.1 เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม

3.2 เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

### 4. กิจกรรมหนอนน้อยผจญภัย

4.1 เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม

4.2 เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

4.3 เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ค่าและการรักษาสาธารณสมบัติร่วมกัน และปฏิบัติตามกฎของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด

### 5. กิจกรรมน้ำเอยน้ำใจ

5.1 เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ

5.2 เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น

5.3 เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน

### 6. กิจกรรมเสื่อกินข้าว

6.1 เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ

6.2 เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น

6.3 เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน

### 7. กิจกรรมไข่ทองคำ

7.1 เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ

7.2 เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น

7.3 เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน

### 8. กิจกรรมปิงปองล่องหน

8.1 เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน

- 8.2 เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับ  
เพื่อนๆ ในกลุ่ม
- 8.3 เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็น  
กลุ่ม
9. กิจกรรมรถไฟเข้าถ้ำ
- 9.1 เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน
- 9.2 เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับ  
เพื่อนๆ ในกลุ่ม
- 9.3 เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็น  
กลุ่ม
10. กิจกรรมรวมใจเป็นหนึ่ง
- 10.1 เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน
- 10.2 เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับ  
เพื่อนๆ ในกลุ่ม
- 10.3 เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงาน  
เป็นกลุ่ม
11. กิจกรรมปัจฉิมนิเทศ
- 11.1 เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจและสามารถนำประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วม  
กิจกรรมแนะแนวไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
- 11.2 ขั้นตอนการสร้างและการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการ  
จัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน
- (1) ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับลักษณะการปรับตัวทางสังคมจากเอกสาร  
ตำราและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - (2) กำหนดขอบเขตเนื้อหาของกิจกรรมให้สอดคล้องกับการพัฒนาการ  
ปรับตัวทางสังคมในแต่ละด้าน
  - (3) สร้างและพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้  
นอกห้องเรียนให้สอดคล้องกันระหว่างการปรับตัวทางสังคมกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่ใช้ใน  
แต่ละครั้งและให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสม

(4) นำชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนที่แก้ไขปรับปรุงแล้วไปใช้ในงานวิจัย

### 2.2.3 แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

ลักษณะของแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีทั้งหมด 10 ข้อ

1. ขั้นตอนการสร้างและการแปลผลของ แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

ขั้นที่ 1 ศึกษาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ คุณลักษณะตามวัยของนักเรียน ลักษณะของแบบประเมินความพึงพอใจสำหรับนักเรียนชั้น ป.1 วิธีการ และรูปแบบการสร้างแบบประเมินจากหนังสือเอกสาร เพื่อนำมาสร้างแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

ขั้นที่ 2 การสร้างแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม โดยใช้คำถามที่ง่ายต่อการเข้าใจของนักเรียนในวัย 6-9 ขวบตามพัฒนาการของเด็ก รวบรวมลักษณะและพฤติกรรมของนักเรียน นำมากำหนดรูปแบบคำถาม มาสร้างเป็นคำถาม

ขั้นที่ 3 การทดลองและการปรับปรุงแบบประเมิน นำแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษา เพื่อขอคำแนะนำ แก้ไข และปรับปรุงข้อคำถามให้มีความเหมาะสมและครอบคลุมรายละเอียดของเนื้อหา แล้วนำข้อคำถามในแต่ละด้านมาละกันแล้วจัดพิมพ์ใหม่ นำแบบประเมินความพึงพอใจ ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาไปเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงและความเหมาะสมของแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม นำแบบประเมินความพึงพอใจไปให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน

กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนเป็น 3 ระดับ คือ

พึงพอใจมาก	ให้คะแนน	3
พึงพอใจปานกลาง	ให้คะแนน	2
พึงพอใจน้อย	ให้คะแนน	1

นำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาไปเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงและความเหมาะสมของแบบวัดพฤติกรรม การปรับตัวทางสังคม นำแบบวัดการปรับตัวทางสังคมไปให้ผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน ประเมิน ข้อความที่แสดงพฤติกรรมตามแบบวัดนั้นสอดคล้องกับจุดประสงค์การวัดพฤติกรรมหรือไม่ โดย กำหนดคะแนนเป็น +1,0 และ -1 (บุญเชิด ภิญ โณอนันตพงษ์. 2539 : 89)

+1	หมายถึง	แน่ใจว่าข้อสอบวัดจุดประสงค์ข้อนั้น
0	หมายถึง	ไม่แน่ใจว่าข้อสอบวัดจุดประสงค์นั้นหรือไม่
-1	หมายถึง	แน่ใจว่าข้อสอบไม่วัดจุดประสงค์ข้อนั้น

### 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

#### การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ผู้วิจัยทำเรื่องขออนุญาตหนังสืออนุมัติการทำวิจัยเชิงทดลอง จากแขนงวิชาการแนะแนว และการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ถึงผู้บริหาร โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรี เพื่อขอความร่วมมือในการวิจัยและการใช้สถานที่ในการ ดำเนินการวิจัย

3.2 การดำเนินกิจกรรมแนะแนว ผู้วิจัยได้ประสานงานแจ้งกับหัวหน้างานแนะแนว ของโรงเรียนให้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และเนื่องจากผู้วิจัยเป็นครูประจำชั้นนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จังหวัดจันทบุรีดังนั้นการดำเนินการวิจัยจึงขอความร่วมมือ และประสานงานจากครูประจำชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ท่านอื่น ในการทำกิจกรรมของกลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุม และกลุ่มตัวอย่าง

3.3 นำแบบวัดทักษะการปรับตัวทางสังคม (Pre-test) ไปทดสอบกับนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 88 คน ซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

3.4 ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทำกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอก ห้องเรียนไว้ทั้ง 11 แผนกิจกรรม เวลาในการทำกิจกรรม 1 ชั่วโมง/กิจกรรม ใช้เวลารวมทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันพุธและวันศุกร์ เริ่มตั้งแต่สัปดาห์สุดท้ายของเดือนพฤษภาคม จนถึงเดือนมิถุนายน 2561 ดังรายละเอียด ดังนี้

### สัปดาห์ที่ 1

ครั้งที่ 1 วันพุธที่ 30 พฤษภาคม 2561 เวลา 14.30 – 15.30 น. ผู้วิจัยได้ดำเนินการปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธภาพกับนักเรียน โดยใช้สนามฟุตบอลในโรงเรียนเป็นที่ดำเนินกิจกรรมและใช้กิจกรรมไครเอ่ย์ จากนั้นได้ชี้แจงวัตถุประสงค์และให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม รวบรวมก่อนการทดลอง โคนการทำ Pre-test ทั้งนี้เพื่อจะได้ทราบความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน ให้นักเรียนทำแบบประเมินด้วยตนเอง และสังเกตพบว่านักเรียนให้ความสนใจเป็นอย่างดี

ครั้งที่ 2 วันศุกร์ที่ 1 มิถุนายน 2561 เวลา 12.30 – 13.30 น. ดำเนินกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 2 เรื่องการเคารพกฎกติกา ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “มังกรคาบแก้ว” จัดกิจกรรมที่สนามในโดมของโรงเรียน เนื่องด้วยฝนตกหนัก สนามหญ้าใช้งานไม่ได้ จากนั้นให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม เท่าๆ กัน โดยนับ 1 – 4 ใครนับเลขไหนให้ไปอยู่ด้วยกัน แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนเรียงหนึ่ง ระยะห่าง 1 ช่วงแขนผู้เล่นแต่ละคนคาบหลอดดูดน้ำไว้ ครูแจกยางวงให้คนหัวแถว แถวละ 1 วง คล้องที่หลอดดูด (สมมติให้เป็นมังกร ให้ยางเป็นแก้ว) เมื่อครูให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นักเรียนคนหัวแถวส่งยางจากหลอดดูดไปที่ปากคนที่ 2 โดยไม่ใช้มือช่วย (ส่งยางจากหลอดดูดน้ำ ไปยังหลอดดูดน้ำของเพื่อน) เมื่อคนที่ 2 ได้รับก็ส่งไปเรื่อยๆ แถวไหนส่งยางคนสุดท้ายได้ก่อน ให้ปรบมือแล้วนั่งลงทั้งกลุ่ม เมื่อเล่นเกมจบแล้วครูพาสรุปผลการเล่นเกม และบอกความสำคัญของการเคารพกฎกติกาในการทำกิจกรรมและความสำเร็จของกิจกรรมเกิดจากการร่วมมือในกลุ่ม เกมนี้ทำให้นักเรียนงง กับการนับตัวเลขเวลาแยกกลุ่มเพราะเนื่องจากเด็กๆ จำเลขที่ตนเองนับไม่ได้ ครูให้ชูนิ้วพอเห็นเพื่อนชูเลขอื่นก็เปลี่ยนตามเพื่อนก็มี เด็กๆ ไม่ค่อยให้ความร่วมมือด้วย ตอนจัดแถวเด็กๆ วันนี้ไม่ยอมสนุก ไม่ทำตามครูแนะนำ ยืนนิ่งๆ จนผู้วิจัยต้องกลับมาทบทวนใหม่ว่ากิจกรรมอาจไม่น่าสนใจ ด้วยวัยของเขาต้องการวิ่งเล่นมากกว่า เลยลองให้วิ่งเล่นกัน โดยอิสระครึ่งห้องวิ่งสนุกสนามอีกครั้งห้องเดินไปเดินมาในสนาม 10 นาทีผ่านไป ผู้วิจัยเรียกนักเรียนมาตั้งแถวใหม่ ใครอยากอยู่ตรงไหนก็ได้ แต่ต้องนับคนในกลุ่มให้ได้ 10 คน กลุ่มไหนได้แล้วจัดตอนเรียงหนึ่ง ครูแจกอุปกรณ์ ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่านักเรียนวัยนี้ยังติดการนอนมาจากเด็กอนุบาล มีการวิ่งเหวี่ยงขวานอนเมื่อเสร็จกิจกรรมจึงพานักเรียนเดินไปสำรวจห้องน้ำและอธิบายการใช้ห้องน้ำ การล้างมือที่ถูกต้อง ในช่วงเวลานี้ ผู้วิจัยคิดใหม่ว่าจะกลับไปทบทวนกิจกรรมให้เป็นการวิ่งมากขึ้นน่าจะดีกว่า และปรับเวลาการลงทำกิจกรรม

## สัปดาห์ที่ 2

ครั้งที่ 3 วันพุธที่ 6 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 น. – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 3 เรื่องการเคารพกฎกติกา ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “วิ่งเปี้ยว” ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 ฝ่าย มีผู้เล่นจำนวนเท่ากัน แบ่งเป็นชาย หญิง ยืน วิ่ง สลับกันชายหญิง ผู้เล่นทั้ง 2 ทีมต้องยืนเป็นแถวตอนอยู่ด้านหลังของกรวยสีส้มฝ่ายละอัน เอียงมาทาง ด้านขวาของกรวยสีส้มเล็กน้อยหันหน้าเข้าหากัน ผู้เล่นคนแรกอยู่หัวแถวเป็นผู้ชายก่อน ให้ถือผ้าไว้ ด้วยมือที่ถนัด เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นคนแรกของทั้งสองฝ่ายออกวิ่งมายังกรวยสีส้ม ของฝ่ายตรงข้าม แล้ววิ่งอ้อมกรวยสีส้มทางซ้ายมือ วิ่งกลับมายังกรวยสีส้มเดิมของตนเอง พอวิ่งมาถึงกรวยสีส้มของตน ก็ส่งผ้าให้ผู้เล่นคนต่อไป ส่งกันเช่นนี้ไปเรื่อยๆจนกว่าจะไล่ใช้ ผ้าตีทีมตรงข้ามได้ เมื่อส่งผ้าให้เพื่อนแล้ววิ่งต่อท้ายแถว ต่างฝ่ายต่างวิ่งให้เร็วที่สุด จะวิ่งกี่รอบก็ได้จนกว่าทีมใดใช้ผ้าตีฝ่ายตรงข้ามได้ ครั้นนาน เกิน 3-5 นาทีฝ่ายที่เป็นฝ่ายไล่เป็นฝ่ายได้รางวัล ขณะฝ่ายตรงข้ามกำลังวิ่งผ่านกรวยสีส้มของอีกฝ่าย ให้ยืนห่างจากกรวยสีส้มให้วิ่งผ่าน ไป ระยะห่าง 1.5 เมตร แล้วจึงขยับไปรอรับผ้าด้านหลังกรวยสีส้ม ครั้งนี้ผู้วิจัยขออธิบายข้อตกลงและสาธิตให้ทุกคนดู นักเรียนสนุกสนานแต่ทำตามกติกาไม่ได้ทุกคน ตอนวิ่งนักเรียนวิ่งส่งผ้าให้ฝ่ายตรงข้ามแล้ววิ่งกลับก็มี ผู้วิจัยสังเกตเห็นพฤติกรรมที่ชัดเจนมากขึ้นว่านักเรียนทุกคนเริ่มฟังครูอธิบายและเริ่มทำตามกติกาได้ดีขึ้น เริ่มจัดแถวตามลำดับไหล่ได้คล่องขึ้น ใช้เวลาในการทำกิจกรรมประมาณ 40 นาที เมื่อช่วยกันเก็บอุปกรณ์เรียบร้อย ผู้วิจัยให้ตั้งแถวตามลำดับไหล่แยกชายหญิงอีกครั้ง เพื่อพานักเรียนไปเสาชาง ให้นักเรียนสังเกตสีและลักษณะของธงชาติ มีเวลาไม่นานเนื่องจากแดดร้อนมาก วันนี้สังเกตได้ว่านักเรียนสนุกสนานกันมากขึ้น จัดแถวตามลำดับไหล่ได้รวดเร็วและเดินขึ้น-ลง บันได ได้เป็นระเบียบมากขึ้น

ครั้งที่ 4 วันศุกร์ที่ 8 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 4 เรื่องการเคารพกฎกติกา ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “หนอนน้อยผจญภัย” แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มเท่าๆ กันเหมือนที่เคยทำ โดยให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนลึก แจกฟุตบอลให้กลุ่มละ 1 ลูก ชิดเส้นตั้งต้นและเส้นปลายให้ห่างกันประมาณ 3 เมตร เมื่อครูเป่านกหวีดให้สัญญาณ คนแรกของแต่ละกลุ่มใช้เท้าเขี่ยลูกบอลให้ถุงเส้นปลายทางแล้วเลี้ยวกลับมาจุดเริ่มต้นให้เร็วที่สุด แล้วส่งต่อให้คนต่อไป ห้ามใช้วิธีอื่นลูกบอลใช้เท้าเพียงอย่างเดียว กลุ่มไหนทำได้ครบทุกคนให้ปรบมือแล้วนั่งลงเมื่อกิจกรรมจบแล้วนำนักเรียนเดินสำรวจ โรงเรียน เพื่อไปห้องน้ำ ระหว่างทางให้นักเรียนสังเกตต้นไม้ และบริเวณรอบโรงเรียนอธิบาย ให้นักเรียนเห็นคุณค่าและเข้าใจคำว่าของสมบัติของโรงเรียนที่นักเรียนต้องดูแล ให้นักเรียนเข้าห้องน้ำ ครูอธิบายการเข้าห้องน้ำให้เรียบร้อยแล้วบอกให้

นักเรียนสังเกตดูว่าพบเห็นสิ่งใดในห้องน้ำบ้าง ให้ขึ้นไปคุยกันบนห้อง แนะนำนักเรียนถึงการประหยัดพลังงาน เมื่อไม่ใช้ไฟก็ต้องปิด เมื่อเห็นมีน้ำเปิดทิ้งไว้ก็ต้องช่วยกันดูแลปิดน้ำ นักเรียนต้องช่วยกันประหยัด ให้นักเรียนวาดภาพต้นไม้/สิ่งของที่นักเรียนพบเจอแล้วชอบมาคนละ 1 อย่าง ระบายสีให้เรียบร้อยในสมุดบันทึกทำเป็นการบ้าน ผู้วิจัยสังเกตความเปลี่ยนแปลงของนักเรียนได้ชัดเจน ในด้านการเอาใจใส่ต่อเพื่อนและสิ่งรอบข้าง ฟังคุณครูอธิบายมากขึ้น และที่สำคัญทุกคนทำกิจกรรมด้วยความสนุกสนาน และเคารพกฎกติกาในการเล่นได้ดีมาก

### สัปดาห์ที่ 3

ครั้งที่ 5 วันพุธที่ 13 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 5 เรื่องการการอยู่ร่วมกัน ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “น้ำเอ๋ยน้ำใจ” แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มเท่าๆ กัน (บันทึกเลขที่นักเรียนนับเป็นตัวหนังสือ) ให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนลึกที่จุดเริ่มต้น เส้นตั้งต้น และเส้นปลายให้ห่างกันประมาณ 3 เมตร ตั้งขันใส่น้ำไว้ที่จุดเริ่มต้น และตั้งขวดเปล่าไว้ที่จุดปลายทาง ครูแจกช้อนให้นักเรียนกลุ่มละ 1 คัน เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ ให้นักเรียนคนแรกใช้ช้อนตักน้ำวิ่งไปกรอกใส่ขวด แล้ววิ่งกลับมาส่งช้อนให้เพื่อนคนต่อไป แล้ววิ่งไปต่อท้ายแถว นักเรียนคนที่ 2 และคนต่อไปทำเช่นเดียวกับคนแรก กลุ่มไหนกรอกน้ำครบทุกคนแล้วให้ปรบมือ แล้วนั่งลงเปรียบเทียบระดับน้ำในขวดของแต่ละกลุ่ม กลุ่มไหนระดับมากที่สุดเป็นฝ่ายชนะ เก็บอุปกรณ์ จากนั้นให้นักเรียนล้างมือให้สะอาด แล้วมาตั้งแถว แยกหญิง – ชาย ครูอธิบายถึงสถานที่ที่สำคัญที่อยู่ภายในโรงเรียน จากนั้นครูพาเดินสำรวจพื้นที่บริเวณรอบสนาม และนำนักเรียนไปทำการเคารพสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของโรงเรียน จากนั้น ให้นักเรียนจดบันทึกสิ่งที่นักเรียนสังเกตเห็นแล้วชอบมา 2 อย่าง วาดรูปมาเป็นการบ้าน การทำกิจกรรมวันนี้ นักเรียนสนุกสนานและรู้จักวางแผนงาน มีสมาธิมากขึ้น

ครั้งที่ 6 วันศุกร์ที่ 15 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 6 เรื่องการการอยู่ร่วมกัน ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “เสือกินวัว” ให้นักเรียนเข้าแถวเป็นวงกลม จับมือกันไว้ เลือกผู้เล่นคนหนึ่งเป็นวัว ยืนอยู่ในวงกลม ให้อีกคนหนึ่งเล่นเป็นเสือกินวัวยืนอยู่นอกวงกลม แล้วให้อีกคนหนึ่งเป็นผู้ออกคำสั่ง เมื่อได้ยินผู้ออกคำสั่งสั่งว่า จับวัวให้คนที่ เป็นเสือกินวัววิ่งเข้าไปจับวัวให้ได้ คนที่ยืนเป็นวงกลมต้องป้องกันไม่ให้เสือกินวัวเข้าไปจับวัวได้ ถ้าเสือกินวัวได้ ให้เปลี่ยนผู้เล่นเป็นเสือกินวัวใหม่ จากนั้นเริ่มเล่นเกมใหม่อีกครั้ง กิจกรรมนี้สอนในเรื่องเรื่องของการสามัคคี ความร่วมมือร่วมใจ และการเคารพกฎระเบียบกติกา และเป็นการสร้างความสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อนได้ดี ในช่วงแรกๆของการทำกิจกรรมมีนักเรียนบางคนไม่ทำตามกติกา เพราะยังไม่เข้าใจกิจกรรมจึงไม่สนุก เมื่อปรับและทำความเข้าใจใหม่ให้นักเรียนเข้าใจอีกครึ่งการดำเนิน

กิจกรรมจึงสนุกมากขึ้น นักเรียนไม่อยากขึ้นห้องเรียน ขอต่อเวลาการเล่น และขอมาร่วมกันภายหลังอีกครั้ง นักเรียนได้สนุกสนานจากการวิ่งเล่นที่มีกติกา ฝึกใช้ความคิดและการเป็นผู้นำจบกิจกรรมนี้แล้วจึงพานักเรียนเดินไปไหว้พระประจำโรงเรียนและสวดมนต์พร้อมกัน

#### ลำดับที่ 4

ครั้งที่ 7 วันพุธที่ 20 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 7 เรื่องการการอยู่ร่วมกัน ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “ไข่ทองคำ” ให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน เริ่มเล่นทีละ 2 กลุ่ม วางตะกร้าไข่พลาสติกที่คละสีทั้งสองสี ไว้ตรงกลางระหว่างทั้ง 2 กลุ่ม ให้ผู้เล่นทั้งสองกลุ่มตกลงกันว่าจะเลือกสีใด เมื่อตกลงกันได้แล้วให้ผู้เล่นเข้าแถวตรงกันข้ามกัน ห่างจากตะกร้าไข่ไข่ไป 3 เมตร วางตะกร้าเปล่าไว้หน้ากลุ่มผู้เล่น กลุ่มละ 1 ใบ เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นที่ยืนอยู่หัวแถววิ่งไปหยิบไข่สีตามที่ตกลงกันได้ไว้ในกลุ่มแล้วนำไปใส่ในตะกร้ากลุ่มของตน แล้วรีบมาแตะมือเพื่อนคนต่อไปทำสลับกันไปเช่นนี้ ทำต่อไปเรื่อยๆ จนไข่หมดตะกร้า กลุ่มไหนที่สมาชิกเก็บไข่ได้หมดก่อนให้ปรบมือ แล้วนั่งลง กลุ่มไหนเก็บไข่มีสีที่ถูกต้อง ตามที่เลือกไว้มากกว่าเป็นกลุ่มชนะ ให้นักเรียนปรบมือให้ฝ่ายชนะเนื่องจากวันนี้มีนักเรียนหยุดเรียนกันหลายคนทำให้มีนักเรียนที่เหลื่อจากการจัดกลุ่มทำให้ได้ผู้เสียสละไม่ได้เล่นกิจกรรม ให้มาเป็นผู้ช่วยผู้วิจัย และเป็นผู้สังเกตการณ์ ในการทำนักเรียนสนุกสนานมากขึ้นเพราะได้ฟังแล้วทำความเข้าใจในกติกาของกิจกรรม ฝ่ายเชียร์เพื่อนก็สนุกเพราะพยายามตะโกนบอกเพื่อนเรื่องของสีของลูกบอลในกลุ่ม สังเกตเห็นความวิตกกังวลของนักเรียนน้อยลง มีความรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น เมื่อจบกิจกรรม นักเรียนล้างมือเรียบร้อยแล้วจึงตั้งแถวไปสำรวจเสาธง ตั้งคำถามว่าธงชาติไทยมีกี่สี มีสีอะไรบ้าง เราเชิญธงชาติขึ้นยอดเสาตอนไหน และเอาลงตอนไหน ให้นักเรียนวาดภาพธงชาติไทยเป็นการบ้าน

ครั้งที่ 8 วันศุกร์ที่ 22 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 8 เรื่องการ ควบคุมอารมณ์ตนเอง ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “ป้องกันล่องหน” . โดยแบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน ให้เล่นได้ครั้งละ 2 กลุ่ม ผู้เล่นแต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนลึกจัดแถวโดยเอามือแตะบ่าเพื่อน ครูแจกช้อนให้คนละคัน เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณหวีดจากคุณครูให้หัวแถวนำช้อนตักลูกป้องกันด้วย หันหน้าไปหาผู้เล่นคนที่ 2 ส่งลูกป้องกันใส่ช้อนคนที่ 2 ทำเช่นนี้จนครบทุกคน แถวไหนทำเสร็จก่อนให้ปรบมือ แล้วนั่งลง ให้อีก 2 กลุ่มผลัดกันเล่นจนครบ กิจกรรมนี้จะได้รับความสำคัญของการร่วมมือกัน ความสามัคคีกันในการปฏิบัติกิจกรรม ย่อมทำให้เกิดความสำเร็จ รู้จักการเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกันไม่โหวกเหวกโวยวาย หากเพื่อนทำผิดพลาด นักเรียนทุกคนได้รับความสนุกสนาน ฝึกสติและสมาธิ



รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ เมื่อจัดเก็บอุปกรณ์แล้ว ล้างมือให้สะอาด เดินไปเยี่ยมชมห้องสมุดโรงเรียน แนะนำเจ้าหน้าที่ และวิธีการใช้ห้องสมุด

### สัปดาห์ที่ 5

ครั้งที่ 9 วันพุธที่ 27 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 9 เรื่องการ ควบคุมอารมณ์ตนเอง ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “รถไฟเข้าถ้ำ” แบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่มคัดเลือกหัวหน้าแถว ส่วนนักเรียนที่เหลือให้เป็นถ้ำ โดยจับมือประสานกัน 5 คู่ (สมมติเป็นถ้ำ) โดยแต่ละคู่ยืนห่างกันประมาณ 2 เมตรให้กลุ่มผู้เล่นเกาะเอวกันเป็นรถไฟขบวนยาวจากถ้ำประมาณ 3 เมตร เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่น แต่ละกลุ่มจับเอวกันวิ่งเข้าไปในถ้ำให้เร็วที่สุด กลุ่มไหนที่ลอดถ้ำครบ 3 ครั้งก่อน ให้ปรบมือ แล้วนั่งลง ถ้ำผู้เล่นกลุ่มใดทำแถวขาดต้องกลับไปตั้งต้นใหม่ เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนเข้าแถวจัดเก็บอุปกรณ์ ล้างมือให้สะอาด เข้าแถวเรียงตามลำดับไหล่ เดินไปสำรวจห้องสหกรณ์โรงเรียนและร้านค้าภายในโรงเรียน โดยได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่สหกรณ์โรงเรียน เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักสถานที่ได้มากขึ้น กิจกรรมนี้ให้ทุกคนเห็นความสำคัญของการร่วมมือกัน ความสามัคคีกัน ในการปฏิบัติกิจกรรม ขอมก่อกำเนิดความสำเร็จ การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นสิ่งสำคัญในการอยู่ร่วมกัน มีการจัดระเบียบแถวที่ดีขึ้น ทุกคนสนุกสนานและกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม

ครั้งที่ 10 วันศุกร์ที่ 29 มิถุนายน 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 10 เรื่องการ ควบคุมอารมณ์ตนเอง ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “รวมใจเป็นหนึ่ง” นักเรียนรับฟัง กติกา และข้อตกลงร่วมกัน ให้นักเรียนฟังเสียงสัญญาณนกหวีดจากครู จัดแถวเรียงตามลำดับไหล่ แยกชาย – หญิง ให้นักเรียนเดินเป็นแถวตามคุณครู โดยมีหัวหน้าแถวถือธง เพื่อเดินไปสำรวจประวัติศาสตร์ในหอจดหมายเหตุ เมื่อไปถึงเป้าหมายในจุดที่ 1 แจกกระดาษสีให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น (โดยใช้กระดาษ 5 สี จะได้นักเรียน 5 กลุ่ม) จากนั้นให้นักเรียนเดินไปจุดที่ 2 ให้หาเพื่อนที่ถือกระดาษสีเหมือนของตนเองให้ครบจำนวนที่ครูระบุไว้ เลือกหัวหน้ากลุ่ม/ตัวแทนกลุ่ม เมื่อได้สมาชิกครบแล้วให้แต่ละกลุ่มเดินไปยังจุดที่ 3 แล้วหัวหน้ากลุ่มไปหากระดาษที่เป็นข้อความของครู จากนั้นเขียนข้อความ/คำของครูใส่สมุดบันทึกของนักเรียน ครูจะทำสัญลักษณ์ไว้ให้ เพื่อเดินไปจุดที่ 4 เปิดจดหมายแล้วค้นหาสิ่งของตามคำสั่ง 1 ข้อ เขียนชื่อสิ่งของนั้นลงสมุดบันทึกของทุกคนในกลุ่ม กลุ่มไหนปฏิบัติภารกิจสำเร็จกลุ่มแรก ถือว่าชนะ ครูน่านักเรียนเดินสำรวจหอจดหมายเหตุ บอกความสำคัญและการธำรงรักษาสิ่งดีเอาไว้ โดยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญทางประวัติศาสตร์มาเป็นวิทยากรรับเชิญ จากนั้นตั้งแถวให้เป็นระเบียบเดินกลับโรงเรียน เนื่องจากหอจดหมายเหตุจันทบุรี ตั้งอยู่ประมาณ 700 เมตร จากโรงเรียนสฤติเดช นักเรียนจึงสามารถเดินไปยังสถานที่หอจดหมายเหตุนี้ได้ สังเกตได้ว่ากิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนออกมาสู่โลก

กว้าง หอจดหมายเหตุเป็นที่เก็บหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญของเมืองจันทบุรี นักเรียนได้สัมผัสของจริง ดังนั้นประสบการณ์ของนักเรียนจึงเป็นประสบการณ์ตรงที่ทำให้นักเรียนต้องเข้าใจในบทบาทของตนเองเมื่ออยู่ในสังคม การฝึกความมีวินัย ต้องเริ่มจากตนเอง ให้นักเรียนเห็นสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง และได้เรียนรู้จากข้อมูลจริง นักเรียนมีความตื่นตาตื่นใจ สนุกสนาน มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ขอมรับและทำตามกฎระเบียบในสถานที่ต่าง ๆ กันได้ และเข้าใจในบทบาทและหน้าที่ของนักเรียนต่อสถานที่ที่เป็นโบราณสถาน มีความเคารพต่อสถานที่

#### สัปดาห์ที่ 6

ครั้งที่ 11 วัน พุธที่ 4 กรกฎาคม 2561 เวลา 09.30 – 10.30 น. ดำเนินการตามแผนกิจกรรมที่ 11 เรื่องการปัจฉิมนิเทศ ใช้กิจกรรมที่มีชื่อว่า “ปัจฉิมนิเทศ” ให้นักเรียนนั่งล้อมกันเป็นวงกลมเพื่อแสดงความคิดเห็นที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรม เมื่อเสร็จเรียบร้อยแล้วมาทบทวนหน้าที่ของเด็ก และร้องเพลงหน้าที่ร่วมกัน ให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมฉบับเดิมอีกครั้ง (Post-test) เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

จากการทำกิจกรรมทั้ง 11 ครั้ง ผู้วิจัยสังเกตพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น เช่น ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี ช่วยจัดเก็บอุปกรณ์ จัดเก็บสิ่งของให้เรียบร้อย มีความเป็นระเบียบวินัย กล้าแสดงออกและมีน้ำใจมากขึ้น นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม ควบคุมอารมณ์ได้เป็นอย่างดี

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 4.1 การวิเคราะห์ข้อมูล มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

4.1.1 หาค่าสถิติพื้นฐานของพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม ก่อนการทดลอง และ หลังทำการทดลอง โดยนำข้อมูลไปหาคะแนนเฉลี่ย (Mean) และความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

4.1.2 วิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม ก่อนการทดลองและ หลังการทดลองโดยใช้ t-test แบบ Dependent Sample

#### 4.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

##### 4.2.1 สถิติพื้นฐาน

1) หาค่าเฉลี่ยของคะแนน (ชวศรี วงศ์รัตน์, 2541 : 40) โดยใช้สูตร

$$\bar{x} = \frac{\Sigma x}{N}$$

เมื่อ	$\bar{x}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
	$\Sigma x$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	$N$	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลอง

2) หาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) (ชูศรี วงศ์รัตน์ ,2541 : 65) โดยใช้สูตร

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

S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$N$	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มทดลอง
$\Sigma x^2$	แทน	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
$(\Sigma x)^2$	แทน	ผลคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

#### 4.2.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เครื่องมือ

1) การแสดงหลักฐานความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัดพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคม โดยใช้ดัชนีความสอดคล้องระหว่างลักษณะพฤติกรรมกับจุดประสงค์ (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์, 2539, น.89) โดยใช้สูตร

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

เมื่อ	IOC	แทน	ดัชนีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมกับจุดประสงค์
	$\Sigma R$	แทน	ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด
	$N$	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

## 2) สถิติที่ใช้ตรวจสอบสมมติฐาน

(1) หากใช้ t-test แบบ dependent Samples เปรียบเทียบผลระหว่างก่อนทดลองกับ หลังทดลองหรือเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ได้จากการจับ คู่ (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2549, หน้า 87)

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

$$df = n - 1$$

D แทนค่าผลต่างระหว่างคู่คะแนน

n แทนจำนวน คู่

ใช้ t-test แบบ Independent Samples เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ระหว่างกลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2549, น. 86) ใช้สูตร

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}$$

(2) หากมีค่าเฉลี่ย  $\mu_1$  และ  $\mu_2$  ความแปรปรวน  $\sigma_1^2$  และ  $\sigma_2^2$  ซึ่งไม่ทราบค่า แต่ทราบว่า  $\sigma_1^2 = \sigma_2^2$  โดย  $n_1$  และ  $n_2$  น้อยกว่า 30 ใช้สูตร t-test (t-test แบบ Pooled variance )

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

เมื่อ

$$S_p^2 = \frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ  $\mu_1$  และ  $\mu_2$  ความแปรปรวนเท่ากับ  $\sigma_1^2$  และ  $\sigma_2^2$  ซึ่งไม่ทราบค่า แต่ทราบว่า  $\sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$  โดย  $n_1$  และ  $n_2$  น้อยกว่า 30 ใช้สูตร t-test (t-test แบบ Separated variance)

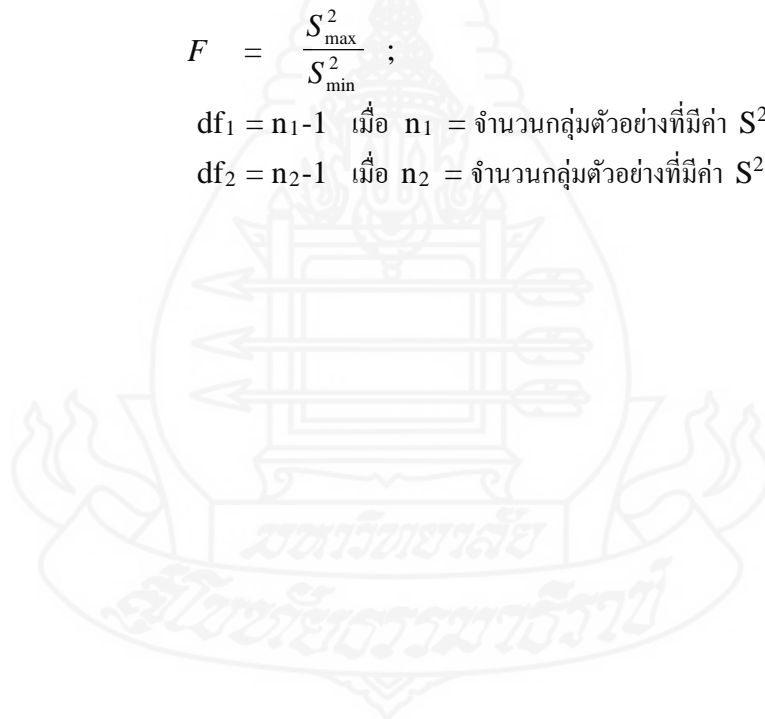
$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}} \quad : \quad df = \frac{\left(\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}\right)^2}{\frac{\left(\frac{s_1^2}{n_1}\right)^2}{n_1-1} + \frac{\left(\frac{s_2^2}{n_2}\right)^2}{n_2-1}}$$

เนื่องจากการทดสอบทั้ง 2 กรณีข้างต้นเกี่ยวข้องกับการทราบค่าของความแปรปรวน  $\sigma_1^2$  และ  $\sigma_2^2$  ว่าเท่ากันหรือไม่ ดังนั้นในการวิเคราะห์ข้อมูลกรณีตัวอย่าง 2 กลุ่ม เราจึงจำเป็นต้องทำการทดสอบความเท่ากันของความแปรปรวนโดยใช้สถิติทดสอบ F-test ก่อนเพื่อเลือกใช้ให้ถูกต้อง ดังนี้

$$F = \frac{S_{\max}^2}{S_{\min}^2} ;$$

$df_1 = n_1 - 1$  เมื่อ  $n_1 =$  จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีค่า  $S^2$  มีค่ามาก

$df_2 = n_2 - 1$  เมื่อ  $n_2 =$  จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีค่า  $S^2$  มีค่าน้อย



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในบทนี้ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤติเดช จังหวัดจันทบุรี ในครั้งนี้ และเพื่อให้เข้าใจตรงกันในการแปลความหมาย ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

- $N$  แทน จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
- $\bar{x}$  แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย
- S.D. แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- t แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา t- distribution
- \* แทน มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

#### 1. การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ระดับคะแนนพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมตามลำดับ ดังนี้

1.1 การวิเคราะห์เปรียบเทียบผลการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤติเดช จังหวัดจันทบุรี

1.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบผลการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤติเดช จังหวัดจันทบุรี

1.3 การวิเคราะห์คะแนนจากแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

## 2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 สถานภาพและข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

เพศชาย จำนวน 24 คน	คิดเป็น 54.55			
เพศหญิง จำนวน 20 คน	คิดเป็น 45.45%			
อาศัยอยู่กับพ่อ	จำนวน	2	คน	คิดเป็น 4.55 %
อาศัยอยู่กับแม่	จำนวน	4	คน	คิดเป็น 9.09 %
อาศัยอยู่กับพ่อและแม่	จำนวน	35	คน	คิดเป็น 79.55 %
อาศัยอยู่กับผู้ปกครอง	จำนวน	3	คน	คิดเป็น 6.82 %

ผู้วิจัยได้ทดสอบเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนระดับการปรับตัวทางสังคมของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองแยกในแต่ละด้านและรวมทุกด้าน โดยใช้การทดสอบ ค่าที (t – test) ซึ่งได้นำเสนอในรูปแบบประกอบคำบรรยายตามลำดับดังนี้

ตารางที่ 4.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

ประเด็นที่ประเมิน	N	$\bar{x}$		S.D.		t	Sig.
		ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง		
ด้านเคารพกฎกติกา	44	6.50	7.45	.93	.50	- 5.76	.001*
ด้านการอยู่ร่วมกัน	44	6.36	7.68	.75	.52	- 8.90	.000*
ด้านการควบคุมอารมณ์							
ตนเอง	44	5.68	7.64	.74	.53	-16.09	.000*
ด้านรวม	44	18.55	22.75	1.90	.62	-13.90	.000*

\*p < .05

ห้องเรียนสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเท่ากับ 18.55 และ 22.75 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.90 และ .62 ตามลำดับ และเมื่อพิจารณารายด้าน

พบว่า การปรับตัวทางสังคมด้านการเคารพกฎกติกาในกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนด้านสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเท่ากับ 6.50 และ 7.45 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .93 และ .50 ตามลำดับ

การปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกัน ในกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนด้านสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเท่ากับ 6.36 และ 7.68 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .75 และ .52 ตามลำดับ

การปรับตัวทางสังคมด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง ในกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนด้านสูงกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเท่ากับ 5.68 และ 7.64 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .74 และ .53 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

ประเด็นที่ประเมิน	N	$\bar{x}$		S.D.		t
		กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	
ด้านเคารพกฎกติกา	44	7.18	6.50	.843	.928	3.609*
ด้านการอยู่ร่วมกัน	44	6.93	6.36	.625	.750	3.861*
ด้านการควบคุม อารมณ์ตนเอง	44	5.68	7.09	.676	.740	9.327*
ด้านรวม	44	18.56	18.03	.676	.541	8.751*

\* $p < .05$



จากตารางที่ 4.2 แสดงให้เห็นว่า การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองใกล้เคียงกัน โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในกลุ่มควบคุมเท่ากับ 18.56 และกลุ่มทดลอง 18.03 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มควบคุมเท่ากับ .68 กลุ่มทดลองเท่ากับ .54 ตามลำดับ ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หากแยกเป็นรายด้านจะพบว่า

ด้านการเคารพกฎกติกา นักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 7.18 นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนน 6.50 ตามลำดับ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ .84 กลุ่มทดลองเท่ากับ .93 ตามลำดับ ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ด้านการอยู่ร่วมกัน นักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 6.93 นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ย 6.36 ตามลำดับ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ .63 กลุ่มทดลองเท่ากับ .75 ตามลำดับ ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง นักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 5.68 นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าคะแนนเฉลี่ย 7.09 ตามลำดับ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่มควบคุมมีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ .68 กลุ่มทดลองเท่ากับ .74 ตามลำดับ ซึ่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตารางที่ 4.3 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

ประเด็นที่ประเมิน	N	$\bar{x}$		S.D.		t	Sig.
		กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง		
ด้านเคารพกฎกติกา	44	7.18	7.45	.13	.50	1.84	.070
ด้านการอยู่ร่วมกัน	44	6.93	7.68	.63	.52	6.13	.000*
ด้านการควบคุม							
อารมณ์ตนเอง	44	7.09	7.64	.53	.68	4.21	.000*
ด้านรวม	44	21.15	22.75	1.24	.62	7.64	.000*

\* $p < .05$

จากตารางที่ 4.3 แสดงให้เห็นว่าการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 22.75 และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 21.15 ตามลำดับ และมีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มทดลองเท่ากับ 1.24 และกลุ่มควบคุม .62 ตามลำดับ และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า

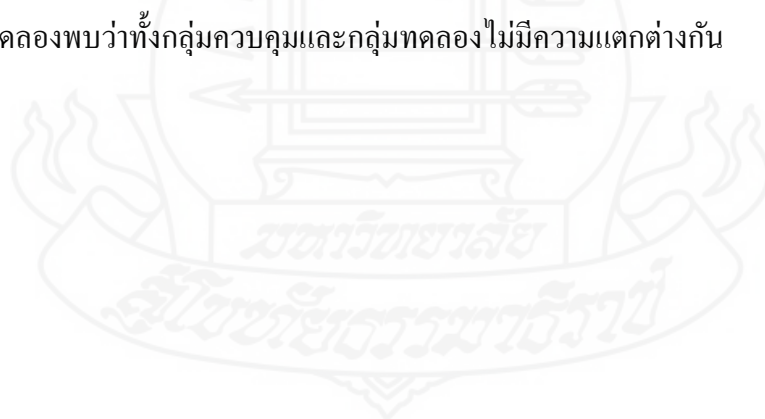
ด้านการเคารพกฎกติกา ในกลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย จึงไม่มีนัยสำคัญทางสถิติโดยกลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 7.45 ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 7.18 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มทดลองเท่ากับ .50 และกลุ่มควบคุมเท่ากับ .13 ตามลำดับ

ด้านการอยู่ร่วมกัน ในกลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการอยู่

ร่วมกันสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรม  
แนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ย  
ของคะแนนเท่ากับ 7.68 ค่าเฉลี่ยของคะแนนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 6.93 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยส่วน  
เบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มทดลองเท่ากับ .52 และกลุ่มควบคุมเท่ากับ .63 ตามลำดับ

ด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง ในกลุ่มทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้  
เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนด้าน  
การควบคุมอารมณ์ตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่ม  
ทดลองใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัว  
ทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง เท่ากับ 7.64 ค่าเฉลี่ยของคะแนน  
กลุ่มควบคุมเท่ากับ 7.09 ตามลำดับ มีค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มทดลองเท่ากับ .68  
และกลุ่มควบคุมเท่ากับ .53 ตามลำดับ

จากตารางที่ 4.1-4.3 แสดงให้เห็นว่าการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนในกลุ่ม  
ทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการ  
ปรับตัวทางสังคม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า การปรับตัวทางสังคมหลังการทดลองของกลุ่ม  
ควบคุม เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านจะเห็นได้ว่ากลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันใน 2  
ด้าน คือ ด้านการอยู่ร่วมกันและด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง ส่วนด้านการเคารพกฎกติกา  
หลังการทดลองพบว่าทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองไม่มีความแตกต่างกัน



ตารางที่ 4.4 ผลการสอบถามจากแบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรม  
แนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัว  
ทางสังคม

ข้อความ	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)		ระดับความพึงพอใจ
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	
1. ฉันรู้สึกว่าการศึกษามีความสนุกสนานไม่น่าเบื่อ	3.00	0.00	มาก
2. ฉันได้เรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว	2.80	0.40	มาก
3. ฉันเห็นว่าทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม	2.90	0.41	มาก
4. ฉันได้ฝึกการทำงานเป็นกลุ่ม	2.90	0.29	มาก
5. ฉันกล้าแสดงออกมากขึ้น	2.80	0.49	มาก
6. ฉันเคารพ กฎ กติกา ในการทำกิจกรรม	2.80	0.45	มาก
7. ฉันปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนๆ ได้ดี	2.80	0.52	มาก
8. ฉันเห็นว่าเพื่อนๆมีความรักและสามัคคีกัน	2.60	0.66	มาก
9. ฉันมีระเบียบวินัย และจัดเก็บสิ่งของได้เป็นระเบียบ	2.80	0.43	มาก
10. ฉันรู้จักอดทน และรู้จักการรอคอย	2.90	2.25	มาก
11. ฉันได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกัน การแบ่งปันและการช่วยเหลือกัน	2.80	0.37	มาก
12. ฉันมีความสุขในการทำกิจกรรม	2.90	0.35	มาก
รวม	2.83	4.65	มาก

จากตารางที่ 4.4 ผลการสอบถามความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมาก

สรุปว่า การเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคม มีผลทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมและความสามารถในการปรับตัวทางสังคม สูงกว่าการได้รับประสบการณ์จากครูแนะแนวในคาบกิจกรรมแนะแนวตามปกติและการเรียนการสอนจัดภายในห้อง เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้ในห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคม มีผลทำให้นักเรียนมี

ความสามารถในการปรับตัวทางสังคมสูงกว่าการได้รับประสบการณ์จากครูแนะแนวในคาบกิจกรรมแนะแนวตามปกติและการเรียนการสอนจัดภายในห้อง ใน 2 ด้านเท่านั้น คือ ด้านการอยู่ร่วมกันและด้านการควบคุมอารมณ์ตนเอง และมีผลความพึงพอใจต่อการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมในระดับความพึงพอใจมาก



## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ในบทนี้เป็นการสรุปการวิจัยและอภิปรายผลตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ 3 ข้อ มีผลการวิเคราะห์เพิ่มเติมนอกเหนือจากสมมติฐาน และข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัย การนำผลการวิจัยไปใช้ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง แบบมีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนและนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามปกติ และเพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

#### 1. สรุปการวิจัย

จากการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้นำมาสรุปผลการวิจัยตามประเด็นดังนี้

1.1 เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จากผลการวิจัยพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนหลังการทดลอง โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมเท่ากับ 22.75 คะแนน สูงกว่าคะแนนก่อนการทดลอง โดยใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม คิดเป็นคะแนนร้อยละ 94.79 และแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานการวิจัยข้อที่ 1 คือ เพื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมหลังการทดลองนักเรียนในกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

1.2 เปรียบเทียบผลการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อ พัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จากผลการวิจัยพบว่าค่าเฉลี่ยของ คะแนนการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการใช้ชุดกิจกรรมโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมการแนะแนว ปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 แต่เมื่อพิจารณารายด้านจะพบว่าด้านการอยู่ร่วมกันและด้านการ ควบคุมอารมณ์ตนเองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ส่วนด้านการเคารพกฎกติกานั้นมีค่าคะแนนเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน

1.3 ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการเรียนรู้ด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิค การจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมาก จากการสังเกตใน ระหว่างการวิจัยพบว่า นักเรียนให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือ มีความกระตือรือร้น สนุกสนาน ใน การทำกิจกรรมเป็นอย่างดี

## 2. อภิปรายผล

จากการสังเกตในระหว่างการวิจัยพบว่า นักเรียนให้ความสนใจ ให้ความร่วมมือ มี ความกระตือรือร้น สนุกสนาน ในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี และอาจเนื่องด้วยว่าพื้นที่ในการจัด กิจกรรมเป็นด้านนอกห้องเรียนที่ไม่ถูกจำกัดแค่การอ่านและเขียนเท่านั้น ซึ่งได้สอดคล้องกับ งานวิจัยของ อรุณช วัฒนศิริ(2560 : บทคัดย่อ) พบว่า การเรียนรู้นอกห้องเรียนเป็นการขยาย ประสบการณ์เรียนรู้ในห้องเรียน เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ เกิดทักษะ มีเจตคติและเกิด ความ ตระหนักต่อสิ่งแวดล้อม การศึกษานอกห้องเรียนมีลักษณะเป็นสหวิทยาการที่บูรณาการ ศาสตร์ต่าง ๆ เข้าด้วยกัน ที่เพิ่มพูนประสบการณ์ในการเรียนรู้ และพัฒนาทักษะที่สำคัญๆ รวมถึง ทักษะการสังเกต การตั้งคำถาม การคิด เชิงวิจารณ์ญาณ การแก้ปัญหา ทักษะการสื่อสาร การท างาน ร่วมกัน และพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนี้ การศึกษานอกห้องเรียนยังส่งเสริมประสบการณ์ ในการเรียนรู้และการคิดในระดับสูงซึ่งเป็นแนวคิดหลักของการ เรียนรู้และการดำรงชีวิตใน ศตวรรษที่ 21 การศึกษานอกห้องเรียนเป็นการสร้างแรงจูงใจในการเรียนและปลูกฝัง คุณลักษณะ ของการเป็นผู้ใฝ่เรียนรู้ตลอดชีวิตอีก

การเรียนรู้ นอกห้องเรียนจะสามารถเข้ามาช่วยพัฒนาศักยภาพของเยาวชน ด้านการ เรียนรู้ คิดวิเคราะห์ พัฒนาทักษะ จากการที่ค้นหาคำตอบด้วยตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนได้เรียนรู้ และเกิดความเข้าใจ ในเรื่องนั้นๆ ได้อย่างลึกซึ้ง

จากการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 พบว่า การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนนั้นสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนให้ดียิ่งขึ้น

### 3. ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังนี้

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลงานการวิจัยไปใช้

- 3.1.1 ควรปรับกิจกรรมให้เข้ากับบริบทของนักเรียนและโรงเรียน
- 3.1.2 ต้องมีครูผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมแนะแนว เพื่อจะได้ดูแลนักเรียนอย่างทั่วถึง
- 3.1.3 ในขณะที่เล่นกิจกรรมแนะนำให้หาโทรโข่งมาช่วยในการสื่อสารกับนักเรียนทั้งในการทำกิจกรรมและนำไปทัศนศึกษานอกโรงเรียน

#### 3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 3.2.1 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมในระดับชั้นอื่น ๆ อาจต้องปรับเนื้อหาให้เข้ากับเด็ก ๆ ตามแต่ละช่วงวัย
- 3.2.2 ครูผู้สอนควรปรับใช้แผนให้มีความน่าสนใจมากกว่านี้ เพราะการเรียนรู้นอกห้องเรียนสามารถบูรณาการไปใช้ได้ในทุกวิชา



บรรณานุกรม



## บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ ปฏิรูปการศึกษา 8 คุณธรรมพื้นฐาน ค้นคืนวันที่ 17 มีนาคม 2546  
จาก <http://www.moe.go.th>
- จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ. (2545). *สังคมวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ณัฐฐา สวยศด. (2549). *การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือสุขภาพ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ดวงเดือน พันธุมาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจฉิม. (2524). *ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ทิสนา แคมมณี. (2558). *ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ.
- บัวกนก วัชรปรีดา. (2545). *การผสมผสานทางวัฒนธรรม : กรณีศึกษาบ้านท่ามะไฟหวาน แก่งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.
- ประไพพรรณ ภูมิวุฒิสาร. (2530). *ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนาการเด็ก*. ใน *เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยเด็ก*. หน่วยที่ 2 นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2536). *การปรับพฤติกรรมเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- มณฑินี นามบุญ. (2545). *การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสันติวิทยาจังหวัดเชียงราย*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ราชบัณฑิตยสถาน (2524) *พจนานุกรมศัพท์สังคมวิทยา อังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน* กรุงเทพฯ
- ลักขณา สริวัฒน์. (2544). *จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วารภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์. (2545). *จิตวิทยาการปรับตัว*. (พิมพ์ครั้งที่ 2) กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.

- วัฒนา พัชราวณิช. (2531). *หลักการแนะแนว = Principle of guidance*. กรุงเทพฯ: กรมการศาสนา.
- วินัดดา ปิยะศิลป์. (2546). *คู่มือการเลี้ยงลูก ตอน วัย 6-12 ปี สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- ศศิพัชร จำปา. (2559). *การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ประวัติศาสตร์ท้องถิ่นโดยใช้แหล่งเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์เพื่อส่งเสริมกระบวนการคิดทางประวัติศาสตร์*. Veridian E-Journal, Silpakorn University 9, 2 (พฤษภาคม-สิงหาคม): 1158-1169.
- สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว. (2555). *พัฒนาการเด็ก*. กรุงเทพฯ: สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว.
- สุรางค์ ไคว่ตระกูล. (2552). *จิตวิทยาการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 8) สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ.
- อรนุช ลิมตศิริ. (2560). *การศึกษานอกห้องเรียนเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21*. *วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร* 10, 3 (กันยายน-ธันวาคม).
- วินัดดา ปิยะศิลป์. (2558). *คู่มือการเลี้ยงลูก ตอน วัย 6-12 ปี สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์*. สืบค้นเมื่อ 16 สิงหาคม 2561 <http://elementarymn.blogspot.com>.
- สมพงษ์ จิตระดับ. (2551). *พัฒนาการเด็ก เล่มที่ 4 พัฒนาการนำรู้ ผู้การเลี้ยงดูลูกหลาน เรื่องวัยประถมศึกษา: (อายุ 6 ปีขึ้นไป - 12ปี)*. กรุงเทพฯ: ชรรณดาเพรส.
- สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว. (2555). *พัฒนาการเด็ก*. กรุงเทพฯ: สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว.
- สิรินทร์ ลัดดาภิรมย์ บุญเชิดชู และมูจลินทร์ กลิ่นหวล. (2559). *กิจกรรมทัศนศึกษาเพื่อส่งเสริมสมรรถนะ การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยในศตวรรษที่ 21*. Veridian E-Journal, Silpakorn University 9, 3 (กันยายน-ธันวาคม): 1550-1562.
- อลงกรณ์ จุฑาเกตุ. (2557). *การมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดการเรียนรู้ของพิพิธภัณฑ์ท้องถิ่น กรุงเทพมหานคร*. Veridian E-Journal, Silpakorn University 7, 3 (กันยายน-ธันวาคม): 1113-1124.



ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

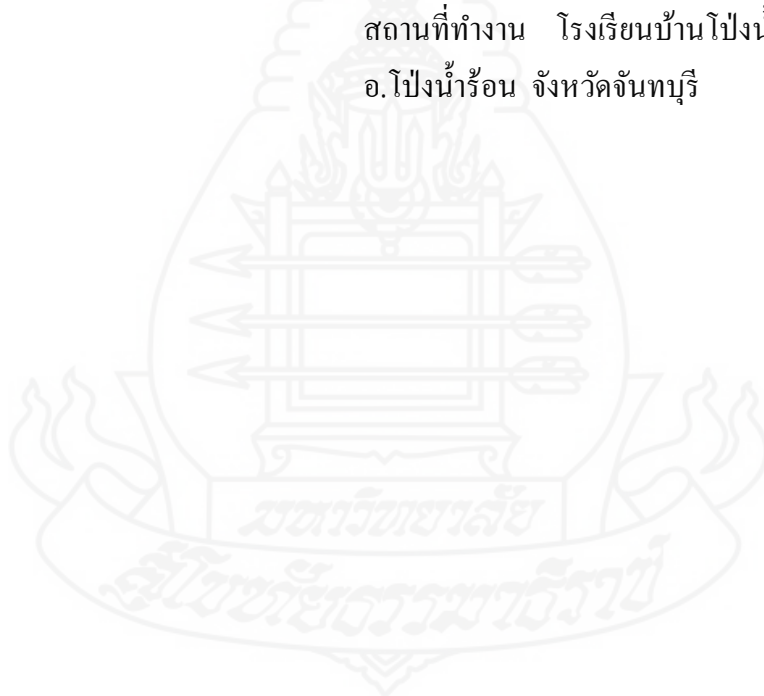
สกลนครราชภัฏ

ภาคผนวก ก  
รายนามผู้เชี่ยวชาญ  
ตรวจสอบเครื่องมือเพื่อการวิจัย



รายนามผู้เชี่ยวชาญ  
ตรวจสอบเครื่องมือเพื่อการวิจัย

1. อาจารย์ ดร.วิวัฒน์ เพชรศรี  
ปริญญาเอก (หลักสูตรและการสอน)  
สถานที่ทำงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี  
จังหวัดจันทบุรี
2. นางธรรศญา ไตรรัตน์  
ปริญญาโท ศศ.ม.(การแนะแนวและการให้การศึกษาเชิง  
จิตวิทยา)  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนสฤติเดช อำเภอเมือง  
จังหวัดจันทบุรี
3. นางอุทัย สุขเลิศ  
ปริญญาโท กศ.ม.(หลักสูตรและการสอน)  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนบ้านโป่งน้ำร้อน  
อ.โป่งน้ำร้อน จังหวัดจันทบุรี



ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



แบบวัดพฤติกรรมทางสังคม

เรื่อง การปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสฤทธิเดช จันทบุรี

แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

**ตอนที่ 1** ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพและข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความตามความเป็นจริงของนักเรียน

เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง

อาศัยอยู่กับ ( ) พ่อ ( ) แม่ ( ) พ่อและแม่ ( ) ผู้ปกครอง ระบุ.....

**ตอนที่ 2**

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียน

1. นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อมาถึงโรงเรียน

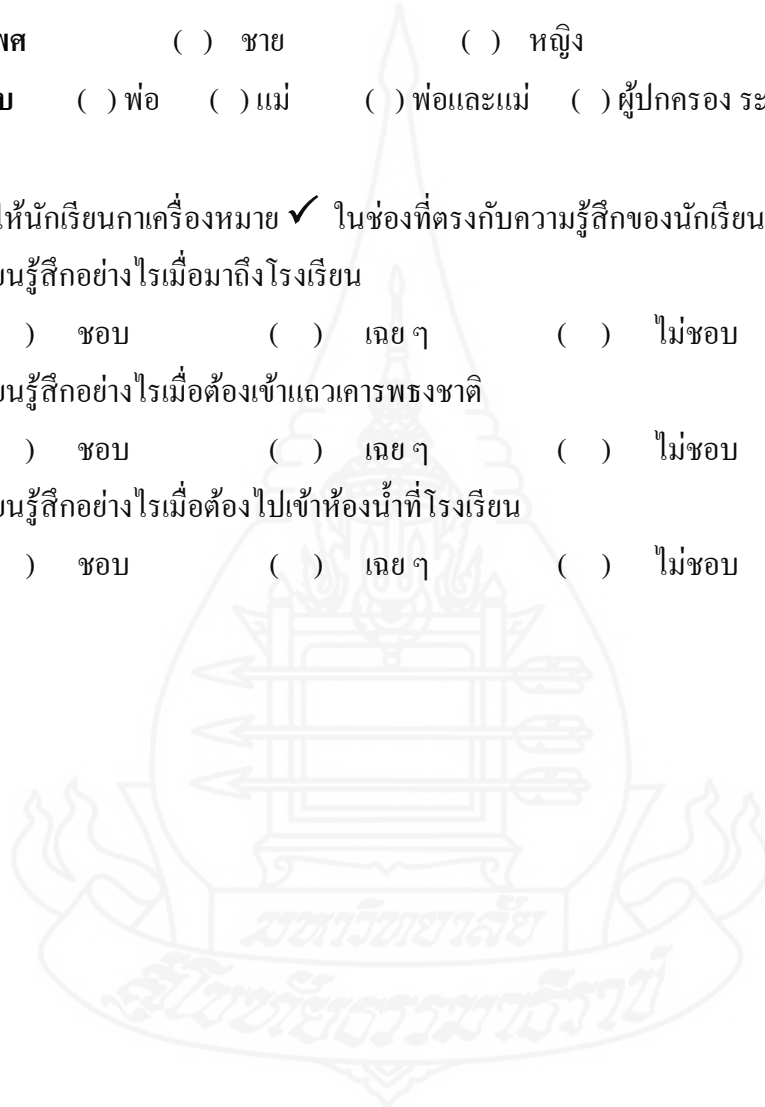
( ) ชอบ ( ) เฉยๆ ( ) ไม่ชอบ

2. นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อต้องเข้าแถวเคารพธงชาติ

( ) ชอบ ( ) เฉยๆ ( ) ไม่ชอบ

3. นักเรียนรู้สึกอย่างไรเมื่อต้องไปเข้าห้องน้ำที่โรงเรียน



( ) ชอบ ( ) เฉยๆ ( ) ไม่ชอบ





### ตอนที่ 3

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นมากที่สุด

	การปรับตัวทางสังคมในโรงเรียน	ระดับพฤติกรรม	
		ใช่ 	ไม่ใช่ 
	เคารพกฎกติกา		
๑	มาโรงเรียนทันเช้าแถวทุกวัน		
๒	ตั้งใจทำกิจกรรมเช้าแถวเคารพธงชาติ		
๓	สวัสดีคุณครูที่พบเจอในโรงเรียน		
๔	หยิบของเพื่อนมาใช้โดยไม่บอกเพื่อน		
๕	เก็บขยะเมื่อเห็น		
๖	ส่งการบ้านทุกวัน		
๗	แบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน		
๘	ขออนุญาตก่อนเข้าหรือออกจากห้องเรียนทุกครั้ง		
	การอยู่ร่วมกัน		
๙	เล่นในเวลาเรียน		
๑๐	เตรียมอุปกรณ์การเรียนมาครบทุกวัน		

ที่	การปรับตัวทางสังคมในโรงเรียน	ระดับพฤติกรรม	
		ใช่ 	ไม่ใช่ 
๑๑	จัดเก็บสิ่งของเป็นระเบียบ		
๑๒	ขยันและตั้งใจทำงานที่ได้รับ		
๑๓	ปฏิบัติตามกฎของห้องเรียนได้		
๑๔	ยอมรับโทษเมื่อตนเองทำผิด		
๑๕	ตั้งใจฟังคำแนะนำของครูก่อนลงมือทำ		
๑๖	ชอบทำงานร่วมกันกับเพื่อน		
	การควบคุมอารมณ์ตนเอง		
๑๗	อารมณ์ดีทุกวัน		
๑๘	ร้องไห้เมื่อมีปัญหา		
๑๙	กล้าแสดงออก		
๒๐	ชอบแกล้งเพื่อน		
๒๑	ไม่ชอบเพื่อนที่นั่งด้วย		
๒๒	โวยวายเสียงดังเมื่อไม่พอใจ		
๒๓	มั่นใจในตนเอง		
๒๔	ชื่นชมผลงานของตนเอง		

## ชุดกิจกรรมแนะแนว

โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้น ป.1

ครั้งที่	หัวเรื่อง	จุดมุ่งหมาย	กิจกรรม
1.	การปฐมนิเทศและสร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง	1.เพื่อให้ครูและนักเรียนมีความคุ้นเคยกัน 2.เพื่อให้ให้นักเรียนมีความคุ้นเคยกัน 3.เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าใจระเบียบวิธีการ ความมุ่งหมาย และประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม	ใครเอ่ย
2.	เคารพกฎกติกา	1.เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม 2.เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม 3. เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักและมีจิตสำนึกในการทิ้งขยะที่ถูกต้องและเก็บขยะทุกครั้งเมื่อเห็น ช่วยกันรักษาความสะอาดในบริเวณ โรงเรียนและเขตความรับผิดชอบ	เพื่อนเรา
3.	เคารพกฎกติกา	1.เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม 2.เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม 3. เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักและมีจิตสำนึกในการทิ้งขยะที่ถูกต้องและเก็บขยะทุกครั้งเมื่อเห็น ช่วยกันรักษาความสะอาดในบริเวณ โรงเรียนและเขตความรับผิดชอบ	วังเปี้ยว
4.	เคารพกฎกติกา	1.เพื่อให้ให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม 2.เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม 3. เพื่อให้ให้นักเรียนตระหนักและมีจิตสำนึกในการทิ้งขยะที่ถูกต้องและเก็บขยะทุกครั้งเมื่อเห็น ช่วยกันรักษาความสะอาดในบริเวณ โรงเรียนและเขตความรับผิดชอบ	หนอนน้อย ผจญภัย

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	จุดมุ่งหมาย	กิจกรรม
5.	การอยู่ร่วมกัน	1. เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ 2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น 3. เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน	น้ำเอยน้ำใจ
6.	การอยู่ร่วมกัน	1. เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ 2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น 3. เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน	เสื่อกินข้าว
7.	การอยู่ร่วมกัน	1. เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ 2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น 3. เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน	ไข่ทองคำ
8.	การควบคุมอารมณ์ตนเอง	1. เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม 3. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็นกลุ่ม	ป้องกัน ล่องหน
9.	การควบคุมอารมณ์ตนเอง	1. เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม 3. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็นกลุ่ม	รถไฟเข้าถ้ำ
10.	การควบคุมอารมณ์ตนเอง	1. เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน 2. เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม 3. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็นกลุ่ม	รวมใจเป็น หนึ่ง

ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	จุดมุ่งหมาย	กิจกรรม
11.	การป้องกันนิเทศ	เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจและสามารถนำประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้	ป้องกันนิเทศ



### แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว

โดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวของนักเรียนชั้น ป.1

#### ครั้งที่ 1

หัวเรื่อง การปฐมนิเทศและสร้างบรรยากาศแบบเป็นกันเอง

กิจกรรม ไครเอ่ย์

เวลาที่ใช้ 60 นาที

#### สาระสำคัญ

การเริ่มต้นในสถานที่ใหม่ คุณครูคนใหม่ เพื่อนใหม่และการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่มีความแตกต่างจากนักเรียนชั้นปฐมวัย การสร้างความคุ้นเคยด้วยกิจกรรมการเรียนที่ให้ความสนุกสนานทั้งครูและนักเรียนจึงเป็นวิธีที่ช่วยส่งเสริมให้ นักเรียนลดความกังวลและกดดันลง

#### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ครูและนักเรียนมีความคุ้นเคยกัน
2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีความคุ้นเคยกัน
3. เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าใจระเบียบวิธีการ ความมุ่งหมายและประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

#### กิจกรรมการเรียนการสอน

1. คุณครูให้นักเรียนนั่งล้อมกันเป็นวงกลมแล้วร้องเพลง “สวัสดี”พร้อมทำท่าทางประกอบด้วย
2. คุณครูแนะนำตนเอง แล้วถามเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย เช่น ใครเคยพบคุณครูมาก่อนบ้าง ใครรู้จักคุณครูมาก่อน หรือ เมื่อเห็นหน้าคุณครูแล้วนักเรียนคิดว่าคุณครูเป็นอย่างไร เป็นต้น
3. คุณครูแจกกระดาษให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น วาดภาพของตัวเองลงกระดาษโดยใช้คำถามว่า “ไครเอ่ย์” เมื่อเสร็จไม่ต้องเขียนชื่อแล้วนำมาส่งคุณครู
4. คุณครูหยิบกระดาษที่นักเรียนวาดภาพขึ้นมาให้เพื่อนช่วยทายว่าเป็นใคร จากนั้นให้นักเรียนที่เป็นเจ้าของออกมารับผลงานคืนแล้วแนะนำตัวก่อนกลับ
5. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย สรุปผลการทำกิจกรรม
6. นักเรียนทำแบบสอบถามทักษะการปรับตัวทางสังคม (Pre-test)

#### สื่อ/อุปกรณ์

1. กระดาษสำหรับเขียน 44 แผ่น
2. ป้ายชื่อของครูและนักเรียน
3. แบบสอบถามทักษะการปรับตัวทางสังคม (Pre-test)

เพลง “สวัสดี”

สวัสดี สวัสดี สวัสดี วันนี้เรามาพบกัน เธอและฉัน พบกัน ก็สวัสดี

#### การประเมินผล

1. สังเกตการทำกิจกรรมและการอภิปรายในกลุ่ม  ม

ภาพกิจกรรม



**ครั้งที่ 2****หัวเรื่อง** เคารพกฎกติกา**กิจกรรม** เพื่อนเรา**เวลาที่ใช้** 60 นาที**สาระสำคัญ**

การจัดกิจกรรมนอกห้องเรียนเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ออกไปเล่นและทำกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนได้มีโอกาสเล่นและทำกิจกรรมรวมกันเป็นกลุ่ม ได้ฝึกการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงร่วมกัน อีกทั้งยังเป็นการเรียนรู้เพื่อนใหม่ การสร้างความคุ้นเคยเพื่อนใหม่และในสถานที่ใหม่ อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่มร่วมกับเพื่อนได้

**จุดประสงค์การเรียนรู้**

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม
2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม
3. เพื่อให้นักเรียนตระหนักและมีจิตสำนึกในการทิ้งขยะที่ถูกที่และเก็บขยะทุกครั้งเมื่อเห็น ช่วยกันรักษาความสะอาดในบริเวณ โรงเรียนและเขตความรับผิดชอบ

**กิจกรรมการเรียนรู้การสอน**

1. ครูแนะนำชื่อเกม อธิบายกติกา วิธีการเล่น และหาอาสาสมัครออกมาสาธิตการเล่นเป็นตัวอย่างก่อนการเล่นกิจกรรมจริง
2. ให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม เท่าๆ กัน โดยให้นักเรียนนั่งล้อมเป็นวงกลม แล้วเริ่มนับ 1 – 4 ใครนับเลขใดให้นักเรียนเขียนตัวเลขอารบิกที่นับได้ในกระดาษที่ป้ายคล้องคอ
3. จากนั้นหากกลุ่มที่นักเรียนนับได้ตัวเลขเดียวกัน จับกลุ่มแล้วยืนเรียงตามลำดับไหล่ เข้าแถวตอนเรียงหนึ่งระยะห่าง 1 ช่วงแขน ครูแจกหลอดให้นักเรียนทุกคน จากนั้นให้แต่ละคนคาบหลอดคูดน้ำไว้ ครูแจกยางวงให้คนหัวแถว แถวละ 1 วง คล้องที่หลอดคูด (สมมติให้เป็นมังกร ให้ยางเป็นแก้ว) เมื่อครูให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นักเรียนคนหัวแถวส่งยางจากหลอดคูดไปที่ปากคนที่ 2 โดยไม่ใช้มือช่วย (ส่งยางจากหลอดคูดน้ำ ไปยังหลอดคูดน้ำของเพื่อน) เมื่อคนที่ 2 ได้รับก็ส่งต่อไป แถวไหนส่งยางคนสุดท้ายได้ก่อน ให้ปรบมือ 3 ครั้งแล้วนั่งลงทั้งกลุ่ม
4. กำหนดระยะเวลาในการเล่นประมาณ 30 นาที เมื่อเล่นเกมจบแล้วครูพาสรุปผลการเล่นเกม และบอกความสำคัญของการเคารพกฎกติกาในการทำกิจกรรมและความสำเร็จของกิจกรรมเกิดจากการร่วมมือในกลุ่ม
5. เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนเข้าแถวจัดเก็บอุปกรณ์ หลอดและยางวง โดยนำมารวมกันไว้ที่หน้าแถวของแต่ละกลุ่ม จากนั้นใช้คำถามเพื่อให้นักเรียนแต่ละกลุ่มคิดว่าสิ่งที่อยู่ข้างหน้ากลุ่มจะเอาไปไหน และเพราะอะไร
6. พูดคุยกับนักเรียนจากคำถามและคำตอบ ครูอธิบายคำว่า “ขยะ” ให้นักเรียนเข้าใจ และสร้างความตระหนักให้ชัดเจนว่าเมื่อเราเดินไปพบขยะเราต้องทำอะไร ถ้าเรามีขยะในมือเราต้องทิ้งที่ไหน
7. ให้นักเรียนทุกคนเก็บขยะที่อยู่ด้านหน้ากลุ่มไปทิ้งและเก็บขยะบริเวณสนามทิ้งด้วย จากนั้นล้างมือเพื่อเข้าห้องเรียน

**สื่อ/อุปกรณ์**



1. กระดาษสำหรับเขียน 44 แผ่น
2. ป้ายชื่อของครูและนักเรียน
3. หลอด
4. ยางวง

### การประเมินผล

#### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกม
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่นเกม
4. การจดบันทึกในสมุด โดยตอบคำถามปลายเปิดว่า “วันนี้นักเรียนรู้สึกอย่างไร”( เขียนเป็นภาษาของนักเรียนเองถูก-ผิด ไม่เป็นไร)

### ภาพกิจกรรม



#### ครั้งที่ 3

หัวข้อ เรื่อง เคารพกฎกติกา

กิจกรรม วึ่งเปี้ยว

เวลาที่ใช้ 60 นาที

#### สาระสำคัญ

การจัดกิจกรรมนอกห้องเรียนเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ออกไปเล่นและทำกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนได้มีโอกาสเล่นและทำกิจกรรมรวมกันเป็นกลุ่ม ได้ฝึกการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงร่วมกัน อีกทั้งยังเป็นการเรียนรู้เพื่อนใหม่ การสร้างความคุ้นเคยเพื่อนใหม่และในสถานที่ใหม่ อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่มร่วมกันกับเพื่อนเพื่อช่วยให้นักเรียนมีการปรับตัวได้เร็วยิ่งขึ้น

### จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม
2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม
3. เพื่อให้นักเรียนตระหนักและมีจิตสำนึกในการทิ้งขยะที่ถูกที่และเก็บขยะทุกครั้งเมื่อเห็น ช่วยกันรักษาความสะอาดในบริเวณ โรงเรียนและเขตความรับผิดชอบ

### กิจกรรมการเรียนการสอน

1. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม(คละรวมชาย-หญิง) ทำแบบเดิมคือให้นักเรียนนับและจดตัวเลขที่ตนเองนับครั้งนี้ให้นักเรียนจดเป็นเลขไทย จากนั้นให้ตัวแทนกลุ่มออกมาจับไม้สั้น-ไม้ยาว หากใครได้ไม้สั้นจะต้องแข่งกันก่อน (มีไม้สั้น 2 กลุ่ม และไม้ยาว 2 กลุ่ม) มีผู้เล่นจำนวนเท่ากัน
2. ผู้เล่นทั้ง 2 ทีมต้องยืนเป็นแถวตอนอยู่ด้านหลังของกรวยสีส้มฝ่ายละอัน เชียงมาทาง ด้านขวาของกรวยสีส้มเล็กน้อยหันหน้าเข้าหากัน ผู้เล่นคนแรกอยู่หัวแถวเป็นผู้ชายก่อน ให้ถือผ้าไว้ ด้วยมือที่ถนัด
3. เมื่อกรรมการให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่นคนแรกของทั้งสองฝ่ายออกวิ่งมายังกรวยสีส้ม ของฝ่ายตรงข้าม แล้ววิ่งอ้อมกรวยสีส้มทางซ้ายมือ วิ่งกลับมายังกรวยสีส้มเดิมของตนเอง พอวิ่งมาถึงกรวยสีส้มของตน ก็ส่งผ้าให้ผู้เล่นคนต่อไป ส่งกันเช่นนี้ไปเรื่อยๆจนกว่าจะได้ใช้ ผ้าสีทีมตรงข้ามได้ เมื่อส่งผ้าให้เพื่อนแล้ววิ่งต่อท้ายแถว
4. ขณะฝ่ายตรงข้ามกำลังวิ่งผ่านกรวยสีส้มของอีกฝ่าย ให้ยืนห่างจากกรวยสีส้มให้วิ่งผ่าน ไป ระยะห่าง 1.5 เมตร แล้วจึงขยับไปรอรับผ้าด้านหลังกรวยสีส้ม
5. ต่างฝ่ายต่างวิ่งให้เร็วที่สุด จะวิ่งกี่รอบก็ได้จนกว่าทีมใดใช้ผ้าสีฝ่ายตรงข้ามได้ กรณีนาน เกิน 3-5 นาที ฝ่ายที่เป็นฝ่ายไล่เป็นฝ่ายชนะ (พักผู้เล่นไว้ก่อน)
6. เปลี่ยนผู้เล่นเป็นกลุ่มที่จับได้ไม้ยาวเหมือนกัน ทำลักษณะเดิม หากกลุ่มชนะ แล้วเอา กลุ่มชนะมาแข่งกัน จนได้ผู้ชนะ (จำกัดเวลาไม่เกิน 30 นาที)
7. ช่วยกันเก็บอุปกรณ์ แล้วตั้งแถวตามลำดับไหล่แยกชาย - หญิง นั่งลงให้เป็นระเบียบ ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปผลการทำกิจกรรมวันนี้ โดยครูชมเชยนักเรียนทุกคนในการร่วมกันทำกิจกรรม พุดคุยกันในเรื่องของความสามัคคี ความมีระเบียบวินัยในการจัดแถว ความร่วมมือกันในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกันก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี
8. ตั้งแถวแยกชายหญิงแล้วจัดแถวเรียงตามลำดับไหล่ ให้นักเรียนเดินสำรวจทางไปห้องน้ำ ระหว่างทางหากเจอขยะให้นักเรียนเก็บขยะทันที ตั้งแถวหน้าห้องน้ำครูอธิบายถึงการใช้น้ำส่วนรวม ช่วยกันดูแลรักษาความสะอาด และช่วยกันรักษากฎระเบียบการใช้น้ำสาธารณะ จากนั้นให้นักเรียนเข้าห้องน้ำ จัดการธุระส่วนตัว ล้างมือเพื่อเข้าห้องเรียน

### สื่อ/อุปกรณ์

1. ฝ่าขนหนูเล็ก จำนวน 2 ผืน
2. กรวยสีส้ม 2 อัน

### การประเมินผล

สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกม
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่นเกม
4. การวาดภาพในสมุดบันทึก

### ภาพกิจกรรม



### ครั้งที่ 4

หัวเรื่อง

เคารพกฎกติกา

กิจกรรม

หนอนน้อยผจญภัย

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สาระสำคัญ

การสร้างความสัมพันธ์ต่อสถานที่ โดยผ่านการจัดกิจกรรมการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ออกไปเล่นและทำกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนได้ฝึกการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงร่วมกัน ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่มร่วมกันกับเพื่อนเป็นการช่วยแนะแนวให้นักเรียนมีการปรับตัวได้เร็วยิ่งขึ้น

จุดประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจและสนใจที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือสังคม
2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงผลดีของการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของกลุ่มหรือสังคม และผลเสียของการไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม

3. เพื่อให้นักเรียนเรียนรู้ค่าและการรักษาสาธารณสุขสมบัติร่วมกัน และปฏิบัติตามกฎของโรงเรียนอย่างเคร่งครัด

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูแนะนำกิจกรรมและกติกาการเล่น หาอาสาสมัครมาสาธิตการเล่นกิจกรรม
2. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มเท่าๆ กันเหมือนที่เคยทำ โดยให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนลึก แจกฟุตบอลให้กลุ่มละ 1 ลูก ชิดเส้นตั้งต้นและเส้นปลายให้ห่างกันประมาณ 3 เมตร
3. เมื่อครูเป่านกหวีดให้สัญญาณ คนแรกของแต่ละกลุ่มใช้เท้าเขี่ยลูกบอลให้ถุงเส้นปลายทางแล้วเลี้ยวกลับมาจุดเริ่มต้นให้เร็วที่สุด แล้วส่งต่อให้คนต่อไป
4. ห้ามใช้วิธีเตะอื่นถูกลูกบอลใช้เท้าเพียงอย่างเดียว กลุ่มไหนทำได้ครบทุกคนให้ปรบมือ 3 ครั้งแล้วนั่งลง
5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการทำกิจกรรมร่วมกัน
  - การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการเล่นปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
  - การมีความเป็นผู้นำ-ผู้ตามที่ดีในการเล่นปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
  - การมีความสามัคคีร่วมมือกันในการเล่นปฏิบัติกิจกรรมร่วมกันก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี
  - ชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถมีความสุขสนุกสนาน
6. เมื่อกิจกรรมจบแล้วนำนักเรียนเดินสำรวจโรงเรียน เพื่อไปห้องน้ำ ระหว่างทางให้นักเรียนสังเกตต้นไม้และบริเวณรอบโรงเรียนครุฑและอธิบาย ให้นักเรียนเห็นคุณค่าและเข้าใจคำว่าของสมบัติของโรงเรียนที่นักเรียนต้องดูแล
7. ให้นักเรียนเข้าห้องน้ำ ครูอธิบายการเข้าห้องน้ำให้เรียบร้อยแล้วบอกให้นักเรียนสังเกตดูว่าพบเห็นสิ่งใดในห้องน้ำบ้าง ให้ขึ้นไปคุยกันบนห้อง
8. จากนั้นให้นักเรียนตั้งแถวแล้วเดินขึ้นห้อง
9. แนะนำนักเรียนถึงการประหยัดพลังงาน เมื่อไม่ใช้ไฟก็ต้องปิด เมื่อเห็นมีน้ำเปิดทิ้งไว้ก็ต้องช่วยกันดูแลปิดน้ำ นักเรียนต้องช่วยกันประหยัด
10. ให้นักเรียนวาดภาพต้นไม้/สิ่งของที่นักเรียนพบเจอแล้วชอบมาคนละ 1 อย่าง ระบายสีให้เรียบร้อยในสมุดบันทึกทำเป็นภาระบ้าน

#### สื่อ/อุปกรณ์

1. ลูกบอล
2. นกหวีด

#### การประเมินผล

##### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่น

## 4. การจดบันทึก

## ภาพกิจกรรม



## ครั้งที่ 5

หัวข้อ การอยู่ร่วมกัน

กิจกรรม น้ำเอ๋ยน้ำใจ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

## สาระสำคัญ

เมื่อมีการจัดกิจกรรมแบบกลุ่ม ครูต้องสอดแทรกคุณธรรมหลายๆด้านเพื่อแนะให้นักเรียนได้มีการพัฒนาทักษะต่างๆ ส่วนหนึ่งที่ต้องทำให้นักเรียนตระหนักถึงคือความมีน้ำใจในการอยู่ร่วมกัน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และการช่วยเหลือกัน นักเรียนต้องเรียนรู้ โดยผ่านการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนได้ฝึกการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงร่วมกัน ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่มร่วมกันกับเพื่อนเป็นการช่วยให้นักเรียนมีการปรับตัวได้เร็วยิ่งขึ้น

## จุดประสงค์

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ทั้งความคิดและการกระทำ
2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น
3. เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญ ofผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูแนะนำกิจกรรมและกติกาการเล่น หาอาสามัครมาสาธิตการเล่นกิจกรรม
2. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มเท่าๆ กัน (บันทึกเลขที่นักเรียนนับเป็นตัวหนังสือ) ให้แต่ละกลุ่มเข้าแถวตอนลึกที่จุดเริ่มต้น เส้นตั้งต้นและเส้นปลายให้ห่างกันประมาณ 3 เมตร ตั้งขันใส่น้ำไว้ที่จุดเริ่มต้น และตั้งขวดเปล่าไว้ที่จุดปลายทาง

3. ครูแจกช้อนให้นักเรียนกลุ่มละ 1 คัน เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณ ให้นักเรียนคนแรกใช้ช้อนตักน้ำวุ้นไปกรอกใส่ขวด แล้ววิ่งกลับมาส่งช้อนให้เพื่อนคนต่อไป แล้ววิ่งไปต่อท้ายแถว นักเรียนคนที่ 2 และคนต่อไปทำเช่นเดียวกับคนแรก
4. กลุ่มไหนกรอกน้ำครบทุกคนแล้วให้ปรบมือ 3 ครั้งแล้วนั่งลง เปรียบเทียบระดับน้ำในขวดของแต่ละกลุ่ม กลุ่มไหนระดับมากที่สุดเป็นฝ่ายชนะ
5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการทำกิจกรรมร่วมกัน
  - ความสำคัญของการร่วมมือกัน
  - การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม
  - การให้ความสำคัญกับเพื่อนๆ ทุกคน
6. เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนเข้าแถวจัดเก็บอุปกรณ์ ล้างมือให้สะอาดเตรียมตัวตั้งแถว
7. ให้นักเรียนตัวแถวแยกหญิง – ชาย ครูอธิบายถึงสถานที่ที่สำคัญที่อยู่ภายในโรงเรียน จากนั้นครูพาเดินสำรวจพื้นที่บริเวณรอบสนาม และนำนักเรียนไปทำการเคารพสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของโรงเรียน
8. ให้นักเรียนจดบันทึกสิ่งที่นักเรียนสังเกตเห็นแล้วขอมา 2 อย่าง ว่าครูมาเป็นการบินบ้าน
9. ตั้งแถวเดินขึ้นห้องเรียนอย่างมีระเบียบ

#### สื่อ/อุปกรณ์

1. ขันใส่น้ำ
2. ขวดเปล่า
3. ช้อน

#### การประเมินผล

##### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่น
4. ระเบียบวินัยในการเดินแถว
5. การเก็บขยะเมื่อพบเห็นระหว่างทาง
5. การจดบันทึก

### ภาพกิจกรรม



#### ครั้งที่ 6

หัวเรื่อง การอยู่ร่วมกัน

กิจกรรม เสือกินวัว

เวลาที่ใช้ 60 นาที

#### สาระสำคัญ

เมื่อมีการจัดกิจกรรมแบบกลุ่ม ครูต้องสอดแทรกคุณธรรมหลายๆด้านเพื่อแนะแนวให้นักเรียนได้มีการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ส่วนหนึ่งที่ต้องทำให้นักเรียนตระหนักถึงคือความมีน้ำใจในการอยู่ร่วมกัน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และการช่วยเหลือกัน นักเรียนต้องเรียนรู้ โดยผ่านการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนได้ฝึกการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงร่วมกัน ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่มร่วมกันกับเพื่อนเป็นการช่วยให้นักเรียนมีการปรับตัวได้เร็วยิ่งขึ้น

#### จุดประสงค์

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ทั้งความคิดและการกระทำ
2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น
3. เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูแนะนำกิจกรรมและอธิบายกติกาการเล่น
2. ให้นักเรียนเข้าแถวเป็นวงกลมจับมือกันไว้
3. เลือกผู้เล่นคนหนึ่งเป็นวัว ขึ้นอยู่ในวงกลม ให้อีกคนหนึ่งเล่นเป็นเสือขึ้นอยู่นอกวงกลม แล้วให้อีกคนหนึ่งเป็นผู้ออกคำสั่ง
4. เมื่อได้ยินผู้ออกคำสั่งสั่งว่า จับวัวให้คนที่ เป็นเสือพยายามวิ่งเข้าไปจับวัวให้ได้
5. คนที่ขึ้นเป็นวงกลมต้องป้องกันไม่ให้เสือเข้าไปจับวัวได้
6. ถ้าเสือจับวัวได้ ให้เปลี่ยนผู้เล่นเป็นเสือและวัวใหม่จากนั้นเริ่มเล่นเกมใหม่อีกครั้ง
7. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการทำกิจกรรมร่วมกัน

- การมีความสามัคคีร่วมมือกันในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
- การมีความเป็นผู้นำผู้ตามที่ดีในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
- การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
- การสร้างสัมพันธ์ภาพและการสื่อสารที่ดี
- ชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถมีความสุขสนุกสนาน

8. ให้นักเรียนทุกคนล้างมือให้สะอาดแล้วตั้งแถวให้เป็นระเบียบ เดินไปไหว้พระประจำโรงเรียนและสวนมนต์พร้อมกัน เดินไปตั้งแถวอย่างมีระเบียบ

### สื่อ/อุปกรณ์

-

### การประเมินผล

สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกมส์
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่นเกมส์
4. การจดบันทึก

### ภาพกิจกรรม





**ครั้งที่ 7**

หัวข้อเรื่อง การอยู่ร่วมกัน

กิจกรรม ไข่ทองคำ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

**สาระสำคัญ**

เมื่อมีการจัดกิจกรรมแบบกลุ่ม ครูต้องสอดแทรกคุณธรรมหลายๆด้านเพื่อแนะให้นักเรียนได้มีการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ส่วนหนึ่งที่ต้องทำให้นักเรียนตระหนักถึงคือความมีน้ำใจในการอยู่ร่วมกัน การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และการช่วยเหลือกัน นักเรียนต้องเรียนรู้ โดยผ่านการจัดกิจกรรมนอกห้องเรียน นักเรียนได้ฝึกการปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงร่วมกัน ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการเล่นเป็นกลุ่มร่วมกันกับเพื่อนเป็นการช่วยให้นักเรียนมีการปรับตัวได้เร็วยิ่งขึ้น

**จุดประสงค์**

1. เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้ทั้งความคิดและการกระทำ
2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับและเคารพในความคิดและเหตุผลของผู้อื่น
3. เพื่อฝึกให้นักเรียนเห็นถึงความสำคัญของผู้อื่นในการอยู่ร่วมกัน
4. เพื่อให้รู้จักการเก็บของให้มีระเบียบตามกฎระเบียบของห้องเรียน

**กิจกรรมการเรียนการสอน**

1. ครูแนะนำกิจกรรมและอธิบายกติกาการเล่น หาอาสามัครมาสาธิตการเล่นกิจกรรม
2. ให้นักเรียนแบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่าๆ กัน (นักเรียนจดตัวเลขลงในสมุดบันทึก) เริ่มเล่นทีละ 2 กลุ่ม ครูวางตะกร้าไข่พลาสติกที่คละสีทั้งสองสี ไว้ตรงกลางระหว่างทั้ง 2 กลุ่ม ให้นักเรียนทั้งสองกลุ่มตกลงกันว่าจะเลือกสีใด เมื่อตกลงกันได้แล้วให้นักเรียนเข้าแถวตรงกันข้ามกัน ห่างจากตะกร้าไข่ไข่ไก่ 3 เมตร วางตะกร้าเปล่าไว้หน้ากลุ่มผู้เล่น กลุ่มละ 1 ใบ
3. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเริ่มเล่น ให้นักเรียนที่ยืนอยู่หัวแถววิ่งไปหยิบไข่สีตามที่ตกลงกันไว้ในกลุ่ม แล้วนำไปใส่ในตะกร้ากลุ่มของตน แล้วรีบมาแตะมือเพื่อนคนต่อไปทำสลับกันไปเช่นนี้ ทำต่อไปเรื่อยๆ จนไข่มดตะกร้า กลุ่มไหนที่สมาชิกเก็บไข่ได้หมดก่อนให้ปรบมือ 3 ครั้งแล้วนั่งลง กลุ่มไหนเก็บไข่มีสีที่ถูกต้อง ตามที่เลือกไว้มากกว่าเป็นกลุ่มชนะ ให้นักเรียนปรบมือให้ฝ่ายชนะ
4. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลการทำกิจกรรมร่วมกัน
  - การมีความสามัคคีร่วมมือกันในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
  - การมีความเป็นผู้นำ - ผู้ตามที่ดีในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
  - การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน
  - การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารที่ดี
  - ชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถมีความสุขสนุกสนาน

5. ให้นักเรียนไปล้างมือให้สะอาดแล้วตั้งแถวให้เป็นระเบียบเดินขึ้นห้องเรียน
6. ให้นักเรียนยืนรอบบริเวณหน้าชั้นเรียนอธิบายนการเก็บรองเท้าของนักเรียนให้ถูกตามระเบียบของห้อง โดยการวางรองเท้าแยกชายหญิงและตามเลขที่ และต้องเป็นระเบียบเรียบร้อย
7. นักเรียนเข้าห้องเรียนและจดบันทึก โดยตั้งคำถามว่า “ไข่ที่เล่นวันนี้มีสีอะไรบ้าง”

#### สื่อ/อุปกรณ์

1. ตะกร้า
2. ไข่พลาสติก

#### การประเมินผล

##### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่น
4. การจดบันทึก

#### ภาพกิจกรรม



**ครั้งที่ 8****หัวเรื่อง** การควบคุมอารมณ์ตนเอง**กิจกรรม** ปิงปองล่องหน**เวลาที่ใช้** 60 นาที**สาระสำคัญ**

การทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่มย่อมมีการกระทบกระทั่งกันเป็นเรื่องปกติธรรมดา นักเรียนต้องเข้าใจอารมณ์ตนเองและควบคุมอารมณ์ให้ได้ รู้จักการให้อภัย รู้จักคำว่าขอโทษ และต้องใช้คำว่าไม่เป็นไรได้ มีความสุขสนุกสนานและรักษากฎระเบียบได้เป็นอย่างดี

**จุดประสงค์**

1. เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน
2. เพื่อให้ นักเรียนมีความสนใจเพื่อน ๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับเพื่อน ๆ ในกลุ่ม
3. เพื่อให้ นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็นกลุ่ม

**กิจกรรมการเรียนรู้การสอน**

1. ครูอธิบาย กติกา และวิธีการเล่น ในกิจกรรม และให้อาสาสมัครมาสาธิตวิธีการเล่นให้เพื่อนดู
2. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม กลุ่มละเท่า ๆ กัน ให้เล่น ได้ครั้งละ 2 กลุ่ม ผู้เล่นแต่ละกลุ่มเข้าแถวตอน ลึก จัดแถวโดยเอามือแตะบ่าเพื่อน ครูแจกช้อนให้คนละคัน เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณนกหวีดจากคุณครู ให้หัวหน้า นำช้อนตักลูกปิงปองจากในถ้วย หันหน้าไปหาผู้เล่นคนที่ 2 ส่งลูกปิงปองใส่ช้อนคนที่ 2 ทำเช่นนี้จนครบทุกคน แถวไหนทำเสร็จก่อนให้ปรบมือ 3 ครั้งแล้วนั่งลง ให้อีก 2 กลุ่มผลัดกันเล่นจนครบ
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลกิจกรรม
  - ความสำคัญของการร่วมมือกัน ความสามัคคีกัน ในการปฏิบัติกิจกรรม ย่อมก่อให้เกิดความสำเร็จ ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี
  - การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน และในขณะที่เล่นไม่ตะโกนใส่หน้าเพื่อนหรือ โหวกเหวกโวยวาย หากเพื่อนทำผิดพลาด เราต้องรู้แพ้ชนะ
  - การทำกิจกรรมร่วมกันทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี
  - ชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถมีความสุขสนุกสนาน
4. เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนเข้าแถวจัดเก็บอุปกรณ์
5. ให้นักเรียนลุกขึ้นยืนและปรับแถวให้เป็นระเบียบอีกครั้ง จากนั้นเดินตามครูไปที่หน้าเสาธงแล้วอธิบายให้นักเรียนเห็นความสำคัญและตระหนักถึงการเข้าแถวในเวลาเช้าเพื่อรำลึกถึงชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ ทุกกิจกรรมต้องกระทำด้วยความตั้งใจเพราะเรามีชาติที่ทุกคนหวงแหน เรามีศาสนาที่เรายึดเหนี่ยว เรามีพระมหากษัตริย์ที่เราเคารพสูงสุด ดังนั้นในเวลา ที่นักเรียนเข้าแถวทำกิจกรรมเราจะทำด้วยความตั้งใจทุกวันด้วยความ เป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่คุย ไม่เล่น เราจะอดทนฝึกทำให้เป็นนิสัย
6. เมื่อพูดคุยเสร็จแล้วให้นักเรียนหยิบสมุดบันทึกมาวาดรูปธงชาติเป็นการบ้าน

### สื่อ/อุปกรณ์

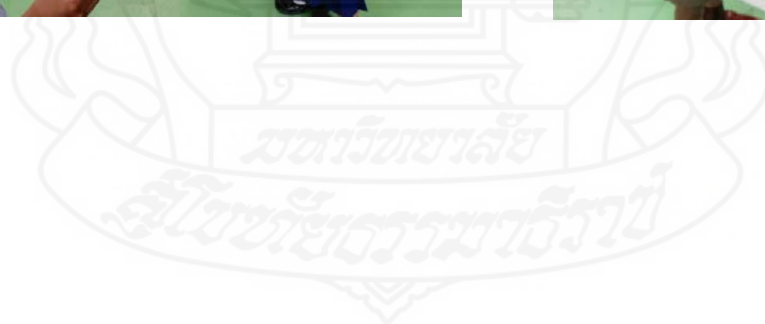
1. ลูกโป่งปอง
2. ซ้อนเท่าจำนวนนักเรียน
3. นกหวีด

### การประเมินผล

#### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกม
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่นเกม
4. การจดบันทึก

#### ภาพกิจกรรม



**ครั้งที่ 9**

**หัวเรื่อง** การควบคุมอารมณ์ตนเอง

**กิจกรรม** รถไฟเข้าถ้ำ

**เวลาที่ใช้** 60 นาที

**สาระสำคัญ**

การทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่มย่อมมีการกระทบกระทั่งกันเป็นเรื่องปกติธรรมดา นักเรียนต้องเข้าใจอารมณ์ตนเองและควบคุมอารมณ์ให้ได้ รู้จักการให้อภัย รู้จักคำว่าขอโทษ และต้องใช้คำว่าไม่เป็นไรได้ มีความสุขสนุกสนานและรักษากฎระเบียบได้เป็นอย่างดี

**จุดประสงค์**

1. เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน
2. เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับเพื่อนๆ ในกลุ่ม
3. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็นกลุ่ม

**กิจกรรมการเรียนการสอน**

1. ครูอธิบาย ทดึกา และวิธีการเล่นในกิจกรรม และให้อาสาสมัครมาสาธิตวิธีการเล่นให้เพื่อนดู
2. ให้นักเรียนจำนวน 30 คน แบ่งกลุ่ม 2 กลุ่มคัดเลือกหัวหน้าแถว ส่วนนักเรียนที่เหลือให้เป็นถ้ำ โดยจับมือประสานกัน 5 คู่ (สมมติเป็นถ้ำ) โดยแต่ละคู่ยื่นห่างกันประมาณ 2 เมตร
3. ให้นักเรียนผู้เดินเกาะเอวกันเป็นรถไฟยื่นห่างจากถ้ำประมาณ 3 เมตร
4. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณเริ่มเล่น ให้ผู้เล่น แต่ละกลุ่มจับเอวกันวิ่งเข้าไปในถ้ำให้เร็วที่สุด กลุ่มไหนที่ลอดถ้ำครบ 3 ครั้งก่อน ให้ปรบมือ 3 ครั้งแล้วนั่งลง ถ้ำผู้เล่นกลุ่มใดทำแถวขาดต้องกลับไปตั้งต้นใหม่
5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลกิจกรรม

- ความสำคัญของการร่วมมือกัน ความสามัคคีกันในการปฏิบัติกิจกรรม ย่อมก่อให้เกิด

ความสำเร็จ

ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี

- การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน และในขณะที่เล่นไม่ตะโกนใส่หน้าเพื่อนหรือโหวกโหวกโวยวาย หากเพื่อนทำผิดพลาด เราต้องรู้แพ้ชนะ

- การจัดระเบียบแถวที่ดี

- ชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถมีความสุขสนุกสนาน

6. เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนเข้าแถวจัดเก็บอุปกรณ์ ทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือให้สะอาดตั้งแถวให้

เป็นระเบียบ

7. เข้าแถวเรียงตามลำดับไหล่เพื่อเดินไปสำรวจห้องสหกรณ์ โรงเรียนและร้านค้าภายในโรงเรียน โดยได้รับคำแนะนำจากเจ้าหน้าที่สหกรณ์ โรงเรียน เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักสถานที่ได้มากขึ้น

การประเมินผล

## สื่อ/อุปกรณ์

1. นกหวีด

## การประเมินผล

### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกม
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่นเกม
4. การจดบันทึก

## ภาพกิจกรรม



**ครั้งที่ 10****หัวเรื่อง** การควบคุมอารมณ์ตนเอง**กิจกรรม** รวมใจเป็นหนึ่ง**เวลาที่ใช้** 60 นาที**สาระสำคัญ**

การทำกิจกรรมกลุ่มเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ออกไปนอกห้องเรียนทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนใหม่ช่วยให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติตามกฎ กติกา ฝึกการฟัง และการสังเกต เป็นการส่งเสริมพฤติกรรมความร่วมมือร่วมใจในการทำกิจกรรมร่วมกัน นักเรียนต้องเข้าใจอารมณ์ตนเองและควบคุมอารมณ์ให้ได้ รู้จักการให้อภัย รู้จักคำว่าขอโทษ และต้องใช้คำว่าไม่เป็นไรได้ มีความสุขสนุกสนานและรักษากฎระเบียบได้เป็นอย่างดี

**จุดประสงค์**

1. เพื่อส่งเสริมบรรยากาศการทำกิจกรรมร่วมกัน
2. เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจเพื่อนๆ และได้ฝึกทักษะในการปรับตัวกับเพื่อนๆในกลุ่ม
3. เพื่อให้นักเรียนได้เข้าใจตนเองและควบคุมอารมณ์ตนเองได้เมื่อทำงานเป็นกลุ่ม

**กิจกรรมการเรียนรู้การสอน**

1. ครูอธิบาย กติกา และข้อตกลงร่วมกัน ให้นักเรียนฟังเสียงสัญญาณนกหวีดจากครูทุกครั้ง
2. ให้นักเรียนจัดแถวตามลำดับไหล่ ตั้งแถวแยกชาย – หญิง
3. ให้นักเรียนเดินเป็นแถวตามคุณครู โดยมีหัวหน้าแถวถือธง เพื่อเดินไปสำรวจประวัติศาสตร์ในหอจดหมายเหตุ
4. เมื่อไปถึงเป้าหมายในจุดที่ 1 แจกกระดาษสีให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น (โดยใช้กระดาษ 5 สี จะได้นักเรียน 5 กลุ่ม)
5. จากนั้นให้นักเรียนเดินไปจุดที่ 2 ให้หาเพื่อนที่ถือกระดาษสีเหมือนของตนเองให้ครบจำนวนที่ครูระบุไว้ เลือกหัวหน้ากลุ่ม/ตัวแทนกลุ่ม
6. เมื่อได้สมาชิกครบแล้วให้แต่ละกลุ่มเดินไปยังจุดที่ 3 แล้วหัวหน้ากลุ่มไปหากระดาษที่เป็นข้อความของครูจากนั้นเขียนข้อความ/คำของครูใส่สมุดบันทึกของนักเรียนทุกคน
7. ดูตามลูกศรที่คุณครูทำสัญลักษณ์ไว้ให้ จึงเดินไปจุดที่ 4 เปิดจดหมายแล้วค้นหาของตามคำสั่ง 1 ข้อ กลุ่มไหนหาเจอก่อนแล้วเขียนชื่อสิ่งของนั้นใส่สมุดบันทึกครบทุกคนจึงจะเป็นกลุ่มที่ชนะ
8. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลกิจกรรม
  - ความสำคัญของการร่วมมือกัน ความสามัคคีกัน ในการปฏิบัติกิจกรรม ย่อมก่อให้เกิดความสำเร็จ
  - ก่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี
  - การเคารพ กฎ ระเบียบ และกติกาในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน และในขณะที่ทำกิจกรรมไม่ตะโกนใส่หน้าเพื่อนหรือโหวกเหวกโวยวาย หากเพื่อนทำผิดพลาด เราต้องรู้จักอภัยให้กัน

- การจัดระเบียบแถวที่ดี
  - ชมเชยนักเรียนทุกคนที่ร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมอย่างเต็มความสามารถมีความสุขสนุกสนาน
- ตั้งแถวให้เป็นระเบียบ
9. ตั้งแถวเดินกลับโรงเรียน

### สื่อ/อุปกรณ์

1. นกหวีด
2. กระดาษสี
3. ธงสี

### การประเมินผล

#### สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่น
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการทำกิจกรรม
4. การจดบันทึก

### ภาพกิจกรรม





**ครั้งที่ 11****หัวข้อเรื่อง** การปัจฉิมนิเทศ**กิจกรรม** ปัจฉิมนิเทศ**เวลาที่ใช้** 60 นาที**สาระสำคัญ**

การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคมเป็นการชวนนักเรียนทำกิจกรรมเรียนรู้นอกห้องเรียน เพื่อมีให้การปรับตัวให้เข้ากับสังคมใหม่ จึงเป็นเรื่องครูให้เด็กได้สังเกตสิ่งต่างๆรอบตัว เช่น สภาพแวดล้อม สัตว์สถานที่และสิ่งๆที่พบเห็นรวบรวมข้อมูลผ่านการรับรู้ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 และกระตุ้นให้เด็กแสดงความคิดเห็นโดยใช้คำถามปลายเปิด สะท้อนออกมาโดยการขีดเขียนเป็นภาพวาดและตัวอักษรได้อย่างอิสระสื่อความหมายสิ่งที่บันทึกจาก การเรียนรู้นอกห้องเรียนให้ผู้อื่นเข้าใจโดยการบอกเล่า เกี่ยวกับสถานที่ที่ไปเรียนรู้ โดยเด็กสามารถปรึกษากับเพื่อนและครูรวมทั้งแก้ไขงานเขียนของตนเองได้

**จุดประสงค์**

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้เข้าหน้าที่ของตนเอง และสามารถนำประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ในสังคมของตนเองตามสถานการณ์ในชีวิตจริงได้

**กิจกรรมการเรียนการสอน**

1. ให้นักเรียนนั่งล้อมกันเป็นวงกลม
2. ครูให้นักเรียนแต่ละคนร่วมกันแสดงความคิดเห็นที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรม
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปผลและประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม
4. ครูให้นักเรียนทำแบบประเมินทักษะการปรับตัวทางสังคม เมื่อเสร็จเรียบร้อยแล้วมาทบทวนหน้าที่ของเด็ก และร้องเพลงหน้าที่ร่วมกัน
5. เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนเข้าแถวจัดเก็บอุปกรณ์ ทำความสะอาดร่างกาย ล้างมือเพื่อเข้าห้องเรียน

**สื่อ/อุปกรณ์**

1. เพลง “หน้าที่เด็ก”
2. แบบประเมินทักษะการปรับตัวทางสังคม  
เพลง “หน้าที่เด็ก”

เด็กเอ๋ยเด็กดีต้องมีหน้าที่สิบอย่างด้วยกัน เด็กเอ๋ยเด็กดีต้องมีหน้าที่สิบอย่างด้วยกัน  
หนึ่ง นับถือศาสนา สอง รักษาธรรมเนียมมั่น สาม เชื่อพ่อแม่ครูอาจารย์ สี่ วาจานั้นต้องสุภาพอ่อนหวาน  
ห้า ยึดมั่นกตัญญู หก เป็นผู้รู้จักการงาน เจ็ด ต้องศึกษาให้เชี่ยวชาญ ต้องมานะบากบั่น ไม่เกียจไม่คร้าน  
แปด รู้จักออมประหยัด เก้า ต้องซื่อสัตย์ตลอดกาล น้ำใจนักกีฬาสุภาพ ให้เหมาะกับกาลสมัยชาติพัฒนา

สืบ ทำตนให้เป็นประโยชน์ รับผิดชอบต่อคุณ โทษ สมบัติชาติต้องรักษา เด็กสมัยชาติพัฒนาจะเป็นเด็กที่พาชาติไทยเจริญ

### การประเมินผล

สังเกต

1. การปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นเกม
2. การเล่นและทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น
3. การปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายในการเล่นเกม
4. การจดบันทึก

### ภาพกิจกรรม



แบบประเมินความพึงพอใจต่อชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน  
เพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

โรงเรียนสฤติเดช จังหวัดจันทบุรี




คำชี้แจง แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อถามความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาทักษะการปรับตัวทางสังคม จึงขอความร่วมมือให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริง




ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความตามความเป็นจริงของ นักเรียน  
เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง  
ชั้น ป.1/.....

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้น ป.1

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความพึงพอใจของนักเรียน

ข้อที่	ข้อคำถาม	ระดับความพึงพอใจ		
		มาก 	ปานกลาง 	น้อย 
๑	ฉันรู้สึกว่าการจัดกิจกรรมมีความสนุกสนานไม่น่าเบื่อ			
๒	ฉันได้เรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว			
๓	ฉันเห็นว่าทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม			
๔	ฉันได้ฝึกการทำงานเป็นกลุ่ม			
๕	ฉันกล้าแสดงออกมากขึ้น			

ข้อที่	ข้อความ	ระดับความพึงพอใจ		
		มาก 	ปานกลาง 	น้อย 
๖	ฉันเคารพ กฎ กติกา ในการทำกิจกรรม			
๗	ฉันปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนๆ ได้ดี			
๘	ฉันเห็นว่าเพื่อนๆ มีความรักและสามัคคีกัน			
๙	ฉันมีระเบียบวินัย และจัดเก็บสิ่งของได้เป็นระเบียบ			
๑๐	ฉันรู้จักอดทน และรู้จักการรอคอย			
๑๑	ฉันได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกัน การแบ่งปันและการช่วยเหลือกัน			
๑๒	ฉันมีความสุขในการทำกิจกรรม			



ภาคผนวก ค

ผลการตรวจสอบคุณภาพการวิจัย

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างลักษณะพฤติกรรมกับจุดประสงค์การเรียนรู้ (IOC) ของแบบวัดพฤติกรรมกรรมการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้น

หัวข้อสำคัญ	ข้อ	รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ			$\Sigma$	IOC	สรุปค่าที่ได้
			คนที่1	คนที่2	คนที่3			
เคารพ กฎ กติกา	1	มาโรงเรียนทันเข้าแถวทุกวัน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	2	ตั้งใจทำกิจกรรมเข้าแถวเคารพธงชาติ	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	3	สวัสดิคุณครูที่พบเจอในโรงเรียน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	4	หยิบของเพื่อนมาใช้โดยไม่บอกเพื่อน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	5	เก็บขยะเมื่อเห็น	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	6	ส่งการบ้านทุกวัน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	7	แบ่งปันสิ่งของให้เพื่อน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	8	ขออนุญาตก่อนเข้าหรือออกจากห้องเรียนทุกครั้ง	1	1	1	3	1	ใช้ได้
การอยู่ ร่วมกัน	9	เล่นในเวลาเรียน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	10	เตรียมอุปกรณ์การเรียนมาครบทุกวัน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	11	จัดเก็บสิ่งของเป็นระเบียบ	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	12	ขยันและตั้งใจทำงานที่ได้รับ	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	13	ปฏิบัติตามกฎของห้องเรียนได้	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	14	ยอมรับโทษเมื่อตนเองทำผิด	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	15	ตั้งใจฟังคำแนะนำของครูก่อนลงมือทำ	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	16	ชอบทำงานร่วมกันกับเพื่อน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
การ ควบคุม อารมณ์ ตนเอง	17	อารมณ์ดีทุกวัน	1	1	0	2	0.7	ใช้ได้
	18	ร้องไห้เมื่อมีปัญหา	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	19	กล้าแสดงออก	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	20	ชอบแกล้งเพื่อน	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	21	ไม่ชอบเพื่อนที่นิ่งด้วย	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	22	ไว้วางเสียงดังเมื่อไม่พอใจ	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	23	มั่นใจในตนเอง	1	1	1	3	1	ใช้ได้
	24	ชื่นชมผลงานของตนเอง	1	1	0	2	0.7	ใช้ได้

ประถมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 2 สรุปผลการประเมินคุณภาพแผนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียน

สรุปผลการประเมินคุณภาพแผนการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้เทคนิคการจัดการเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม								
ประเด็นที่ประเมิน	ข้อ	รายการ	ผู้เชี่ยวชาญ			Σ	IOC	สรุปค่าที่ได้
		จุดประสงค์การเรียนรู้	คนที่1	คนที่2	คนที่3			
จุดมุ่งหมาย	1	สอดคล้องกับเนื้อหา	4	4	5	13	4.33	ดี
	2	ระบุพฤติกรรมได้ชัดเจน	5	4	4	13	4.33	ดี
เนื้อหา	1	สอดคล้องกับจุดมุ่งหมาย	4	4	5	13	4.33	ดี
	2	กิจกรรมมีความเหมาะสมกับเวลาที่สอน	4	4	4	12	4.00	ดี
	3	เหมาะกับวัยและวุฒิภาวะของผู้เรียน	5	5	5	15	5.00	ดีมาก
	4	ใช้ภาษาสื่อความหมายได้ถูกต้องชัดเจน	4	4	4	12	4.00	ดี
การดำเนินกิจกรรม	1	เร้าความสนใจของผู้เรียน	4	5	5	14	4.67	ดีมาก
	2	ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้	5	5	5	15	5.00	ดีมาก
	3	ฝึกการทำกิจกรรมร่วมกัน	5	5	5	15	5.00	ดีมาก
	4	บรรลุจุดมุ่งหมายการเรียนรู้	4	4	5	13	4.33	ดี
การวัดและประเมินผล	1	สอดคล้องกับจุดมุ่งหมาย	4	3	4	11	3.67	พอใช้
	2	มีความเป็นระบบต่อเนื่อง	3	4	4	11	3.67	พอใช้
			ระดับคะแนน	4.51-5.00	ระดับคุณภาพดีมาก			
			ระดับคะแนน	3.51-4.50	ระดับคุณภาพดี			
			ระดับคะแนน	2.51-3.50	ระดับคุณภาพพอใช้			
			ระดับคะแนน	1.51-2.50	ระดับคุณภาพปรับปรุง			
			ระดับคะแนน	1.00-1.50	ระดับคุณภาพใช้ไม่ได้			

**ตารางที่ 3** การวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างลักษณะพฤติกรรมกับ  
จุดประสงค์การ เรียนรู้ (IOC) ของแบบประเมินความพึงพอใจต่อชุด  
กิจกรรมแนะแนวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1

ข้อ	ข้อความความพึงพอใจต่อกิจกรรม	ผู้เชี่ยวชาญ			$\Sigma$	IOC	สรุปค่าที่ได้
		คนที่1	คนที่2	คนที่3			
1	ฉันรู้สึกว่าการศึกษามีความสนุกสนานไม่น่าเบื่อ	1	1	1	3	1	ใช้ได้
2	ฉันได้เรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมรอบตัว	1	1	1	3	1	ใช้ได้
3	ฉันเห็นว่าทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรม	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
4	ฉันได้ฝึกทำงานเป็นกลุ่ม	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
5	ฉันกล้าแสดงออกมากขึ้น	0	1	1	2	0.67	ใช้ได้
6	ฉันเคารพ กฎ กติกา ในการทำกิจกรรม	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
7	ฉันปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนๆ ได้ดี	1	1	0	2	0.67	ใช้ได้
8	ฉันเห็นว่าเพื่อนๆมีความรักและสามัคคีกัน	0	1	1	2	0.67	ใช้ได้
9	ฉันมีระเบียบวินัย และจัดเก็บสิ่งของได้เป็นระเบียบ	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
10	ฉันรู้จักอดทน และรู้จักการรอคอย	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
11	ฉันได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกัน การแบ่งปัน และการช่วยเหลือกัน	1	1	1	3	1.00	ใช้ได้
12	ฉันมีความสุขในการทำกิจกรรม	1	1	1	3	0.67	ใช้ได้



**ประวัติผู้วิจัย**

ชื่อ	นางเขมณัฐ์ จันทร์แสงนาวิ
วัน เดือน ปีเกิด	5 กรกฎาคม 2516
สถานที่เกิด	บ้านเลขที่ 34/1 หมู่ 1 ตำบลบางกะไชย อำเภอแหลมสิงห์ จังหวัดจันทบุรี
ประวัติการศึกษา	ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนสฤตดิเดช จันทบุรี
ตำแหน่ง	ครู คศ.1

