

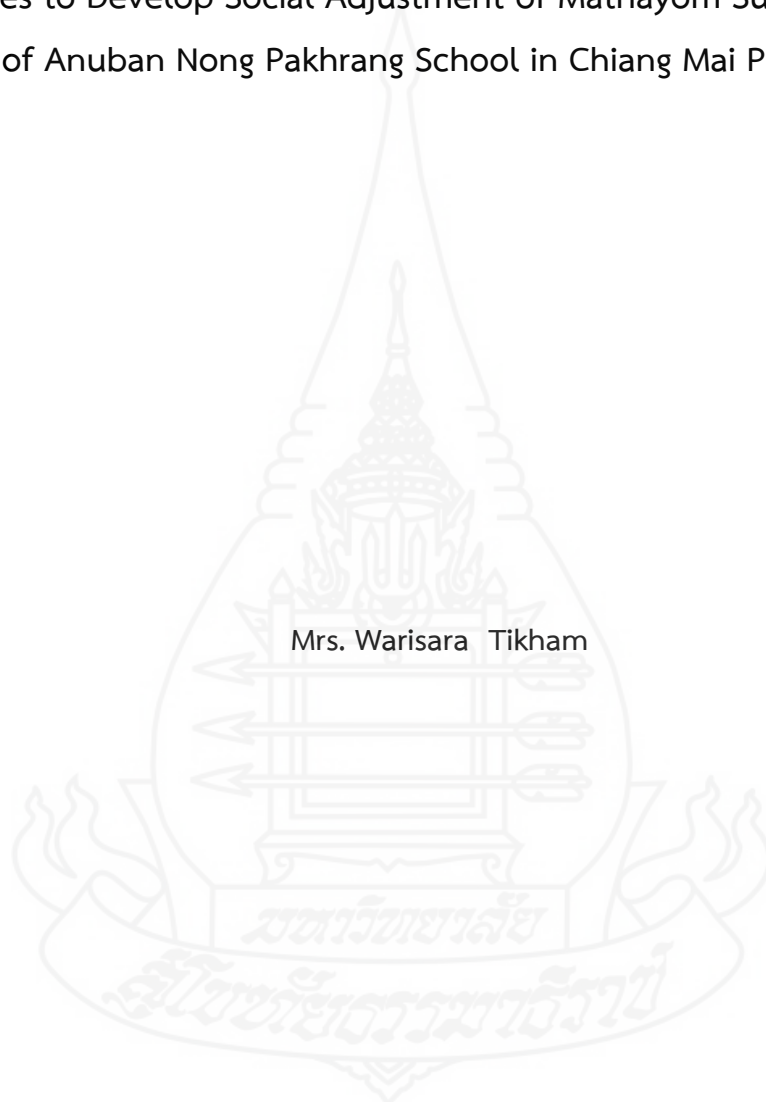
ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนา
การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่

นางวริศรา ตีคำ

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

พ.ศ. 2562

The Effects of Using a Guidance Activities Package Emphasizing Group
Activities to Develop Social Adjustment of Mathayom Suksa I Students
of Anuban Nong Pakhrang School in Chiang Mai Province



Mrs. Warisara Tikham

An Independent Study 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

2019

หัวข้อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนา
การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่

ชื่อและนามสกุล นางวริศรา ตีคำ

แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง

การศึกษาค้นคว้าอิสระนี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2563

คณะกรรมการสอบการศึกษาค้นคว้าอิสระ



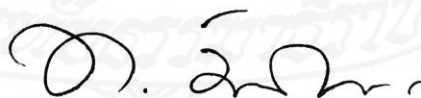
ประธานกรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นรินาท แสนสา)



(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ชื่อการศึกษาค้นคว้าอิสระ ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่

ผู้ศึกษา นางวริศรา ตีคำ **รหัสนักศึกษา** 2612801189

ชื่อปริญญา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)

อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง **ปีการศึกษา** 2562

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่

ประชากรคือ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จำนวน 62 คน กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จำนวน 30 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบกลุ่ม เครื่องมือที่ใช้การศึกษาประกอบด้วย (1) แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม (2) ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มี 5 ด้าน ประกอบด้วย (ก) ด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น (ข) ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพผู้อื่น (ค) ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล (ง) ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น และ (จ) ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการศึกษาปรากฏว่า (1) การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง ทั้งโดยรวมและรายด้านคือ ด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพ ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น และด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข พบว่าอยู่ในระดับมาก และ (2) การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม เพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .01

คำสำคัญ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ การปรับตัวทางสังคม มัธยมศึกษา

Independent study title: The Effects of Using a Guidance Activities Package Emphasizing Group Activities to Develop Social Adjustment of Mathayom Suksa I Students of Anuban Nong Pakhrang School in Chiang Mai Province

Author: Mrs. Warisara Tikham; **ID:** 2612801189;

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

Advisor: Dr. Wunlapa Sabaiying, Associate Professor; **Academic year:** 2019

Abstract

The purpose of this research was to study the effects of using a guidance activity package emphasizing group activities to develop social adjustment of Mathayom Suksa I students of Anuban Nong Pakhrang School in Chiang Mai province.

The research population comprised 62 Mathayom Suksa I students studying in the academic year 2019 at Anuban Nong Pa Khrang School in Chiang Mai province. The research sample consisted of 30 Mathayom Suksa I students studying in the academic year 2019 at Anuban Nong Pa Khrang School in Chiang Mai province, obtained by cluster random sampling. The research instruments comprised (1) a questionnaire on social adaptation; and (2) a guidance activities package emphasizing group activities to develop social adjustment which consisted of five aspects: (a) self-understanding and understanding of the others, (b) creation of relationship with the others, (c) management of interpersonal conflicts, (d) working with the others, and (e) living together happily. Statistics used for data analysis were the percentage, mean, standard deviation, and t-test.

The results of the study revealed that (1) the overall and specific aspects of social adjustment of Mathayom Suksa I students of Anuban Nong Pa Khrang School were rated at the high level; the specific aspects of social adjustment were the following: self-understanding and understanding of the others, creation of relationship with the others, management of interpersonal conflicts, working with the others, and living together happily; and (2) after participating in guidance activities to develop social adjustment, Mathayom Suksa I students' level of social adjustment increased significantly at the .01 level of statistical significance.

Keywords: Guidance activities package emphasizing group activities, Social adjustment, Mathayom Suksa

กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดีด้วยได้รับความอนุเคราะห์ และความกรุณาจากท่านรองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ และอาจารย์ที่ปรึกษาการวิจัย ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ให้คำปรึกษาแนะนำ ตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ เป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ ขอขอบคุณคุณครูจารุณี สมใจกุล ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่, คุณครูไพลิน เสน่ห์ครุชำนาญการพิเศษ โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่, และคุณครูรัชพันธ์ อ้นเกษ ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนเทศบาล 1 (ทุ่งฟ้าบตรราษฎร์บำรุง) อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ที่กรุณาให้คำแนะนำปรึกษา ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจนทำให้งานวิจัยฉบับนี้มีความสมบูรณ์ดียิ่งขึ้น ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ คณะอาจารย์ประจำวิชาสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราชทุกท่าน ที่ได้ให้ความรู้ ให้การอบรมสั่งสอน ให้คำแนะนำและให้กำลังใจในการศึกษาค้นคว้าด้วยดีตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณผู้บริหารโรงเรียน คณะครูและนักเรียนโรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่งอำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกในการศึกษาทดลองเก็บรวบรวมข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขออุทิศคุณความดีจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้แต่บิดา มารดา และผู้มีพระคุณทุกๆ ท่านที่คอยให้กำลังใจในการศึกษาค้นคว้าทำให้งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

วริศรา ตีคำ

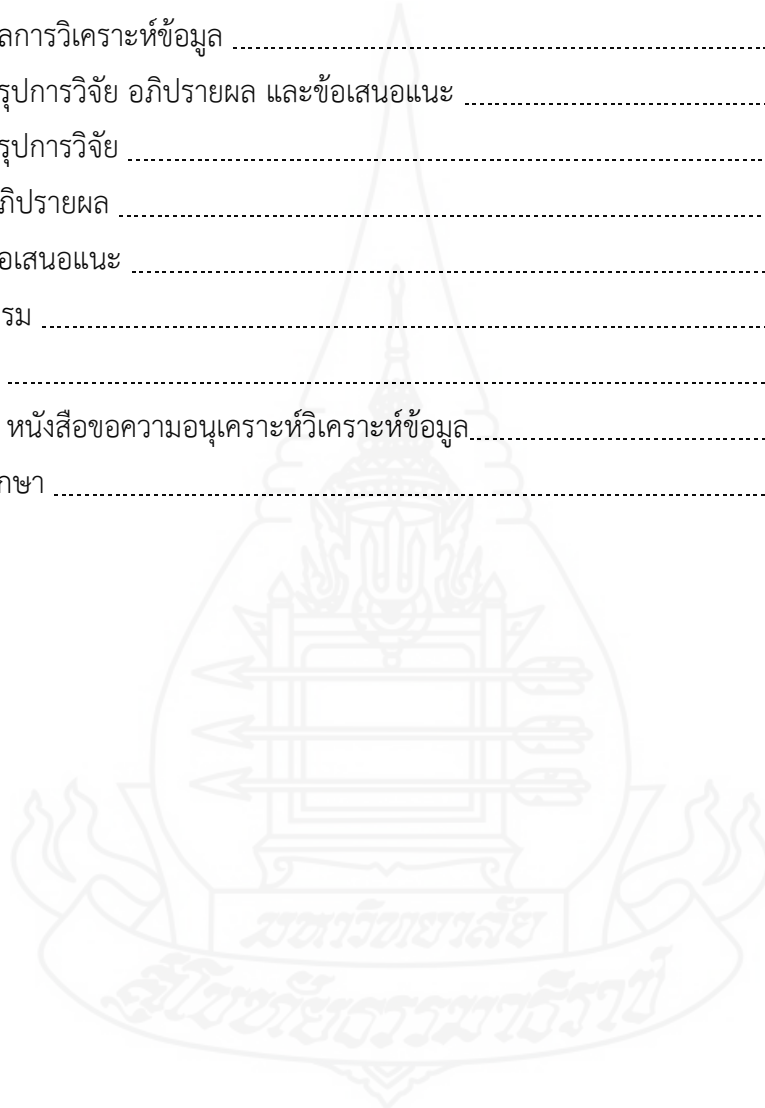
กรกฎาคม 2563

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
คำถามวิจัย	3
วัตถุประสงค์	3
สมมุติฐานการวิจัย	3
ขอบเขตการทดลอง	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	7
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	8
หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคม ศึกษาศาสนาและวัฒนธรรม	9
แนวคิดทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์	11
วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์	24
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว	30
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	43
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	49
รูปแบบการวิจัย	49
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	49
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	50
การเก็บรวบรวมข้อมูล	53
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	53

สารบัญ (ต่อ)

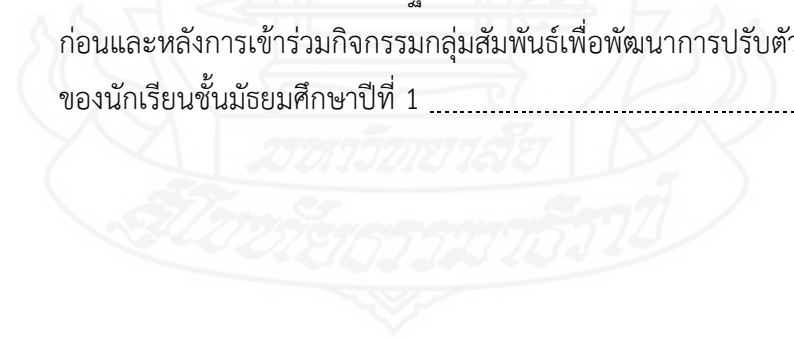
	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	55
การนำเสนอผลการศึกษาค้นคว้า	55
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	56
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	61
สรุปการวิจัย	61
อภิปรายผล	63
ข้อเสนอแนะ	68
บรรณานุกรม	69
ภาคผนวก	74
ก หนังสือขอความอนุเคราะห์วิเคราะห์ข้อมูล	75
ประวัติผู้ศึกษา	108



สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 4.1	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ด้านการรู้จักและเข้าใจตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	56
ตารางที่ 4.2	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	57
ตารางที่ 4.3	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ...	58
ตารางที่ 4.4	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	58
ตารางที่ 4.5	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ...	59
ตารางที่ 4.6	แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	60



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้ง ทางด้านเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี และ ข้อมูลข่าวสารที่สามารถเชื่อมโยงต่อกันได้ในระดับนานาชาติ ไม่มีพรมแดน ไม่มีอะไรมาขัดกั้น ก่อให้เกิดการเรียนรู้แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมและสังคมอันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ มากมาย การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวทำให้บุคคลต้องปรับตัวเพื่อให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลง เมื่อ บุคคลไม่สามารถปรับตัวปรับใจให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงได้จะส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพจิตของ บุคคลเหล่านั้น และหากปล่อยไว้ให้สภาพการณ์นี้ดำเนินต่อไปอาจทำให้สุขภาพจิตเสื่อมโทรมได้ การ ที่คนเราจะมีความสุขในการดำเนินชีวิตได้นั้นต้องได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานเสียก่อน คือ ความต้องการทางร่างกาย ความต้องการความมั่นคง ความต้องการความรัก การเป็นที่ยอมรับและ การเป็นเจ้าของแล้วจึงจะสามารถพัฒนาถึงขั้น สูงสุดได้คือ ความตระหนักรู้ในตนเอง ผู้ที่จะนับถือ ตนเองและผู้อื่นได้ จำเป็นต้องรู้จักและเข้าใจตนเอง ด้วยการเริ่มค้นหาส่วนที่ดีที่มีอยู่ในตน เมื่อค้นหา ส่วนดีได้ย่อมทำให้เกิดความรักและรับรู้ว่ามีสิ่งที่ดีซึ่งจะเกิดความสุขภาคภูมิใจตามมา

ช่วงวัยรุ่นเป็นวัยของการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญ เป็นช่วงระยะเวลาคาบเกี่ยวระหว่างความ เป็นเด็กต่อเนื่องกับความเป็นผู้ใหญ่ นับเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต วัยรุ่นที่ประสบความสำเร็จ ในการปรับตัวเข้ากับสังคมก่อนที่จะผ่านช่วงนี้จะทำให้เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี รวมทั้งมีความสามารถ ที่จะปรับตัวและปฏิบัติได้ดีตามมาตรฐานของตนเองและมาตรฐานของสังคมที่อาศัยอยู่ ส่วนวัยรุ่นที่ไม่ สามารถปรับตัวทางสังคมได้นั้นจะทำให้สับสนเกี่ยวกับตนเอง จะไม่สามารถแสดงบทบาทที่เหมาะสม กับตนเองได้ถูกต้อง ขาดความเป็นตัวของตัวเอง มีปัญหาบุคลิกภาพ และไม่สามารถดำรงชีวิตได้อย่าง ปกติสุข ในการจัดการศึกษาแบ่งออกเป็นช่วงชั้นเพื่อจะได้จัดการเรียนรู้ให้เหมาะสมตามความรู้ความ ต้องการของนักเรียน โดยยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ในแต่ละเนื้อหาสาระวิชาต่างๆ โดยเฉพาะกิจกรรม พัฒนาผู้เรียน เป็นกิจกรรมที่จัดให้ผู้เรียนได้พัฒนาความสามารถของตนเองตามศักยภาพ มุ่งเน้นการ เข้าร่วม และปฏิบัติกิจกรรมที่เหมาะสมร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข กับกิจกรรมที่เลือกด้วยตนเอง ตามความถนัดและความสนใจอย่างแท้จริง การพัฒนาที่สำคัญ ได้แก่ การพัฒนาองค์รวมของความ เป็นมนุษย์ให้ครบทุกด้าน ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม โดยอาจจัดเป็นแนวทางหนึ่ง ที่จะ สนองนโยบายในการสร้างเยาวชนของชาติ ให้เป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรม มีระเบียบวินัย และมี

คุณภาพเพื่อพัฒนาองค์รวมของความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ปลูกฝัง และสร้างจิตสำนึกของการทำประโยชน์เพื่อสังคม ซึ่งสถานศึกษาจะต้องดำเนินการอย่างมีเป้าหมาย มีรูปแบบ และวิธีการที่เหมาะสม

จากการศึกษาของปัญหาของวัยรุ่นไทยพบว่าวัยรุ่นมีปัญหาในด้านต่างๆ ได้แก่ ปัญหาการพูดการขโมยการต่อต้านสังคมการติดยาเสพติดการฆ่าตัวตายและพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของนางลักษณ์ วิชัยรัมย์และคณะ(2562:65) ที่ศึกษาตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวของวัยรุ่น บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่นควรให้ความสำคัญและพัฒนาการปรับตัวด้านจิตสังคมและการมองโลกทางบวกเพื่อส่งเสริมให้วัยรุ่นรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมพฤติกรรมก้าวร้าวที่ดีขึ้น การปรับตัวของวัยรุ่นเป็นพัฒนาการต่อจากวัยเด็ก แต่วัยรุ่นจะต้องเผชิญกับความคาดหวังของผู้อื่นมากกว่าสมัยเมื่อเขายังเด็ก การเปลี่ยนแปลงจากเด็กที่พึ่งพาอาศัยพ่อแม่ไปเป็นคนที่กำลังจะเริ่มเป็นผู้ใหญ่ จะเริ่มรับผิดชอบตัวเอง ทำให้วัยรุ่นต้องมีการปรับตัวทางอารมณ์และสังคมอย่างมาก มีการสร้างเอกลักษณ์ของตนเอง สร้างทัศนคติ และค่านิยมแห่งชีวิต เมื่อเริ่มห่างจากพ่อแม่ มิตรภาพระหว่างเพื่อนฝูงก็กลายเป็นสิ่งสำคัญที่สุดอย่างหนึ่งของวัยรุ่น การแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเองนี้ อิริคสัน (Erikson) เรียกว่าเป็น identity crisis หรือวิกฤตการณ์แห่งการแสวงหาเอกลักษณ์ มีการมองตน และเห็นตนเองตามที่ผู้อื่นเห็น เรียนรู้และยอมรับความสามารถของตน เลือกลงเอาความเป็น “ตน” เหมือนตัวละคร เลือกสวมหน้ากาก ซึ่งตนจะแสดงบทบาทได้เหมาะสม เช่นเดียวกับการสวมหัวโขนของไทย เรียนรู้และสร้างเอกลักษณ์ของตนขึ้นมา การยอมรับตนขึ้นอยู่กับการใช้สติปัญญาของผู้นั้นด้วย ถ้ามีเหตุมีผลใช้สติปัญญาก็จะเข้าใจตัวเองตามที่เป็นจริง (realistic) ถ้าใช้อารมณ์อย่างเดียวก็จะมองเห็นตนตามที่ตนอยากจะเป็น (ideal self) ผู้ที่ใช้สติปัญญาย่อมมองเห็นความแตกต่างระหว่างตัวเองจริงๆ กับตัวเองในอุดมคติ การมองเห็นตัวเองนี้ยังได้รับการสนับสนุนจากสังคมวัฒนธรรมที่แวดล้อมตนอยู่ ถ้าพ่อแม่เพื่อนฝูงยอมรับ ก็จะเกิดความมั่นใจในตัวเอง ถ้าเข้ากับใครไม่ได้ ก็ทำให้เกิดความสงสัยไม่มั่นใจและไม่เชื่อว่าผู้อื่นจะยอมรับตนต่อไป (ศรีประภา ชัยสินธพ, 2562) จากการที่ผู้วิจัยได้สำรวจข้อมูลเบื้องต้นด้วยการสัมภาษณ์ครูประจำชั้น และสังเกตนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมดังต่อไปนี้ นักเรียนส่วนใหญ่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองและไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างเหมาะสม การปรับตัวทางสังคมรับว่าเป็นลักษณะที่สำคัญยิ่งประการหนึ่งของบุคคลที่อยู่ในสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาพฤติกรรมปรับตัวทางสังคมที่ประสบผลสำเร็จนั้นคือการที่บุคคลสามารถปรับตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตรงกันข้ามกับบุคคลที่ไม่สามารถปรับตัวได้จะเกิดความไม่สบายใจเศร้าสร้อยวิตกกังวลค่านิ่งถึงแต่ความผิดพลาดอันเป็นผลทำให้บุคคลนั้นเกิดความทุกข์และจากการที่บุคคลไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับโครงสร้างของสังคม

หรือไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับวิถีชีวิตที่สมาชิกส่วนใหญ่ยึดปฏิบัติได้ย่อมส่งผลให้เกิดปัญหาของสังคมได้

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อเป็นการป้องกันแก้ไขและพัฒนาเด็กในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง สังกัดเทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่

2. คำถามวิจัย

2.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง มีลักษณะอย่างไรบ้าง

2.2 พัฒนาการปรับตัวทางสังคมด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น การสร้างสัมพันธ์ภาพผู้อื่น การจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล การทำงานร่วมกับผู้อื่น การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขของกลุ่มทดลองก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และติดตามผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีความแตกต่างกันอย่างไร

3. วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง

4. สมมุติฐานการวิจัย

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มสูงขึ้นภายหลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

5. ขอบเขตการทดลอง

5.1 ขอบเขตด้านประชากร

นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จำนวน 62 คน

5.2 ด้านกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จำนวน 30 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มสุ่มแบบกลุ่มเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน

6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 การปรับตัวทางสังคม หมายถึง ความพยายามของบุคคลในการปรับตัวเองให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นและดำรงไว้ซึ่งสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในสังคมเป็นอย่างดี ก่อให้เกิดความสุขและตนเองได้รับความพึงพอใจประกอบด้วย 5 ด้านดังต่อไปนี้

6.1.1 ด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น หมายถึง ความพยายามของนักเรียนในการรับรู้ความคิดอารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ต่างๆ และสามารถแสดงพฤติกรรมได้เหมาะสมกับสถานการณ์นั้นๆ

6.1.2 ด้านการสร้างสัมพันธภาพผู้อื่น หมายถึงความพยายามของนักเรียนในการสร้างความประทับใจต่อผู้อื่นเพื่อให้เกิดการยอมรับและมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้แก่การกล่าวทักทายอย่างสุภาพการแสดงท่าทางที่ยิ้มแย้มแจ่มใสการให้กำลังใจเพื่อน การยกย่องชมเชย

6.1.3 ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล หมายถึงความพยายามของนักเรียนในการแก้ไขจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งด้วยการไม่หลีกเลี่ยงไม่ใช้อำนาจแต่ใช้ในลักษณะหันหน้าเข้าหากันแสดงความคิดเห็นความรู้สึกพูดปรับความเข้าใจร่วมกันหาสาเหตุและแนวทางที่จะยุติ

6.1.4 ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น หมายถึง ความพยายามของนักเรียนในการแสดงปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสถานการณ์หรือกิจกรรมต่างๆได้แก่การเล่นกีฬากิจกรรมของชุมนุมทำงานกลุ่มในห้องร่วมกับเพื่อนด้วยความสบายใจและประสบผลสำเร็จด้วยดีรวมทั้งเห็นประโยชน์ของบทบาทสมาชิกในการเข้ากลุ่ม

6.1.5 ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข หมายถึง ความพยายามของนักเรียนในการแสดงความรู้สึกที่เข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้แก่ความพึงพอใจการแบ่งปันเห็นใจในความคิดเห็นหรือของผู้อื่นการรับฟังความคิดเห็นของกันและกันและการยกโทษให้กับผู้ที่ทำความผิด

6.2 กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หมายถึง กิจกรรมที่สร้างขึ้นมาใช้ในการเสริมสร้างและพัฒนาการปรับตัวทางสังคมเพื่อให้นักเรียนรู้จักการปรับตัวทางสังคมโดยในการทำวิจัยครั้งนี้จะใช้เทคนิคกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์บทบาทสมมุติกรณีตัวอย่างเกมดังรายละเอียดต่อไปนี้

6.2.1 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การจัดประสบการณ์เรียนรู้โดยให้นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและสมาชิกในกลุ่มที่เกิดขึ้นในขณะนั้นนักเรียนจะเรียนรู้สิ่งต่างๆด้วยตนเองเป็นการเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนเองซึ่งกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะใช้เสริมสร้างและพัฒนาการการรู้จักและเข้าใจตนเองในด้านความต้องการและความรู้สึกของตนเองด้านการแสวงหาแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเองด้านความสนใจความถนัดด้านที่เกี่ยวข้องกับการเรียนและอาชีพด้านความรักนับถือตนเองและผู้อื่นและด้านการแก้ปัญหา

6.2.2 การแสดงบทบาทสมมติ หมายถึง กิจกรรมแสดงที่มีการกำหนดสถานการณ์สมมติขึ้นมาและกำหนดบทบาทเฉพาะตัวให้แก่สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มแสดงบทบาทนั้นเป็นการแสดงที่ไม่มีการสวมหน้ากากแสดงบทบาทไปตามลักษณะนิสัยของตัวละครในสถานการณ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นและถือเอาการแสดงออกทั้งด้านความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้แสดงมาเป็นข้ออภิปรายเพื่อการเรียนรู้ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับการพัฒนาการเข้าใจตนเองซึ่งบทบาทสมมุติจะใช้เพื่อเสริมสร้างและพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองในด้านความต้องการและความรู้สึกของตนเอง

6.2.3 เกม หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้โดยการสร้างสถานการณ์สมมติขึ้นให้นักเรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาที่กำหนดไว้ซึ่งนักเรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมาเป็นการแพ้ชนะวิธีการนี้จะช่วยให้นักเรียนวิเคราะห์เกี่ยวกับการเข้าใจตนเองในด้านความต้องการและความรู้สึกของตนเอง

6.2.4 กรณีตัวอย่าง หมายถึง วิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้โดยการนำเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริงมาดัดแปลงใช้เป็นกรณีตัวอย่างให้นักเรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายสร้างความเข้าใจและให้นักเรียนได้รู้จักตนเองมากยิ่งขึ้นซึ่งกรณีตัวอย่างจะใช้เสริมสร้างและพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองในด้านความต้องการแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเองและด้านการแก้ปัญหา

6.3 ชุดกิจกรรมแนะแนวกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง ขั้นตอนวิธีการ พฤติกรรมและปฏิสัมพันธ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในการทำงานกลุ่มซึ่งจะช่วยให้นักเรียนดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพได้ผลงานที่ดีและมีความรู้สึกและความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน กำหนดนิยามปฏิบัติการของตัวแปรที่ต้องการวัด

6.3.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

6.3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งมีขั้นตอนและรายละเอียดดังนี้

- 1) การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง
- 2) การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 3) การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4) การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

7. การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

7.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง สังกัดเทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2562 จำนวน 62 คน

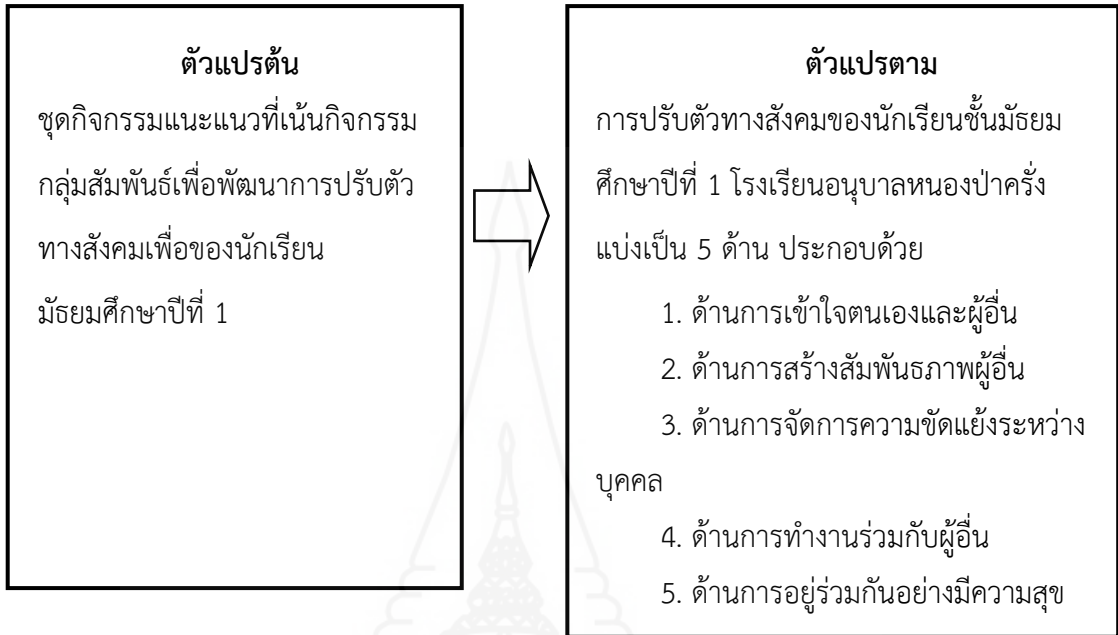
7.2 การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ เป็นนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง สังกัดเทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2562 ที่ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 30 คน

8. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลของการศึกษาครั้งนี้จะเป็นแนวทางให้ครูแนะแนว ครูประจำชั้น ครูผู้สอน และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ได้นำการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไปใช้เป็นแนวทางในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนต่อไป

9. กรอบแนวคิดในการวิจัย



ประเภทของการศึกษาค้นคว้า การวิจัยกึ่งทดลอง



บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม
2. แนวคิดทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 2.1 ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 2.2 จุดมุ่งหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 2.3 ขนาดของกลุ่มสัมพันธ์
 - 2.4 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
 - 2.5 ทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 2.6 ทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ในการเรียนการสอน
3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 3.1 การเตรียมการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 3.2 ขั้นตอนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 3.3 กิจกรรมที่ส่งเสริมการจัดการเรียนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 3.4 บทบาทของครูในการจัดการเรียนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์
 - 3.5 บทบาทของผู้เรียนตามทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว
 - 4.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
 - 4.2 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว
 - 4.3 หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว
5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม
 - 5.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม
 - 5.2 ทฤษฎีการปรับตัว
 - 5.3 ลักษณะที่แสดงออกถึงความยุ่งยากในการปรับตัว

- 5.4 ลักษณะของเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดี
- 6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 6.2 งานวิจัยในประเทศ

1. หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้ สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งในฐานะปัจเจกบุคคลและการอยู่ร่วมกันในสังคม การปรับตัว ตามสภาพแวดล้อม การจัดการทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดเข้าใจถึงการพัฒนา เปลี่ยนแปลงตามยุคสมัย กาลเวลา ตามเหตุปัจจัยต่างๆ เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น มีความอดทน อดกลั้น ยอมรับ ในความแตกต่างและมีคุณธรรม สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นพลเมืองดีของ ประเทศชาติและสังคมโลก

1.1 สาระการเรียนรู้

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรมว่าด้วยการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความเชื่อมสัมพันธ์กัน และมีความแตกต่างกันอย่างหลากหลายเพื่อช่วยให้สามารถปรับตนเองกับ บริบทสภาพแวดล้อมเป็นพลเมืองดีมีความรับผิดชอบ มีความรู้ ทักษะ คุณธรรม และค่านิยมที่ เหมาะสมโดยได้กำหนดสาระต่าง ๆ ไว้ดังนี้

ศาสนา ศีลธรรมและจริยธรรม แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม หลักธรรมของพระพุทธศาสนาหรือศาสนาที่ตนนับถือการนำหลักธรรมคำสอนไปปฏิบัติในการ พัฒนาตนเองและการอยู่ ร่วมกันอย่างสันติสุขเป็นผลดีผู้กระทำ ความดี มีค่านิยมที่ดีงาม พัฒนาตนเองอยู่ เสมอรวมทั้งบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมและส่วนรวม

หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิต ระบบการเมืองการปกครองในสังคม ปัจจุบันการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข ลักษณะและ ความสำคัญ การเป็นพลเมืองดี ความแตกต่างและความหลากหลายทางวัฒนธรรม ค่านิยม ความเชื่อ ปลูกฝังค่านิยมด้านประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข สิทธิหน้าที่ เสรีภาพการ ดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขในสังคมไทยและสังคมโลก

เศรษฐกิจศาสตร์ การผลิต การแจกจ่าย และการบริโภคสินค้าและบริการ การบริหาร จัดการทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดอย่างมี ประสิทธิภาพ การดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ และการนำ หลักเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ประวัติศาสตร์เวลาและยุคสมัยทางประวัติศาสตร์วิธีการทางประวัติศาสตร์ พัฒนาการของมนุษยชาติจากอดีตถึงปัจจุบัน ความสัมพันธ์และเปลี่ยนแปลงของเหตุการณ์ต่างๆ ผลกระทบที่เกิดจากเหตุการณ์สำคัญในอดีต บุคคลสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในอดีต ความเป็นมาของชาติไทยวัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทยแหล่งอารยธรรมที่สำคัญของโลก

ภูมิศาสตร์ ลักษณะของโลกทางกายภาพลักษณะทางกายภาพ แหล่งทรัพยากร และ ภูมิอากาศของประเทศไทยและภูมิภาคต่างๆ ของโลกการใช้แผนที่และเครื่องมือทางภูมิศาสตร์ ความสัมพันธ์กันของสิ่งต่าง ๆ ในระบบธรรมชาติความสัมพันธ์ของมนุษย์กับสภาพแวดล้อมทาง ธรรมชาติและสิ่งที่มีมนุษย์สร้างขึ้นการนำเสนอข้อมูลภูมิสารสนเทศการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมเพื่อ การ พัฒนาที่ยั่งยืน

1.2 คุณภาพผู้เรียน

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 มีความรู้เรื่องเกี่ยวกับตนเองและผู้ที่อยู่รอบข้างตลอดจน สภาพแวดล้อมในท้องถิ่นที่อยู่อาศัยและเชื่อมโยงประสบการณ์ไปสู่โลกกว้าง มีทักษะกระบวนการและ มีข้อมูลที่จำเป็นต่อการพัฒนาให้เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม ประพฤติปฏิบัติตามหลักคำสอนของ ศาสนาที่ตนนับถือ มีความเป็นพลเมืองดี มีความรับผิดชอบ การอยู่ร่วมกันและการทำงานกับผู้อื่นมีส่วนร่วมในกิจกรรมของห้องเรียนและได้ฝึกหัดในการตัดสินใจ

มีความรู้เรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง ครอบครัว โรงเรียน และชุมชนในลักษณะการ บูรณาการผู้เรียนได้เข้าใจแนวคิดเกี่ยวกับปัจจุบันและอดีตมีความรู้พื้นฐานทางเศรษฐกิจได้ข้อคิด เกี่ยวกับ รายรับ-รายจ่าย ของครอบครัว เข้าใจถึงการเป็นผู้ผลิตผู้บริโภครู้จักการออมขั้นต้นและ วิธีการ เศรษฐกิจพอเพียง

รู้และเข้าใจในแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม หน้าที่พลเมือง เศรษฐศาสตร์ประวัติศาสตร์และภูมิศาสตร์เพื่อเป็นพื้นฐานในการทำความเข้าใจในขั้นที่สูงต่อไป

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

มีความรู้เรื่องของ จังหวัด ภาคและประเทศของตนเอง ทั้งเชิงประวัติศาสตร์ ลักษณะทางกายภาพ สังคมประเพณี และวัฒนธรรม รวมทั้งการเมืองการปกครองและสภาพ เศรษฐกิจโดยเน้นความเป็น ประเทศไทย

มีความรู้และความเข้าใจในเรื่องศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม ปฏิบัติตนตามหลักธรรม คำสอนของศาสนาที่ตนนับถือรวมทั้งมีส่วนร่วม ศาสนพิธีและพิธีกรรมทางศาสนามากยิ่งขึ้น

ปฏิบัติตนตามสถานภาพ บทบาท สิทธิหน้าที่ในฐานะพลเมืองดีของท้องถิ่น จังหวัด ภาค และประเทศ รวมทั้งได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมตามขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมของ ท้องถิ่นตนเองมากยิ่งขึ้น

สามารถเปรียบเทียบเรื่องราวของจังหวัดและภาคต่าง ๆ ของประเทศไทยกับประเทศ เพื่อนบ้านได้ รับการพัฒนาแนวคิดทางสังคมศาสตร์เกี่ยวกับศาสนาศีลธรรม จริยธรรม หน้าที่ พลเมือง เศรษฐศาสตร์ประวัติศาสตร์และภูมิศาสตร์เพื่อขยายประสบการณ์ไปสู่การทำ ความเข้าใจในภูมิภาคซีกโลกตะวันออกและตะวันตกเกี่ยวกับศาสนา คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม ความเชื่อ ขนบธรรมเนียม ประเพณีวัฒนธรรม การดำเนินชีวิต การจัดระเบียบทางสังคม และการเปลี่ยนแปลง ทางสังคมจากอดีตสู่ปัจจุบัน

2. แนวคิดทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

2.1 ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

ความหมายของคำว่ากลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamics) และกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ (Group Process) นักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

ซอลัดดา ชวัญเมือง (2542, น.221-222) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่า เป็นกระบวนการจัดกิจกรรมให้บุคคลได้ปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน มีการศึกษาพฤติกรรมของตนเอง ของผู้อื่นและของกลุ่มจากการทำงานร่วมกันจนเกิดการเรียนรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการสร้างสัมพันธ์ภาพ และประสิทธิภาพในการทำงานร่วมกัน เพื่อจะได้นำไปใช้ในการพัฒนาตนเอง พัฒนากลุ่มต่อไป

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542, น.4) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มจะเริ่มนับตั้งแต่มีบุคคล 2 คนขึ้นไปมาทำกิจกรรมร่วมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เดียวกัน เมื่อนุชนุชย์เข้ามารวมกลุ่มกันก็จะเกิดเป็น บทบาทของกลุ่มขึ้นมา ทั้งนี้เพราะกลุ่มมีอิทธิพลอยู่ในตัวของมันเอง อิทธิพลของกลุ่มสามารถที่จะขัด เกลาลักษณะท่าทีของสมาชิกในกลุ่มให้แปรเปลี่ยนไปได้ เราจึงเห็นได้ว่าความเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง สถานภาพของกลุ่มที่เกิดขึ้นอยู่เสมอ ไม่ว่าจะไปในทิศทางที่สร้างสรรค์พัฒนา หรือถ่าหลังเลวลงก็ ตาม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการในกลุ่ม

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2544, น.4) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์เอาไว้ว่า บุคคล ตั้งแต่สองคนขึ้นไปมีปฏิสัมพันธ์กันแบบตัวต่อตัว แต่ละบุคคลตระหนักถึงการพึ่งพากันในการร่วมมือ กันทำตามจุดมุ่งหมาย มีความรับผิดชอบร่วมกัน แต่ละคนตระหนักถึงความรับผิดชอบในฐานะสมาชิก ของตน และสมาชิกของคนอื่นๆ

ทิตนา เขมณี (2545, น.15) กล่าวถึงความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่าเป็นความรู้ที่ เกี่ยวกับการรวมตัวกันของกลุ่มเพื่อปฏิบัติงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้บรรลุเป้าหมายซึ่งการปฏิบัติงานจะ เป็นไปในทิศทางใดนั้นขึ้นอยู่กับพลังผลักดันที่เกิดขึ้นจากองค์ประกอบและปฏิสัมพันธ์ระหว่าง องค์ประกอบต่างๆของกลุ่ม อาทิผู้นำกลุ่มแบบแผนการสื่อสารและการใช้อำนาจของกลุ่มปฏิสัมพันธ์ ระหว่างกลุ่มและปัญหาต่างๆของกลุ่ม

สุวิทย์ มูลคำ และ อรทัย มูลคำ (2545, น.124) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้รับความรู้จากการลงมือร่วมกันปฏิบัติเป็นกลุ่ม กลุ่มจะมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของสมาชิกแต่ละคน และสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มก็มีอิทธิพลและปฏิสัมพันธ์ต่อกันและกัน

อารีย์ ชุมณี (2546, น.25) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่า หมายถึง กระบวนการที่สมาชิกภายในกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างอิสระและทุกคนมีบทบาทหน้าที่ทำกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่องซึ่งกิจกรรมนั้นเป็นชุดของกิจกรรมที่ทำให้กลุ่มได้ผลงานอันเดียวกัน และจากการที่ได้ผลงานนั้นทำให้สมาชิกทุกคนได้รับความรู้ความเข้าใจเกิดทักษะคล้ายกันและมี ความรู้สึกที่ดีต่อสมาชิกภายในกลุ่มด้วย

กาญจนา ไชยพันธ์ (2549, น.3) กล่าวว่า การที่บุคคลมารวมกันเพื่อศึกษา ประสบการณ์ของกลุ่ม ศึกษาความเป็นผู้นำผู้ตาม ความคิด ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และมีการศึกษาจากประสบการณ์ โดยผู้ศึกษาจะต้องเข้าร่วมในประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้น

ซอร์วี่ (Shaw, 1981) กล่าวว่ากระบวนการกลุ่มเป็นกลุ่มที่สมาชิกมีการเคลื่อนไหวหรือไม่หยุดนิ่งโดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของการอาศัยซึ่งกันและกันของสมาชิกภายในกลุ่มและดูเหมือนว่าการพึ่งพาอาศัยกันนั้นเป็นสิ่งสำคัญที่สุดเพราะว่ากลุ่มสัมพันธ์เป็นกลุ่มที่มีสมาชิกแต่ละคนมีการเปลี่ยนแปลงมีการปรับตัวปรับความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และอยู่ในลักษณะที่ต่อเนื่องกัน

บาร์เกอร์ และคนอื่นๆ (Barker and Others, 1987) กล่าวว่ากระบวนการกลุ่ม หมายถึง กลุ่มย่อยที่มีสมาชิกตั้งแต่ 3 - 5 คนมารวมตัวกันเพื่อการเผชิญหน้ากัน มีเป้าหมายร่วมกัน และมีความสัมพันธ์ต่อกันในช่วงเวลาหนึ่ง

สรุป กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง ขั้นตอนวิธีการ พฤติกรรมและปฏิสัมพันธ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการทำงานกลุ่มซึ่งจะช่วยให้กลุ่มดำเนินงานไปอย่างมีประสิทธิภาพได้ผลงานที่ดี มีความรู้สึกและความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

2.2 จุดมุ่งหมายของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546, น.149-151) กล่าวถึงความมุ่งหมายของกลุ่มสัมพันธ์ไว้ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเอง โดยปกติคนทั่วไปอาจจะคิดว่าตนเองมีความเข้าใจในตนเองไม่จำเป็นให้คนอื่นช่วยชี้แจงว่าตนเป็นอย่างไร ในทิศทางจิตวิทยาแล้วมนุษย์ย่อมเข้าใจตนเอง แต่บางครั้งอาจจะไม่เข้าใจตนเองได้ดีเท่าที่ควร หรือบางครั้งก็เข้าใจตนเองผิดพลาดได้ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนก็มีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมโดยใช้วิธีการป้องกันตัวที่แตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้กิจกรรมกลุ่มก็อาจช่วยให้มนุษย์ได้โดยเป็นกระจกเงาสะท้อนให้เห็นภาพของตนเองทุกๆ ด้าน

2. เพื่อสร้างความเข้าใจบุคคลอื่น มนุษย์มีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือ ความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจในบุคคลอื่นที่จะ

ทำให้เกิดการยอมรับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้น ในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิก จะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ของแต่ละคนได้เป็นอย่างดี

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก ซึ่งนอกจากจะอาศัย ความรู้ความสามารถและประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อ ความสำเร็จของกลุ่มคือ ความร่วมมือ ซึ่งถ้าขาดความร่วมมือที่ดีจะทำให้การทำงานกลุ่มไม่ประสบ ความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดี ให้แก่สมาชิกกลุ่มให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น

แทรกซเลอร์ และ นอร์ธ (สุวิภา ภาคย์อัฐ, 2547, น.47, อ้างอิงจาก Traxler & North, 1987, น.320) ได้กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. เพื่อให้การศึกษาอบรมแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในมหาวิทยาลัย หรือในโรงเรียนโดยการจัดโครงการ เช่น ปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ หรือนำไปจัดใน รูปแบบของการแนะนำตลอดทั้งปี

2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากที่ได้รับจากหลักสูตร โดยเฉพาะ อย่างยิ่งการจัดกิจกรรมกลุ่มในมหาวิทยาลัย เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน

3. เพื่อเป็นรากฐานที่จะนำไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เพราะทำให้นักเรียน คุ้นเคยกับครูแนะแนวในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม

4. เพื่อการปรับตัว การบำบัดรักษา และความเจริญงอกงามของบุคคลในกลุ่ม นอกจากนี้ กิจกรรมกลุ่มยังเป็นวิธีการที่จะช่วยแก้ปัญหาส่วนตัว เช่น ปัญหาบุคลิกภาพ ปัญหาด้าน มนุษยสัมพันธ์

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าว พอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วย ส่งเสริมให้บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้สร้างความเข้าใจในตนเองเข้าใจผู้อื่น ตลอดจนเพื่อให้บุคคล ได้มีการปรับปรุงแก้ไข และพัฒนาตนเองในทางที่พึงประสงค์

2.3 ขนาดของกลุ่มสัมพันธ์

อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2544, น.107) กล่าวถึงขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมคือ 4-6 คน กลุ่มขนาดนี้สมาชิกจะมีโอกาสแสดงความคิดเห็นได้ทั่วถึงการยอมรับการสนับสนุนในกลุ่มทำให้ได้งาน แต่สำหรับเด็กที่ยังขาดทักษะด้านปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและทักษะทางสังคมควรจัดกลุ่ม 2-3 คน

ทริมป์และมิลเลอร์ (เปรมใจ บุญประสพ. 2545, น.29; อ้างอิงจาก Trump and Miller.1971. p. 225) มีความเห็นว่าสมาชิกของกลุ่มที่จัดกิจกรรมกลุ่มควรมีประมาณ 12 – 15 คน กลุ่มไม่ควรเล็กกว่านี้เพราะจะทำให้สิ้นเปลืองแต่ถ้าขนาดใหญ่ไปกว่านี้ก็ไม่เหมาะเพราะสมาชิกจะขาด โอกาสในการมีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2545, น.129) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับเนื้อหาวิชา จุดมุ่งหมายของการเรียนการสอนและตามความมาก-น้อย ยาก-ง่าย ของงานที่ผู้สอนมอบหมาย กิจกรรมบางประเภทอาจใช้กลุ่มขนาดเล็ก แต่กิจกรรมบางประเภทอาจใช้กลุ่มขนาดใหญ่ ผู้สอนจึงควรพิจารณาเองว่ากลุ่มควรมีขนาดเท่าใด จึงจะเหมาะสมกับการเรียนแต่ละครั้งโดยทั่วไปกลุ่มที่ใช้ในการจัดการเรียนการสอนจะมีขนาด 6-8 คน

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546, น.31) กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มอาจจะเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกันจะทำให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีสมาชิกมากเกินไป สมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะรับผิดชอบทั้งหมด ในขณะที่สมาชิกคนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีงานทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนมีอยู่ ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน จะใหญ่เท่าใดขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่มและระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549, น.18) กล่าวว่า จำนวนสมาชิกของกลุ่มเกี่ยวกับการทำงานหรือการเรียนการสอน สมาชิกที่เหมาะสมคือ 5-10 คน โดยครูควรเลือกให้เหมาะสมกับเนื้อหาและกิจกรรมโดยเฉพาะกลุ่มขนาดเล็กที่สมาชิกไม่เกิน 15 คน จะช่วยให้เกิดการเคลื่อนไหวได้ง่ายถ้าสมาชิกมากเกินไป อาจมีผลต่อการแสดงความคิดเห็นและความต้องการได้ไม่ทั่วถึง สมาชิกจะไม่เกิดความสนใจและอาจออกไปจากกลุ่ม

จากขนาดของกลุ่มที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น สรุปได้ว่า ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมในการทำกิจกรรมกลุ่มจะทำให้การทำกิจกรรมเกิดผลดี ควรมีขนาด 5-15 คน เพื่อที่สมาชิกจะได้มีโอกาสแสดงออกได้อย่างทั่วถึง มีงานทำในกลุ่ม มีโอกาสได้ใช้ทักษะของตนอย่างทั่วถึงกันและสามารถยืดหยุ่นได้ตามความจำเป็นสถานการณ์และสาเหตุอื่น

2.4 คุณค่าของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542, น.41-42) กล่าวถึง ประโยชน์ของพลวัตกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ช่วยเสริมสร้างให้สมาชิกในกลุ่มมีความไวต่อการรับรู้ถึงความรู้สึกของตนเองและของสมาชิกในกลุ่ม ตลอดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นในกลุ่มต่อไป
2. ช่วยกระตุ้นให้สมาชิกได้นำความรู้ ความสามารถ ออกมาใช้ในการทำงานร่วมกันอย่างเต็มที่
3. ช่วยพัฒนาด้านทัศนคติ ค่านิยม ความสนใจ ตลอดถึงความสามารถในการดำเนินชีวิตในสังคม ซึ่งบุคคลจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและสังคม ต้องรู้จักรับฟังผู้อื่น ต้องรู้จักการเคารพให้เกียรติซึ่งกันและกันจึงจะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข

4. ช่วยตอบสนองความต้องการพื้นฐานระหว่างบุคคล โดยเฉพาะความต้องการทางด้านการยอมรับจากหมู่คณะ และความต้องการที่จะรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

5. ช่วยพัฒนาทางด้านสำนึกในความรับผิดชอบของสมาชิกที่มีต่องานและส่วนรวม
 รัชณี เหล่าเรืองธนา (2545, น.81) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่มมีคุณค่าและประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมาก จะเห็นได้ว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการทางด้านต่างๆ ของบุคคล นอกจากนี้ยังใช้กิจกรรมกลุ่มในด้านการบำบัดรักษาและการวินิจฉัยอีกด้วย

จินดารัตน์ ปีมณี (2545, น.59) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่มสามารถช่วยให้สมาชิกได้พัฒนาตนเองในด้านอารมณ์สังคมและรู้จักควบคุมตนเองนอกจากนี้ยังสามารถรับผิดชอบต่อตนเองและมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่นเพื่อเป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ดี

ทิตินา แคมมณี (2545, น.3) ได้แบ่งประโยชน์ของกลุ่มสัมพันธ์ตามสาขาวิชาชีพต่างๆ ไว้ดังนี้

1. กระบวนการกลุ่มกับการรวมกลุ่มทางสังคม (Social work group) กระบวนการกลุ่มมีประโยชน์ในการรวมกลุ่มทางสังคม เช่น กลุ่มเพื่อสันทนาการ (Recreation group) สโมสร (Club) ค่ายพักแรม (Camps) เป็นต้น การจัดฝึกอบรม ในการฝึกความเป็นผู้นำ ผู้ตาม และกระบวนการทำงานของกลุ่มสามารถช่วยเสริมสร้างทัศนคติและพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม

2. กระบวนการกลุ่มในการแพทย์ มีผู้นำไปใช้บำบัดผู้ป่วยทางจิต ต่อมานำวิธีการจิตบำบัดหมู่ไปใช้ในการวิเคราะห์ทางจิตแก่บุคคลปกติที่ไม่มีความผิดปกติทางจิต เช่น วงการทหาร วงการธุรกิจ

3. กระบวนการกลุ่มในวงการบริหาร (Administration) กระบวนการกลุ่มมีประโยชน์กับวงการบริหารเป็นอย่างยิ่งเพราะเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนงาน การประสานงานและมนุษยสัมพันธ์ เนื่องจากผู้บริหารจะต้องทำงานเกี่ยวกับกลุ่มและบุคคลในวงกว้างขวาง

4. กระบวนการกลุ่มในวงการการศึกษา (Education) กระบวนการกลุ่มได้เข้ามามีบทบาทในวงการการศึกษา โดยมีผู้นำเอาหลักการพลังกลุ่มมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน การจัดการศึกษาผู้ใหญ่การอบรมครูประจำการและการฝึกนักเรียนฝึกหัดครูก่อนออกฝึกสอนกันอย่างกว้างขวาง

คมเพชร ฉัตรศุภสกุล (2546, น.20-24) กล่าวถึง คุณค่าของกิจกรรมไว้ดังนี้

1. คุณค่าในการพัฒนาการ (Development values) กิจกรรมกลุ่มสามารถสร้างพัฒนาการให้กับบุคคลในกลุ่มได้เป็นอย่างดีกิจกรรมแต่ละประเภทสนองความพึงพอใจของบุคคลแตกต่างกันไปคุณค่าด้านพัฒนาการที่เกิดขึ้นมีดังนี้

1.1 การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการความปลอดภัย ต้องการยอมรับจากหมู่คณะ

1.2 การสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม เมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะได้มีโอกาสเรียนรู้เรื่องปฏิบัติตนในสังคม และในขณะเดียวกันจะได้เรียนรู้เรื่องการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ด้วย

1.3 การพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจ ความสามารถ และปกติวิสัยทางสังคมในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม บุคคลจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น มีการเคารพบุคคลอื่นจึงจะทำให้อยู่ร่วมกับกลุ่มได้ ถ้าหากไม่มีคุณสมบัติดังกล่าวแล้วจะทำให้ไม่สามารถปรับตัวกับสมาชิกในกลุ่มได้

1.4 คุณค่าทางอาชีพ กิจกรรมกลุ่มบางประเภท เช่น กิจกรรมในโรงเรียนนอกจากจะให้ข้อสนเทศทางด้านอาชีพแล้ว ยังให้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ต่ออาชีพต่างๆ เช่น ดนตรี ศิลปะ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น

1.5 ความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะในขณะที่บุคคลได้มีโอกาสทำกิจกรรมกลุ่มนั้น อาจจะได้รับความรู้และทักษะบางประการ เช่น การพูดในที่สาธารณะ การอภิปรายกลุ่ม กฎระเบียบในการทำงานเป็นหมู่คณะ

2. คุณค่าด้านการวินิจฉัย (Diagnostic values) สำหรับผู้นำกลุ่มเมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่มจะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคนให้ได้รับความเข้าใจอย่างดีในตัวสมาชิก

3. คุณค่าด้านการบำบัด (Therapeutic values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้นจะมีค่าต่อการบำบัดเป็นอย่างดีสำหรับบุคคลที่มีปัญหาจะได้รับประโยชน์จากการร่วมกิจกรรมกลุ่มสามารถแก้ปัญหาได้เช่นปัญหาทางอารมณ์การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น

4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Value to the school and community) บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่าสร้างประโยชน์ให้แก่สังคมได้

กาญจนา ไชยพันธุ์ (2549, น.9-11) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ช่วยพัฒนาในตัวบุคคล มีดังนี้

1.1 กระบวนการกลุ่มช่วยสนองความต้องการของบุคคลได้ โดยสนองต่อความต้องการขั้นพื้นฐานทั้งร่างกายและจิตใจ เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มความปลอดภัยและความต้องการเป็นที่ยอมรับจากกลุ่ม

1.2 กระบวนการกลุ่มช่วยสร้างและพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม โดยฝึกให้สมาชิกของกลุ่มรู้จักการเก็บอารมณ์ การแสดงอารมณ์ให้ถูกต้องและสมเหตุผล รู้จักการพูดคุยทักทายรวมทั้งการแสดงออกตามกาลเทศะ และการแสดงสัมพันธ์ภาพกับสมาชิกคนอื่นๆ ของกลุ่ม

1.3 กระบวนการกลุ่มช่วยพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจและความสามารถ เมื่อบุคคลอยู่คนเดียวหรืออยู่นอกกลุ่มอาจมีทัศนคติที่ไม่ชอบบางสิ่งบางอย่าง เช่น ไม่ชอบคนมากมาย ไม่

ชอบฟังผู้อื่น เป็นต้น แต่เมื่อมาอยู่ในกลุ่มต้องระงับสิ่งที่ไม่ชอบ รู้จักฟังผู้อื่น ซึ่ขมสิ่งที่เป็นสิ่งดี ๆ ของผู้อื่น สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดการพัฒนาด้านทัศนคติขึ้น

1.4 กระบวนการกลุ่มช่วยพัฒนาคุณค่าทางด้านอาชีพ มีผู้บริหารบางคนไม่กล้าที่จะตัดสินใจ ไม่กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น ไม่กล้าพูดหรือไม่กล้าแสดงออก กลุ่มจะมีกิจกรรมฝึกการกล้าแสดงออก ฝึกความเป็นผู้นำ และฝึกการกล้าตัดสินใจ ซึ่งทำให้ผู้บริหารได้ฝึกสิ่งเหล่านี้ ซึ่งนำไปใช้ประโยชน์ในงานหรือวิชาชีพ

1.5 กระบวนการกลุ่มช่วยพัฒนาด้านความรู้และทักษะต่างๆ ในการเข้ากลุ่มสมาชิก ต้องให้ความร่วมมือในการเคารพกฎเกณฑ์ของกลุ่ม ต้องให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น การเป็นผู้รู้จักฟังรู้จักให้ข้อมูลต่างๆ แก่สมาชิกในการฟังนี้เองทำให้เกิดความรู้เพิ่มขึ้น พัฒนาขึ้นจากสิ่งที่ตนเองรู้ ได้ร่วมพัฒนาทักษะในการร่วมทำกิจกรรมต่างๆ สิ่งเหล่านี้จะเห็นได้ว่าเป็นประโยชน์แก่สมาชิกทั้งสิ้น

2. กระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในการวินิจฉัย เช่น เมื่อเราให้สมาชิกในกลุ่มมาเป็นผู้นำ ถ้าสมาชิกเกิดประหม่า ไม่กล้าพูด ผู้ดำเนินการก็สามารถวินิจฉัยได้ว่า เขาอาจและไม่สามารถปรับตัวได้ ดังนั้นต้องหาวิธีการใช้กิจกรรมทำให้เข้าได้พัฒนาตนเอง นอกจากนี้การที่สมาชิกได้เข้ากลุ่ม ยังทำให้สมาชิกได้ประเมินตนเอง เช่น ประเมินความสามารถของตนเอง ประเมินสำนึกในขอบเขตการกระทำของตน

3. กระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในการบำบัด ในวงการแพทย์ได้นำเอากระบวนการกลุ่มมาใช้บำบัดผู้ป่วยทางจิต โดยเรียกว่า “จิตบำบัดหมู่” (Group Psychotherapy) ซึ่งซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ได้เป็นผู้ริเริ่มนำวิธีจิตบำบัดหมู่ไปใช้กับผู้ป่วยทางจิตที่สถาบัน Tavistock Institute of Human Relation ในประเทศอังกฤษ ซึ่งต่อมาได้มีผู้นำวิธีการไปใช้กับบุคคลปกติที่ไม่มี ความผิดปกติทางจิตใจวงการต่างๆ เช่น วงการธุรกิจ วงการทหาร โรงงานอุตสาหกรรม และชุมชนในสังคมต่างๆ

4. กระบวนการกลุ่มมีคุณค่าในวงการศึกษ ีกระบวนการกลุ่มเริ่มต้นเข้ามามีบทบาทในวงการศึกษ โดย จอห์น ดิวอี้ (John Dewey) จากคำพูดของเขาที่ว่า “การเรียนรู้โดยการทำ” (Learning by Doing) จึงกลายมาเป็นหลักการในการศึกษาที่เน้นการรวมกลุ่มเพื่อการเรียนรู้ การรวมกลุ่มเพื่อทานและการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร ดังนั้นในการจัดกิจกรรมดังกล่าวกระบวนการกลุ่มจะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน นอกจากนี้ยังฝึกทักษะในการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

จากคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว สรุปได้ว่า สมาชิกกลุ่มจะมีการค้นพบตัวเอง เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและมองผู้อื่นว่ามีคุณค่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทำให้สมาชิกของกลุ่มได้รับประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมสมาชิกได้ร่วมทำกิจกรรมด้วยกันสามารถ

เข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ นอกจากนี้ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ยังมีคุณค่าด้านการพัฒนาในด้านต่างๆ โดยเฉพาะด้านอาชีพและความเจริญงอกงามทางความรู้ ด้านการวินิจฉัย ด้านการบำบัดและคุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชนด้วย

2.5 ทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

การศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์จำเป็นจะต้องศึกษาถึงทฤษฎีด้วยซึ่งทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์นี้ ทิศนา แคมมณี (2545, น.6-9) ได้กล่าวถึงทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ พอสรุปได้ดังนี้

1. ทฤษฎีสนาม (Field Theory) ของเคิร์ท เลวิน (Kurt Lewin) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่สำคัญสรุปได้ดังนี้ คือ

- 1.1 โครงสร้างของกลุ่ม จะเกิดการรวมกลุ่มของบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกัน
- 1.2 ในการรวมกลุ่มแต่ละครั้ง สมาชิกในกลุ่มจะมีปฏิบัติสัมพันธ์ต่อกันในรูปการกระทำ (Act) ความรู้สึก (Feel) และความคิด (Think)
- 1.3 องค์ประกอบต่างๆ ดังกล่าวไว้ในข้อ 1.2 มีผลต่อโครงสร้างของกลุ่ม ซึ่งจะมีลักษณะแตกต่างกันออกไปตามลักษณะของสมาชิกในกลุ่ม
- 1.4 สมาชิกในกลุ่มจะมีการปรับตัวเข้าหากันและพยายามช่วยกันทำงาน ซึ่งการที่บุคคลพยายามปรับตัว จะก่อให้เกิดความเป็นหนึ่งอันเดียวกัน (Cohesion) และทำให้เกิดพลังหรือแรงผลักดันที่ทำให้กลุ่มสามารถดำเนินงานไปได้ด้วยดี

2. ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ (Interaction Theory) ของเบลส์ (Bales) โฮมาน (Homans) และไวท์ (Whyth) แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีนี้คือ

- 2.1 ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยการกระทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง (Activity)
- 2.2 ปฏิสัมพันธ์ คือ
 - 2.2.1 ปฏิสัมพันธ์ทางร่างกาย (Physical Interaction)
 - 2.2.2 ปฏิสัมพันธ์ทางวาจา (Verbal Interaction)
 - 2.2.3 ปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์จิตใจ (Emotional Interaction)
- 2.3 กิจกรรมต่างๆ ที่กระทำผ่านการมีปฏิสัมพันธ์นี้ จะก่อให้เกิดอารมณ์และความรู้สึก (Sentiment)

3. ทฤษฎีระบบ (System Theory) ทฤษฎีนี้แนวคิดสำคัญ คือ

- 3.1 กลุ่มมีโครงสร้างหรือระบบซึ่งประกอบด้วยกำหนัดบทบาทหน้าที่ของสมาชิกและการแสดงบทบาทของสมาชิก อันถือว่าการลงทุน (Input) ทำให้ได้ผลลัพธ์ (Output) อย่างใดอย่างหนึ่ง

3.2 การแสดงบทบาทหน้าที่ของสมาชิก กระทำได้โดยผ่านทางระบบสื่อสาร (Communication) ซึ่งเป็นเครื่องมือในการแสดงออก

4. ทฤษฎีสังคมมิติ (Sociometric Orientation) ของโมเรโน (Moreno) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่สำคัญดังต่อไปนี้

4.1 ขอบเขตการกระทำของกลุ่มขึ้นอยู่กับความตัดสินใจของสมาชิกในกลุ่ม ในการเลือกรูปแบบและวิธีการที่จะปฏิสัมพันธ์ต่อกัน (Interpersonal choice)

4.2 เครื่องมือที่สามารถนำมาใช้ในการศึกษาความสัมพันธ์ได้ดี คือ การแสดงบทบาทสมมติ (Role playing) หรือการใช้เครื่องมือวัดสังคมมิติ (Sociometric Test)

5. ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Orientation) ของซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดที่สำคัญ คือ

5.1 เมื่อบุคคลอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม จะต้องอาศัยกระบวนการจูงใจ (Motivation process) ซึ่งอาจเป็นการให้รางวัล หรือการได้รับผลจากการทำงานในกลุ่ม

5.2 ในการรวมกลุ่ม บุคคลมีโอกาสแสดงตนอย่างเปิดเผย หรือพยายามป้องกันปิดบังตนเองโดยวิธีต่างๆ (Defense mechanism) การช่วยให้บุคคลแสดงออกตามความเป็นจริงโดยใช้วิธีการบำบัดทางจิต (Therapy) สามารถช่วยให้สมาชิกในกลุ่มเกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น

6. ทฤษฎีจิตวิทยาทั่วไป (General Psychology) ทฤษฎีนี้มีแนวคิดว่าการใช้หลักจิตวิทยาต่างๆ เช่น จิตวิทยาการรับรู้ การเรียนรู้ ความคิด ความเข้าใจ การให้แรงจูงใจ ฯลฯ สามารถช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของบุคคล

7. ทฤษฎีบุคลิกภาพของกลุ่ม (General Syntality Theory) ของแคทเทล (Cattell) ทฤษฎีนี้อาศัยหลักการจากทฤษฎีการเสริมแรง (Reinforcement Theory) คือกฎแห่งผล (Law of Effect) เพื่ออธิบายพฤติกรรมกลุ่ม แนวคิดทฤษฎีนี้ประกอบด้วย

7.1 ลักษณะของกลุ่มโดยทั่วไปมีดังนี้

7.1.1 กลุ่มแต่ละกลุ่มมีสมาชิกซึ่งมีบุคลิกภาพเฉพาะตัว (Population traits) ได้แก่ สติปัญญา ทักษะ บุคลิกภาพ เป็นต้น

7.1.2 กลุ่มแต่ละกลุ่มมีบุคลิกภาพเฉพาะกลุ่ม (Syntality traits หรือ Personality traits) ซึ่งเป็นผลจากสมาชิกกลุ่มที่มีลักษณะแตกต่างกันออกไป บุคลิกภาพของกลุ่ม ได้แก่ ความสามารถของกลุ่มที่มีอยู่ การกระทำของสมาชิกร่วมกัน การตัดสินใจ รวมทั้งพฤติกรรมหรือการแสดงออกของสมาชิก เป็นต้น

7.1.3 กลุ่มแต่ละกลุ่มมีโครงสร้างภายในเฉพาะตน (Characteristic of internal structure) ซึ่งหมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกและแบบแผนหรือลักษณะในการรวมกลุ่ม

7.2 พลัฏังอันเกิดจากบุคคลกภาพของกัลุ่ม (Dynamics of Syntality) หมายถึง การแสดงกัจกรรม หรือความร่วมือของสมาชิกในกัลุ่มเพื่อกุคหมายอย่างใดอย่างหนึ่ การกระทำของสมาชิกมีลักษณะ 2 ประการ คื

7.2.1 ลักษณะที่ท้ทำให่กัลุ่มรวมกันได้ (Maintenance synergy) หมายถึง ลักษณะของความร่วมือในการกระทำกัจกรรมของสมาชิกแต่ละกัลุ่ม เพื่ให่ความสัมพันธ์ของสมาชิกเป็นไปได้อย่างราบรึนและก่อให่เกิดความสามัคคีร่วมแรงร่วมใจเป็นอันหนึ่อันเดียวกัน (Cohesion) ซึ่งทำให่กัลุ่มไม่แตกแยก หรือสมาชิกถอนตัวออกจากกัลุ่ม

7.2.2 ลักษณะที่ท้ทำให่กัลุ่มประสบผลสำเร็จ (Effecytice synergy) หมายถึง กัจกรรมที่สมาชิกกระทำเพื่ให่กัลุ่มบรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้งไว้

8. ทฤษฎีสัมฤทธิ์ผลของกัลุ่ม (A Theory of Achievement) ของ สตีอกดิลล์ (Stogdill) ทฤษฎีนี้อธิบายว่าสัมฤทธิ์ผลของกัลุ่มโดยทั่วไปมี 3 ด้าน คื

8.1 การลงทุนของสมาชิก (Member input) เมื่อบุคคลดมารวมกัลุ่มกัน ต่างคนต่างจะแสดงออกและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมทั้งคาดหวังการตอบสนองตามความคิดเห็นและความเข้าใจของตน ซึ่งการกระทำต่างๆ ของสมาชิกกัลุ่มถือเป็นการลงทุนของสมาชิก

8.2 โครงสร้างและผลสัมฤทธิ์ของกัลุ่ม

8.2.1 โครงสร้างอย่างเป็นทางการ (Formal structure) คืสิ่งที่คาดหวังจากการมีปฏิสัมพันธ์ของสมาชิก เช่น การกำหนดตำแหน่งให่แก่สมาชิกแต่ละคนให่มีฐานะ (Status) และหน้าที่ (Functions) ตามที่ควรจะเป็น เพื่ให่สมาชิกกระทำและตอบสนองตามที่คาดหวังไว้ และทำให่ผลของการทำงานเป็นจริงขึ้นมได้

8.2.2 โครงสร้างเกี่ยวกับบทบาทของสมาชิก (Role structure) คืโครงสร้างของกัลุ่มที่เชื่อว่า จะมีอยู่ภายในตัวสมาชิกแต่ละคน สมาชิกแต่ละคนจะมีสระที่จะแสดงบทบาทของตนได้อย่างเต็มที่ บทบาทที่กล่าวถึงได้แก่ ความรับผิดชอบ (Responsibility) และอำนาจ (Authority) การทำตามตำแหน่งและหน้าที่ที่ด้รับมอบหมาย

8.2.3 ผลงานของกัลุ่ม (Group outputs) หรือสัมฤทธิ์ผลของกัลุ่ม (Group achievement) หมายถึง ผลที่ด้รับจากการลงทุนของสมาชิก ซึ่งได้แก่ การแสดงออกการปฏิสัมพันธ์ และการคาดหวังผล โดยผ่านการแสดงออกตามโครงสร้างและการกระทำของกัลุ่มผลที่กัลุ่มด้รับมี 3 ประการ คื

1) ผลของการทำงาน (Productivity) ซึ่งเกิดจากความคาดหวังหรือ จุดมุ่งหมาย และการกระทำเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมาย

2) ขวัญกำลังใจของกลุ่ม (Group morale) หากกลุ่มมีโครงสร้างและ กระบวนการที่ดี ขวัญและกำลังใจของกลุ่มจะมีมากขึ้น

3) ความสามัคคี หรือการยึดเหนี่ยวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Cohesion) เป็นผลที่เกิดขึ้นจากความพอใจของสมาชิกกลุ่มในการทำงานร่วมกัน

สัมฤทธิ์ผลของกลุ่มดังกล่าว เป็นผลที่เกิดขึ้นจากการลงทุนของสมาชิกแต่ละคนใน กลุ่ม ซึ่งหมายถึง การแสดงออกของสมาชิกแต่ละคน การปฏิสัมพันธ์ของสมาชิก ความรับผิดชอบของ สมาชิก การใช้อำนาจของผู้นำ บทบาทหน้าที่ของสมาชิก ทั้งที่เป็นทางการและที่เป็นบทบาทเฉพาะ ตนการคิดและการตัดสินใจร่วมกันของสมาชิกกลุ่ม

9. ทฤษฎีพื้นฐานความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Fundamental interpersonal relations orientations) ทฤษฎีนี้อธิบายไว้ว่า สมาชิกกลุ่มทุกคนมีความต้องการที่จะเชื่อมโยง สัมพันธ์กับผู้อื่น ต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม หมู่คณะ (Inclusion) ต้องการที่จะได้รับการ ยอมรับนับถือการยกย่องจากผู้อื่นนอกจากนั้นยังต้องการที่จะเป็นที่รักของบุคคลอื่น (Affection) และ ในขณะเดียวกันก็ต้องการที่จะมีอำนาจเหนือผู้อื่นควบคุมผู้อื่น (Control) บุคคลแต่ละคนมีรูปแบบ หรือลักษณะเฉพาะในการปฏิสัมพันธ์เชื่อมโยงและปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นซึ่งความสัมพันธ์นี้อาจ เป็นไปในลักษณะที่เข้ากันได้ (Compatibility) ขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์และการปรับตัวของสมาชิกใน กลุ่ม

จากการที่ได้ศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มาโดยตลอดแล้วนั้น ผู้วิจัย สรุปได้ว่า พฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่มที่มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันให้เกิดผลในการเปลี่ยนแปลงของ ทั้งตัวบุคคลและกลุ่มโดยอาศัยกิจกรรมต่างๆ เป็นตัวกำหนดแล้วจะทำให้เกิดผลงานที่ทำให้สมาชิกแต่ละคนมองเห็นคุณค่าของผลงานที่ได้ทำร่วมกันมาซึ่งผลงานนี้จะก่อให้เกิดสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มมีความรู้สึกที่ดีต่อกันด้วย

2.6 ทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ในการเรียนการสอน

2.6.1 หลักการเรียนรู้ ทิศนา เชมมณี (2545, น.26) ได้ศึกษาและคิดค้นพร้อมทั้งให้ความหมายของทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ในการสอนว่า เป็นการสอนที่เน้นหรือให้ความสนใจเป็นพิเศษ ใน เรื่องของพฤติกรรมของคนที่มีความกระทบต่อกันและกันโดยครูผู้สอนพยายามจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้เป็นที่ไปตามหลักการเรียนรู้ของทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ดังนี้

1) การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ตื่นตัวมีชีวิตชีวา (Active Learning) การเรียนรู้ จะเกิดขึ้นได้ดีเมื่อผู้เรียนมีบทบาทรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนและมีส่วนร่วมในกิจกรรม การเรียนของตน

2) การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากแหล่งต่างๆกันมิใช่จากแหล่งใดแหล่งหนึ่งเพียงแหล่งเดียว ประสบการณ์ความรู้สึกรีกคิดของแต่ละบุคคลถือว่าเป็นแหล่งการเรียนรู้ที่สำคัญ

3) การเรียนรู้ที่ดีจะต้องเป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากความเข้าใจการเรียนรู้ที่ดีจะต้องช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจ และสามารถใช้การเรียนรู้ให้เป็นประโยชน์ได้ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้ค้นพบด้วยตนเองมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจลึกซึ้งและจดจำได้ดี

4) การเรียนรู้กระบวนการมีความสำคัญกระบวนการเป็นเครื่องมือในการแสวงหาความรู้ และคำตอบต่างๆ ที่ต้องการผลงานต่างๆ จะมีประสิทธิภาพมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับกระบวนการเป็นสำคัญ ดังนั้นการเรียนรู้ที่ดีจึงต้องเน้นกระบวนการด้วย

5) การเรียนรู้ที่มีความหมายต่อผู้เรียน คือ การเรียนรู้ที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ การช่วยให้ผู้เรียนได้ใช้ ความรู้ที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในส่วนนั้นมากขึ้น และเกิดความรู้เพิ่มขึ้นจากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่าหลักการเรียนรู้ตามทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์เน้นการเรียนรู้ที่เกิดจากความเข้าใจมีกระบวนการเรียนรู้ที่ใช้ในการแสวงหาความรู้ตามที่ต้องการและการเรียนรู้ต้องเกิดจากแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลายโดยผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ของตนเองสามารถทำให้เกิดความรู้เพิ่มมากขึ้น

2.6.2 หลักการสอน ทิศนา เขมมณี (2545, น.29) ได้กล่าวถึงหลักการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่าความเชื่อในหลักการเรียนรู้ดังกล่าวสะท้อนไปสู่หลักการสอนที่ใช้ในการสอนเรื่องกลุ่มสัมพันธ์โดยทั่วไป ซึ่งมีลักษณะดังนี้

1) ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางโดยให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ อย่างทั่วถึงและมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ (Active Participation) การที่ผู้เรียนมีบทบาทเป็นผู้กระทำรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมและความกระตือรือร้นที่จะเรียน และเรียนอย่างมีชีวิตชีวา

2) ยึดกลุ่มเป็นแหล่งความรู้ที่สำคัญโดยให้ผู้เรียนมีโอกาสปฏิสัมพันธ์กัน ในกลุ่มได้พูดคุยปรึกษาหารือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกัน (Group Interaction) ข้อมูลต่างๆ เหล่านี้จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นและเรียนรู้ที่จะปรับตัวให้สามารถอยู่ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดีรวมทั้งช่วยให้ผู้เรียนได้รู้ข้อมูลและทัศนะกว้างและหลากหลาย

3) ยึดการค้นพบด้วยตนเองเป็นวิธีการสำคัญในการเรียนรู้โดยครูพยายามจัดประสบการณ์เรียน ที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ค้นหาและค้นพบคำตอบด้วยตนเอง (Experiential Learning) ทั้งนี้เพราะการค้นหาและค้นพบความจริงใดๆ จากประสบการณ์ด้วยตนเองนั้นผู้เรียนมักจะจดจำได้ ดีและมีความหมายโดยตรงต่อผู้เรียนและมีผลก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

4) เน้นกระบวนการ (Process Oriented) โดยการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ดีวิเคราะห์ถึงกระบวนการกลุ่มและกระบวนการต่างๆ ที่ทำให้เกิดผลงานมีใช้มุ่งพิจารณาถึงผลงานแต่เพียงอย่างเดียวทั้งนี้เพราะประสิทธิภาพของผลงานขึ้นอยู่กับประสิทธิภาพของกระบวนการด้วยดังนั้นการเรียนรู้ กระบวนการจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยให้ผลงานดีขึ้น

5) เน้นการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน (Application of knowledge) โดยให้ ผู้เรียนมีโอกาสคิดหาแนวทางที่จะนำความรู้ความเข้าใจไปใช้ในชีวิตประจำวันครูพยายามส่งเสริม ให้เกิดการปฏิบัติจริงเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจสิ่งที่เรียนลึกซึ้งขึ้น และเกิดการเรียนรู้เพิ่มขึ้น จากหลักการสอนเรื่องกลุ่มสัมพันธ์กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์และหลักการเรียนรู้และการสอนที่เน้นกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เราสามารถนำความรู้ดังกล่าวมาใช้ในการสอนโดยทั่วไปได้เป็นอย่างดีแนวทางในการนำไปใช้ที่เห็นได้ชัดเจนมากมีดังนี้

(1) นำหลักการเรียนรู้และหลักการสอนของกลุ่มสัมพันธ์ไปใช้เป็นหลักในการจัดกิจกรรม การเรียนการสอนโดยอาศัยวิธีสอนแบบต่างๆ เข้าช่วยกล่าวคือเมื่อครูจะจัดกิจกรรมการเรียนการสอนก็ต้องตั้งแนวโน้มกับตนเองว่า

ก. ทำอย่างไรจึงจะช่วยให้ผู้เรียนมีบทบาทในการเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมให้ มากและทั่วถึง

ข. ทำอย่างไรจึงจะช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลและเรียนรู้จากการปฏิสัมพันธ์กับคน อื่นๆ ในกลุ่ม

ค. ทำอย่างไรจึงจะช่วยให้ผู้เรียน สามารถพบคำตอบคำตอบด้วยตนเอง

ง. ทำอย่างไรจึงจะช่วยให้ผู้เรียน รู้กระบวนการควบคู่ไปกับผลงาน

จ. ทำอย่างไรจึงจะช่วยให้ผู้เรียน สามารถนำความรู้ไปใช้ได้จริงครูสามารถนำคำถามเหล่านี้มาใช้เป็นหลักในการจัดกิจกรรมหากกิจกรรมการเรียนการสอนได้มีคุณสมบัติครบทั้ง 5 ประการแล้วก็คาดหวังได้ว่าผู้เรียนมีโอกาสที่จะเกิดการเรียนรู้ไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้สูง

(2) การสอนกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์โดยบูรณาการในเนื้อหาสาระต่าง ๆ กล่าวคือ เมื่อใด ก็ตามที่ครูสอนเนื้อหาสาระโดยมีการจัดกิจกรรมกลุ่มครูควรเอาใจใส่สอนฝึก หรือดูแลให้ ผู้เรียนได้เรียนรู้และฝึกฝนทักษะเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่มที่ดีควบคู่ด้วยซึ่งก็หมายความว่าครูต้องช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และฝึกฝนทักษะในการแสดงบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มที่ดีและสมาชิกกลุ่มที่ตีรวมทั้งเรียนรู้และฝึกฝนวิธีการกระบวนการทำงานที่เหมาะสมด้วย การสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์จึงไม่ได้หมายความว่าความถึงการสอนแบบแบ่งกลุ่มที่มีลักษณะเป็นเพียงการแบ่งกลุ่มผู้เรียนแล้วปล่อยให้เด็กเรียนทำงานกันไป เสร็จแล้วนำผลงานประเมินเท่านั้น แต่หมายถึงการสอนที่

ก. ครูให้ความรู้และแนะแนวทางแก่ผู้เรียนเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่และวิธีการที่ ผู้เรียนจะทำและใช้ ในการทำ งานร่วมกันเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ

ข. ครูฝึกให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรม ปฏิบัติตนในการรวมกลุ่มและการทำงานกลุ่มอย่างถูกต้องเหมาะสม

ค. ครูฝึกให้ผู้เรียนวิเคราะห์ปัญหาของกลุ่มและแก้ปัญหาของกลุ่มได้

(3) การสอนกลุ่มสัมพันธ์โดยตรงโดยเน้นหรือให้ความสนใจเป็นพิเศษในปัญหาของผู้เรียนที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่มีผลตกระทบต่อกันและกันโดยเฉพาะอย่างยิ่งในสภาพการณ์ ของการ ทำงานร่วมกันเพราะปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่หากไม่ได้รับการแก้ไขจะเป็นผลกระทบต่อ การเรียนของผู้เรียนการให้ความช่วยเหลือแก้ไขปัญหาด้านกลุ่มสัมพันธ์หรือปัญหาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของบุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือหลายคนมีผลกระทบต่อกันนั้นนอกจากจะเป็นการช่วยให้ผลการเรียนของผู้เรียนดีขึ้นแล้ว ยังเป็นการช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ทักษะในการปรับตัว และการอยู่ ร่วมกับผู้อื่นซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นในการดำรงชีวิตอีกด้วยปัญหาด้วยกลุ่มสัมพันธ์ของผู้เรียนในห้องเรียนหรือนอกห้องเรียนมักมีอยู่เป็นประจำมากมาย

หลักการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปได้ว่า การสอนต้องเน้น ผู้เรียนเป็นสำคัญ แหล่งความรู้เกิดจากผู้เรียนทุกคนครูจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนสามารถค้นหา คำตอบด้วยตนเองโดยใช้ กระบวนการคิด กระบวนการกลุ่ม และสามารถนำไป ใช้ ในชีวิตประจำวันได้โดยสามารถจัดการสอนด้วยวิธีการสอนแบบต่างๆ หรือสอนโดยบูรณาการในเนื้อหาสาระต่างๆ หรือสอนกลุ่มสัมพันธ์โดยตรง

3. วิธีสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

3.1 การเตรียมการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

การสอนไม่ว่าจะใช้วิธีใดหรือหลักการใดย่อมต้องมีการเตรียมการสอนเพื่อประสิทธิภาพ ในการเรียนรู้ของเด็กการเตรียมการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ก็เช่นเดียวกันกับการสอนด้วยวิธีการอื่นๆ จำเป็นต้องมีการวางแผนการสอนที่มีความสอดคล้องสัมพันธ์กันทั้งระบบ แต่ เนื่องจากการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีหลักการและลักษณะเฉพาะบางประการ การเตรียมการจึงต้องคำนึงถึงหลักการและลักษณะดังกล่าวด้วยซึ่งจะขอกกล่าวเป็นลำดับดังนี้ (ทิสนา เขมมณี, 2545, น.55-56)

3.1.1 การกำหนดจุดมุ่งหมาย เพื่อให้การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนไม่หลงทางหรือออกนอกกลุ่มนอกทางครู จำเป็นต้องกำหนดจุดมุ่งหมายของบทเรียนให้ชัดเจนโดยกำหนดเป็น 2 ลักษณะ คือจุดมุ่งหมาย ทั่วไปและจุดมุ่งหมายเฉพาะซึ่งในลักษณะหลังนี้ นิยมเขียนในเชิงพฤติกรรม

(Behavior or Performance Objectives) นอกจากนั้นจุดมุ่งหมายแต่ละประเภทอาจแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือด้าน ความรู้ (Cognitive Domain) ด้านทักษะ (Psychomotor) และด้านเจตคติ (Affective Domain) ทั้งนี้แล้วแต่ความเหมาะสมของเนื้อหาและจุดมุ่งหมายของครูผู้สอนในกรณีที่ครูสอนเนื้อหาสาระ ของกลุ่มประสบการณ์ต่าง ๆ และต้องการสอนกลุ่มสัมพันธ์สอดแทรกหรือควบคู่ไปกับเนื้อหา สาระด้วยเพื่อความชัดเจนครูควรกำหนดจุดมุ่งหมายแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือเป็นจุดมุ่งหมายด้าน เนื้อหาส่วนหนึ่งและจุดมุ่งหมายด้านกลุ่มสัมพันธ์อีกส่วนหนึ่งการกำหนดเช่นนี้จะช่วยให้เกิดความ สะดวกและชัดเจนในการจัดกิจกรรมและการประเมินผล

3.1.2 การกำหนดเนื้อหาหรือความคิดรวบยอด เมื่อกำหนดจุดมุ่งหมายชัดเจนแล้วครูผู้สอนจำเป็นต้องทำความเข้าใจในเนื้อหาสาระและความคิด รวบยอดที่จะให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนและเขียนให้เข้าใจชัดเจนเพื่อใช้เป็นหลักในการออกแบบกรรม สำหรับผู้เรียน

3.1.3 การกำหนดกิจกรรมหรือประสบการณ์เรียนรู้สำหรับผู้เรียนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนใหม่ลักษณะสอดคล้องกับหลักการเรียนรู้และการสอนดังกล่าวข้างต้นสามารถใช้กระบวนการเป็นขั้นตอนดังนี้

1) ขั้นนำคือการเตรียมความพร้อมในการเรียนให้แก่ผู้เรียนเช่นการ ทบทวนความรู้เดิมการสร้างบรรยากาศให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ที่จะตามมาเป็นต้น

2) ขั้นกิจกรรมคือการใช้ผู้เรียนลงมือทำกิจกรรมที่เตรียมไว้เพื่อให้ผู้เรียน มีส่วนร่วมและรับผิดชอบในการเรียนของตนและเพื่อให้เรียนเกิดประสบการณ์ที่จะสามารถนามวิเคราะห์หรืออภิปรายให้เกิดการเรียนรู้ที่ชัดเจนขึ้นได้ในภายหลัง

3) ขั้นอภิปรายคือการใช้ผู้เรียนมีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกและการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น

4) ขั้นสรุปและนำไปใช้เป็นขั้นของการรวบรวมความคิดเห็นและข้อมูล ต่างๆ จากขั้นกิจกรรมและอภิปรายมาประสานกันจนได้ข้อสรุปที่ชัดเจนรวมทั้งการกระตุ้นให้ผู้ นำเอาการเรียนรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติหรือใช้จริงในชีวิตประจำวัน

5) การประเมินผลหลังจากเสร็จสิ้นการสอนแล้วครูจำเป็นต้องประเมินผล ดูว่าผู้เรียนได้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือไม่การวัดผลจะต้องวัดให้ตรงตามจุดมุ่งหมาย

นอกจากนั้นครูควรกำหนดลงไปให้ ชัดเจนว่าจะใช้วิธีการอะไรในการประเมินผลจุดมุ่งหมายแต่ละ ข้อและครบทั้ง 2 ด้านคือ ทั้งทาง ด้านเนื้อหา และด้านกลุ่มสัมพันธ์

3.2 ขั้นตอนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

ทิสนา แคมมณี (2545, น.57) กล่าวว่า วิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง วิธีสอนที่ครูจัดกระบวนการเรียนรู้โดยมีการจัดกิจกรรมเป็นกลุ่มอันนำไปสู่การได้มาซึ่งความรู้ด้านเนื้อหาทักษะชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการประสานสัมพันธ์กับผู้อื่นและมีทักษะในการนำความรู้ไปใช้

ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นสามารถแก้ปัญหาและสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์ได้ด้วยตนเอง ซึ่งการจัดการเรียนการสอนโดยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.2.1 ชื่อนำหมายถึงขั้นตอนของการเตรียมความพร้อมแก่นักเรียนด้วยการแบ่งกลุ่มเพื่อชี้แจงเกี่ยวกับการดำเนินการสอนในเรื่องของกติการะยะเวลารวมทั้งเป็นการเปิดประเด็นในเรื่องที่จะนำมาจัดการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนได้เชื่อมโยงประสบการณ์เดิมกับประสบการณ์ใหม่ที่กำลังจะเรียนรู้

3.2.2 ขั้นปฏิบัติกิจกรรมหมายถึงขั้นตอนที่นักเรียนจะได้ใช้ความสามารถทางสติปัญญาฝึกทักษะต่างๆ และพัฒนาความสามารถทางอารมณ์โดยใช้กิจกรรมของกระบวนการ กลุ่มสัมพันธ์ได้แก่ เกมสถานการณ์จำลองบทบาทสมมุติตัวอย่างละครเพื่อพัฒนาลักษณะของนักเรียนทั้งสามด้าน (พุทธิพิสัย จิตพิสัย ทักษะพิสัย)

3.2.3 ขั้นวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้หมายถึงขั้นตอนที่นักเรียนทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์และเนื้อหาที่เรียนตามที่ได้รับมอบหมาย

3.2.4 ขั้นประยุกต์ใช้ หมายถึงขั้นตอนที่นักเรียนนำความรู้ด้านเนื้อหาด้านมนุษยสัมพันธ์ไปประยุกต์ใช้ เพื่อให้เกิดประโยชน์ในแง่ของการแก้ปัญหาและการพัฒนาสร้างสรรค์ สิ่งใหม่ๆ

3.2.5 ขั้นประเมินผลหมายถึงขั้นตอนที่ครูและนักเรียนร่วมกันสังเกตจากการ ปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ของนักเรียนด้านเนื้อหาและด้านมนุษยสัมพันธ์จากการวิเคราะห์ ประสบการณ์การเรียนรู้การประยุกต์ประสบการณ์การเรียนรู้มาใช้ในการแก้ ปัญหาและจากผลการ สังเกตของผู้สังเกตการณ์ของแต่ละกลุ่ม

3.3 กิจกรรมที่ส่งเสริมการจัดการเรียนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

ทิตินา แชมมณี (2545, น.58) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ต้องอาศัยวิธีการสอนต่างๆ หลายวิธี ซึ่งจะขอกกล่าวแต่เพียงย่อต่อไปนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งสามารถนำมาใช้ ในการสอนกลุ่มสัมพันธ์ได้ดีโดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์หรือเกมการเล่นขึ้นแล้วให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผล ออกมาในรูปของการแพ้การชนะวิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนฝึกการแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ได้

2. บทบาทสมมติ (Role Playing) วิธีการนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติ เช่นเดียวกับเกมแต่มีการกำหนดบทบาทของผู้ เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมาแล้วให้ผู้เรียนสวมบทบาทนั้นและแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นหลักดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนและผู้อื่นจะก่อให้เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีหนึ่งซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราว ต่างๆที่เกิดขึ้นจริงมาดัดแปลงและใช้ เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายร่วมกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหาที่วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิด และพิจารณาข้อมูลที่ได้รับอย่างถี่ถ้วนและการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยน ข้อมูลซึ่งกันและกันรวมทั้งการนำเอากรณีต่าง ๆ ซึ่งคล้ายคลึงกับชีวิตจริงมาใช้จะช่วยให้การเรียนรู้ มีลักษณะใกล้เคียงกับความจริงซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังเป็นวิธีการที่ช่วยให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนการเผชิญและแก้ปัญหาโดยไม่ต้องรอให้พบกับ ปัญหาจริง

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือการจำลองสถานการณ์จริงเพื่อให้ ผู้เรียนได้ลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้นและได้ เรียนรู้เกี่ยวกับความเป็นจริงในเรื่องนี้วิธีนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งในสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจจะไม่กล้า แสดงเพราะอาจจะ เป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. ละคร (Acting or Dramatization) เป็นวิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดง บทบาทตามบทที่เขียนหรือกำหนดไว้ ได้ โดยผู้ แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมตามบทบาทกำหนดไว้โดยไม่เอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเองไปมีส่วนเกี่ยวข้องอันจะมีส่วนทำให้เกิดผล เสียต่อการแสดงบทบาทนั้นๆ วิธีการนี้เป็นวิธีที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้สาระโดยการช่วยกันนำสาระ มาแสดงให้เห็นชัดการที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกันจะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบ ในการเรียนรู้ร่วมกันได้การทำงานร่วมกัน

6. การอภิปรายกลุ่มย่อย (Small Group Discussion) เป็นวิธีการที่เปิดโอกาส ให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนร่วมในการแสดงออกและช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้นการจัดกลุ่มย่อย มีหลายแบบต่างๆ กันแล้วแต่ที่ว่าวัตถุประสงค์ผู้จัดเช่นการอภิปรายกลุ่มแบบระดมสมอง (Brainstorming) การอภิปรายกลุ่มแบบฟิลลิป 66 (Phillip 66) หรือแบบกลุ่มหึ่ง (Buzz Group) การอภิปรายกลุ่มแบบเวียนรอบวง (Circular Response) และอภิปรายกลุ่มแบบกลุ่มซ้อน (Fishbow Technique) เป็นต้น

สรุปการจัดการเรียนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ผู้สอนสามารถนำเอา กิจกรรมแบบต่างๆ มาใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้อย่างหลากหลายเช่นการจัดการเรียนรู้โดยใช้เกม บทบาทสมมุติกรณีตัวอย่างสถานการณ์จำลองละครและการอภิปรายการจัดกิจกรรมแต่ละวิธีทำให้ผู้เรียน ได้มีส่วนร่วมในการการเรียนรู้ร่วมกันอย่างเต็มความสามารถในการทำการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ นำ ทฤษฎีของ ทิศนาخمมณี มาใช้ในการวิจัย

3.4 บทบาทของครูในการจัดการเรียนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

บทบาทของครูในการจัดการเรียนการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ครูจำเป็นต้องเปลี่ยนบทบาทจากการเป็นผู้ถ่ายทอดความรู้และเป็นศูนย์กลางของการเรียนการสอนมาเป็นบทบาทของผู้ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้หรือผู้อำนวยการความสะดวกในการเรียนรู้ (Facilitator) หากครูไม่เปลี่ยนบทบาทของตนเองลงมาโดยให้ ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้แทนครูมิใช่ความหมายว่า ครูจะลดความสำคัญลงครูยังคงเป็นผู้มีความสำคัญอยู่เพียงแต่ต้องทำหน้าที่แตกต่างไปจากเดิม บทบาทซึ่งแตกต่างไปจากเดิมนี้มิใช่เป็นบทบาทที่สามารถทำได้ ง่ายแต่ก็คงไม่ยากเกินความสามารถของครู โดยทั่วไปหากครูมีความตั้งใจจริงทำความเข้าใจให้ถ่องแท้และหมั่นฝึกฝนครูก็จะสามารถพัฒนาตนเองให้ประสบความสำเร็จในการสอนได้ (ทิศนา แคมมณี, 2545 : 60) บทบาทที่สำคัญๆ และ จำเป็นสำหรับครูที่สอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีดังนี้

3.4.1 บทบาทในการเตรียมการสอน ในการสอนตามหลักการนี้ครูผู้สอนจำเป็นต้องมีการเตรียมตัวอย่างดีกล่าวคือเตรียมแผนการสอนให้ละเอียดโดยพยายามจัดลำดับการสอนให้เป็นไปอย่างเหมาะสมคิดกิจกรรมให้มีลักษณะสอดคล้องกับ หลักการและจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์การสอนให้พร้อมที่จะใช้โดยเฉพาะในเรื่องของการแบ่งกลุ่มและดำเนินกิจกรรมกลุ่มครูควรจะคิดให้ละเอียดรอบคอบถึงขั้นตอนในการ ดำเนินการมีฉะนั้นอาจจะเกิดความขลุกขลักในขณะดำเนินกิจกรรมได้

สรุปได้ว่า บทบาทในการเตรียมการสอนของครูนั้น ครูจำเป็นต้องเตรียมตัวให้พร้อม โดยทำความเข้าใจในเนื้อหาที่จะสอนให้ดีและหาวิธีการสอนและวางขั้นตอนในการสอนให้เหมาะสม และ ละเอียดรอบคอบรวมทั้งไม่ละเลยในการจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ไว้ให้เพียงพอพร้อมที่จะนำไปใช้

3.4.2 บทบาทในการดำเนินกิจกรรมการสอน ครูควรช่วยอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้เรียนโดยพยายามทำหน้าที่ต่างๆ ดังจะกล่าว ต่อไปนี้

- 1) สร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
 - 2) รับฟังและสนับสนุนส่งเสริมผู้เรียนให้กำลังใจที่จะเรียนรู้
 - 3) เปิดโอกาสและกระตุ้นให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนโดยทั่วถึง
- กัน
- 4) อำนวยความสะดวกต่างๆ ให้กลุ่มดำเนินงานไปได้อย่างราบรื่น
 - 5) แสดงความคิดเห็นและให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียนตามวาระและโอกาสที่เหมาะสม
 - 6) สนับสนุนส่งเสริมและนำทางให้ผู้เรียนได้เรียนรู้วิถีวิเคราะห์พฤติกรรมการเรียนรู้อย่าง

7) ช่วยเชื่อมโยงความคิดเห็นของผู้เรียนและสรุปผลการเรียนรู้รวมทั้งกระตุ้นให้ ผู้เรียนนำการเรียนรู้ไปใช้

8) ควบคุมกระบวนการเรียนรู้ให้บรรลุเป้าหมายตามที่กำหนด

สรุปได้ว่า บทบาทในการดำเนินกิจกรรมการสอน ครูควรช่วยอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้เรียน ควบคุมกระบวนการเรียนรู้สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์พฤติกรรมการเรียนรู้ และ เชื่อมโยงความคิดของผู้เรียนสรุปผลการเรียนรู้และกระตุ้นให้ผู้เรียนนำผลไปใช้ในชีวิตประจำวัน

3.5 บทบาทของผู้เรียนตามทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์

ทิสมัย แทนหลาบ (2541, น.44) ได้กล่าวถึงบทบาทของผู้เรียนตามทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ไว้ดังนี้

3.7.1 ผู้เรียนต้องลงมือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้และแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเองเพราะการเรียนรู้เป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของผู้เรียนแต่ละคนหรือเป็นผลมาจาก ผู้เรียนโดยตรง

3.7.2 ผู้เรียนทุกคนในกลุ่มจะเป็นแหล่งที่มาของความรู้ดังนั้นผลของการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้จากการที่สมาชิกมีส่วนในการแลกเปลี่ยนความรู้ให้แกกัน

3.7.3 ผู้เรียนทุกคนจะมีหน้าที่ความรับผิดชอบในกลุ่มโดยกระทำให้ บทบาทและหน้าที่ของตนที่ได้รับมอบหมายเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพและการทำงานของกลุ่มไปได้ด้วยดี

3.7.4 ผู้เรียนทุกคนจะเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่มคือเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีของกลุ่มซึ่ง บทบาท ของผู้ นำจะมี ลักษณะดังนี้คือ

- 1) เป็นทั้งผู้ริเริ่มกระตุ้นสนับสนุนและจุดมุ่งหมายและวิธีการทำงานของกลุ่ม
- 2) ควบคุมการทำงานของกลุ่มโดยกำหนดระยะเวลาในการทำงานแสดงความก้าวหน้าและสรุปผลการทำงานของกลุ่มเป็นต้น
- 3) เสนอความคิดเห็นให้แก่กลุ่มโดยพยายามชักจูงให้ผู้อื่นคล้อยตาม
- 4) สร้างบรรยากาศที่ดีในการทำงานโดยให้กำลังใจสอบถามความรู้สึกช่วยเหลือ คลายความตึงเครียดและช่วยประเมินผลการทำงานของกลุ่มให้ตรงตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดเอาไว้

3.7.5 ผู้เรียนแต่ละคนจะช่วยให้การทำงานของกลุ่มสนุกสนานและมีชีวิตชีวาได้ เพราะ บุคลิกภาพของแต่ละคนต่างกันและการเรียนรู้ภายในกลุ่มก็ไม่ใช่การเรียนรู้แต่เพียงอย่างเดียว แต่ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้ถึงความสัมพันธ์นิสัยใจคอบุคลิกภาพของผู้อื่นตลอดจนวิธีการทำงานซึ่งถ้าทุกคนมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่การทำงานของกลุ่มจะมีชีวิตชีวาเร้าใจไม่เฉื่อยชา

3.7.6 ผู้เรียนจะต้องสร้างสัมพันธภาพอันดีจากการปฏิสัมพันธ์หรือการสื่อสารกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่มกล่าวคือจะต้องมีการช่วยเหลือกันเห็นอกเห็นใจกันมีความเคารพยอมรับนับถือ รับผิดชอบร่วมกันซึ่งจะช่วยให้กลุ่มมีความสามัคคีกลมเกลียวกันและช่วยให้การทำงานเป็นไปด้วยดี

3.7.7 ผู้เรียนควรทราบว่าพฤติกรรมใดที่ควรแสดงออกและไม่ควรแสดงออก

3.7.8 ผู้เรียนจะต้องสามารถวิเคราะห์การเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นโดยการแสดงความรู้สึคนึกคิด และวิจารณ์อย่างปราศจากอคติ

3.7.9 ผู้เรียนจะพยายามปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองอยู่เสมอโดยนำ ข้อติชมที่พวได้รับจากสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่มมาเป็นแนวทางในการพิจารณาปรับปรุงบุคลิกภาพของตนเองให้เหมาะสม ยิ่งขึ้น

3.7.10 ผู้เรียนจะต้องทำความเข้าใจงานที่ได้รับมอบหมายร่วมกันมีการตั้งจุดมุ่งหมายวางแผนงานแบ่งหน้าที่รวบรวมข้อมูลวิเคราะห์สรุปและทดสอบข้อมูลได้เพื่อให้การทำงานของกลุ่ม เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

3.7.11 ผู้เรียนควรใช้ความคิดเหตุผลและปัญญาในการแก้ปัญหา

3.7.12 ผู้เรียนควรสนองความต้องการซึ่งกันและกัน

สรุปได้ว่า การเรียนการสอนโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เป็นวิธีสอนแบบหนึ่งที่น่ามุ่งให้ นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่มและนักเรียนมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์กระบวนการเรียนรู้เนื้อหาและความสัมพันธ์ของ สมาชิกในกลุ่มซึ่งนอกจากทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้แล้วยังทำให้นักเรียนเข้าใจตนเองเข้าใจผู้อื่น เป็นผลให้นักเรียนพัฒนาบุคลิกภาพและทักษะด้านต่างๆ อันจะเป็นพื้นฐานในการนำความรู้ทักษะประสบการณ์ไปใช้ในการดำรงดำเนินชีวิตในอนาคต

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

4.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

อาภา ถนัดช่าง และเรียม สีทอง (2545, น.92-93) กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนว หมายถึง กิจกรรมที่เป็นส่วนหนึ่งของของบริการแนะแนวและการศึกษาเชิงจิตวิทยา ซึ่งตอบสนองการจัดวางตัวบุคคล (Placement Service) โดยมุ่งให้ผู้รับบริการได้ปฏิบัติการเสริมสร้างพฤติกรรม ทั้งการพิจารณาเลือกใช้ข้อมูล การปรับเปลี่ยนความคิด ความเชื่อ เจตคติ ฝึกทักษะ หรือเสริมทักษะที่จำเป็นให้ดียิ่งขึ้น

คอร์ทแมน อาชบาย และเดอกรอฟ (สมร ทองดี และปราณี รามสูตร. 2545, น.11 อ้างอิงจาก Kottman, Ashby; & De Groaf, 2001, น.3) ให้ความหมายว่ากิจกรรมแนะแนว (Guardance activities) เป็นมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคนแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนา สร้างเสริมป้องกันปัญหาและแก้ปัญหาทางด้านการศึกษาอาชีพส่วนตัวและสังคม

กระทรวงศึกษาธิการ (2559, น.7) กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนวหมายถึง มวลประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดทำขึ้นในรูปแบบต่างๆ เพื่อสนองตอบบริการจัดวางตัวบุคคล บนพื้นฐานของหลักการ วิธีการและเทคนิคทางจิตวิทยา โดยคำนึงถึงความจำเป็นหรือความต้องการของผู้รับบริการ เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจตน ความเข้าใจคน และสภาพแวดล้อมอันนำไปสู่การปรับตน การวางแผน และการจัดชีวิตด้านต่างๆ อย่างเต็มศักยภาพ ครอบคลุมทักษะการพัฒนาชีวิตส่วนตน และสังคม ทักษะการเรียนรู้ และทักษะพื้นฐานทางการงานอาชีพ

สรุปความหมายของกิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์ที่จัดให้ผู้รับบริการแต่ละคนหรือแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายที่ตนจะพัฒนาหรือสร้างเสริมตนเองตลอดจนป้องกันหรือแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมทั้งด้านการศึกษา อาชีพส่วนตัวและสังคม

4.2 ความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวมีคุณค่าและมีความสำคัญอย่างมหาศาลสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ถ้าบุคคลสามารถที่จะเข้าใจถึงแก่นแท้ของการแนะแนวแล้วและบุคคลเหล่านั้นสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จะเป็นบุคคลที่มีคุณค่าสามารถนำชีวิตของตนเองไปสู่เป้าหมายสูงสุดที่ตนเองต้องการได้ ซึ่งได้มีผู้กล่าวถึงความสำคัญของกิจกรรมแนะแนวไว้หลายท่าน ดังนี้

दनัย งามมานะ (2545, น.9-10) กล่าวถึงความสำคัญของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นสิ่งที่ช่วยให้เกิดความสำเร็จในชีวิตมนุษย์ กิจกรรมแนะแนวสามารถช่วยให้ผู้รับบริการได้ครอบคลุมทั้ง 3 ด้านคือ 1) การป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับบุคคล 2) การแก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นแล้ว 3) การส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนาการด้านต่างๆ

วิภา เกตุเทพา (2555, น.63) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวในสถานศึกษามีคุณค่าหลายประการได้แก่ 1) มีคุณค่าต่อการสร้างสัมพันธภาพระหว่างครูกับศิษย์ 2) ช่วยส่งเสริมให้ศิษย์ได้มีความใกล้ชิดกัน ทำให้ทราบปัญหาและความต้องการของผู้เรียนได้ชัดเจน ซึ่งผู้เรียนจะได้รับการส่งเสริมให้จัดการกับปัญหาของตนเองได้ทันท่วงที 3) มีคุณค่าต่อการพัฒนาผู้เรียนในมิติของการพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามกำหนดของหลักสูตรแกนกลาง และกิจกรรมแนะแนวยังมีคุณค่า

ต่อการส่งเสริมการพัฒนาและป้องกันปัญหา โดยเห็นว่ากิจกรรมแนะแนวช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ส่งเสริมกระบวนการคิดและทักษะชีวิต

นิรนาท แสนสา (2556, น.90) ได้เสนอความเห็นว่ กิจกรรมแนะแนวมีความสำคัญต่อผู้เรียนหรือผู้รับบริการ 3 ประการ คือ 1) ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้เข้าใจตนเอง เห็นคุณค่าตนเอง รักและพึงพอใจในความเป็นตัวของตัวเอง รู้จักเป็นผู้ให้และผู้รับ สามารถปรับตัว และสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น 2) ป้องกันปัญหาต่างๆ ที่จะเกิดแก่ผู้เรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งในสภาพการณ์เปลี่ยนแปลงเข้าสู่ประชาคมอาเซียนที่มีความหลากหลายด้านเชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม อาจก่อให้เกิดการถูกล่อลวง การใช้แรงงานข้ามชาติ การละเมิดสิทธิส่วนบุคคล การแพร่ระบาดของยาเสพติด รวมทั้งการกระทำรุนแรงต่างๆ ต่อบุคคล และ 3) เป็นการส่งเสริมการจัดการปัญหาของผู้เรียน ทั้งด้านการศึกษา การประกอบอาชีพ และการพัฒนาส่วนตัว กิจกรรมแนะแนวทั้งที่สนองความต้องการรายบุคคลและแบบกลุ่ม ช่วยเพิ่มพูนความสามารถในการเผชิญและก้าวพ้นปัญหา อุปสรรคเพื่อพัฒนาสู่การเปลี่ยนแปลงของชาติได้

สรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนวมีความสำคัญต่อผู้รับบริการ โดยที่ผู้รับบริการมีโอกาสได้พัฒนาความตระหนักรู้ในตน เรียนรู้การพัฒนาดตน โดยเฉพาะด้านทักษะความสามารถต่างๆ ในขอบข่ายของการพัฒนาส่วนตัวและสังคม การพัฒนาทางการศึกษาและการพัฒนาทางอาชีพ

4.3 หลักการจัดกิจกรรมแนะแนว

จากการที่ได้กล่าวไปแล้วในเบื้องต้นว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นการให้บริการแนะแนวอย่างหนึ่งที่ตอบสนองบริการจัดวางตัวบุคคล ฉะนั้นการจัดกิจกรรมจึงอาศัยหลักการสำคัญของบริการจัดวางตัวบุคคล ซึ่งอยู่บนพื้นฐานของจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการแนะแนว มีนักวิชาการได้กล่าวถึงหลักการสำคัญหลายประการ ดังนี้

กรกฎา นักคิม (2555, น.50-51) ได้สรุปหลักการสำคัญของการให้บริการจัดวางตัวบุคคลว่า 1) มุ่งประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับบริการ 2) การให้บริการสอดคล้องกับความต้องการของผู้รับบริการ 3) ให้โอกาสผู้รับบริการใช้สิทธิและเสรีภาพในการตัดสินใจรับบริการ และ 4) การบริการช่วยเหลือบางกรณี อาจต้องการบุคลากรที่เกี่ยวข้องร่วมกันให้บริการด้วย

อาภา ถนัดช่าง และเรียม ศรีทอง (2545,น.91) ได้เสนอหลักการพื้นฐานในการจัดกิจกรรมแนะแนวดังนี้ 1) สนองความต้องการตามวัยของผู้รับบริการ 2) เปิดโอกาสให้ผู้รับบริการมีสิทธิและอิสระในการพิจารณาตัดสินใจเลือกหรือเข้าร่วมกิจกรรม 3) มุ่งประโยชน์ของผู้รับบริการอย่างแท้จริง 4) ผู้รับบริการมีบทบาทในการร่วมกิจกรรมและเรียนรู้ด้วยตนเอง และ 5) การจัดกิจกรรมแนะแนวควรสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของหลักสูตร สภาพความจำเป็นของสังคมและสภาพแวดล้อมในปัจจุบัน

สมร ทองดี และปราณี रामสูต (2545, น.29-41) ได้เสนอหลักการจัดกิจกรรมแนะแนวว่ากิจกรรมแนะแนวควรครอบคลุมขอบข่ายการพัฒนาทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ 1) การพัฒนาส่วนตัวและสังคม การพัฒนาทางการศึกษา และการพัฒนาทางอาชีพ 2) ลักษณะกิจกรรมควรสอดคล้องกับวัยของผู้รับบริการ เนื่องจากบุคคลแต่ละวัยมีลักษณะธรรมชาติที่แตกต่างกัน เช่น กิจกรรมแนะแนววัยเด็ก ควรจัดให้ได้เรียนรู้การเล่น สำหรับวัยรุ่นควรเน้นการแสวงหาเอกลักษณ์ และการฝึกการยอมรับทางสังคม สำหรับวัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์ชีวิตหลากหลาย ควรเน้นการวิเคราะห์หรือสังเคราะห์ เป็นต้น และ 3) กิจกรรมแนะแนวต้องสนองต่อผู้รับบริการทั้งรายบุคคลและแบบกลุ่ม

นอกจากนี้ กาชดา (Gazda, 1984, น.182) ได้เสนอหลักการจัดกิจกรรมแนะแนวว่า 1) ต้องตอบสนองความต้องการของผู้รับบริการ 2) เน้นประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้รับบริการ 3) สำหรับผู้รับบริการแนะแนวกลุ่มใหญ่ ควรจัดเป็นโปรแกรม เช่น โปรแกรมการจัดการความเครียด สำหรับผู้รับบริการกลุ่มเล็ก เน้นไปที่จุดประสงค์ส่วนตน เช่น เทคนิคการฝึกความกล้าแสดงออก หรือฝึกประสบการณ์การสื่อสารด้วยอวัจนสาร และ 4) จัดให้มีการประเมินผลลัพธ์การจัดกิจกรรม

จากหลักการจัดกิจกรรมดังกล่าวมา สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวอาศัยหลักการทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับการแนะแนวสำคัญ 4 ประการ ได้แก่ 1) การจัดกิจกรรมมุ่งเน้นประโยชน์สูงสุดต่อผู้รับบริการ 2) สนองความต้องการของผู้รับบริการตามวัย 3) ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ โดยมีสิทธิและเสรีภาพในการเลือกตัดสินใจรับบริการ และ 4) กิจกรรมแนะแนวควรมีความสอดคล้องกับเป้าหมายของหลักสูตรและความจำเป็นของสังคมที่กำลังเปลี่ยนแปลง

5. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม

5.1 ความหมายของการปรับตัวทางสังคม

การปรับตัวทางสังคม เป็นการปรับตัวที่เกิดจากสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอก สำหรับความหมายของการปรับตัวทางสังคม ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

กมลรัตน์ หล้าสุวงศ์ (2537, น.180) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการที่บุคคลพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ด้านบุคลิกภาพปัญญา ด้านความต้องการให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพอารมณ์ที่ตนสามารถตรวจอยู่ได้ในสังคมคือสิ่งแวดล้อมนานๆ

กันยา สุวรรณแสง (2539, น.50) กล่าวว่า การปรับตัวทางสังคม คือ การปรับกายใจให้อยู่ได้ในสังคมในสภาวะ และสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีความสุข

Gronlund (1957, อังโน จำรัส คำอ้าย, 2542, น.7) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวทางสังคมว่า หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการสร้างสัมพันธภาพกับคนอื่นๆ เช่น ครู

เพื่อน การเข้าร่วมชั้นเรียน หรือกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียน ทั้งนี้โดยไม่มีปัญหาข้อขัดแย้งที่ทำให้เกิดการกระทบกระเทือนถึงสัมพันธภาพระหว่างบุคคลขึ้น

วิภามาศ เมืองอู่ (2542, น.7) กล่าวว่า การปรับตัวทางสังคมเป็นผลมาจากการได้รับแรงผลักดันจากภายนอก ซึ่งหมายถึงข้อเรียกร้องอันเกิดจากสภาพแวดล้อมและสังคม แรงผลักดันภายในซึ่งเป็นแรงกระตุ้นอันเกิดจากสภาพทางสรีระภายในร่างกาย และจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้เรียนรู้ในอดีต

นงลักษณ์ แก้ววงศ์ดี (2547, น.6) ได้กล่าวสรุปว่า การปรับตัวทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลสามารถจะปรับหรือเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก ความต้องการ พฤติกรรมของตนเอง มีวิธีการปฏิบัติในการรับรู้ เผชิญภาวะเหตุการณ์ การแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพจากภายในตนเองและสภาพแวดล้อม หากบุคคลใดสามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้ก็จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุข

สรุปได้ว่า การปรับตัวทางสังคม เป็นกระบวนการทางสังคมและทางจิตวิทยา การที่บุคคลสามารถแสดงออกทางพฤติกรรมในด้านต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม โดยที่การแสดงออกนั้นไม่ทำให้สัมพันธภาพระหว่างบุคคลเกิดปัญหา การที่บุคคลพยายามปรับสภาพของปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองเพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบข้างของตนเองได้อย่างเป็นสุข และบุคคลที่สามารถปรับตัวทางสังคมได้ดีต้องเป็นบุคคลที่สามารถใช้ทักษะที่ช่วยในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ดี มีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น มีความพอใจในบทบาททางสังคมของตนเอง

5.2 ทฤษฎีการปรับตัวทางสังคม

เรื่องการปรับตัวเป็นประเด็นทางจิตวิทยาที่สำคัญจิตวิทยาจึงให้ความสนใจศึกษา ค้นคว้าและเป็นเวลานานก่อให้เกิดทฤษฎีต่างๆ มากมายทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวที่สำคัญมีดังนี้

Erikson (1959, อ้างใน ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก, 2524, น.10-12) กล่าวว่าตั้งแต่แรกเกิดเป็นต้นไปนะทุกคนมีการพัฒนาทางอารมณ์ฉันสังคมและบุคลิกภาพไปจนตลอดชีวิตโดยบุคคลอาจเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวได้มากน้อยเพียงไรในช่วงอายุใดนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการที่สำคัญที่สุดคือความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมในช่วงนั้น ฉะนั้นในวัยทารกจนถึงวัยรุ่นครอบครัวจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสามารถในการปรับตัว หรือสุขภาพจิตของบุคคลอย่างใกล้ชิด อีนิสย (Erikson) ได้แบ่งขั้นตอนการพัฒนาทางอารมณ์เชิงสังคมของบุคคลออกเป็น 8 ขั้นซึ่งเริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 80 ปีความจำเป็นที่ต้องปรับตัวของบุคคลนั้นอีริคสันเห็นว่าส่วนใหญ่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงร่างกายทางความรู้ความสามารถและความเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคมส่วนการที่บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลนั้น ที่มีต่อผู้แวดล้อมรอบตัวตนจะสามารถช่วยให้บุคคลปรับตัวได้อย่างราบรื่นจะทำการ

ขีดขวางหรือผลักดันบุคคลไปในทิศทางที่ทำให้ปรับตัวไม่ได้ก็ได้อีกนี่คุณสมารถปรับตัวได้ดีเพียงใด นั้น ขึ้นก่อน ยังมีอิทธิพลต่อความสามารถการปรับตัวในขั้นต่อไปของบุคคลอื่นด้วย

Roy (1991, อ้างใน นงลักษณ์ แก้ววงศ์ดี, 2547, น.9) ได้ประยุกต์ทฤษฎีและระบบ มาอธิบายในเรื่องการปรับตัวทางสังคม ซึ่งประกอบด้วยสิ่งนำเข้า (Input) กระบวนการควบคุม (Control Process) สิ่งนำออก (Output) และกระบวนการย้อนกลับ (Feedback Process) ซึ่งสิ่ง นำเข้า หมายถึงสิ่งเร้า (Stimulus) และระดับของการปรับตัว (Adaptivity Level) โดยสามารถ อธิบายได้ดังนี้

1. สิ่งเร้า (Stimulus) หมายถึง สิ่งทีกระตุ้นการปรับตัวของบุคคล ทั้งสิ่งเร้าภายใน และสิ่งเร้าภายนอก โดยสิ่งเร้าภายนอกมาจากสภาพแวดล้อมภายนอก สิ่งเร้าภายในมาจากภายในตัว บุคคลและซึ่งอาจจะเป็นสิ่งเร้าทางกายภาพ สรีระภาพ จิตสังคมหรือหลายอย่างรวมกัน

2. ระดับของการปรับตัว (Adaptivity Level) หมายถึง ระดับหรือขอบเขตที่แสดง ถึงความสามารถของบุคคลในการตอบสนองทางบวกต่อสถานการณ์หนึ่ง ถ้าสิ่งนั้นอยู่ภายในขอบเขต ของระดับความสามารถในการปรับตัวบุคคลจะมีการตอบสนองในทางบวกหรือเกิดพฤติกรรมการ ปรับตัวที่เหมาะสม แต่ถ้าสิ่งเร้านั้นอยู่นอกขอบเขตแล้วบุคคลจะตอบสนองในทางลบหรือมี พฤติกรรมการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ระดับของการปรับตัวของบุคคลมีขอบเขตจำกัดไม่เหมือนกัน ขอบเขตของการปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่จะกว้างขึ้น ถ้าบุคคลเคยมีประสบการณ์ในการปรับตัว มาแล้วก็จะสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม

เมื่อเกิดสิ่งนำเข้า คือ สิ่งเร้าและก่อให้เกิดระดับของการปรับตัวขึ้นแล้วบุคคลจะมี กระบวนการควบคุมสิ่งเร้าเกิดขึ้น ซึ่งเรียกว่า กลไกการเผชิญความเครียด (Doping Mechnaism) และ Roy ได้จำแนกกลไกการเผชิญความเครียดออกเป็น 2 ระบบ คือ ระบบการควบคุม (Regulator Subsystem) หมายถึง การตอบสนองที่เกิดขึ้น โดยอัตโนมัติเป็นผลมาจากการทำงานร่วมกันระหว่าง ระบบประสาท สารเคมี และต่อมไร้ท่อ เมื่อสิ่งเร้าเข้ามาในระบบควบคุม ระบบประสาทจะรับและ ส่งผ่านความรู้สึกไปกระตุ้นการทำงานของสารเคมีและระบบต่อมไร้ท่อเพื่อควบคุมการทำงานระบบ ต่างๆ ภายในร่างกายให้อยู่ในสภาวะสมดุล และระบบการคิด หมายถึง การตอบสนองต่อสิ่งเร้าโดย ผ่านกระบวนการ 4 อย่าง คือ การรับรู้หรือการรับข้อมูล การเรียนรู้ การตัดสินใจ และการตอบสนอง ทางอารมณ์ซึ่งการรับ และจดจำในสิ่งที่บุคคลนั้นสนใจ การเรียนรู้เป็นลักษณะการลอกเลียนแบบ การ เสริมแรงทางบวก และการหยั่งรู้ที่ลึกซึ้ง ส่วนการตัดสินใจนั้นเป็นกิจกรรมของการแก้ไขปัญหาและ การตอบสนองทางอารมณ์จะเป็นกลไกในการป้องกันตนเองหรือกระบวนการทางจิตที่บุคคลใช้ บรรเทาความวิตกกังวล ประเมินเหตุการณ์ต่างๆ ซึ่งระบบการเรียนรู้การรับรู้ นั้นจะมีปฏิสัมพันธ์กันไม่ อาจแบ่งแยกได้ โดยมีการรับรู้เป็นสื่อกลางส่งผลให้เกิดการปรับตัวทั้ง 4 ด้าน (Adaptive Mode) อาทิ

1. การปรับตัวทางด้านสรีรวิทยา (Physiological Mode) เป็นปฏิกิริยาที่บุคคลตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มาจากสิ่งแวดล้อมโดยแบ่งเป็นการทำงานของเซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะ และระบบต่างๆ ในร่างกายของบุคคล

2. การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self – Concept Mode) เป็นการปรับตัวที่มุ่งรักษาความมั่นคงทางด้านจิตใจ (Psychic Integrity) ที่เน้นในด้านจิตใจและจิตวิญญาณของบุคคลที่เกี่ยวกับความเชื่อและความรู้สึกที่บุคคลยึดเหนี่ยวกับตนเองในช่วงเวลาหนึ่ง โดยจะเป็นการรับรู้ที่เกิดขึ้นภายในตนเองและการรับรู้ปฏิกิริยาจากบุคคลอื่นๆ ที่มีต่อตนเองโดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ อัตมโนทัศน์ด้านกายภาพ (Physical Self) เป็นความรู้สึกต่อตนเอง รูปร่าง การทำงานที่ความรู้สึกสภาวะสุขภาพและสมรรถภาพทางเพศ ประกอบไปด้วย ด้านการรับรู้ ความรู้สึกของร่างกายเป็นความรู้สึกเกี่ยวกับสภาวะและสมรรถภาพของร่างกายด้านภาพลักษณ์และอัตมโนทัศน์ส่วนตัว (Personal Self) เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองด้านความเชื่อ ค่านิยม ความคาดหวัง และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งประกอบด้วย ด้านความสม่ำเสมอแห่งตน ด้านปณิธานแห่งตน และด้านศีลธรรมจรรยาและจิตวิญญาณแห่งตน

3. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (Role Function Mode) เป็นปฏิกิริยาตอบสนองของบุคคลต่อสิ่งเร้าเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางสังคม (Social Integrity) โดยเป็นการปรับตัวทางสังคมที่เน้นบทบาทและตำแหน่งหน้าที่ของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นๆ ซึ่งจะต้องปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ของตนเองตามที่สังคมคาดหวังไว้ได้อย่างเหมาะสมและแสดงออกเป็นพฤติกรรมเครื่องชี้วัด (Instrument Behavior) ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่มีความหมาย (Expressive Behavior) เป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกตามความรู้สึกหรือทัศนคติ ความชอบไม่ชอบเกี่ยวกับบทบาทที่ตนเองได้รับ

4. การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย (Interdependence Mode) เป็นการปรับตัวที่เน้นในด้านของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกี่ยวกับการให้ การได้รับ ความรัก ความเคารพ และการมองเห็นคุณค่า โดยบุคคลจะแสดงพฤติกรรมปรับตัวทางด้านพฤติกรรมกรรับ (Receptive Behavior) และพฤติกรรมแสดงความช่วยเหลือ (Contributive Behavior) เพื่อสนองความต้องการพื้นฐานของการให้ได้รับความรัก ความเคารพและการมองเห็นคุณค่าในการรักษาการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นทั้งบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตและบุคคลที่เกี่ยวข้องในระบบเกื้อหนุน

การปรับตัวทั้ง 4 ด้านที่แสดงออกมานั้นจะมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันและมีลักษณะเฉพาะในแต่ละบุคคล โดยจะเป็นสิ่งที่สังเกตตรวจสอบหรือวัดได้จากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมาในการตัดสินใจประสิทธิภาพของพฤติกรรมจำเป็นที่จะต้องคำนึงถึงการประเมินตนเองหรือการรับรู้ของบุคคลและภาวะแวดล้อมในขณะนั้นด้วย ซึ่งพฤติกรรมที่เป็นการตอบสนองของบุคคลที่ส่งเสริมให้เกิดความมั่นคงตามเป้าหมายของการปรับตัวจึงถือว่าเป็นพฤติกรรมปรับตัวที่เหมาะสม

(Adaptive Behavior) แต่ถ้าพฤติกรรมนั้นแสดงออกมาในทางตรงกันข้ามจัดได้ว่าเป็นพฤติกรรมการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม (Infective Behavior)

ทฤษฎีการปรับตัวของ Erikson

ดวงเดือน พันธุมนาวิณ และเพ็ญแข ประจวบปัจจนิก (อ้างใน วิชาภาค เมืองอู่, 2541, หน้า 9) ได้รวบรวมและกล่าวถึง ทฤษฎีการปรับตัวของ Erikson ไว้ว่า ตั้งแต่เกิดบุคคลมีการพัฒนาทางอารมณ์เชิงสังคมและบุคลิกภาพไปจนตลอดชีวิต โดยบุคคลอาจเป็นผู้ปรับตัวได้มากน้อยเพียงไร ในช่วงอายุใดนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ แต่ที่สำคัญที่สุดคือ ความสัมพันธ์กับผู้ที่เกี่ยวข้องแวดล้อมตนในช่วงนั้นๆ ฉะนั้นในวัยทารกจนถึงวัยรุ่น ครอบครัวยิ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสามารถในการปรับตัวของบุคคลอย่างใกล้ชิด Erikson ได้แบ่งขั้นของพัฒนาการทางอารมณ์เชิงสังคมของบุคคลเป็น 8 ขั้น โดยเริ่มตั้งแต่แรกเกิดจนอายุ 80 ปี ความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวของบุคคลนั้น Erikson เห็นว่าส่วนใหญ่เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ทางความรู้ ความสามารถ และความสามารถเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคม ส่วนการที่บุคคลจะปรับตัวได้ดีเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลนั้น ที่มีต่อผู้แวดล้อมรอบตน โดยผู้แวดล้อมรอบตนนั้นอาจจะสามารถช่วยให้บุคคลปรับตัวได้อย่างราบรื่น หรือทำการขัดขวาง หรือผลักดันบุคคลไปในทิศทางที่ทำให้ปรับตัวไม่ได้ก็ได้ และการที่บุคคลสามารถปรับตัวได้ดีเพียงไรในขั้นก่อน จะมีอิทธิพลต่อความสามารถปรับตัวในขั้นต่อไปของบุคคลนั้นด้วย ทฤษฎีของ Erikson ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของครอบครัว ในการวางพื้นฐานทางจิตใจให้แก่บุคคลตั้งแต่วัยทารกเป็นต้นมา ในขั้นก่อนวัยรุ่นนั้นครอบครัวอาจจะให้กำลังใจ ให้ความมั่นใจ และชักจูงให้ทารก เด็กเล็กและเด็กโต สามารถพัฒนาทางกล้ามเนื้อ ทางสติปัญญา เสริมสร้างความสนใจในงานให้เด็ก จนเด็กได้ฝึกฝนจนเกิดความรู้ความชำนาญ และมีความขยันขันแข็งที่จะทำสิ่งต่างๆ โดยเฉพาะงานที่ชอบและถนัด ส่วนครอบครัวบางประเภทก็อาจจะเรียกร้องและผลักดันเด็กมากเกินไป หรือโอบอุ้มเด็กมากเกินไป ไม่สามารถจะเป็นตัวของตัวเอง เด็กรู้สึกว่ามีใครเข้าใจตน และมีความเห็นขัดแย้งกับครอบครัวอยู่เสมอ เด็กไม่กล้าลองสิ่งแปลกใหม่ รู้สึกว่าตนเองไร้ฝีมือ และความสามารถ เมื่อเป็นเด็กโตก่อนวัยรุ่นก็จะกลายเป็นคนที่มีปมด้อย

เมื่อมาถึงขั้นของวัยรุ่น (อายุ 13-19 ปี) เป็นขั้นการปรับตัวขั้นที่ 5 ตามทฤษฎีของ Erikson ซึ่งเป็นช่วงที่กำลังอยู่ในวัยรุ่น ในช่วงนี้จะมีสิ่งที่เกิดขึ้นใหม่ อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ คือ ความต้องการทางเพศ ความต้องการอิสระ ซึ่งทำให้วัยรุ่นดิ้นรนและต่อสู้กับกฎเกณฑ์ข้อบังคับต่างๆ ทางสังคม ผู้ที่สามารถปรับตัวได้ดีจะเป็นผู้ที่แสวงหาความสมดุลระหว่างความต้องการของสังคมกับความต้องการส่วนตัว มีอิสระพอสมควร แต่ก็ยังยอมรับคำแนะนำตักเตือนจากผู้ใหญ่ สามารถพัฒนาเอกลักษณ์แห่งอีโก้ (ego - identity) ซึ่งหมายถึง การเข้าใจว่าตนเองเป็นใคร กำลังจะดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด และจะเป็นที่ยอมรับนับถือของคนอื่นหรือไม่ มีความเชื่อและค่านิยม

ทางการเมือง ศาสนาและการเลือกอาชีพอย่างไร ส่วนผู้ที่ปรับตัวไม่ได้มักจะมีปัญหาทางสังคม ฉะนั้นความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและสังคมจึงมีความสำคัญต่อการปรับตัวของบุคคลอย่างมาก

จากการศึกษาค้นคว้าของ Erikson (1989, อ้างใน สุรางค์ โค้วตระกูล, 2541, น.40-45) เกี่ยวกับปัญหาการปรับตัว เขาได้เสนอว่าในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับบุคลิกภาพ นอกจากจะคำนึงถึงทฤษฎีของ Freud ที่พูดถึงเรื่องขั้นต่างๆ ของการสนองความสุข ความพึงพอใจทางด้านสรีระแล้ว ยังต้องคำนึงถึงขั้นต่างๆ ทางจิตใจ-สังคมในการพัฒนา “ตน” ซึ่งหมายความว่า พัฒนาการมนุษย์นั้นไม่ได้เป็นไปเพื่อสนองความสุขความพึงพอใจทางด้านสรีระเท่านั้น แต่ยังจะต้องขึ้นอยู่กับสภาพจิต-สังคม ซึ่งหมายถึงลักษณะการอบรมเลี้ยงดู สัมพันธภาพระหว่างพ่อ แม่ ลูก ตลอดจนอิทธิพลทางด้านวัฒนธรรมในสังคมนั้นๆ ซึ่งเด็กจะแสดงให้เห็นถึงความรู้สึกรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเองและสิ่งแวดล้อมและความรู้สึกนี้เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาบุคลิกภาพ ซึ่งจะเป็นเรื่องที่ติดต่อกับสืบเนื่องไปตลอดชีวิต มิได้เน้นความสำคัญเฉพาะช่วงใดช่วงหนึ่ง ดังเช่น Freud ในแต่ละขั้นตอนของพัฒนาการทางบุคลิกภาพที่ Erikson เสนอไว้มีโอกาสที่จะพัฒนาไปได้ ไม่ทางบวกก็ทางลบ ซึ่งหมายความว่าในแต่ละขั้นตอนของพัฒนาการของบุคคลนั้นๆ ให้เป็นไปในลักษณะที่สุขสมบูรณ์ มีสุขภาพจิตดี มีชีวิตที่มีความสุขในทางตรงกันข้าม ถ้าองค์ประกอบต่างๆ ในขั้นนั้นไม่เหมาะสมก็จะทำให้คนๆ นั้นพัฒนาขึ้นเป็นผู้มีปัญหาการปรับตัว มีปัญหาทางอารมณ์ แต่ละขั้นตอนของการพัฒนาจะได้รับอิทธิพลจากขั้นที่มาก่อน ในแต่ละขั้นจะมีโอกาสพัฒนาขึ้นมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ของแต่ละคนที่มีต่อตนเองและสภาพแวดล้อม

การวิจัยเพื่อตรวจสอบสมมติฐานตามทฤษฎีของ Erikson ยังมีอยู่น้อยมาก เป็นเพราะลักษณะพัฒนาการทางอารมณ์เชิงสังคม ยังขาดเครื่องมือวัดและตัวแปรอิสระที่เหมาะสม อย่างไรก็ตามทฤษฎีนี้ได้อ้างอิงการเปลี่ยนแปลงทางอิสระของมนุษย์ ซึ่งเป็นที่สังเกตและศึกษาได้ไม่ยากนัก เป็นการช่วยให้เข้าใจได้ว่า มีปัจจัยอะไรบ้างที่สำคัญต่อการปรับตัวของเด็ก โดยทฤษฎีของ Erikson กล่าวว่า เด็กต้องปรับตัวเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีระและสังคม การเปลี่ยนแปลงทางสรีระ ประกอบกับการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และพื้นฐานทางจิตใจแต่เดิมของเด็ก รวมสามปัจจัยที่จะส่งผลร่วมกันต่อความสามารถในการปรับตัวของบุคคลในแต่ละช่วงอายุ ความสามารถในการปรับตัวที่ดีในที่นี้หมายถึง การมีนิสัยรักงาน ขยันขันแข็ง มีความรับผิดชอบ เสียสละเพื่อส่วนรวมและมีความสุขในชีวิต รวมทั้งบรรลุถึงความเป็นจริงแห่งตนในขั้นสูง และเนื่องจากการปรับตัวเป็นสิ่งสำคัญในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ วัยที่มีความสำคัญมาก คือ การปรับตัวของวัยรุ่น จึงมีผู้ศึกษาการปรับตัวของวัยรุ่น เช่น Gronlund (1957, อ้างใน อารี ทองทัฬห, 2531, น.18) ได้ศึกษาพบว่า เด็กที่ประสบปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสภาพแวดล้อม มีปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ความขัดแย้งในกลุ่ม เป็นเหตุให้การเรียนไม่มีประสิทธิภาพ เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์และไม่มีความสุข มีนักเรียนที่ต้องลาออกจากโรงเรียนก่อนสำเร็จการศึกษา อันเนื่องมาจากการปรับตัวให้เข้ากับสังคม

ไม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Ulman (1957, อ้างใน เมตตา จินดารักษ์, 2525 : 11) ที่พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ที่ออกจากโรงเรียนกลางคัน ประสบปัญหาการปรับตัวทางสังคมและถูกเพื่อนชิงชัง

ทฤษฎีพื้นฐานความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของ Shultz

Shultz (1995, อ้างใน วิภามาศ เมืองอยู่, 2542, น.17) กล่าวว่า ความต้องการของบุคคลที่จะมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นนั้นมี 3 ลักษณะ คือ

- ความต้องการได้รับการยอมรับ (Inclusion) หมายถึง ความต้องการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ต้องการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น บุคคลจะแสดงพฤติกรรมให้เป็นที่ดึงดูดความสนใจ โดยพยายามสร้างชื่อเสียง ทำตนให้เป็นที่ยอมรับนับถือและมีเกียรติ เป็นต้น

- ความต้องการในการควบคุม (Control) หมายถึง กระบวนการตัดสินใจของบุคคลที่ต้องการมีอิทธิพล มีอำนาจเหนือกว่าผู้อื่น บุคคลที่ต้องการควบคุมผู้อื่นจะแสดงการต่อต้านและปฏิเสธถูกควบคุม

- ความต้องการเป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น (Affection) หมายถึง ความรู้สึกและอารมณ์ส่วนตัวที่เกิดขึ้นระหว่างบุคคลสองคน โดยจะแสดงออกด้วยความรัก ความเป็นมิตร การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การสร้างความผูกพันทางอารมณ์เพื่อให้เกิดความใกล้ชิดสนิทสนมกัน

จากทฤษฎีของ Shultz ที่กล่าวมา สรุปได้ว่า มนุษย์เรามีความต้องการที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอยู่เสมอ โดยความต้องการนี้มี 3 ลักษณะ คือ ความต้องการได้รับการยอมรับ ความต้องการในการควบคุมและความต้องการเป็นที่รักใคร่ของผู้อื่น

ดังนั้น จากทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการปรับตัวทางสังคม ที่กล่าวมาสรุปได้ว่าเหตุผลที่มนุษย์เราต้องมีการปรับตัวทางสังคม เนื่องจากมนุษย์เรามีความต้องการที่จะปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เพื่อที่จะสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

5.3 ลักษณะที่แสดงออกถึงความยุ่งยากในการปรับตัว

นิภา นิธยาน (2530, น.160-161) กล่าวถึง ลักษณะที่แสดงออกถึงความยุ่งยากในการปรับตัวของบุคคลไว้ว่ามักจะปรากฏอาการในลักษณะดังต่อไปนี้

1. อาการเคร่งเครียด
2. อาการเจ็บป่วยทางกาย เป็นผลสืบเนื่องมาจากความเคร่งเครียด ได้แก่ โรคกระเพาะ โรคลำไส้ เป็นต้น
3. พฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากมาตรฐานที่ตั้งมาของสังคม
4. ความหย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต เช่น เกิดความกลัวหรือวิตกกังวลมากเกินไปเกินกว่าเหตุ เป็นต้น

Mckimney (1961, อ้างใน มณฑินี นามบุญ 2535, น.20) ได้กล่าวถึงเด็กวัยรุ่นที่เกิดความยุ่งยากในการปรับตัวทางสังคมไว้ว่า มักจะแสดงอาการต่างๆ สรุปได้ดังนี้

1. พุดติดอ่าง
2. มีความรู้สึกว่าคุณเองมีปมด้อย
3. มีความรู้สึกว่าคุณไม่มั่นคงปลอดภัย
4. ชอบปฏิเสธคำขอร้องจากคนอื่น
5. เคร่งขรึม จริงจัง ไม่ชอบพุดเล่น
6. ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ หวั่นไหวง่าย
7. ชอบแยกตัวอยู่ในโลกของตนเอง ไม่สนใจโลกภายนอก
8. ปฏิบัติตนตามความเคยชิน ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง ไม่รู้จักยืดหยุ่น

Kaplan (1959, อ้างใน อรุณี สุปัญญา, 2545, น.36) ยังได้กล่าวถึงพฤติกรรมหรือลักษณะที่แสดงว่า บุคคลปรับตัวไม่ดีโดยแบ่งออกได้เป็น 6 ประเภท คือ

1. พวกที่ชอบกระพริบตาบ่อยๆ เลี้ยวริมฝีปาก ดึงผม กัดเล็บ กระดิกขา หรือปัสสาวะบ่อยพวกนี้เกิดจากความวิตกกังวล
2. พวกหมกมุ่นกับความเศร้าโศกเสียใจ ตื่นเต้นจนเกินไป ไม่รับผิดชอบงาน พวกนี้เกิดจาอารมณ์รุนแรงเกินไป
3. พวกที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ทำงานคนเดียวไม่ได้ มีกระแวง สงสัย ขาดเหตุผล ตัดสินใจเองไม่ได้รู้สึกว่าคุณขาดความสามารถและมีปมด้อย พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากการขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์
4. พวกที่แสดงอาการก้าวร้าวผู้อื่น ต่ำหนิติเตียน พุดจาขวานผ่าซาก
5. พวกที่พุดจาหยาบคาย ขาดความสุภาพชอบขัดขืนคำสั่ง ชอบรังแกและทารุณสัตว์ตลอดจนชอบต่อต้านระเบียบวินัย พวกนี้เกิดจากการต่อต้านสังคม
6. พวกที่เจ็บป่วยโดยขาดเหตุผล กินจุ หิวเก่ง บางครั้งอาเจียนและอุจจาระไม่เป็นเวลา พวกนี้มีสาเหตุมาจากจิตใจได้รับความกระทบกระเทือน

สรุปได้ว่า บุคคลที่เกิดความยุ่งยากในการปรับตัวทางสังคมมักจะไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ ไม่รู้จักยืดหยุ่นและมักมีอาการเจ็บป่วยทางกายร่วมด้วยซึ่งจะทำให้หย่อนสมรรถภาพในการดำเนินชีวิต จากแนวคิดและทฤษฎีในเรื่องการปรับตัวทางสังคม พอจะกล่าวสรุปได้ว่าการปรับตัวทางสังคมนั้นเป็นสภาวะที่จำเป็นของคนในสังคม การที่บุคคลแต่ละคนจะต้องมีการปรับตัวนั้นเกิดขึ้นด้วยสาเหตุและปัจจัยหลายประการทั้งจากตนเอง สภาพแวดล้อมทางสังคมหรือการรับรู้และเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง การมองตนเอง เป็นต้น ซึ่งการที่บุคคลจะต้องมีการปรับตัวทางสังคมทั้งนี้ก็เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมร่วมกับบุคคลอื่นได้ ปราศจากความคับข้องใจหรือความขัดแย้งใด

5.4 ลักษณะของเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดี

นิภา นิธยาน (2530, น.155) ได้กล่าวถึงลักษณะของเด็กวัยรุ่นที่ปรับตัวได้ดีดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นและรู้สึกมั่นคง คือเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองอย่างเต็มที่ที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง ไม่มีปมด้อย หรือเกะกะระราน ในขณะที่เดียวกันก็รู้จักยอมรับความสามารถและความสำเร็จของผู้อื่นที่เหนือกว่าตนมีความปรารถนาดีต่อผู้อื่นด้วยความจริงใจการวิพากษ์ผู้อื่นเท่าที่มีในบางครั้งก็ทำไปด้วยความยุติธรรมโดยไม่มีเจตนาที่จะทำร้ายผู้อื่นเพื่อยกย่องตนเอง
 2. มีลักษณะอบอุ่นเป็นมิตร คือ เป็นผู้ที่รักใคร่ผู้อื่นและได้รับความรักตอบแทนมีลักษณะที่น่าคบ เมตตา กรุณาต่อผู้อื่นด้วยน้ำใจ จิตใจไม่โหดร้ายเห็นแก่ตัว แต่รู้จักเกรงใจและคำนึงถึงจิตใจผู้อื่น
 3. มีความรู้สึกตระหนักในคุณค่าของภาระหน้าที่ที่ปฏิบัติ คือ เป็นผู้ที่รู้จักใช้ความสามารถและสติปัญญาอย่างเต็มที่ในการศึกษาเล่าเรียนและงานกิจกรรมต่างๆของโรงเรียนเข้าร่วมชุมนุมของโรงเรียนด้วยความสนุกและสนใจ ขณะที่อยู่บ้านก็ช่วยเหลือในบ้านเท่าที่จะทำได้ อันนี้หมายความว่า การดำเนินชีวิตแต่ละวันเป็นไปอย่างมีคุณค่า แล้วไม่เบื่อหน่าย มิได้ทำหน้าที่ไปอย่างแค้น อย่างซังกะตาย เพื่อให้ผ่านพ้นไปวันวันหนึ่ง
 4. พร้อมทั้งจะรับประสบการณ์ใหม่ๆและน่าสนใจกิจกรรมครอบครัวคือเป็นผู้ที่มีความสุขในสิ่งต่างๆ ตามความถนัดและความสนใจเช่นการเล่นกีฬา การเล่นดนตรีที่ชอบร่วมกิจกรรมต่างในวัยปิดวันปิดภาคเรียน
 5. รู้จักรักษาอนามัยและสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ คือเป็นผู้ที่รักษาสุขภาพอนามัยอย่างสม่ำเสมอในการกิน การนอน และการออกกำลังกายเป็นต้น
 6. มีความกล้าหาญที่จะเผชิญความจริงในชีวิต คือ เป็นผู้ที่ไม่พยายามหลบหนีปัญหาต่างๆ ที่จะนำความทุกข์และความผิดหวังมาให้ตลอดจนกล้าที่จะเผชิญความจริงเกี่ยวกับสภาพของตนเองที่นำความทุกข์ใจมาให้ เช่น ความล้มเหลวที่เกิดขึ้นและความผิดพลาดในชีวิต โดยไม่ทางออกด้วยการกล่าวโทษผู้อื่น เปลี่ยนข้อบกพร่องของตนเองด้วยวิธีปรับตัวแบบต่างๆเช่น การหาเหตุผลอื่นมากลบบกบัง ปิดบัง คุยโอ้อวด การไปปดมดเท็จ ผู้ที่ปรับตัวได้ดีนั้นจะเผชิญความจริงอย่างกล้าหาญโดยไม่พยายามปกปิดหรือบิดเบือนความจริงต่อคน
 7. มีสติใจหนักแน่นมั่นคง คือ เป็นผู้ที่ไม่ย่อท้อและหวาดหวั่นพร้อมที่จะแก้ไข้ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นมาอย่างเต็มความสามารถและไม่ว่าจะเผชิญต่อความคับข้องใจเพียงใดก็ตามก็สามารถคงไว้ซึ่งบุคลิกภาพที่น่านับถือ
- อารี ทองทัฬ (2531, น.13) ได้กล่าวถึงการปรับตัวที่ดีของบุคคลโดยทั่วๆ ไปไว้ 7 ประการดังนี้

1. รักษาไว้ซึ่งความสมบูรณ์ของบุคลิกภาพ โดยสามารถผสมผสานความต้องการของตนกับพฤติกรรมที่แสดงออกเพื่อสนองความต้องการนั้นโดยที่พฤติกรรมดังกล่าวต้องเข้ากันได้กับสิ่งแวดล้อม

2. ประพฤติปฏิบัติตนตามปทัสฐานของสังคม

3. ปรับตัวเข้ากับสภาพความเป็นจริง

4. มีความมั่นคง

5. มีวุฒิภาวะ

6. มีอารมณ์ในลักษณะปกติเสมอ คือ สามารถควบคุมอารมณ์ไม่ให้พุ่งชนไปกับสิ่งแวดล้อมภายนอก

7. มองสังคมในลักษณะที่ดีและช่วยเหลือสังคมอยู่เสมอ

วิภามาส เมืองอยู่ (2542, น.15) ได้กล่าวถึงหลักในการปรับตัวเพื่อให้ได้ผลดีไว้ 3 ประการ ดังนี้

1. หลักแห่งความเป็นจริง (Realism) จะต้องยอมรับและยึดหลักความจริง ก่อนทำต้องพิจารณาให้รอบคอบก่อนว่ามีเหตุผลและเป็นทางที่เป็นไปได้จริงแล้วจึงตัดสินใจกระทำลงไป มิฉะนั้นอาจจะต้องสูญเสียบางประการ

2. หลักแห่งความมีใจกล้าพอ (Commitment) พร้อมทั้งจะเผชิญกับความขัดแย้งตลอดเวลาที่กำลังดำเนินไปสู่จุดหมายปลายทางที่เราต้องการ ไม่กลัวความยากลำบาก ไม่กลัวการเสี่ยง

3. การยอมรับตนเอง (Self-Acceptance) ต้องพิจารณาว่าคุณเองมีจุดมุ่งหวังอะไร มีความสนใจในด้านใดบ้าง ต้องเข้าใจตนเองและยอมรับทั้งความสำเร็จ และความล้มเหลว ต้องรู้จักจุดอ่อนของตนเอง รู้ว่าควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดบ้าง ที่จะนำตนไปสู่ความผิดหวังและเรียนรู้ว่าทำอะไรถึงจะอยู่กับผู้อื่นได้ ต้องยอมรับสภาพแห่งความเป็นจริงของตนเอง รู้จักตนเองดีทั้งในด้านความถนัด ความสามารถ ความต้องการและจุดอ่อนของตน จะได้ประมาณตนเองไว้ว่า ควรจะดำเนินการอย่างไร จึงดีที่สุด

สรุปแล้วลักษณะวัยรุ่น และบุคคลที่สามารถปรับตัวได้ดีจะเป็นคนที่เห็นคุณค่าในตนเอง เข้าใจตนเอง เป็นมิตร รู้จักหน้าที่ที่ตนเองพึงกระทำ พร้อมรับประสบการณ์ต่างๆ เข้ามาในชีวิต รู้จักรักษาสุขภาพอนามัย มีความกล้าหาญทางจริยธรรม ใจคอหนักแน่นสามารถแก้ไขปัญหาที่เผชิญอยู่ได้ตลอดจนยอมรับสภาพความเป็นจริงของตนเองได้

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

คอตแมน อาชบาย และ เดอร์กราฟ (สมร ทองดี และ ปราณี รามสูตร. 2545 : 11 อ้างอิงจาก Kottman, Ashby; & De Groaf, 2001:3) ให้ความหมายว่ากิจกรรมแนะแนว (Guardance activities) เป็นมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคนแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนา สร้างเสริมป้องกันปัญหาและแก้ปัญหาทางด้านการศึกษาอาชีพส่วนตัวและสังคม

ควิเอนา และ ฟูลด์ส (ฤทัยรัตน์ ธรเสนา. 2535, น.46-49 ; อ้างอิงมาจาก Quianang Foulds. 1970, น.145-149) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ต่อการรับรู้ความเข้าใจตนเองของผู้เข้ารับการฝึก โดยการฝึกแบบกลุ่มทันทาน ซึ่งให้ทุกคนแสดงกิจกรรมเกี่ยวกับการแสดงบทบาทการสื่อสารด้วยคำพูด และการอภิปรายตนเอง ใช้เวลาในการฝึก 30 ชั่วโมง ติดต่อกันผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่ได้รับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองในทางที่ดีขึ้น ในด้านคุณค่าตนเองตามความเป็นจริง ด้านความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพการควบคุมความรู้สึกละตัว

เทรปปา และ ไฟรด์ (อมรรวรรณ แก้วพอง. 2542, น.24; อ้างอิงจาก Treppa and Frike. 1972, น.466-467) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของกลุ่มมาราธอนที่มีต่อความเข้าใจในตนเองโดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความเข้าใจตนเองดีขึ้น มีความสามารถในการควบคุมตนเองมากขึ้น เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ยอมรับตนเอง เข้าใจในความเป็นมนุษย์มีความสามารถในการสร้างมนุษย์สัมพันธ์ และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติ

เล็กซ์ (Lex. 1975, pp.6093-A) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเจตคติของนักศึกษา ด้วยวิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ กับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมลรัฐอินเดียนนา ผู้วิจัยแบ่งนักศึกษาเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมใช้วิธีการสอนแบบเก่า กับกลุ่มทดลองใช้วิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาจิตใจทางด้านศาสนาของผู้เรียนทั้ง 2 กลุ่ม ในระหว่างการทดลอง พบว่า นักศึกษารู้สึกพอใจต่อประสบการณ์ที่ได้รับ เพราะได้รับแรงกระตุ้นให้เกิดการอภิปรายอย่างอิสระในเรื่องค่านิยม และทุกคนยินดีร่วมในกิจกรรมกลุ่ม

ไวซิงเจอร์ (Wesinger, 1998, pp.213 - 217) ได้สร้างเครื่องมือในการพัฒนาเยาวชน อารมณ์ โดยมีวัตถุประสงค์ที่จะให้แต่ละบุคคลได้ตระหนักถึงความสามารถของตนเองในด้านเยาวชน อารมณ์ ในการพัฒนาเยาวชนอารมณ์นี้ ในขั้นแรกผู้วิจัยให้บุคคลที่ต้องการเข้าร่วมโครงการพัฒนา

เขาวนอารมณ์ ประเมินตนเองโดยการตอบแบบวัดเขาวนอารมณ์ที่เขาสร้างขึ้น ชั้นที่ 2 ใหญ่ตอบแบบวัดดังกล่าวพิจารณาผลการตอบจากแบบวัดนั้นว่า เขาวนอารมณ์ของเขาอยู่ในระดับใดหากเขาวนอารมณ์ด้านใดยังบกพร่องอยู่ ก็เปิดโอกาสให้บุคคลนั้นเขารวมโครงการพัฒนาเขาวนอารมณ์เพิ่มขึ้นหรือไม่ และมากน้อยเพียงใด สำหรับแบบวัดเขาวนอารมณ์นั้น ประกอบด้วยองค์ประกอบด้านต่างๆ ดังนี้

1. ด้านสมรรถนะส่วนบุคคล ได้แก่

1.1 การตระหนักรู้ความรู้สึกและอารมณ์ของตน

1.2 การบริหารจัดการอารมณ์ของตนเอง

1.3 การสร้างแรงจูงใจให้แก่ตนเอง

2. ด้านสมรรถนะทางสังคม ได้แก่

2.1 การรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น รูเท่าทันความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น รวมทั้งสามารถเอาใจเขามาใส่ใจเรา

2.2 ความสามารถในการจัดการ สร้างและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่น

รอกฮิล และ กรีนเนอร์ (Rockhill & Green, 1999, Online) ได้วัดความสามารถในการรายงานตนเองเกี่ยวกับเขาวนอารมณ์ในด้าน การใส่ใจในความรู้สึก ความชัดเจนของอารมณ์และการปรับปรุงภาวะอารมณ์ โดยใช้แบบสอบถามมาตราวัดอารมณ์สำหรับเด็ก (Trait Meta MoodScale For Children) จำนวน 28 ข้อ และแบบวัดความรู้สึกต่อการมองโลกในแง่ดีซึ่งประกอบด้วยแบบทดสอบย่อย 4 ฉบับ คือการแสดงความคิดเห็น ความวิตกกังวลในการเขาสังคม การหลีกเลี่ยงการเขาสังคม และความพอใจในชีวิต กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนระดับประถมศึกษาเกรด 3-7 จำนวน 691 คน การหาความเที่ยงตรงเชิงเหมือนจากการหาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากแบบทดสอบมาตราวัดอารมณ์กับการรายงานตนเองจากแบบวัดการควบคุมอารมณ์ ความเที่ยงตรงเชิงจำแนกหาจากความสัมพันธ์ระหว่างการตอบแบบทดสอบมาตราวัดอารมณ์กับความสามารถในการเขาสังคม ผลจากการทดสอบพบว่าคะแนนจากแบบทดสอบมาตราวัดอารมณ์แต่ละฉบับมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการปรับปรุงตนเองซึ่งวัดจากแบบทดสอบวัดความพอใจในชีวิต และการแสดงอารมณ์ของเด็กก็มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการเขาสังคมและความสามารถในการปรับปรุงตนเอง

แวง (Wang, 2000 24 - 27) ได้ศึกษาการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับสร้างเครื่องมือวัดเขาวนอารมณ์ โดยศึกษารูปแบบโครงสร้างเขาวนอารมณ์ตามแนวคิดของเมเยอร์ และซาโลเวย์(Mayer and Salovey) ที่ได้คิดไว้ในป.ศ. 1997 พบว่า เนื้อหาขององค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์กับเขาวนอารมณ์ได้แก่ ความสามารถในการรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ความสามารถในการคิดอย่างมีเหตุผลเหนืออารมณ์และการมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ซึ่งองค์ประกอบ

ของเขาวนอารมณ์ดังกล่าว มีองค์ประกอบหลายด้านที่สอดคล้องกับโครงสร้างเขาวนอารมณ์ตามแนวคิดของโกลแมน (Goleman) ซึ่งได้อธิบายไว้ในปี ค.ศ. 1995

5.2 งานวิจัยในประเทศ

จินดาพร แสงแก้ว (2541, น.53) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการเปรียบเทียบผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน เพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์ มูลนิธิสร้างสรรค์เด็กกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2540 ในกลุ่มเด็กลูกกรรมกรก่อสร้าง ช่วงอายุ 12 – 18 ปี จำนวน 24 คน และสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 ใช้กลุ่มสัมพันธ์ และกลุ่มทดลองที่ 2 ใช้กลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน กลุ่มละ 12 คน ผลการวิจัยพบว่าเด็กบ้านอุปถัมภ์มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังการเข้ากลุ่มสัมพันธ์ และกลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน โดยมีความภาคภูมิใจแตกต่างกัน

พรทิพย์ ศรีตระกูล (2541, น.78) ได้ทำการวิจัยเพื่อทดลองใช้กลุ่มสัมพันธ์ต่อสุขภาพจิตเป็นรายด้านของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 ก่อน และหลังฝึกกลุ่มสัมพันธ์ และเปรียบเทียบสุขภาพจิตเป็นรายด้านของนักเรียนที่ได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์กับนักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์ ผู้วิจัยทำการศึกษานักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนกัลยาณวัตร จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2541 จำนวน 36 คน ซึ่งมีปัญหาด้านสุขภาพจิต โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 18 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองหลังได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์แล้วมีสุขภาพจิตเป็นรายด้านดีกว่าก่อนได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์ และมีสุขภาพจิตเป็นรายด้านดีกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์

ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์ (2541, น.50) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลของกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยบรมราชชนนีตรัง จังหวัดตรัง ปีการศึกษา 2540 ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวด้านการเรียนดีขึ้นหลังการเข้ากลุ่มสัมพันธ์ และหลังการได้รับข้อเสนอแนะ ซึ่งนักศึกษาพยาบาลที่เข้ากลุ่มสัมพันธ์ และนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับข้อเสนอแนะมีการปรับตัวด้านการเรียนต่างกัน

ฉัตรชัย วิเทศน์ (2544) ได้ทำวิจัยเรื่อง ผลการใช้แผนการสอนกิจกรรมแนะแนว ที่เน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลางที่มีต่อมโนภาพแห่งตน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสรรพวิทยา อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก จำนวน 28 คน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยใช้แผนการสอนกิจกรรมแนะแนวที่เน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลาง มีการพัฒนามโนภาพแห่งตนสูงกว่านักเรียนที่สอนโดยวิธีปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และเมื่อเปรียบเทียบการพัฒนามโนภาพแห่งตนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการสอนโดยใช้แผนการสอนกิจกรรมแนะแนวที่เน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลางแล้วพบว่า นักเรียนมีมโนภาพแห่งตนสูงขึ้น

ศิวพร ภูมิสิริวัฒน์ (2545, น.51) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ศูนย์บริการการศึกษานอก

โรงเรียน อำเภอฟล จังหวัดขอนแก่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียน อำเภอฟล จังหวัดขอนแก่น ภาเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2544 จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แบบวัดพฤติกรรมด้านความเชื่อมั่นมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8597 และโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ผลวิจัยพบว่า นักศึกษาที่ได้เข้ากิจกรรมกระบวนการกลุ่มด้วยโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

มณฑินี นามบุญ (2545) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสันติวิทยา จังหวัดเชียงราย จำนวน 24 คน พบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ในด้านการปรับตัวเข้ากับเพื่อนและบุคคลทั่วไป ด้านการเป็นผู้ให้และผู้รับ และด้านการยอมรับตนเองและผู้อื่น ส่วนด้านการปฏิบัติตามระเบียบวินัย ทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน

ฉันทิพย์ ปีเลย์ (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนประจำชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน สามมุกคริสเตียนวิทยา จังหวัดชลบุรี จำนวนนักเรียน 24 คน ผลการวิจัยพบว่า หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม มีการปรับตัวกับเพื่อน ดีกว่านักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในด้านการปรับตัวกับเพื่อน

อริญญา วันกิ่ง (2546, น.59) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลของกิจกรรมเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการอารมณ์ของตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบุรีรัมย์พิทยาคม จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีคะแนนความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการอารมณ์ของตนเอง ตั้งแต่ เปอร์เซนต์ไทล์ที่ 45 ลงมา จำนวน 30 คน ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน โดยจัดกิจกรรมกลุ่มให้กับกลุ่มทดลอง 16 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการตนเองสูงขึ้นหลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการอารมณ์ของตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมีความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โสพิช ปลอดเขียว (2546, น.35) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนหมวกเหล็กวิทยา อำเภอมวกเหล็ก จังหวัดสระบุรี ผู้วิจัยทำการศึกษานักเรียนจำนวน 30 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง

และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลอง คือกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรม และกลุ่มควบคุม คือกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการใช้กิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์ พบว่า กลุ่มสัมพันธ์สามารถนำไปพัฒนาบุคคลในระดับต่างๆ ได้ เพราะเป็นการให้บุคคลได้ลงมือปฏิบัติจริง และเกิดประสบการณ์ที่ดีเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ที่ต้องการพัฒนา และแสดงให้เห็นว่ากลุ่มสัมพันธ์มีกระบวนการในการพัฒนาคนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ณัฐวีร์ นงนุช (2552, ง) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 และเปรียบเทียบการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีคะแนนแบบสอบถามการรู้จักและเข้าใจตนเอง ตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมาจำนวน 20 คน เป็นนักเรียนชาย 10 คน และนักเรียนหญิง 10 คน โดยเป็นผู้สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือแบบสอบถามการรู้จักและเข้าใจตนเอง กับกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ t-test ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1. การรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งโดยรวมและรายด้าน คือด้านความต้องการและความรู้สึกของตนเอง ด้านการแสวงหาแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเอง ด้านความสนใจ ความถนัดด้านที่เกี่ยวข้องกับการเรียนและอาชีพ ด้านความรักนับถือตนเองและผู้อื่น และด้านการแก้ปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง 2. การรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 เพิ่มสูงขึ้นอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อารี มั่งคั่ง (2554, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนชลกันยานุกูล จังหวัดชลบุรี : การศึกษาเบื้องต้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2554 โรงเรียนชลกันยานุกูล จังหวัดชลบุรี ที่มีคะแนนทางอารมณ์รวมต่ำกว่า 138 คะแนน ซึ่งอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติและมีความสมัครใจร่วมกิจกรรมกลุ่มจำนวน 15 คน โดยนักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า หลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความ

ฉลาดทางอารมณ์ นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

มนัส แก้วแดง (2558, ง) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านทับวัง จังหวัดชุมพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และ 2) เปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มควบคุมที่ใช้กิจกรรมแนะแนวแบบปกติ กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านทับวัง ปีการศึกษา 2557 ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังการทดลองดีขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมการแนะแนวมีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้นกว่านักเรียนที่ใช้กิจกรรมแนะแนวแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ณัฐวุฒิ ศรีธรรมมา (2560, ง) ได้วิจัยผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความอ่อนน้อมถ่อมตน ของนักเรียน มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมชัยมงคลรังงาม จังหวัดชัยภูมิ มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบความอ่อนน้อมถ่อมตน ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว และ(2) เปรียบเทียบความอ่อนน้อมถ่อมตนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ระหว่างหลังการทดลองกับระยะติดตามผล ผลการวิจัย ปรากฏว่า (1) ภายหลังจากทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีความอ่อนน้อมถ่อมตนสูงขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และ (2) ความอ่อนน้อมถ่อมตนของนักเรียนกลุ่มทดลองในระยะหลังการทดลองกับระยะติดตามผลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการศึกษาเอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปได้ว่า การใช้กิจกรรมแนะแนวสามารถส่งผลให้นักเรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ พฤติกรรม ที่มีต่อการรู้จักและเข้าใจตนเองได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีเจตนาที่จะศึกษาผลการการใช้กิจกรรมแนะแนวที่เน้นกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม โดยการรู้จักเข้าใจตนเองและผู้อื่น ตลอดจนการแก้ไขความขัดแย้งเพื่อให้เกิดการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2562 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง โดยนำแนวคิดดังกล่าวมาประยุกต์ใช้ในการสร้างเครื่องมือกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกลุ่มสัมพันธ์

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีการนำเสนอวิธีการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองที่ใช้แบบแผนวัดก่อนและหลังการทดลอง (One Group Pretest-Posttest Design) ใช้การสุ่มแบบง่ายในการเลือกกลุ่มทดลองเพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนระหว่างก่อนทดลองและหลังทดลองของกลุ่มทดลองกลุ่มเดียวจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีรูปแบบดังนี้

สอบก่อนการทดลอง	ทดลอง	สอบหลังการทดลอง
T1	X	T2

ความหมายของสัญลักษณ์

T1 แทน	การทดสอบก่อนการทดลองเป็น Pretest
T2 แทน	การทดสอบหลังการทดลองเป็น Posttest
X แทน	การเข้าร่วมทำกิจกรรมในชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 จำนวน 62 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2562 ที่ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่ม จำนวน 30 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ ประกอบไปด้วย

3.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวแผนที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

3.2 แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนาเครื่องมือในการวิจัยดังนี้

3.1 ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน

การสร้างชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 5 กิจกรรม เวลาที่ใช้แต่ละกิจกรรมขึ้นอยู่กับแต่ละกิจกรรมตามความเหมาะสม ในแต่ละกิจกรรมใช้เวลาไม่ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง จำนวน 10 ครั้ง โดยให้นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกภายในกลุ่ม มีการทำกิจกรรมร่วมกัน โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม มีเทคนิคคือ กิจกรรมกลุ่ม บทบาทสมมุติ กรณีตัวอย่าง และเกม โดยมีลำดับขั้นตอนในการสร้างดังนี้

3.1.1 ศึกษาบทความ เอกสาร วิธีพิมพ์งานแบบใหม่ นะศึกษาและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการปรับตัวทางสังคม กิจกรรมกลุ่ม บทบาทสมมุติ กรณีตัวอย่างและเกม เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

3.1.2 สร้างกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยกำหนดจุดมุ่งหมายเนื้อหา ระยะเวลาที่ใช้ สถานที่ กิจกรรม ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะจำนวน 5 กิจกรรมดำเนินการจัดกิจกรรม 10 ครั้ง แต่ละกิจกรรมใช้ระยะเวลาแตกต่างกันตามความเหมาะสมประกอบด้วย

- 1) จุดมุ่งหมาย
- 2) เทคนิคที่ใช้
- 3) สื่อที่ใช้
- 4) วิธีดำเนินการ

-ชั้นนำ

- ชั้นกิจกรรม
- ชั้นวิเคราะห์และอภิปราย
- ชั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้
- ชั้นประเมินผล

3.1.3 นำกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่สร้างขึ้นไปให้อาจารย์แนะแนวพิจารณาตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ เนื้อหา นิยามศัพท์เฉพาะ กิจกรรม วิธีดำเนินการ และการประเมินผล จากนั้นผู้วิจัยนำโปรแกรมไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะต่อไป

3.1.4 ผู้วิจัยนำกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไปดำเนินการทดลองโดยจัดกิจกรรมอีกครั้งครั้งละ 50 นาทีระหว่างวันที่ 20 มกราคม -19 กุมภาพันธ์ 2563

3.2 แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม มีลำดับขั้นตอนการสร้างดังนี้

3.2.1 วิจัยศึกษารายละเอียดจากทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางสังคม เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมนิยามศัพท์เฉพาะ

3.2.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมให้สอดคล้องและครอบคลุมนิยามศัพท์เฉพาะจำนวน 64 ข้อ

3.2.3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมที่สร้างขึ้นไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิงานแนะแนวของโรงเรียนตรวจสอบความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ เนื้อหา และนิยามศัพท์เฉพาะแล้วนำแบบสอบถามทั้ง 64 ข้อมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปใช้

3.2.4 นำแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาและครอนบรัค ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.735

3.2.5 นำแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมได้หาค่าจำแนกและค่าความเชื่อมั่นแล้วนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

ตัวอย่างแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

คำชี้แจง

ขอให้นักเรียนอ่านข้อคำถามต่อไปนี้ จากนั้นให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ในช่องที่คิดว่าตรงกับความจริงกับตัวนักเรียนมากที่สุด เพียงข้อเดียว และกรุณาตอบให้ครบทุกข้อ

ไม่จริงเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนเลย
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนเท่าใดนัก

จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนพอประมาณ
ส่วนใหญ่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนพอสมควร
จริงมากที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับความเป็นจริงของนักเรียนมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ไม่จริงเลย	จริงน้อย	จริงบ้าง	ส่วนใหญ่จริง	จริงมากที่สุด
0	ด้านการรู้จักและเข้าใจตนเอง ข้าพเจ้ารู้สึกโกรธง่ายเมื่อเล่นหยอกล้อ					
00	ด้านการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคล เมื่อพบเพื่อนข้าพเจ้าจะยิ้มและทักทาย					
000	ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่าง บุคคลเมื่อฉันมีความคิดเห็นต่างจาก เพื่อนฉันมักจะโต้เถียงทันที					
0000	ด้านความสามารถในการทำงาน ร่วมกับผู้อื่นในการทำรายงานกลุ่มฉัน สามารถทำงานร่วมกับเพื่อนได้อย่าง สบายใจและประสบความสำเร็จด้วยดี					
00000	ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ฉันรู้สึกสบายใจเมื่อทำกิจกรรมร่วมกับ เพื่อน					

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสำรวจการปรับตัวทางสังคม มีดังนี้

ข้อความ	ไม่จริงเลย	จริงน้อย	จริงบ้าง	ส่วนใหญ่จริง	จริงมากที่สุด
ข้อความทางบวก	1	2	3	4	5
ข้อความทางลบ	5	4	3	2	1

เกณฑ์การจัดระดับคะแนนการปรับตัวทางสังคม

- ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00 หมายถึงระดับคะแนนปรับตัวทางสังคมระดับมากที่สุด
- ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50 หมายถึงระดับคะแนนปรับตัวทางสังคมระดับมาก
- ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50 หมายถึงระดับคะแนนปรับตัวทางสังคมระดับปานกลาง
- ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50 หมายถึงระดับคะแนนปรับตัวทางสังคมระดับน้อย
- ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50 หมายถึงระดับคะแนนปรับตัวทางสังคมระดับน้อยมาก

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

4.1 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นไปเก็บรวบรวมข้อมูลการกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง

4.2 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมารวบรวมตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

วิธีดำเนินการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ขั้นตอนการทดลอง

ผู้วิจัย ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง ทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม จำนวนนักเรียน 30 คน โดยการได้มาจากสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม จากนั้นจึงดำเนินการตามกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

2. ขั้นตอนการทดลองผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองโดยปฏิบัติตามกิจกรรมตามกิจกรรมที่วางไว้ ดังนี้

ผู้วิจัยดำเนินการตามกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่กำหนดไว้ จำนวน 10 ครั้ง ครั้ง ละ 50 นาที ระหว่างวันที่ 20 มกราคม -19 กุมภาพันธ์ 2563

3. ขั้นหลังการทดลอง

3.1 หลังเสร็จสิ้นการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมตอบแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมอีกครั้ง และนำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามดังกล่าวเป็นคะแนนหลังการทดลอง

3.2 นำคะแนนที่ได้ก่อนและหลังการทดลอง มาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 สถิติพื้นฐาน

สถิติพื้นฐาน ได้แก่

1) ค่าเฉลี่ย (\bar{X})

2) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

5.2 สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

5.2.1 ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

5.2.2 สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐานในการเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม โดยการทดสอบ t-test pair



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์การวิจัยดังนี้

1. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปรผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมายดังนี้

N	แทนจำนวนนักเรียนที่เป็นประชากร
n	แทนจำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโปรแกรม
\bar{X}	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทนค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทนค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t – test pair
P	แทนระดับนัยสำคัญทางสถิติ
*	แทนระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1. การนำเสนอผลการศึกษาค้นคว้า

ผู้วิจัยนำเสนอผลการศึกษาค้นคว้าตามลำดับ ดังนี้

ผลการเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

2.1 การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ด้านการรู้จักและเข้าใจตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 4.1 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคมด้านการรู้จักและเข้าใจตนเองก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=30 คน)

ระยะการเรียนรู้	Mean	S.D.	t	Sig
ก่อนเรียน	3.03	0.150	-32.97	.000
หลังเรียน	3.98	0.034		

*P< .05

จากตารางที่ 4.1 พบว่า ระยะก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการรู้จักและเข้าใจตนเอง 3.03 และระยะหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการรู้จักและเข้าใจตนเอง 3.98 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนด้านการรู้จักและเข้าใจตนเองกลุ่มทดลองระหว่างระยะก่อนการเรียน และระยะหลังการเรียน พบว่า คะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการรู้จักและเข้าใจตนเองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าในระยะหลังการเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการรู้จักและเข้าใจตนเองดีขึ้นกว่าระยะก่อนการเรียน

2.2 การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ด้านการสร้างสัมพันธภาพ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=30 คน)

ระยะการเรียนรู้	Mean	S.D.	t	Sig
ก่อนเรียน	3.03	0.161	-32.02	.000
หลังเรียน	3.99	0.024		

*P < .05

จากตารางที่ 4.2 พบว่า ระยะก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพ 3.03 และระยะหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพ 3.99 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพของนักเรียนกลุ่มทดลองระหว่างระยะก่อนการเรียน และระยะหลังการเรียน พบว่า คะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าในระยะหลังการเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการสร้างสัมพันธภาพ ดีขึ้นกว่าระยะก่อนการเรียน

2.3 การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล ก่อน และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคมด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=30 คน)

ระยะการเรียนรู้	Mean	S.D.	t	sig
ก่อนเรียน	3.00	0.000	-67.80	.000
หลังเรียน	3.91	0.073		

*P < .05

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ระยะก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล 3.00 และระยะหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล 3.91 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลของนักเรียนกลุ่มทดลองระหว่างระยะก่อนการเรียน และระยะหลังการเรียน พบว่า คะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าในระยะหลังการเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลดีขึ้นกว่าระยะก่อนการเรียน

2.4 การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่นก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 4.4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคมด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=30 คน)

ระยะการเรียนรู้	Mean	S.D.	t	sig
ก่อนเรียน	3.18	0.139	-25.82	.000
หลังเรียน	4.08	0.108		

*P < .05

จากตารางที่ 4.4 พบว่า ระยะก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น 3.18 และระยะหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น 4.08 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่นของนักเรียนกลุ่มทดลองระหว่างระยะก่อนการเรียน และระยะหลังการเรียน พบว่า คะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่นมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าในระยะหลังการเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่นดีขึ้นกว่าระยะก่อนการเรียน

2.5 การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคม ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 4.5 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=30 คน)

ระยะการเรียน	Mean	S.D.	t	sig
ก่อนเรียน	3.27	0.113	-34.20	.000
หลังเรียน	3.99	0.020		

**P< .01

จากตารางที่ 4.5 พบว่า ระยะก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข 3.27 และระยะหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข 3.99 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขของนักเรียนกลุ่มทดลองระหว่างระยะก่อนการเรียน และระยะหลังการเรียน พบว่า คะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าในระยะหลังการเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขดีขึ้นกว่าระยะก่อนการเรียน

2.6 การเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมโดยรวมก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของการปรับตัวทางสังคม ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 (n=30 คน)

ระยะการเรียนรู้	Mean	S.D.	t	sig
ก่อนเรียน	3.10	0.065	-70.36	.000
หลังเรียน	3.97	0.017		

*P < .05

จากตารางที่ 4.6 พบว่า ระยะก่อนเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคมโดยรวม 3.10 และระยะหลังการเรียนมีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวทางสังคม 3.97 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนกลุ่มทดลองระหว่างระยะก่อนการเรียน และระยะหลังการเรียน พบว่าคะแนนการปรับตัวทางสังคมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงว่าในระยะหลังการเรียนมีคะแนนการปรับตัวทางสังคมดีขึ้นกว่าระยะก่อนการเรียน



บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์

1.1.1 เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่

1.1.2 เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

1.2 สมมติฐานการวิจัย

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีการปรับตัวทางสังคมเพิ่มสูงขึ้นภายหลังจากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

1.3 วิธีดำเนินการวิจัย

1.3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1) ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2562 จำนวน 62 คน

2) กลุ่มตัวอย่างกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2562 ที่ได้มาจากการสุ่มแบบกลุ่ม จำนวน 30 คน

1.3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือในการทดลอง ดังนี้

- 1) แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม
- 2) ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

1.3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

1) ขั้นก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ทำแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม จำนวนนักเรียน 30 คน โดยการได้มาจากกลุ่มแบบกลุ่ม จากนั้นจึงดำเนินการตามกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

2) ขั้นดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทดลองโดยปฏิบัติตามกิจกรรมตามกิจกรรมที่วางไว้ดังนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่กำหนดไว้จำนวน 10 ครั้งครั้งละ 50 นาทีระหว่างวันที่ 20 มกราคม -19 กุมภาพันธ์ 256

3) ขั้นหลังการทดลอง

(1) หลังเสร็จสิ้นการทดลองผู้วิจัยให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมตอบแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมอีกครั้ง และนำคะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามดังกล่าวเป็นคะแนนหลังการทดลอง

(2) นำคะแนนที่ได้ก่อนและหลังการทดลองมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป

1.3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

- 1) ศึกษาการปรับตัวทางสังคมนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1
- 2) เปรียบเทียบคะแนนการการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนก่อนและหลังได้ร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

1.4 สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยมีดังต่อไปนี้

1.4.1 การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งโดยรวม และรายด้าน คือ ด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น ด้านการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่น ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข พบว่าอยู่ในระดับมาก

1.4.2 การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ.05

2. อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม ผลการศึกษาค้นคว้าปรากฏดังนี้

2.1 นักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคม มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังการทดลองดีขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน อันเนื่องมาจากนักเรียนได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีคุณภาพ ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นเพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างนักเรียนกับครูและระหว่างเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรม ให้นักเรียนทราบความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของการปรับตัวทางสังคม ตลอดจนให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของครู และนักเรียนในการเข้าร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรมสร้างความรู้จัก คู่้นเคียงกันระหว่างสมาชิกกล้าแสดงความคิดเห็นและรู้จักวิธีที่จะทำความรู้จักกับครูและเพื่อนนักเรียนด้วยกัน

กิจกรรมที่ 2 พัฒนาการปรับตัวทางสังคม เป็นการบอกถึงความต้องการในการปรับตัวทางสังคมว่าสิ่งใดที่ทำให้ตนมีความสุขเมื่อร่วมกิจกรรม สามารถบอกถึงการปรับตัวทางสังคมต่อผู้อื่น และให้นักเรียนสามารถบอกถึงความรู้สึกต่อสิ่งที่ได้รับจากการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น สอดคล้องกับ มนัส แก้วแดง (2558) ได้ทำการศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านทับวัง จังหวัดชุมพร ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีการปรับตัวทางสังคมในระยะหลังการทดลองดีขึ้นกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมการแนะแนวมีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้นกว่านักเรียนที่ใช้กิจกรรมแนะแนวแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กิจกรรมที่ 3 ความเข้าใจที่ดีต่อตนเอง เป็นการให้นักเรียนบอกถึงความต้องการของตนเองว่าสิ่งใดที่ทำให้ตนมีความสุข สามารถบอกถึงความรู้สึกต่อตนเอง และสามารถบอกถึงความรู้สึกต่อสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองซึ่งสอดคล้องกับ วอร์เชล และโกทาลอ Worchel & Goethalo (1985, อ้างถึงใน ฉันทิพย์ ปีเลย์, 2546, น. 20-21) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นสิ่งที่บุคคลจะต้องปฏิบัติ อยู่เสมอในการแก้ปัญหา ซึ่งอาจจะเกิดจากตัวเอง สิ่งแวดล้อมรอบตัวหรือบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง บุคคลที่ปรับตัวได้ดีคือ บุคคลที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีการรู้จักและยอมรับตนเองเป็นเครื่องมือพื้นฐานในการปรับตัว และการปรับตัว

เป็นกระบวนการที่ซับซ้อนเกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ คือ การเรียนรู้และการเข้าใจตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อม การใช้ความเข้าใจตนเอง เพื่อกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงให้กับตนเอง การใช้ความสามารถของตนเองเพื่อควบคุมสิ่งแวดล้อมและโชคชะตาของตนเองเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายของตนเอง ความไวต่อความรับรู้ความต้องการ และความไม่สบายใจของผู้อื่น เพื่อสามารถให้ความช่วยเหลือ และใช้ชีวิตกับผู้อื่นได้ดี และสอดคล้องกับ ญัตถวิรี นงนุช (2552 : ง) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถามการรู้จักและเข้าใจตนเอง กับกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้ 1. การรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งโดยรวมและรายด้าน คือด้านความต้องการและความรู้สึกของตนเอง ด้านการแสวงหาแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเอง ด้านความสนใจ ความถนัดด้านที่เกี่ยวข้องกับการเรียนและอาชีพ ด้านความรักนับถือตนเองและผู้อื่น 2. การรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 เพิ่มสูงขึ้นอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับ กัญญา สุวรรณแสง (2533 : 83) ที่กล่าวว่า การยอมรับตัวเองต้องพิจารณาด้วยตัวเองว่า มีความมุ่งหวังอะไร มีความสนใจด้านใดบ้าง ต้องเข้าใจตัวเอง จะต้องยอมรับทั้งความสำเร็จและความล้มเหลวต่าง ๆ ต้องรู้จักจุดอ่อนของตนเองรู้ว่าควรหลีกเลี่ยงสิ่งใดบ้างที่จะนาตนไปสู่ความพลาดหวังและเรียนรู้ว่าทำอย่างไรจึงจะอยู่กับผู้อื่นได้ ต้องยอมรับสภาพแห่งความเป็นจริงของตนเอง รู้จักตนเองดี ทั้งในด้านความถนัดความสามารถ ความต้องการ และจุดอ่อนของตน จะได้ประมาณตนเองว่า ควรดำเนินการอย่างไรจึงจะดีที่สุด

กิจกรรมที่ 4 การจัดการปัญหาและความขัดแย้ง สามารถบอกได้ว่าสิ่งใดคือปัญหา ระบุปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ แสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาและความขัดแย้งเป็นการปรับตัวด้านความสัมพันธ์กับเพื่อนเพื่อให้นักเรียนบอกแนวทางการขจัดความขัดแย้งได้โดยสันติวิธีและแสดงบทบาทสมมุติตามที่ได้รับมอบหมายได้ ซึ่งสอดคล้องกับ วอร์เชล และโกทาลอ Worchel & Goethalo (1985, อ้างถึงใน ฉันทิพย์ ปีเลย, 2546, น. 20-21) กล่าวว่า การปรับตัวเป็นสิ่งที่บุคคลจะต้องปฏิบัติอยู่เสมอในการแก้ปัญหา ซึ่งอาจจะเกิดจากตัวเอง สิ่งแวดล้อมรอบตัวหรือบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง และสอดคล้องกับ ญัตถวิรี นงนุช (2552, ง) ที่ได้ศึกษาผลของกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 3 ด้านการแก้ปัญหาพบว่าอยู่ในระดับปานกลาง

กิจกรรมที่ 5 การเข้าใจผู้อื่นและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข เป็นการให้นักเรียนสามารถระบุแบบอย่างที่ดีที่ตนเองชื่นชมและยึดถือ สามารถเปรียบเทียบได้ว่าสิ่งใดเป็นแบบอย่างที่ดีและไม่ดี รวมทั้งสามารถวิเคราะห์และเลือกแบบอย่างที่ดีที่เหมาะสมกับตนเอง สอดคล้องกับ มณฉินิ

นามบุญ (2545) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสันติวิทยา จังหวัดเชียงราย จำนวน 24 คน พบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในด้านการปรับตัวเข้ากับเพื่อนและบุคคลทั่วไปด้านการเป็นผู้ให้และผู้รับ และด้านการยอมรับตนเองและผู้อื่น ส่วนด้านการปฏิบัติตามระเบียบวินัยทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน และสอดคล้องกับ กัญญา สุวรรณแสง (2536, น.50) ได้กล่าวว่ามีมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องอยู่ร่วมกับคนอื่นควรจะทำอย่างไร นอกจากทำให้เป็นที่สุขใจกับตัวเองแล้ว ก็ต้องให้เป็นไปตามแนวคิดของสังคม อื่น ๆ อีกด้วย เรื่องแนวคิดของสังคมนี้ บางทีก็เป็นอุปสรรคในการดำรงชีวิตของคนเราอยู่มากในทางจิตวิทยา กล่าวว่าการเปลี่ยนแปลงในการปรับตัวของบุคคลนั้นมีอยู่ 2 ทางด้วยกันคือ การปรับตัวภายในกับการปรับตัวภายนอก ผู้ที่มีการปรับตัวภายในของตัวเองได้ดีเรียกว่า Well Adapted และส่วนลักษณะการปรับตัวเข้ากับภายนอก (สิ่งแวดล้อม) ได้ดี เรียกว่า Well Adapted และเรียกบุคคลที่มีการปรับตัวทั้งภายในและภายนอกได้ดีทั้งคู่ว่า เป็นคนที่มีบุคลิกภาพที่มีบูรณาการ (Integrated Personality) ดังนั้นถ้ามนุษย์จะต้องปรับตัวตามแนวกว้างๆ ก็คงจะเป็นในเรื่องการปรับตัวให้อยู่ร่วมกับมนุษย์ด้วยกันเองการปรับตัวให้เข้ากับสภาพดินฟ้าอากาศ การปรับตัวให้เข้ากับระเบียบแบบแผน วัฒนธรรมในท้องถิ่น การปรับตัวให้เข้ากับแนวคิดทางสังคม ไม่เป็นคนขวางโลก และการปรับตัวให้เข้ากับตัวของตัวเอง

2.2 การปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 หลังการเข้าร่วมการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เมื่อพิจารณาการปรับตัวทางสังคมเป็นรายด้านคือ สามารถบอกถึงความต้องการการเข้าใจตนเองและผู้อื่น ด้านการสร้างสัมพันธภาพ สามารถสร้างความประทับใจต่อผู้อื่นเพื่อให้เกิดการยอมรับและความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้ ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลสามารถแก้ไขจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้น มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งโดยการไม่หลีกเลี่ยงไม่ใช้อำนาจ ด้านการทำงานร่วมกับผู้อื่นสามารถแสดงปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสถานการณ์หรือกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขนักเรียนสามารถแสดงความรู้สึก เข้าใจ ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับฟังความคิดเห็นของกันและกัน เห็นอกเห็นใจในความเดือดร้อนของผู้อื่น ได้อย่างสม ตลอดจึงมีแนวทางในการแก้ไขปัญหา พบว่าทุกด้านเพิ่มสูงขึ้นจนอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับผลการวิจัยของ คิวเอนา และ ฟูลด์ส (ฤทัยรัตน์ ธรรมนา, 2535, น. 46-49; อ้างอิงมาจาก Quianang Foulds.1970, น.145-149) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการฝึกกิจกรรมกลุ่มต่อการรับรู้ความเข้าใจตนเองของผู้เข้ารับการฝึกโดยการฝึกแบบกลุ่มทบทวน ซึ่งให้ทุกคนแสดงกิจกรรมเกี่ยวกับการแสดงบทบาทการสื่อสารด้วยคำพูด และการอภิปรายตนเอง ใช้เวลาในการฝึก 30 ชั่วโมง ติดต่อกันผลการวิจัย พบว่า ผู้ที่ได้รับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจใน

ตนเองในทางที่ดีขึ้น ในด้านคุณค่าตนเองตามความเป็นจริง ด้านความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพการควบคุมความรู้สึกตนเองทั้งนี้เป็นเพราะชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ผู้วิจัยสร้างวิธีการต่างๆ ได้แก่กลุ่มสัมพันธ์ บทบาทสมมุติ กรณีตัวอย่าง และเกม ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอนคือ

2.2.1 ขั้นนำ เป็นขั้นที่เน้นกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ มีความพร้อมที่จะเรียนรู้ โดยใช้วิธีการและสื่อที่หลากหลายประกอบการใช้คำถาม กระตุ้นซักถาม ทบทวนหรือแสดงความคิดเห็นให้ ผู้เรียนนำประสบการณ์เดิมมาเชื่อมโยงกับประสบการณ์ใหม่

2.2.2 ขั้นกิจกรรมเป็นขั้นที่นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรม หรือคิดแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง นักเรียนทุกคนมีส่วนร่วม และมีบทบาทในการทำกิจกรรมในฐานะสมาชิกกลุ่ม โดยผู้วิจัยแนะนำสร้างบรรยากาศ

2.2.3 ขั้นวิเคราะห์ เป็นขั้นที่นักเรียนร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้จากการที่ให้ปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน จะช่วยให้นักเรียนมีความรู้เพิ่มขึ้น รู้จักตนเองดีขึ้น และสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม

2.2.4 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ นักเรียนรวบรวมแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในกลุ่มมาสรุปเป็นหลักการของตนเอง ซึ่งนักเรียนสามารถนำหลักการนั้นมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการปรับตัวทางสังคม

2.2.5 ขั้นประเมินผล นักเรียนร่วมกันประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองและกลุ่ม เลย์ร่วมกันอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกัน

จากผลการศึกษาค้นคว้าจะเห็นได้ว่ากระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนไปในทางที่ดีขึ้นสอดคล้องกับ เล็กซ์ (Lex. 1973, 6093-A) ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงเจตคติของนักศึกษา ด้วยวิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ กับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมลรัฐอินเดียนา ผู้วิจัยแบ่งนักศึกษาเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มควบคุมใช้วิธีการสอนแบบเก่ากับกลุ่มทดลองใช้วิธีการสอนแบบกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่าการพัฒนาจิตใจทางด้านศาสนาของผู้เรียนทั้ง 2 กลุ่ม ในระหว่างการทดลอง พบว่า นักศึกษารู้สึกพอใจต่อประสบการณ์ที่ได้รับ เพราะได้รับแรงกระตุ้นให้เกิดการอภิปรายอย่างอิสระในเรื่องค่านิยม และทุกคนยินดีร่วมในกิจกรรมกลุ่ม ส่วนงานวิจัยเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์ภายในประเทศนั้น เป็นไปตาม ทศพร มณีศรีขำ (2539, น.2-3) ที่กล่าวว่า การจัดการเรียนการสอนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์เป็นวิธีการที่สามารถพัฒนาศักยภาพในด้านต่างๆของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี โดยผู้เรียนจะได้ให้ความสนใจไม่เหมือนในการเรียน ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาตนเองและกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จ บรรลุตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้สอดคล้องกับจินดาพร แสงแก้ว (2541, น.53) ที่ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการเปรียบเทียบผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน เพื่อพัฒนาความ

ภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์ มูลนิธิสร้างสรรค์เด็กกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่าเด็กบ้านอุปถัมภ์มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังการเข้ากลุ่มสัมพันธ์ และกลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน โดยมีความภาคภูมิใจแตกต่างกันสอดคล้องกับพรทิพย์ ศรีตระกูล (2541, น.78) ได้ทำการวิจัยเพื่อทดลองใช้กลุ่มสัมพันธ์ต่อสุขภาพจิตเป็นรายด้านของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 ก่อนและหลังฝึกกลุ่มสัมพันธ์ และเปรียบเทียบสุขภาพจิตเป็นรายด้านของนักเรียนที่ได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์กับนักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองหลังได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์แล้วมีสุขภาพจิตเป็นรายด้านดีกว่าก่อนได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์ และมีสุขภาพจิตเป็นรายด้านดีกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกกลุ่มสัมพันธ์สอดคล้องกับ ดวงแข วิทยาสุนทรวงศ์ (2541, น.50) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลของกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยบรมราชชนนีตรัง จังหวัดตรัง ปีการศึกษา 2540 ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีการปรับตัวด้านการเรียนดีขึ้นหลังการเข้ากลุ่มสัมพันธ์ และหลังการได้รับข้อเสนอแนะ ซึ่งนักศึกษาพยาบาลที่เข้ากลุ่มสัมพันธ์ และนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับข้อเสนอแนะมีการปรับตัวด้านการเรียนต่างกัน และสอดคล้องกับ ศิวพร ภูมิสิริวัฒน์ (2545, น.51) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ศูนย์บริการการศึกษานอกโรงเรียน อำเภอพล จังหวัดขอนแก่น ผลวิจัยพบว่า นักศึกษาที่ได้เข้ากิจกรรมกระบวนการกลุ่มด้วยโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรม โดยสังเกตจากความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรม ซึ่งนักเรียนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี มีความกระตือรือร้นและสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งนี้เป็นเพราะว่าผู้วิจัยจัดกิจกรรมในลักษณะ กลุ่มสัมพันธ์ บทบาทสมมุติ กรณีตัวอย่าง และเกม ซึ่งเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรม ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันอย่างอิสระ นักเรียนเกิดความสนุกสนานจัดกิจกรรม สามารถที่จะนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ความเป็นกันเองกับนักเรียน ทำให้นักเรียนมีความไว้วางใจและอบอุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนจึงมีความพอใจและมาเข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ เกิดความเข้าใจและยอมรับซึ่งกันและกัน เกิดความซาบซึ้ง รายการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับการปรับตัวทางสังคมเพิ่มสูงขึ้น

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

3.1.1 ผู้ที่จะนำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไปใช้นั้นควรทำการศึกษาเทคนิค วิธีการต่างๆ ให้เข้าใจอย่างถูกต้องและชัดเจน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้เรียน

3.1.2 ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนมีการปรับตัวทางสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก จึงควรมีการติดตามผลเป็นระยะเพื่อดูว่านักเรียนมีการปรับตัวทางสังคม เปลี่ยนแปลงไปหรือไม่ เพียงใด หากมีการเปลี่ยนแปลงโดยมีแนวโน้มที่ลดลงก็ควรจะมีการจัดกิจกรรมเพื่อเป็นการปรับปรุงและฟื้นฟูต่อไป

3.1.3 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนสามารถนำไปใช้ประกอบการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนได้โดยคนปรับใช้ให้เข้ากับบริบทของสภาพโรงเรียนและช่วงวัยของนักเรียน

3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัย

3.2.1 ควรทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา

3.2.2 ควรสร้างกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้เทคนิคอื่นๆ เช่น การให้คำปรึกษากลุ่ม การใช้ชุดการแนะนำ หรือการใช้ชุดฝึกอบรม



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสว่างษ์. (2537). *สุขภาพจิตในโรงเรียน*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- กรกฎา นักร้อง. (2555). *เอกสารคำสอนรายวิชา 01167311 หลักการแนะแนว*. หมวดวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2559). *การออกแบบกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการพัฒนาทักษะสำหรับผู้เรียน*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- กันยา สุวรรณแสง. (2539). *การพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว*. กรุงเทพฯ: บำรุงสาส์น.
- กาญจนา ไชยพันธ์. (2549). *กระบวนการกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- คมเพชร ฉัตรสุภกุล. (2546). *กิจกรรมกลุ่มโรงเรียน*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- จินดารัตน์ ปิณณิ. (2545). *การพัฒนาฉันทะในการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรี*. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- จรัส คำอ้าย. (2542). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการปรับตัวทางสังคมกับสมรรถภาพการประเมินค่าทางความหมายตามทฤษฎีโครงสร้างทางสมองของกิลฟอร์ด ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2*. (การศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- ฉันทิพย์ ปีเลย์. (2546). *ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนประจำชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยาจังหวัดชลบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง. (2542). *กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว. คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิ และเพ็ญแข ประจันปัจฉิน. (2524). *ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น*. รายงานวิจัยฉบับที่ 26 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดนัย งามมานะ. (2545). *การเปลี่ยนแปลงและยุทธศาสตร์การพัฒนางานแนะแนวของโรงเรียนมัธยมศึกษาในสกลนคร นครพนม และมุกดาหาร*. สกลนคร: สถาบันราชภัฏสกลนคร.
- ทศพร มณีศรีชา. (2539). *กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนาสำหรับครู*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- ทศนา แคมมณี. (2545). *กลุ่มสัมพันธ์: เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน*. กรุงเทพฯ: นิซินแอดเวอร์ไทซิง กรุ๊ป.
- ฉินนทร จำนงผล. (2547). *ผลของการใช้กรณีตัวอย่างที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความเมตตากรุณาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดภาชีเขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.*
- นงลักษณ์ แก้ววงศ์ดี. (2547). *ปัญหาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชาวเขาเผ่าปกากะญอ ในโรงเรียนบ้านห้วยทราย อำเภोजอมทอง จังหวัดเชียงใหม่. (การค้นคว้าแบบอิสระ ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.*
- นิภา นิธยาน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพ : จิตวิทยาการศึกษาและชีวิต*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- นรินาถ แสนสา. (2556). *การแนะแนวกับการพัฒนาผู้เรียนเพื่อก้าวสู่ประชาคมอาเซียน. เอกสารการประชุมใหญ่สามัญประจำปี 2556*. กรุงเทพฯ: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย.
- นิสร่า คำมณี. (2544). *ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากรจังหวัดนครปฐม. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.*
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). *พฤติกรรมกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- พิสมัย แทนหลาบ. (2541). *การศึกษาเปรียบเทียบผลสมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตเรื่องพลังงานและสารเคมีชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่ได้รับการสอนโดยการใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์กับการสอนตามปกติ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, มหาสารคาม.*
- ฤทัยรัตน์ ธรเสนา. (2535). *การพัฒนาอัตมโนทัยหลายมิติของนักศึกษาพยาบาลที่มีทัศนคติต่อปริญญาานิพนธ์. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.*
- เปรมใจ บุญประสพ. (2545). *ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านบางกะปิสังกัด กรุงเทพมหานคร. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.*

- มณฑินี นามบุญ. (2545). *การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนสันติวิทยา จังหวัดเชียงราย.* (การค้นคว้าแบบอิสระ
ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- มนัส แก้วแดง. (2558). *ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านทับวัง จังหวัดชุมพร.* (การศึกษาค้นคว้าอิสระ
ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- เมตตา จินดารักษ์. (2525). *ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทาง
สังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.*
- รัชณี เหล่าเรืองธนา. (2545). *ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อแรงจูงใจในการบำบัดขั้นฟื้นฟู
สมรรถภาพของผู้ติดยาเสพติดโรงพยาบาลธัญญารักษ์จังหวัดปทุมธานี.* (สารนิพนธ์
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- วิภา เกตุเทพา. (2555). *การจัดกิจกรรมแนะแนว. เอกสารการประชุมใหญ่สามัญประจำปี 2555.
กรุงเทพฯ: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย.*
- วิภามาศ เมืองอู่. (2542). *ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มต่อการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่.* (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษา
ศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สมร ทองดี และปราณี रामสูตร. (2545). *แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว.* นนทบุรี:
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุนันท์ สิ้นพานนท์ และคณะ. (2545). *การจัดกระบวนการเรียนรู้: เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญตาม
หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน.* กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- สุรางค์ โค้วตระกูล. (มปป.). *จิตวิทยาการศึกษา.* กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวิทย์ มูลคำ และ อรทัย มูลคำ. (2545). *หนังสือชุดวิธีจัดการเรียนรู้.* กรุงเทพฯ: ดวงกลมสมัย.
- สุวิภา ภาคย์อ้อ. (2547). *การพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองด้วยกิจกรรมกลุ่มของนิสิตมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. (ปริญญาานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ, กรุงเทพฯ.*
- อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2544). *เอกสารประกอบการสอนวิชา 414211: พลวัตกลุ่ม.* ชลบุรี: ภาค
วิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

- อมรรวรรณ แก้วผ่อง. (2542). การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดน้อยใน กรุงเทพมหานคร. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, กรุงเทพฯ.
- อรุณี สุปัญญา. (2545). การปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่นชายในสถานสงเคราะห์ในเขต กรุงเทพมหานครและปริมณฑล สังกัดกองสงเคราะห์เด็กและบุคคลวัยรุ่น กรมประชาสงเคราะห์. (วิทยานิพนธ์สัปริญญาสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- อาภา ถนัดช่าง และเรียม สีทอง. (2545). กิจกรรมพัฒนานักเรียน. เอกสารการประชุมใหญ่สามัญประจำปี 2545. กรุงเทพฯ: สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย.
- อารี ทองทัฬ. (2531). การปรับตัวทางสังคมในสถานศึกษากับปัญหาสุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนพิษณุโลกพิทยาคม และโรงเรียนเฉลิมขวัญสตรี อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. (วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- อารี มั่งคั่ง. (2554). ผลของกิจกรรมกลุ่มต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. (การศึกษาอิสระหลักสูตร ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพฯ.
- Gazda, G.M. (1984). Group Counseling: A Developmental Approach. 3rded. Boston: Allyn & Bacon.
- Lex, J.J. (1975). "Attitude Change of Seminary Students Associated with a Course in Group Dynamics." Dissseration Abstracts International. XXXIII: 6093-A, May.
- Rockhill, C.M. and Greener, H.S. (1999). "Development of the Trail Meta-Mood Scale for Elementary School Children", ERIC Database.
- Wang, X. (2000). "A Study of Investigation Data in Construction of Emotional Intelligence ", Psychological Science (China). 23 (1): 24 -27.
- Weisinger, H. (1998). Emotional intelligence at work: The untapped edge for success. San Francisco: Jassej - Bass.

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก

หนังสือขอความอนุเคราะห์วิเคราะห์ข้อมูล



โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง
อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
31150

วันที่ 8 เดือน มกราคม พ.ศ. 2563

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ลงนามในหนังสือเชิญผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ข้าพเจ้า นางวริศรา ตีคำ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาการแนะแนวและการ
ปรึกษาเชิงจิตวิทยา มีความประสงค์ขอหนังสือจากมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช เพื่อเชิญ
ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดลงนามในหนังสือที่แนบมาทำยนี้ จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

.....
(นางวริศรา ตีคำ)

โทรศัพท์ 09-5449-7768

เรียน ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

เพื่อโปรดลงนามในหนังสือที่แนบมาทำยนี้

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.วัลภา สบายยิ่ง)

หมายเหตุ นักศึกษาส่งเอกสารต้นฉบับให้กับอาจารย์ที่ปรึกษา และส่งไฟล์มาที่
ed8505@hotmail.com

1. ชื่อ นางจารุณี สมใจกุล
 สถานที่ทำงาน โรงเรียนอนุบาลหนองป่าคั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
 วุฒิการศึกษา ครุศาสตรบัณฑิต วิชาเอกคณิตศาสตร์ สถาบันราชภัฏลำปาง บริหารธุรกิจ
 มหาบัณฑิต (บธ.ม.) วิทยาลัยพาณิชยศาสตร์มหาวิทยาลัยบูรพา
ประสบการณ์หรือความชำนาญ
 ปฏิบัติการสอนวิชาคณิตศาสตร์ มีอายุราชการ 23 ปี ตำแหน่งครูวิทยฐานะชำนาญการพิเศษ
 ได้รับรางวัลครูดีเด่น ประจำปี/2561 โดยพาคีเชียงใหม่ เพื่อการปฏิรูปการศึกษา ร่วมกับองค์การ
 บริหารส่วนจังหวัดเชียงใหม่
 “ครูผู้ทำประโยชน์ทางการศึกษา ของ สกสค.” ประจำปี 2555
 รางวัล “หนึ่งแสนครูดี” ปี 2554
 ครูดีเด่นระดับเขตพื้นที่การศึกษา วิชา คณิตศาสตร์ประจำปีการศึกษา 2553
2. ชื่อ นางไพลิน เสนหล้า
 สถานที่ทำงาน โรงเรียนโรงเรียนอนุบาลหนองป่าคั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
 วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (หลักสูตรและการสอน) มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
ประสบการณ์หรือความชำนาญ
 เป็นนักวิชาการศึกษา และ หัวหน้ากองการศึกษา
 ตำแหน่งครูวิทยฐานะชำนาญการพิเศษ
 มีอายุราชการ 15 ปี ปัจจุบันเป็นหัวหน้าและครูผู้สอน กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา
 ศาสนาและวัฒนธรรม
3. ชื่อ นางรัชชนันท์ อ้นเกษ
 สถานที่ทำงาน โรงเรียนอนุบาล โรงเรียนเทศบาล ๑ (ทุ่งฟ้าบดราษฎร์บำรุง) กองการศึกษา
 เทศบาล ตำบลบ้านกลางอำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่
 วุฒิการศึกษา ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการศึกษา วิชาเอกการบริหารการศึกษา
 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประสบการณ์หรือความชำนาญ
 ปัจจุบัน ตำแหน่ง ครู วิทยฐานะชำนาญการพิเศษ อายุราชการ 14 ปี
 ได้รับโล่รางวัลครูดีเด่นระดับปฐมวัย เกียรติบัตร และเข็มเชิดชูเกียรติรางวัลหนึ่งแสนครูดี
 ประจำปี 2558 โดยคุรุสภา
 เกียรติบัตร ครูต้นแบบ ประจำปีการศึกษา 2561 โดยเทศบาลตำบลบ้านกลาง จังหวัด
 เชียงใหม่



ที่ อว 0602.16 (บ)/

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

วันที่ 8 เดือน มกราคม พ.ศ. 2563

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นางจารุณี สมใจกุล

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางวริศรา ตีคำ นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูล และได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ขั้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัยทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 09-5449-7268



ที่ อว 0602.16 (บ)/

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

วันที่ 8 เดือน มกราคม พ.ศ. 2563

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นางรัชันท์ อ้นเกษ

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางวิศรดา ตีคำ นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูล และได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ขั้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัยทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านการพัฒนานวัตกรรมและการจัดการเรียนการสอน ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบและให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 09-5449-7268



ที่ อว 0602.16 (บ)/

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด
จังหวัดนนทบุรี 11120

วันที่ 8 เดือน มกราคม พ.ศ. 2563

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาเครื่องมือวิจัย

เรียน นางไพรินทร์ เสน่ห์

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระ จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางวริศรา ตีคำ นักศึกษาหลักสูตรบัณฑิตศึกษา แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ได้รับอนุมัติให้ทำการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ตามโครงการการศึกษาค้นคว้าอิสระที่แนบมาด้วยนี้

การจัดทำการศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องดังกล่าว นักศึกษาได้จัดทำเครื่องมือที่จะเก็บรวบรวมข้อมูล และได้รับความเห็นชอบเบื้องต้นจากอาจารย์ที่ปรึกษาการศึกษาค้นคว้าอิสระไว้ชั้นหนึ่งแล้ว แต่เพื่อให้เครื่องมือที่จัดทำนั้นมีความครอบคลุมเนื้อหาวิชา แนวปฏิบัติ และสอดคล้องกับหลักและกระบวนการวิจัยทางสาขาวิชาจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในฐานะผู้ทรงคุณวุฒิด้านการวัดผลและประเมินผล ได้โปรดพิจารณาตรวจสอบ และให้ความคิดเห็นเพื่อการปรับปรุงเครื่องมือการศึกษาค้นคว้าอิสระของนักศึกษาผู้นี้ด้วย สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ นักศึกษาจะนำเรียนด้วยตนเอง

สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ทวีวัฒน์ วัฒนกุลเจริญ)

ประธานกรรมการประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์

ฝ่ายบัณฑิตศึกษา

โทร. 0-2504-8505

โทรสาร. 0-2503-3566-7

เบอร์โทรศัพท์นักศึกษา 09-5449-7268

กิจกรรมที่ร่วมกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง
การสร้างสัมพันธภาพ



กิจกรรมที่ร่วมทำกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง
การสร้างสัมพันธภาพ



แบบสอบถามการปรับตัวทางสังคม

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับ
ความเห็นท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ไม่จริง เลย	จริง น้อย	จริง บ้าง	ส่วนใหญ่ จริง	จริงมาก ที่สุด
	ด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น					
1	ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้นง่าย					
2	ข้าพเจ้าเป็นคนคิดมาก					
3	ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี					
4	ข้าพเจ้าไม่ค่อยโกรธใคร					
5	ข้าพเจ้ารู้ว่าขณะนี้ตนเองมีอารมณ์เช่นไร (โกรธ เศร้า เกลียด)					
6	ข้าพเจ้าสามารถดูออกได้ว่าเพื่อนกำลังโกรธ					
7	ข้าพเจ้าสามารถสังเกตได้เมื่อเพื่อนมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง					
8	ข้าพเจ้าสามารถรับรู้ได้เมื่อผู้อื่นไม่เห็นด้วยกับความคิดของข้าพเจ้า					
9	ในระหว่างการสนทนากับผู้อื่นครับพระเจ้าสามารถรับรู้ว่าคุณสนทนา รู้สึกอย่างไร					
10	ข้าพเจ้าระมัดระวังคำพูดที่รุนแรงที่กระทบจิตใจผู้อื่น					
11	ข้าพเจ้าโกรธง่ายเมื่อถูกเพื่อนหยอกล้อ					
12	เวลาที่ข้าพเจ้าโปรดข้าพเจ้าจะไม่แสดงกิริยาที่ไม่เหมาะสม					
13	เวลาข้าพเจ้าโกรธข้าพเจ้าจะระงับความโกรธและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม					

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ข้อ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับ
ความเห็นท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ไม่จริง เลย	จริง น้อย	จริง บ้าง	ส่วนใหญ่ จริง	จริงมาก ที่สุด
	ด้านการสร้างสัมพันธภาพ					
1	เวลาเจอเพื่อนเก่าพระเจ้าทักทายเพื่อนด้วยถ้อยคำ สุภาพ					
2	เมื่อเจอเพื่อนข้าพเจ้ามักจะยินดีกล่าวคำทักทายเสมอ					
3	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดเวลาพูดคุยกับคนไม่ค่อยสนิท					
4	ข้าพเจ้าสามารถเข้ากับเพื่อนง่ายๆ					
5	เมื่อพบกันครั้งแรกข้าพเจ้าสามารถทำให้ผู้อื่น ประทับใจในตัวข้าพเจ้าได้					
6	ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยกับเพื่อนใหม่ที่โรงเรียนได้					
7	ข้าพเจ้าสนิทกับเพื่อนๆได้อย่างรวดเร็ว					
8	เวลาที่เพื่อนพูดเข้าพระเจ้าจะตั้งใจฟัง					
9	เพื่อนๆชมว่าข้าพเจ้าคุยสนุก					
10	ข้าพเจ้าพูดคุยกับเพื่อนต่างเพศเท่าที่จำเป็น					
11	ข้าพเจ้าจะไม่พูดอะไรที่จะกระทบความรู้สึกเพื่อน					
12	เมื่อเพื่อนรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจข้าพเจ้าจะให้ กำลังใจเสมอ					
13	ในขณะที่เพื่อนพูดคุยถึงความทุกข์ข้าพเจ้าสามารถ แสดงความเห็นอกเห็นใจได้					
14	เมื่อสอบได้คะแนนดีข้าพเจ้าจะพูดแสดงความยินดีกับ เพื่อน					

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ข้อ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับ
ความเห็นท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ไม่จริง เลย	จริง น้อย	จริง บ้าง	ส่วนใหญ่ จริง	จริงมาก ที่สุด
	ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคล					
1	เมื่อเพื่อนทำอะไรให้ข้าพเจ้าไม่พอใจข้าพเจ้าจะ ตะคอกเพื่อนทันที					
2	เมื่อเพื่อนทำให้ข้าพเจ้าโกรธ ข้าพเจ้าจะต่อว่าทันที					
3	เวลาเถียงกับเพื่อนแล้วผู้เพื่อนไม่ได้ข้าพเจ้าจะเดิน หนี					
4	เมื่อเพื่อนแสดงความไม่พอใจข้าพเจ้าข้าพเจ้าก็จะทำ เป็นไม่สนใจ					
5	เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนข้าพเจ้าจักแยกตัวออกจาก กลุ่ม					
6	เมื่อเพื่อนวิจารณ์นิสัยที่ไม่ค่อยดีของข้าพเจ้าข้าพเจ้า จะสามารถรับฟังได้					
7	เวลาถูกเพื่อนว่าข้าพเจ้าจะพยายามควบคุมอารมณ์					
8	เวลาข้าพเจ้ากับเพื่อนไม่เข้าใจกันข้าพเจ้ามักพูดเพื่อ ปรับความเข้าใจกัน					
9	เมื่อเพื่อนของข้าพเจ้ามีเรื่องกลุ้มใจแล้วมาแสดง อารมณ์กับข้าพเจ้าข้าพเจ้าจะรับฟังแล้วหาทางช่วย ให้เพื่อนสบายใจขึ้น					
10	ในกรณีที่เพื่อนในกลุ่มมีความขัดแย้งกันข้าพเจ้า สามารถเข้าไปไกล่เกลี่ยความขัดแย้งในกลุ่มได้					
11	เมื่อเพื่อนในกลุ่มมีความขัดแย้งกันข้าพเจ้าสามารถ ทำให้ความขัดแย้งนั้นยุติลงได้					
12	เมื่อเพื่อนในกลุ่มสามารถยุติความขัดแย้งลงได้ ข้าพเจ้าจะเป็นผู้ช่วยเหลือแต่ละบุคคลมีความรู้สึกที่ ดีต่อกัน					

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับ
ความเห็นท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ไม่จริง เลย	จริง น้อย	จริง บ้าง	ส่วนใหญ่ จริง	จริงมาก ที่สุด
	ด้านการทำงานร่วมกัน					
1	ข้าพเจ้าชอบทำงานร่วมกับเพื่อน					
2	ข้าพเจ้าเต็มใจที่ทำกิจกรรมต่างๆของโรงเรียน ร่วมกับเพื่อนๆ					
3	ข้าพเจ้ารู้สึกสนุกสนานที่เวลาทำงานกับเพื่อน					
4	ข้าพเจ้ายินดีที่จะเป็นหัวหน้ากลุ่ม					
5	ข้าพเจ้าเห็นเพื่อนในกลุ่มทำงานหนักข้าพเจ้าจะรีบ ไปช่วย					
6	ข้าพเจ้าชอบเข้าร่วมกิจกรรมชุมนุมกับเพื่อนเสมอ					
7	เมื่อมีการประชุมและอภิปรายในกลุ่มข้าพเจ้า สามารถแสดงความคิดเห็นด้วยความสบายใจ					
8	เมื่อมีเพื่อนสมาชิกในกลุ่มไม่เข้าใจเรื่องงานข้าพเจ้า จะอธิบายให้ฟังอย่างเต็มที่					
9	เวลาทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนข้าพเจ้าพร้อมที่ปฏิบัติ ตามมติของกลุ่ม					
10	ถ้าเพื่อนในกลุ่มทำงานที่ได้รับมอบหมายยังไม่เสร็จ ข้าพเจ้าจะทำเหตุผลมากกว่าแสดงความไม่พอใจ					
11	ข้าพเจ้าช่วยเหลืองานของเพื่อนเสมอเมื่อเพื่อน ขอร้องหรือต้องการความช่วยเหลือ					
12	ข้าพเจ้ายินดีทำตามข้อตกลงของกลุ่ม					

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหลังข้อความที่ตรงกับ
ความเห็นท่านมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	ไม่จริง เลย	จริง น้อย	จริง บ้าง	ส่วนใหญ่ จริง	จริงมาก ที่สุด
	ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข					
1	ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจในการอยู่ร่วมกับเพื่อน					
2	ข้าพเจ้ามีความสุขทุกครั้งเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน					
3	ข้าพเจ้ารู้สึกอบอุ่นเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน					
4	ข้าพเจ้ารู้สึกมีความสุขเมื่อได้ช่วยเหลือเพื่อน					
5	ข้าพเจ้ายินดีรับฟังปัญหาของเพื่อน					
6	เมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จข้าพเจ้าจะกล่าวยก ย่องเพื่อนชื่นชมเสมอ					
7	เวลาเพื่อนไม่สบายใจข้าพเจ้าจะพูดคุยเพื่อให้เพื่อน สบายใจขึ้น					
8	แม้ว่าข้าพเจ้าจะรู้ว่าเพื่อนพูดไม่จริงข้าพเจ้า ก็รับ ฟังได้					
9	เมื่อเพื่อนมีเรื่องเดือดร้อนและต้องการความ ช่วยเหลือข้าพเจ้ายินดีที่จะให้ความช่วยเหลือ					
10	วันนี้ที่ข้าพเจ้าไม่ได้เจอเพื่อนในกลุ่มข้าพเจ้ามัก คิดถึงเพื่อน					
11	หากเพื่อนทำให้ข้าพเจ้าไม่สบายใจข้าพเจ้าพร้อมที่ จะให้อภัยเพื่อนจะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข					
12	ข้าพเจ้ารู้สึกสุขใจที่ทุกคนในกลุ่มต่างมีน้ำใจเอื้อ อาทรต่อกัน					
13	ข้าพเจ้าสามารถให้อภัยในสิ่งที่ผิดพลาดเล็กน้อยๆ ของเพื่อนได้					

สรุปแบบสอบถามการปรับตัวทางสังคมโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน

ข้อ	ข้อความ	ความสอดคล้อง			ค่าดัชนีความ สอดคล้อง IOC=(ΣR / N)	ข้อเสนอ แนะของ ผู้ทรงคุณวุฒิ
		+1	0	-1		
	ด้านการเข้าใจตนเองและผู้อื่น					
1	ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นตัวง่าย	///			1	
2	ข้าพเจ้าเป็นคนคิดมาก	///			1	
3	ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดี	///			1	
4	ข้าพเจ้าไม่โกรธใครง่ายๆโดยไร้เหตุผล	//	/		0.67	
5	ข้าพเจ้ารู้ว่าขณะนี้ตนเองมีอารมณ์เช่นไร (โกรธ เศร้า เกลียด)	///			1	
6	ข้าพเจ้าสามารถดูออกได้ว่าเพื่อนกำลังโกรธ	///			1	
7	ข้าพเจ้าสามารถสังเกตได้เมื่อเพื่อนมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง	///			1	
8	ข้าพเจ้าสามารถรับรู้ได้เมื่อผู้อื่นไม่เห็นด้วยกับความคิดของข้าพเจ้า	//	/		0.67	
9	ในระหว่างการสนทนากับผู้อื่นครับพระเจ้าสามารถรับรู้ว่าคุณสนทนา รู้สึกอย่างไร	//	/		0.67	
10	ข้าพเจ้าระมัดระวังคำพูดที่รุนแรงที่กระทบจิตใจผู้อื่น	//	/		0.67	
11	ข้าพเจ้าโกรธง่ายเมื่อถูกเพื่อนหยอกล้อ	//	/		0.67	
12	เวลาที่ข้าพเจ้าโปรดข้าพเจ้าจะไม่แสดงกิริยาที่ไม่เหมาะสม	//	/		0.67	
13	เวลาข้าพเจ้าโกรธข้าพเจ้าจะระงับความโกรธและแสดงออกได้อย่างเหมาะสม	//	/		0.67	

ข้อ	ข้อความ	ความสอดคล้อง			ค่าดัชนี ความ สอดคล้อง IOC= ($\Sigma R / N$)	ข้อเสนอแนะของ ผู้ทรงคุณวุฒิ
		+1	0	-1		
	ด้านการสร้างสัมพันธภาพผู้อื่นหมายถึงความพยายามของนักเรียนในการสร้างความประทับใจต่อผู้อื่นเพื่อให้เกิดการยอมรับและมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้แก่การกล่าวทักทายอย่างสุภาพการแสดงความทักทายที่ยิ้มแย้มแจ่มใสการให้กำลังใจเพื่อนการยกย่องชมเชย					
1	เวลาเจอเพื่อนเก่าพระเจ้าทักทายเพื่อนด้วยถ้อยคำสุภาพ	///			1	
2	เมื่อเจอเพื่อนข้าพเจ้ามักจะยินดีกล่าวคำทักทายเสมอ	///			1	
3	ข้าพเจ้ารู้สึกอึดอัดเวลาพูดคุยกับคนไม่ค่อยสนิท	//	/		0.67	
4	ข้าพเจ้าสามารถเข้ากับเพื่อนง่ายๆ	//	/		0.67	
5	เมื่อพบกันครั้งแรกข้าพเจ้าสามารถทำให้ผู้อื่นประทับใจในตัวข้าพเจ้าได้	///			1	
6	ข้าพเจ้าสามารถพูดคุยกับเพื่อนใหม่ที่โรงเรียนได้	///			1	
7	ข้าพเจ้าสนิทกับเพื่อนๆ ได้อย่างรวดเร็ว	///			1	
8	เวลาที่เพื่อนพูดเข้าพระเจ้าจะตั้งใจฟัง	//	/		0.67	
9	เพื่อนๆชมว่าข้าพเจ้าคุยสนุก	//	/		0.67	
10	ข้าพเจ้าพูดคุยกับเพื่อนต่างเพศเท่าที่จำเป็น	//	/		0.67	
11	ข้าพเจ้าจะไม่พูดอะไรที่จะกระทบความรู้สึกเพื่อน	//	/		0.67	
12	เมื่อเพื่อนรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจข้าพเจ้าจะให้กำลังใจเสมอ	//	/		0.67	
13	ในขณะที่เพื่อนพูดคุยถึงความทุกข์ข้าพเจ้าสามารถแสดงความเห็นอกเห็นใจได้	//	/		0.67	
14	เมื่อสอบได้คะแนนดีข้าพเจ้าจะพูดแสดงความยินดีกับเพื่อน	///			1	

ข้อ	ข้อความ	ความสอดคล้อง			ค่าดัชนี ความ สอดคล้อง IOC= ($\Sigma R / N$)	ข้อเสนอแนะของ ผู้ทรงคุณวุฒิ
		+1	0	-1		
	ด้านการจัดการความขัดแย้งระหว่างบุคคลหมายถึงความพยายามของนักเรียนในการแก้ไขจัดการความขัดแย้งที่เกิดขึ้นด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสมในการเผชิญความขัดแย้งด้วยการไม่หลีกเลี่ยงไม่ใช้อำนาจแต่ใช้ในลักษณะหันหน้าเข้าหากันแสดงความคิดเห็นความรู้สึกพูดปรับความเข้าใจร่วมกันหาสาเหตุและแนวทางที่จะยุติ					
1	เมื่อเพื่อนทำอะไรให้ข้าพเจ้าไม่พอใจข้าพเจ้าจะตะคอกเพื่อนทันที	//	/		0.67	
2	เมื่อเพื่อนทำให้ข้าพเจ้าโกรธ ข้าพเจ้าจะต่อว่าทันที	///			1	
3	เวลาเถียงกับเพื่อนแล้วสู้เพื่อนไม่ได้ข้าพเจ้าจะเดินหนี	//	/		0.67	
4	เมื่อเพื่อนแสดงความไม่พอใจข้าพเจ้าข้าพเจ้าก็จะทำเป็นไม่สนใจ	//	/		0.67	
5	เมื่อมีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนข้าพเจ้าจักแยกตัวออกจากกลุ่ม	///			1	
6	เมื่อเพื่อนวิจารณ์นิสัยที่ไม่ค่อยดีของข้าพเจ้าข้าพเจ้าจะสามารถรับฟังได้	///			1	
7	เวลาถูกเพื่อนว่าข้าพเจ้าจะพยายามควบคุมอารมณ์	///			1	
8	เวลาข้าพเจ้ากับเพื่อนไม่เข้าใจกันข้าพเจ้ามักพูดเพื่อปรับความเข้าใจกัน	//	/		0.67	
9	เมื่อเพื่อนของข้าพเจ้ามีเรื่องกลุ้มใจแล้วมาแสดงอารมณ์กับข้าพเจ้าข้าพเจ้าจะรับฟังแล้วหาทางช่วยให้เพื่อนสบายใจขึ้น	//	/		0.67	
10	ในกรณีที่เพื่อนในกลุ่มมีความขัดแย้งกันข้าพเจ้าสามารถเข้าไปไกล่เกลี่ยความขัดแย้งในกลุ่มได้	//	/		0.67	
11	เมื่อเพื่อนในกลุ่มมีความขัดแย้งกันข้าพเจ้าสามารถทำให้ความขัดแย้งนั้นยุติลงได้	//	/		0.67	
12	เมื่อเพื่อนในกลุ่มสามารถยุติความขัดแย้งลงได้ข้าพเจ้าจะเป็นผู้ช่วยเหลือแต่ละบุคคลมีความรู้สึกที่ดีต่อกัน	//	/		0.67	

ข้อ	ข้อความ	ความสอดคล้อง			ค่าดัชนีความ สอดคล้อง IOC= ($\Sigma R / N$)	ข้อเสนอแนะ ของ ผู้ทรงคุณวุฒิ
		1	0	-1		
	ด้านการทำงานร่วมกันหมายถึงความพยายามของนักเรียนในการแสดงปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสถานการณ์หรือกิจกรรมต่างๆได้แก่การเล่นกีฬากิจกรรมของชุมนุมทำงานกลุ่มในห้องร่วมกับเพื่อนด้วยความสบายใจและประสบความสำเร็จด้วยดีรวมทั้งเห็นประโยชน์ของบทบาทสมาชิกในการเข้ากลุ่ม	///			1	
1	ข้าพเจ้าชอบทำงานร่วมกับเพื่อนทุกคน	///			1	
2	ข้าพเจ้าเต็มใจที่ทำกิจกรรมต่างๆของโรงเรียนร่วมกับเพื่อนๆ	//	/		0.67	
3	ข้าพเจ้ารู้สึกสนุกสนานที่เวลาทำงานกับเพื่อน	//	/		0.67	
4	ข้าพเจ้ายินดีที่จะเป็นหัวหน้ากลุ่มหากเพื่อนในกลุ่มเห็นชอบ	///			1	
5	ข้าพเจ้าเห็นเพื่อนในกลุ่มทำงานหนักข้าพเจ้าจะรีบไปช่วย	///			1	
6	ข้าพเจ้าชอบเข้าร่วมกิจกรรมชุมนุมกับเพื่อนเสมอ	///			1	
7	เมื่อมีการประชุมและอภิปรายในกลุ่มข้าพเจ้าสามารถแสดงความคิดเห็นด้วยความสบายใจ	//	/		0.67	
8	เมื่อมีเพื่อนสมาชิกในกลุ่มไม่เข้าใจเรื่องงานข้าพเจ้าจะอธิบายให้ฟังอย่างเต็มที่	//	/		0.67	
9	เวลาทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนข้าพเจ้าพร้อมที่ปฏิบัติตามมติของกลุ่ม	//	/		0.67	
10	ถ้าเพื่อนในกลุ่มทำงานที่ได้รับมอบหมายยังไม่เสร็จข้าพเจ้าจะทำเหตุผลมากกว่าแสดงความไม่พอใจ	//	/		0.67	
11	ข้าพเจ้าช่วยเหลืองานของเพื่อนเสมอเมื่อเพื่อนขอร้องหรือต้องการความช่วยเหลือ	///			1	
12	ข้าพเจ้ายินดีทำตามข้อตกลงของกลุ่ม	//	/		0.67	

ข้อ	ข้อความ	ความสอดคล้อง			ค่าดัชนี ความ สอดคล้อง IOC= ($\Sigma R / N$)	ข้อเสนอแนะ ของ ผู้ทรงคุณวุฒิ
		1	0	-1		
	ด้านการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขหมายถึงความพยายาม ของนักเรียนในการแสดงความรู้สึกรักเข้าใจในการอยู่ ร่วมกับผู้อื่นได้แก่ความพึงพอใจการแบ่งปันเห็นใจใน ความเดือดร้อนของผู้อื่นการรับฟังความคิดเห็นของกัน และกันและการยกโทษให้กับผู้ที่ทำความผิด					
1	ข้าพเจ้ารู้สึกสบายใจในการอยู่ร่วมกับเพื่อน	//	/		0.67	
2	ข้าพเจ้ามีความสุขทุกครั้งเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน	//	/		0.67	
3	ข้าพเจ้ารู้สึกอบอุ่นเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน	//	/		0.67	
4	ข้าพเจ้ารู้สึกมีความสุขเมื่อได้ช่วยเหลือเพื่อน	///			1	
5	ข้าพเจ้ายินดีรับฟังปัญหาของเพื่อน	///			1	
6	เมื่อเพื่อนประสบความสำเร็จข้าพเจ้าจะกล่าวยกย่อง เพื่อนชื่นชมเสมอ	//	/		0.67	
7	เวลาเพื่อนไม่สบายใจข้าพเจ้าจะพูดคุยเพื่อให้เพื่อนสบาย ใจขึ้น	//	/		0.67	
8	แม้ว่าข้าพเจ้าจะรู้ว่าเพื่อนพูดไม่จริงข้าพเจ้า ก็รับฟังได้	//	/		0.67	
9	เมื่อเพื่อนมีเรื่องเดือดร้อนและต้องการความช่วยเหลือ ข้าพเจ้ายินดีที่จะให้ความช่วยเหลือ	//	/		0.67	
10	วันนี้ที่ข้าพเจ้าไม่ได้เจอเพื่อนในกลุ่มข้าพเจ้ามักคิดถึง เพื่อน	//	/		0.67	
11	หากเพื่อนทำให้ข้าพเจ้าไม่สบายใจข้าพเจ้าพร้อมที่จะให้ อภัยเพื่อนจะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข	//	/		0.67	
12	ข้าพเจ้ารู้สึกสุขใจที่ทุกคนในกลุ่มต่างมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อ กัน	///			1	
13	ข้าพเจ้าสามารถให้อภัยในสิ่งที่ผิดพลาดเล็กน้อยๆของ เพื่อนได้	///			1	

ทดลองใช้เครื่องมือทางการแนะแนวที่สร้างขึ้นให้มีคุณภาพโดยการหาค่าความตรง ความเที่ยง และค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ด้วยวิธีการหรือสถิติที่ถูกต้อง

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	29	96.7
	Excluded ^a	1	3.3
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.



ตาราง แสดงผลการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่เข้าเกณฑ์และความเชื่อมั่นของแบบวัดการปรับตัวทางสังคม

ข้อ	อำนาจจำแนกรายข้อ	ข้อ	อำนาจจำแนกรายข้อ	ข้อ	อำนาจจำแนกรายข้อ
1	.59	23	.37	45	.88
2	.34	24	.40	46	.75
3	.58	25	.43	47	.38
4	.60	26	.53	48	.56
5	.79	27	.24	49	.69
6	.27	28	.43	50	.44
7	.25	29	.32	51	.63
8	.56	30	.34	52	.56
9	.54	31	.55	53	.69
10	.26	32	.31	54	.44
11	.41	33	.44	55	.56
12	.52	34	.56	56	.63
13	.54	35	.77	57	.56
14	.39	36	.65	58	.56
15	.43	37	.59	59	.50
16	.40	38	.68	60	.69
17	.21	39	.62	61	.44
18	.55	40	.81	62	.44

ตาราง แสดงผลการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อที่เข้าเกณฑ์และความเชื่อมั่นของแบบวัดการ
ปรับตัวทางสังคม (ต่อ)

ข้อ	อำนาจจำแนกรายข้อ	ข้อ	อำนาจจำแนกรายข้อ	ข้อ	อำนาจจำแนกรายข้อ
19	.33	41	.71	63	.38
20	.34	42	.75	64	.51
21	.36	43	.68		
22	.40	44	.62		
ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ=.74					

Reliability Statistics

ค่าความเชื่อมั่น

Cronbach's Alpha	N of Items
.735	64

ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1

ครั้งที่ 1

เรื่องที่จะพัฒนา ปฐมนิเทศและการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างนักเรียนกับครูและระหว่างเพื่อนที่เข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนทราบความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของการปรับตัวทางสังคม
3. เพื่อให้นักเรียนทราบวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของครูและนักเรียนในการเข้าร่วมกิจกรรม

เทคนิคที่ใช้

1. กลุ่มสัมพันธ์
2. เกม
3. บรรยาย
4. อภิปรายกลุ่ม

ชื่อกิจกรรม หัวใจสัมพันธ์

สื่อที่ใช้ กระดาษแข็งตัดเป็นรูปหัวใจ (แบ่งเป็น 2 ชั้น ต่อ 1 รูป)

วิธีดำเนินการ

ขั้นนำ

ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับ ความสำคัญของการทำความรู้จักซึ่งกันและกันระหว่างครูกับนักเรียน

1. ครูให้นักเรียนเล่นเกมโดยการ ครูและนักเรียนยืนหันหน้าเข้าหากันเป็นวงกลม
2. ครูอธิบายเกม มีลูกบอล 1 ลูก เรียกว่า “สื่อแทนใจ” เมื่อครูโยนลูกบอลให้กับนักเรียนคนใด ให้นักเรียนคนนั้นรับลูกบอลและแนะนำตนเอง โดยการบอกชื่อนามสกุล ชื่อเล่น เรียนอยู่ชั้น ไหน
3. เมื่อนักเรียนที่ได้รับลูกบอล แนะนำตนเองเรียบร้อยแล้ว ใ้โยนลูกบอลต่อให้กับนักเรียนคนไหนก็ได้ในกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรม
4. นักเรียนที่ได้รับลูกบอลก็แนะนำตนเองและโยนต่อให้เพื่อนจนครบทุกคน

ขั้น กิจกรรม

ครูให้นักเรียนทำกิจกรรม “หัวใจสัมพันธ์” โดยมีวิธีการ ดังนี้

1. ครูแจกชิ้นส่วนของหัวใจให้นักเรียนคนละ 1 ชิ้น
2. ครูอธิบายวิธีการว่าภายใน 10 นาที ให้นักเรียนค้นหาหัวใจของตนเองมาประกอบเข้าเป็นรูปหัวใจที่สมบูรณ์ เมื่อหาเจอแล้วให้นั่ง เป็นคู่ ๆ จากนั้นให้ผลัดกันถามข้อมูลส่วนตัวของกันและกัน เช่น ชื่อ ชื่อเล่น อายุ งานอดิเรก กีฬาที่ชอบ สิ่งประทับใจมากที่สุด เป็นต้น จากนั้นออกมารายงานให้เพื่อนฟัง ทีละคู่ ผลัดกันแนะนำจนครบทุกคู่

ขั้น วิเคราะห์และอภิปราย

ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากกิจกรรม ดังนี้

1. ความรู้สึกที่มีต่อกิจกรรม “หัวใจสัมพันธ์”
2. ข้อคิดและประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรม “หัวใจสัมพันธ์”

ขั้น สรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ครูสรุปข้อคิดเห็นของนักเรียนและชี้แจงเกี่ยวกับชุดกิจกรรมแนะแนวที่เน้นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ดังนี้

1.1 ครูอธิบายความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของการปรับตัวทางสังคม

1.2 ครูชี้แจงวัตถุประสงค์ บทบาทหน้าที่ของครูและบทบาทหน้าที่

ของนักเรียนที่ต้องปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรม

2. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปการเข้าร่วมกิจกรรม ประโยชน์และสิ่งที่นักเรียนจะได้รับ

3. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับรายละเอียดต่างๆ ที่ครูได้ชี้แจงไปแล้ว และนัดหมายวัน เวลา สถานที่ในการทำกิจกรรมในครั้งต่อไป

ขั้น ประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมหัวใจสัมพันธ์
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมหัวใจสัมพันธ์และการสรุปของนักเรียน

ครั้งที่ 2

เรื่องที่จะพัฒนา พัฒนาการปรับตัวทางสังคม

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงความต้องการในการปรับตัวทางสังคมว่าสิ่งใดที่ทำให้ตนมีความสุข
เมื่อร่วมกิจกรรม

2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงการปรับตัวทางสังคมต่อผู้อื่น

3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงความรู้สึกต่อสิ่งที่ได้รับการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

เทคนิคที่ใช้ กลุ่มสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม ฉันทเป็นเช่นไร

สื่อที่ใช้ ใบงานเรื่อง นี้หรือตัวฉัน

วิธีดำเนินการ

ขั้นนำ

1. นักเรียนหลับตาทำสมาธิหายใจเข้าท้องพอง หายใจออกท้องยุบ ให้กำหนด
รู้อยู่ตลอดเวลาถึงลมหายใจเข้า และออก พิจารณาตนเอง 1 – 2 นาที ว่าที่ผ่านมาสิ่งใดบ้างที่ทำให้
ตนมีความสุข และนักเรียนมีความรู้สึกต่อตนเองอย่างไร

2. ครูให้นักเรียนแต่ละคนบอกว่ามีสิ่งใดบ้างที่ทำให้ตนมีความสุข และบอก
ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเอง และความรู้สึกที่นักเรียนมีต่อตนเอง

ขั้น กิจกรรม

1. ครูให้นักเรียนปฏิบัติใบงาน “นี้หรือตัวฉัน”

2. เมื่อทำใบงานเสร็จครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 – 6 คน

อภิปรายแลกเปลี่ยนคำตอบของตนกับเพื่อนว่าเหมือนกัน หรือแตกต่างกันเพราะเหตุใด และตอบ
คำถามได้มากหรือน้อยแค่ไหน เพราะเหตุใด

ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ครูให้นักเรียนในกลุ่มช่วยกันอภิปรายให้ได้เป็นข้อสรุปของกลุ่ม ว่าจาก
กิจกรรมนี้นักเรียนได้ข้อคิดและมีความรู้สึกอย่างไร แล้วส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอหน้าชั้นเรียน

ขั้น สรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม โดยใช้คำถาม ดังนี้

1.1 นักเรียนได้ข้อคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้

1.2 การที่นักเรียนได้รู้ว่าสิ่งใดที่ทำให้ตนมีความสุข และรับรู้ความรู้สึกที่เกิด

ขึ้นกับตนเอง มีประโยชน์ต่อนักเรียนอย่างไรบ้าง

1.3 นักเรียนจะนำความรู้สึกและประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมไปประยุกต์ใช้
ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมฉันเป็นเช่น
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการและความรู้สึกของตนเอง
และการสรุปของนักเรียน

ใบงานเรื่อง “นี่หรือตัวฉัน”

คำชี้แจง นักเรียนเติมข้อความให้สมบูรณ์จนได้ภาพความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง

1. ฉันเพิ่งเรียนรู้ว่าฉัน
2. ฉันยอมรับว่าฉัน
3. ฉันรู้สึกมีความสุขที่ฉัน
4. ฉันรู้สึกมีความสุขเมื่อฉันรู้ว่า.....
5. ฉันรู้สึกแปลกใจที่พบว่าฉัน
6. ฉันสังเกตพบว่าฉัน
7. ฉันจะต้องทำอะไรบางอย่างเกี่ยวกับตัวฉันในด้านที่ฉัน
8. ฉันจำได้ว่าฉัน
9. ฉันเรียนรู้ใหม่ว่าฉัน
10. ฉันไม่เคยรู้สึกมาก่อนเลยว่าฉัน
11. ฉันรู้สึกลำบากใจที่เชื่อว่าฉัน
12. ฉันรู้สึกสบายใจที่ฉัน
13. ฉันเชื่อมั่นว่าฉัน
14. ฉันค้นพบตัวเองว่าฉัน
15. ฉันจะดีใจมากถ้าฉัน

ครั้งที่ 3

เรื่องที่จะพัฒนา ความเข้าใจที่ดีต่อตนเอง

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงความต้องการของตนเองว่าสิ่งใดที่ทำให้ตนมีความสุข
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงความรู้สึกต่อตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกถึงความรู้สึกต่อสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง

เทคนิคที่ใช้

1. เกม
2. กิจกรรมกลุ่ม

ชื่อกิจกรรม แสตมป์ชีวิต

สื่อที่ใช้ ใบงาน เรื่องแสตมป์ชีวิต, แสตมป์สีแดง, แสตมป์สีเทา, แสตมป์สีขาวย,
แสตมป์สีทอง

วิธีดำเนินการ

ขั้นนำ

1. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม เพื่อเล่นเกมทายความรู้สึก
2. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คนแสดงความรู้สึกต่าง ๆ หน้าชั้นเรียน โดยให้นักเรียนต่างกลุ่มกันเป็นผู้ทายลักษณะความรู้สึก เมื่อเพื่อนแสดงจนครบทุกกลุ่มให้ร่วมกันสรุปลักษณะความรู้สึกที่ได้แสดงนั้นว่ามีความรู้สึกใดบ้าง

ขั้นกิจกรรม

1. ครูนำแสตมป์สีต่าง ๆ ให้นักเรียนศึกษาความหมาย ดังนี้
 - แสตมป์สีแดง หมายถึง ความรู้สึกโกรธ รู้สึกผิด ไม่พอใจ เคียดแค้นชิงชัง
 - แสตมป์สีเทา หมายถึง ความรู้สึกเศร้าสร้อย อ้างว้าง โดดเดี่ยวเดียวดาย
 - แสตมป์สีขาว หมายถึง ความรู้สึกว่าตนเองดีเด่น ตนเองถูกต้อง
 - แสตมป์สีทอง หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองเป็นคนมีคุณค่า
2. เมื่อนักเรียนศึกษาถึงความหมายของแสตมป์สีต่าง ๆ แล้ว ให้ทบทวนตนเองเกี่ยวกับประสบการณ์ที่พบ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับความหมายของแสตมป์สีต่าง ๆ แล้วบันทึกลงในใบงานเรื่อง “แสตมป์ชีวิต”
3. ครูให้นักเรียนแต่ละคนเล่าถึงประสบการณ์ที่พบซึ่งเกี่ยวข้องกับความหมายของแสตมป์สีต่าง ๆ ให้เพื่อนฟัง

ขั้น วิเคราะห์และอภิปราย

ครูให้นักเรียนแบ่งเป็นกลุ่ม ๆ ละ 5 คน ร่วมกันอภิปรายแสดงความ

คิดเห็นเกี่ยวกับข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ โดยเน้นให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็นถึงการแก้ปัญหาเรื่องความรู้สึก โกรธ ผิดหวัง อ้างว้าง โดดเดี่ยว เดียวดาย และช่วยกันส่งเสริมความรู้สึกที่ดีมีคุณค่า มีความภาคภูมิใจให้เกิดขึ้น โดยส่งตัวแทนกลุ่มนำเสนอ

ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

1. ให้นักเรียนช่วยกันสรุปว่าได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรม และจะนำความรู้ประโยชน์ที่ได้รับจากกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

2. ครูสรุปเพิ่มเติม ความรู้สึกแบบต่าง ๆ นั้นมีอยู่ในตัวคนทุกคน แต่ไม่ว่าจะเป็นความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีก็จำเป็นต้องควบคุมตนเองอยู่เสมอให้สุขแต่พอดี และไม่ควรเป็นทุกข์นานเกินไป จะทำให้มีสุขภาพจิตที่ดี

ขั้นประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมในขณะที่เล่นเกมทายความรู้สึกของนักเรียน
2. ประเมินผลจากการตรวจสอบใบงาน เรื่อง แสตมป์ชีวิต
3. สังเกตความสนใจและการมีส่วนร่วมในการอภิปรายแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการแก้ปัญหาเรื่องความรู้สึก โกรธ ผิดหวัง อ้างว้าง โดดเดี่ยว เดียวดาย และจากการช่วยกันส่งเสริมความรู้สึกที่ดีมีคุณค่า มีความภาคภูมิใจให้เกิดขึ้น

ใบงาน
แสดมภ์ชีวิต

คำชี้แจง

เมื่อนักเรียนศึกษาถึงความหมายของแสดมภ์สีต่าง ๆ แล้วให้นักเรียนทบทวนตนเองถึงประสบการณ์ที่ได้พบมา พิจารณาว่าประสบการณ์ใดมีความหมายจัดอยู่ในหมวดแสดมภ์สีใด แล้วบันทึกลงในกรอบด้านล่างนี้



แสดมภ์สีแดง

.....

.....



แสดมภ์สีเทา

.....

.....



แสดมภ์สีขาว

.....

.....



แสดมภ์สีทอง

.....

.....

ครั้งที่ 4

เรื่องที่จะพัฒนา การจัดการปัญหาและความขัดแย้ง

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อนักเรียนสามารถบอกได้ว่าสิ่งใดคือปัญหา
2. เพื่อนักเรียนสามารถระบุปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้
3. เพื่อนักเรียนสามารถมีแนวทางในการแก้ไขปัญหาและความขัดแย้ง

เทคนิคที่ใช้ กรณีตัวอย่าง, บทบาทสมมติ

ชื่อกิจกรรม เหตุเกิดเพราะใคร

สื่อที่ใช้ ใบงานเรื่อง เหตุเกิดเพราะใคร

วิธีดำเนินการ

ขั้น นำ

ผู้วิจัยซักถามพูดคุยกับนักเรียนในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เพื่อป้องกันการ
แก้ปัญหา ไปด้วยความรุนแรง โดยให้นักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น

ขั้น กิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนรวมกลุ่ม 5 – 6 คน วิเคราะห์กรณีตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำใบงานเรื่อง “เหตุเกิดเพราะใคร”
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านใบความรู้ “หลักการพื้นฐานของการแก้ปัญหาความขัดแย้ง” แล้ว
อภิปรายซักถาม
4. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มฝึกซ้อมการแสดงบทบาทสมมติ เรื่องกรณีตัวอย่าง “
ความขัดแย้ง เรื่องกีฬา” แต่นักเรียนคู่กรณีสามารถจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกได้ แล้ว

ออกมาแสดงจริง

ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ผู้วิจัยอภิปรายซักถามในประเด็นการจัดการปัญหาจัดการ ควบคุมสถานการณ์ ที่จะนำไปสู่ความ
รุนแรง และการหลีกเลี่ยงหรือป้องกันไม่ให้เกิดเหตุทะเลาะวิวาท

ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปข้อคิด หรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมเหตุเกิดเพราะใคร
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น

ใบความรู้

หลักการพื้นฐานของการแก้ปัญหาความขัดแย้ง

1. ปัจจัยที่นำไปสู่การทะเลาะวิวาทส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมต่อไปนี้

- การถูกล้อเลียน
- อารมณ์มุทะลุของเพศชาย ที่มีกยอมไม่ได้เมื่อถูกล้อเลียน
- การแข่งขันที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าเป็นคนละพวก
- การไม่ยอมรับความพ่ายแพ้ รู้สึกว่าเกมแพ้ คนไม่แพ้
- การดื่มสุรา ที่ทำให้ประสิทธิภาพการควบคุมตนเองลดลง
- การยุยงของกองเชียร์
- การมีอาวุธไว้ในครอบครอง

2. หลักการปฏิบัติสำคัญในขณะเกิดปัญหาความขัดแย้ง

- พยายามควบคุมอารมณ์โกรธของตนเอง
- ทำใจให้สงบ รักษาระดับอารมณ์ ระดับเสียงให้ราบเรียบ ไม่พูดทำทนาย
- ให้พยายามเข้าใจและเห็นใจฝ่ายคู่กรณี และช่วยหาทางออกให้คู่กรณี
- รู้จักกล่าวคำขอโทษและให้อภัย

ใบงานเรื่อง “เหตุเกิดเพราะใคร”

คำชี้แจง นักเรียนอ่านสถานการณ์กรณีตัวอย่าง แล้วร่วมกันอภิปรายตามประเด็นที่กำหนดให้

กรณีตัวอย่าง

เย็นวันศุกร์หลังงานกีฬาของโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่ง นักเรียนชาย 2 คน มีเรื่องทะเลาะวิวาทชกต่อยกันขึ้น ระหว่างที่ต่อสู้กันนั้น คนหนึ่งถูกยิงและเสียชีวิตระหว่างนำส่งโรงพยาบาลตำรวจ ได้จับกุมนักเรียนคู่กรณี และตั้งข้อหากระทำการฆาตกรรมผู้อื่น จากการสอบปากคำผู้เห็นเหตุการณ์ การชกต่อยเกิดขึ้น เนื่องจากผู้ตายได้กล่าวล้อเลียนถึงความพ่ายแพ้ของคู่กรณีในการแข่งขันฟุตบอลที่ผ่านมา และพยานยังกล่าวอีกว่า นักเรียนทั้งคู่ต่างดื่มสุรามาก่อนก่อเหตุทะเลาะวิวาท

ประเด็นที่ 1 อะไรคือปัจจัยที่นำไปสู่การทะเลาะวิวาทจนเกิดเหตุฆ่ากันตาย

ประเด็นที่ 2 จะเกิดอะไรขึ้นต่อไปกับนักเรียนที่ต้องโทษคุมขัง

ประเด็นที่ 3 นักเรียนมีวิธีป้องกันไม่ให้เกิดสถานการณ์ดังกรณีตัวอย่างที่กล่าวมาได้อย่างไร

ครั้งที่ 5

เรื่องที่จะพัฒนา การเข้าใจผู้อื่นและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข
เวลา 60 นาที

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถระบุแบบอย่างที่ดีที่ตนเองชื่นชมและยึดถือ
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถเปรียบเทียบได้ว่าสิ่งใดเป็นแบบอย่างที่ดี และไม่ดี
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์และเลือกแบบอย่างที่ดีที่เหมาะสมกับตนเอง

เทคนิคที่ใช้ เสริมสร้างความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม ใจเขาใจเรา (Cyber doll)

สื่อที่ใช้

1. เอกสารประกอบกรณีตัวอย่างเรื่อง “เด็กงมลูกกอล์ฟ”
2. ใบงาน เรื่อง ใจเขาใจเรา

วิธีดำเนินการ

ขั้นนำ

1. ครูกล่าวทักทาย และให้ผู้ปกครองและเยาวชนรายงานชื่อกลุ่มพร้อมแสดงสัญลักษณ์ (ท่าทางและเพลง)
2. ครูแนะนำตัวเอง ผู้ช่วยครู และถามถึงข้อสรุปที่ได้เรียนรู้จากการเข้าฐาน

ที่ผ่านมา

ขั้น กิจกรรม

1. ครูนำเข้าสู่กิจกรรมฐาน โดยขออาสาสมัคร 1 คน สมมติตนเองเป็น “ตุ๊กตา” พร้อมแขวนป้ายที่คอว่า “พูดไม่ได้ เดินไม่ได้ นั่งได้เท่านั้น” และให้นั่งในจุดที่กำหนด
2. ครูให้ผู้ปกครองและเยาวชนท่านอื่นหยิบบัตรคำคนละ 1 ใบ หลังจากนั้นให้เดินไปอยู่ในเชือก โดยครูย้ำกติกา “ห้ามออกจากเชือก และห้ามคุยกัน”
3. ครูซักถามกับนักเรียนถึงบุคคลที่นักเรียนยึดถือเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต ว่านักเรียนมีบุคคลเหล่านั้นหรือไม่ ถ้ามีคือใคร และนำสิ่งใดมายึดถือเป็นแบบอย่างในการ

ดำเนินชีวิต

ขั้นวิเคราะห์และอภิปราย

ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ว่าเมื่อนักเรียนได้ศึกษาชีวิตของ ธงชัยใจดี นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร และสิ่งใดที่นักเรียนจะนำไปเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต

ขั้นสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้

ให้นักเรียนช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรม และการนำไปประยุกต์ใช้ ได้แก่

นักเรียนได้ข้อคิดอะไรจากกิจกรรม นักเรียนจะนำความรู้และแบบอย่างที่ได้จากกิจกรรมนี้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างไร

ขั้นประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมแสวงหาแบบอย่าง
2. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น
3. การทำใบงานเรื่อง เด็กงมลูกกอล์ฟ

เอกสารประกอบกรณีตัวอย่างเรื่อง “เด็กงมลูกกอล์ฟ”

ผมวิ่งเล่นอยู่ในสนามกอล์ฟตั้งแต่เด็ก เพราะบ้านอยู่ติดกับสนามกอล์ฟในจังหวัดลพบุรี พอเห็นนักกอล์ฟตีลูกตกน้ำผมก็รู้สึกเสียดายและคิดว่าน่าจะลงไปเก็บขึ้นมาขาย ผมจึงเริ่มงมลูกกอล์ฟ ขายมาตั้งแต่นั้นเมื่ออายุราวสิบขวบผมไปงมลูกกอล์ฟเฉพาะวันหยุดเสาร์อาทิตย์บางวันงมได้แค่ลูกสองลูก บางวันก็ไม่ได้เลย เพราะมีเด็กอื่นซึ่งอยู่หมู่บ้านใกล้เคียงเข้ามาแย่งงมในบ่อเดียวกัน ถ้าเป็นลูกกอล์ฟสภาพเก่าทางสนามจะรับซื้อในราคาลูกละ 3 บาท ส่วนลูกใหม่ยี่ห้อดีขายได้ลูกละ 5 บาท ครั้งหนึ่งในช่วงการแข่งขัน ผมมมหาลูกกอล์ฟคนเดียวทั้งวันได้มากถึง 20 ลูก ขายได้เงิน 100 บาท ซึ่งผมดีใจมากเพราะถือเป็นเงินจำนวนมากโขสำหรับเด็กอายุขนาดนั้นเงินที่ได้มาผมใช้เป็นค่าขนมไปโรงเรียนโดยไม่ต้องขอพ่อแม่ บ้านผมฐานะยากจน ผมเป็นลูกคนสุดท้องและมีพี่อีก 6 คน พ่อแม่จะสอนเสมอว่าถ้าลูกคนไหนสามารถทำงานสุจริตหาเงินเลี้ยงตัวเองและครอบครัวได้ก็ต้องช่วยกันทำ ต้องอดทนไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก พออายุ 13 ขวบ บางครั้ง ผมก็ทำงานเป็นแคดดี้เสริมในสนามกอล์ฟไปด้วย อย่างช่วงมีการแข่งขัน ผมเคยได้ค่าจ้าง 50 บาท ต่อการออกรอบ 18 หลุม ระหว่างนั้นก็ดูการเล่นในเกมการแข่งขันซึ่งน่าสนใจ ผมจำมาฝึกเล่น โดยใช้มือทำท่าเหมือนตีกอล์ฟ ตอนนั้นยังไม่มีไม้กอล์ฟเป็นของตัวเองจากประสบการณ์ที่คลุกคลีอยู่ในสนามกอล์ฟ ทำให้ผมเริ่มสนใจกีฬาชนิดนี้อย่างจริงจังมากขึ้น โดยเริ่มหัดตีจากไม้กอล์ฟที่ประดิษฐ์เองอันแรก ผมใช้หัวเหล็กเบอร์ 3 ที่คนตีหักทิ้งไว้ข้างสนามมาประกอบกับด้ามไม้ไผ่เหลาผูกติดกัน ซึ่งใช้ได้ตีเหมือนไม้กอล์ฟทั่วไป ทุกวันนี้ ผมก้าวมาเป็นนักกอล์ฟอาชีพ ทุกครั้ง ที่ได้เงินรางวัลจากการแข่งขัน ผมจะดีใจและภูมิใจเหมือนตอนที่ได้เงินจากการขายลูกกอล์ฟที่งมขึ้นมาได้ ผมรู้นั่น คือผลตอบแทนที่เกิดจากความตั้งใจจริง ความอดทน และการต่อสู้กับความยากจน ด้วยการทำงานมาตั้งแต่เด็กจึงทำให้ผมมีวันนี้

ธงชัย ใจดี : เป็นนักกอล์ฟมือหนึ่งของประเทศไทย และโปรกอล์ฟอันดับหนึ่งของเอเชีย

ที่มา : รักชิต รัตนจุมพฏ และจงจิตร บิวแคนแนน. “งานแรกในชีวิต”

ใบงาน
แสวงหาแบบอย่าง

1. เรื่องราวของ ธงชัย ใจดี ให้ข้อคิดในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันได้อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนคิดว่าสิ่งใดบ้างที่ทำให้ชีวิตปัจจุบันของตนเองมีความสุข

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนคิดว่าวิธีการใดที่สามารถทำให้ชีวิตของตนเองและครอบครัวมีความสุขได้ นักเรียนช่วยเล่าวิธีที่จะทำให้สิ่งที่คิดเป็นจริงขึ้นมาให้เพื่อน ๆ ฟัง ด้วย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ	นางวริศรา ตีคำ
วัน เดือน ปีเกิด	8 พฤษภาคม 2514
สถานที่เกิด	อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2527	ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนบ้านปงป้อมประชานุกูล อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
พ.ศ. 2531	มัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนห้วยม้าวิทยาคม ตำบลห้วยม้า อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
พ.ศ. 2535	วิทยาลัยอาชีวศึกษาแพร่ สาขาศิลปยุค อำเภอเมือง จังหวัดแพร่
พ.ศ. 2539	ปริญญาตรี คุรุศาสตรบัณฑิต วิชาเอกการศึกษาปฐมวัย สถาบันราชภัฏอุตรดิตถ์
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนอนุบาลหนองป่าครั่ง สังกัดกองการศึกษา เทศบาลตำบลหนองป่าครั่ง จังหวัดเชียงใหม่
ตำแหน่ง	ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการ

