

ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปรัชญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรม
ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น

นางรัตมณี หมั่นแก้ว



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2556

**The Effects of Guidance Activities Based on Contemplative Education
for Modification of Inappropriate Behaviors in Classroom of
Mathayom Suksa I Students of Nonsila Wittayakom School
in Khon Kaen Province**

Mrs. Ratmanee Muenkaew

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

School of Education Studies

Sukhothai Thammathirat Open University

2013

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรม
ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น

ชื่อและนามสกุล นางรัตมณี หมั่นแก้ว

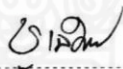
แขนงวิชา การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

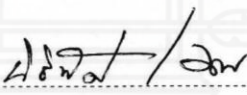
สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช


อาจารย์ที่ปรึกษา 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร
2. อาจารย์ ดร. นรินาท แสนสา


วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 29 กรกฎาคม 2557

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชุตรี เลิศรัตนเดชากุล)


..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร)


..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร. นรินาท แสนสา)


..... ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา
(ศาสตราจารย์ ดร. สิริวรรณ ศรีพหล)

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมใน
ชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น

ผู้วิจัย นางรัตมณี หมั่นแก้ว รหัสนักศึกษา 2552800993

ปริญญา ศีษาสตรมหาบัณฑิต (การแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา)

อาจารย์ที่ปรึกษา (1) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2) อาจารย์ ดร. นิรนาท แสนสา

ปีการศึกษา 2556

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ศึกษากับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง (2) เปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติ และ (3) เปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผล

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 50 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรที่มีคะแนนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนอยู่ในเกณฑ์ระดับสูงแล้วใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน กำหนดให้กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ (1) แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวม (2) แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .71 (3) กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา และ (4) กิจกรรมแนะแนวปกติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัยปรากฏว่า (1) คะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลอง ลดลงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 (2) หลังการทดลอง นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียนลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (3) คะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองและในระยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ กิจกรรมแนะแนว จิตตปัญญาศึกษา พฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน มัธยมศึกษา

Thesis title: The Effects of Guidance Activities Based on Contemplative Education for Modification of Inappropriate Behaviors in Classroom of Mathayom Suksa I Students of Nonsila Wittayakom School in Khon Kaen Province

Researcher: Mrs. Ratmanee Muenkaew; **ID:** 2552800993;

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

Thesis Advisors: (1) Dr. Nitipat Mekkhachorn, Assistant Professor;

(2) Dr. Niranart Sansa; **Academic year:** 2013

Abstract

This research was conducted with Mathayom Suksa I students of Nonsila Wittayakom School in Khon kaen province with the following purposes: (1) to compare the effects of guidance activities based on contemplative education for modification of inappropriate behaviors in classroom of the experimental group students before and after the experiment; (2) to compare the effect of guidance activities based on contemplative education for modification of inappropriate behaviors in classroom of the experimental group students with the effect on counterpart behaviors of the control group students who received normal guidance activities; and (3) to compare the effects of guidance activities based on contemplative education for modification of inappropriate behaviors in classroom of the experimental group students at the end of the experiment and during the follow up period.

The research sample consisted of 50 Mathayom Suksa I students of Nonsila Wittayakom School in Khon Kaen province during the second semester the 2013 academic year. They were randomly selected from those who had high scores on inappropriate behaviors in classroom. Then they were randomly assigned into two groups of 25 students each. After that, one group was randomly assigned as the experimental group to receive guidance activities based on contemplative education; the other group, the control group to receive normal guidance activities. The employed research instruments were (1) a form for observation of classroom behaviors; (2) a scale for self-valuation of classroom behaviors, developed by the researcher, with reliability coefficient of .71; (3) guidance activities based on contemplative education; and (4) normal guidance activities. Statistics employed to analyze data were the mean, standard deviation, and t-test.

The research findings showed that (1) the post-experiment scores on inappropriate behaviors in classroom of the experimental group students significantly decreased from their pre-experiment counterpart scores at the .05 level; (2) the decrease in post-experiment scores on inappropriate behaviors in classroom of the experimental group students was significantly higher than the decrease in the post-experiment counterpart scores of the control group students at the .05 level; and (3) no significant difference was found between the post-experiment scores of the experimental group students and their counterpart scores during the follow up period.

Keywords: Guidance activities, Contemplative education, Inappropriate behavior in classroom, Mathayom Suksa

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นิธิพัฒน์ เมฆขจรและ อาจารย์ ดร. นิรินาถ แสนสา แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราชที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและติดตามการทำวิทยานิพนธ์นี้อย่างใกล้ชิดเสมอมา นับตั้งแต่เริ่มต้นจนสำเร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ และ ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ชุศรี เลิศรัตน์-

เดชากุล มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ ที่ได้สละเวลามาเป็นประธานสอบในครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคุณครูณพัสดุ คำภักดี โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำในด้านภาษาอังกฤษ และดูแล ช่วยเหลือ ให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณ คุณครูวิไลศักดิ์ วรรณศรี ผู้อำนวยการโรงเรียน โศกโพธิ์ชัยศึกษา จังหวัดขอนแก่น คุณครูวิเชียร คำมา ผู้อำนวยการโรงเรียน หัวทุ่งหัวฝาย จังหวัดขอนแก่น คุณครูสุจิตา บุญทัน ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนจตุรมิตรวิทยาคาร จังหวัดขอนแก่น คุณครูทิพวรรณ สุภักดี ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนนาจานศึกษา จังหวัดขอนแก่น และคุณครูสุริยา เขาวมาตย์ ครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนโนนสะอาดวิทยาคาร ที่ได้กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้บริหาร และครู-บุคลากร โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคมที่ได้ให้คำแนะนำ ให้ความช่วยเหลือ และให้กำลังใจเป็นอย่างดี ซึ่งผู้วิจัยถือว่ามีค่าอย่างยิ่ง

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่ ขอบคุณครอบครัว เพื่อนๆ พี่ๆ และน้องๆ ทุกคนที่คอยให้กำลังใจ ดูแล ช่วยเหลือ ตลอดเวลา เป็นอย่างยิ่ง

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัยนี้ ผู้วิจัยมอบให้ผู้สนใจในการศึกษาทั้งหมด

รัตมณี หมิ่นแก้ว

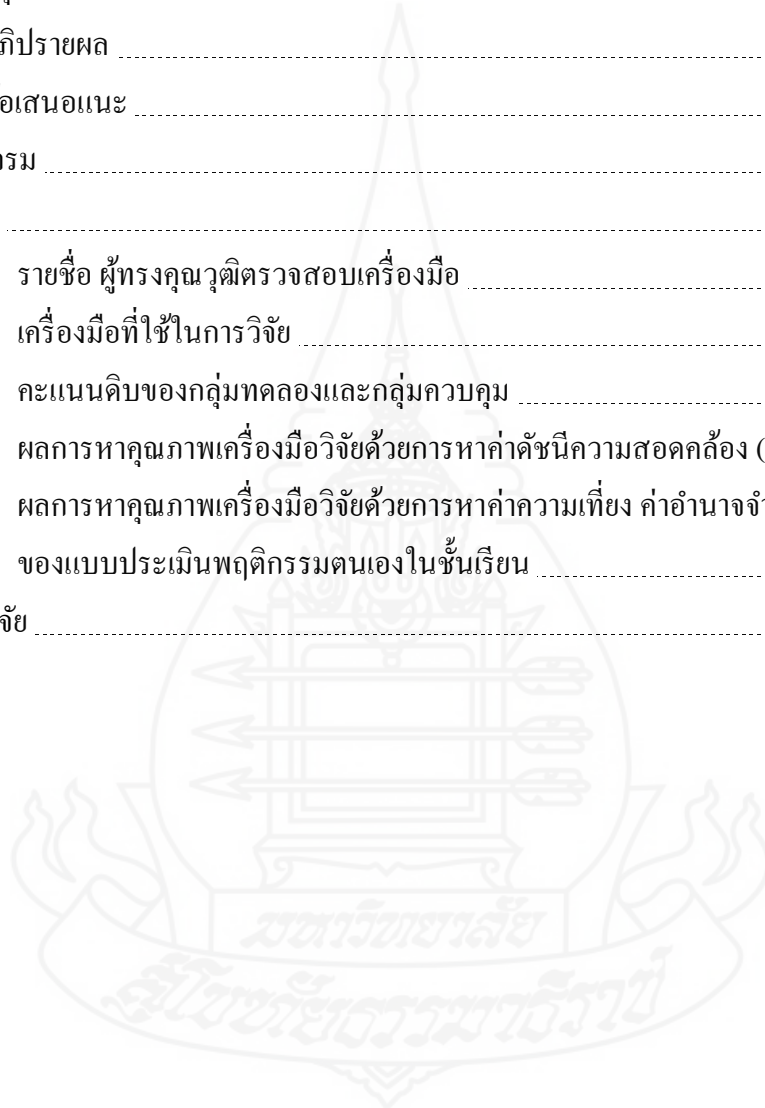
พฤษภาคม 2557

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
สมมติฐานการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	9
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม	10
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับจิตตปัญญาศึกษา	29
วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว	65
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	91
ประเภทและแบบการวิจัย	91
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	92
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	93
การเก็บรวบรวมข้อมูล	105
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	106
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	107
วัตถุประสงค์การวิจัย	107
การเสนอผลการวิจัย	107
สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	108
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	108

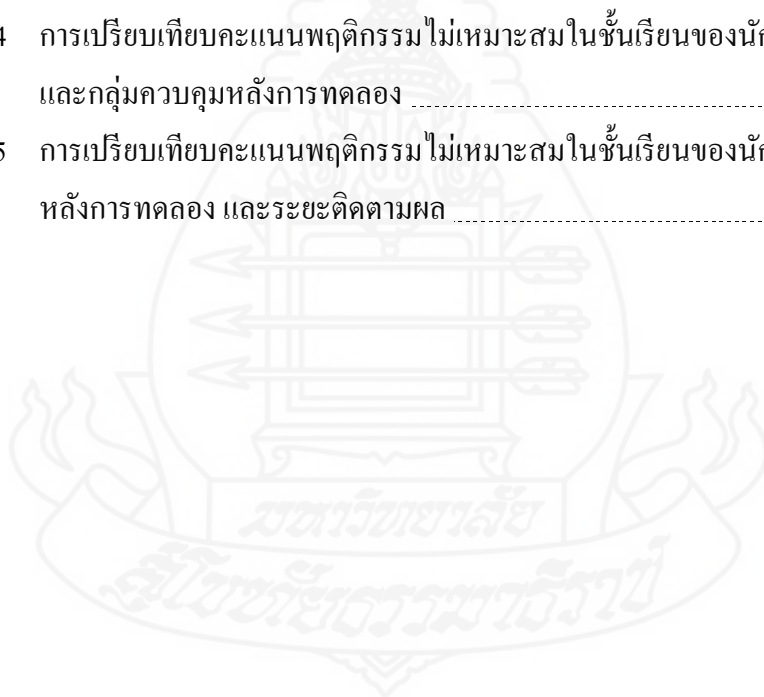
สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	111
สรุปการวิจัย	111
อภิปรายผล	114
ข้อเสนอแนะ	118
บรรณานุกรม	120
ภาคผนวก	130
ก รายชื่อ ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ	131
ข เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	133
ค คะแนนดิบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	218
ง ผลการหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้วยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)	224
จ ผลการหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้วยการหาค่าความเที่ยง ค่าอำนาจจำแนก ของแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน	232
ประวัติผู้วิจัย	235



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 การเปรียบเทียบขั้นตอนการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนและกิจกรรมแนะแนวปกติ	100
ตารางที่ 4.1 ข้อมูลพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	108
ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง	109
ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อน และหลังการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน	109
ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง	110
ตารางที่ 4.5 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลอง และระยะติดตามผล	110



ญ

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของต้นไม้	43
ภาพที่ 2.2 แสดงจิตตปัญญาพฤษาโมเดล	44



บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 กระทรวงศึกษาธิการได้ตระหนักถึงความสำคัญของการแนะแนว ซึ่งเป็นศาสตร์สาขาหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญทั้งทางตรงและทางอ้อม ในด้านการให้ความช่วยเหลือและส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนตลอดจนประชาชนทั่วไปได้รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักคิด และตัดสินใจแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง รู้จักตั้งเป้าหมายของชีวิต สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข เพื่อนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป ครูแนะแนวมีบทบาทหน้าที่สำคัญคือการจัดกิจกรรมแนะแนว โดยเฉพาะจากสภาพสังคมและการศึกษาของไทยในปัจจุบัน โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมคาบแนะแนว ซึ่งครูแนะแนวจะต้องศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับแนวคิด และวิธีการใหม่ๆ ที่จะสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อจัดกิจกรรมคาบแนะแนวให้ประสบความสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากที่สุด

ดังนั้น งานแนะแนวจึงมีบทบาทสำคัญในการสร้างคน คือ สร้างคนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง เข้าใจชีวิต และยอมรับผู้อื่น มีทักษะในการดำเนินชีวิต รักและเห็นคุณค่าในตนเองสร้างงานคือ ให้คนรู้ความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพของตน และรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต การประกอบอาชีพ ตลอดจนสัมพันธภาพตนเองกับเพื่อนร่วมงาน ได้อย่างถูกต้อง มีการฝึกประสบการณ์ในการเรียนการทำงาน กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน สร้างเสริมทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ทางเชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งผู้สอนทุกคน ต้องทำหน้าที่ครูแนะแนว ให้คำปรึกษาด้านชีวิต การศึกษาต่อและการพัฒนาตนเองสู่สังคม และการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กรต่าง ๆ งานแนะแนว จึงเป็นงานที่ต้องให้ความสำคัญ และตระหนักในฐานะเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเอง อย่างมีประสิทธิภาพ และในสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน จะต้องให้ความสำคัญ และจะละเลยการปฏิบัติไม่ได้เลย (กรมวิชาการ 2545: 1)

การส่งเสริมให้นักเรียนเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีคุณธรรม จริยธรรม ควรส่งเสริมให้นักเรียนมีวินัยในตนเอง วัตถุประสงค์ของการพัฒนาคุณภาพคน เพื่อสร้างขีดความสามารถของ

ประชาชนให้เป็นสังคมที่เข้มแข็ง จะต้องพัฒนาคนให้มีคุณภาพ สุขภาพแข็งแรง คิดเป็น ทำเป็น มีวิธีการเรียนรู้ตลอดชีวิต มีวิถีชีวิตอย่างมีเหตุผล มีคุณธรรม จริยธรรม ระเบียบวินัย และได้กำหนดในแนวทางการพัฒนาว่า จะต้องสร้าง ปุถุจริตสำนึกและกระตุ้นให้คนไทยมีระเบียบวินัยรู้จักหน้าที่ (วงศกร ภู่ทอง และอลงกต ศรีเสน 2545: 72) วินัยในตนเองเป็นสิ่งที่ควรสร้างให้เกิดในตัวบุคคล ดังที่ นวลศิริ เปาโรหิตย์ และคณะ (2515: 225) ได้ให้ความเห็นว่า จุดหมายที่แท้จริงกว่าแรงผลักดัน นอก คือ การมีวินัยในตนเอง ซึ่งจำลอง ศรีเมือง (2531: 37) ได้ให้ความเห็นว่าการปลูกฝังระเบียบวินัย คุณธรรมและจิตสำนึกต่อส่วนร่วม จะต้องทำอย่างต่อเนื่องกัน จากระดับประถม ศึกษา ระดับมัธยมศึกษาจนถึงระดับอุดมศึกษา

สภาพทางสังคมจะเป็นแรงเสริมสำคัญให้เด็กมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม เด็กบางคนได้รับความรักความอบอุ่น ความไว้วางใจ เชื่อใจ จึงทำให้เขาเป็นคนดี มีความสุขในการดำเนินชีวิต สำหรับเด็กที่ไม่ได้รับสิ่งเหล่านี้ จะกลายเป็นเด็กที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมได้ สิ่งเหล่านี้สามารถทำนายพฤติกรรมในอนาคตของเด็กได้ การที่เด็กมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม เพราะเขาเรียนรู้ว่า หากเขาปรับตัวได้ในสิ่งแวดล้อมนั้น เช่น การมีพฤติกรรมก้าวร้าว สนคิดปกติ การก่อกวนชั้นเรียน เป็นต้น จะทำให้เขาเป็นที่ยอมรับในหมู่เพื่อนกลุ่มหนึ่ง เขาก็ยิ่งแสดงพฤติกรรมต่างๆ ทุกอย่าง เพื่อเรียกร้องความสนใจ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และอาจไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่นๆ ผลที่ได้รับ คือไม่มีใครสนใจและยอมรับ ซึ่งจะเกิดปัญหาในการปรับตัวเมื่อโตขึ้น สำหรับเด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูจากสภาพครอบครัวแตกต่างกัน ย่อมมีพฤติกรรมทางสังคมแตกต่างกัน โดยทั่วไปเด็กที่ครอบครัวสมบูรณ์และอบอุ่น ย่อมมีพฤติกรรมทางสังคมดีกว่าเด็กที่ครอบครัวแตกแยก ไม่สมบูรณ์ แต่เด็กทุกคนจำเป็นต้องอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งเริ่มจากครอบครัวออกไปสู่โรงเรียน เพื่อนบ้านและชุมชน เด็กจะต้องก้าวเข้าไปสู่สังคมที่กว้างขึ้นเรื่อยๆ เด็กต้องรู้จักการสังคมซึ่งกันและกัน เด็กที่มาจากสภาพ

ครอบครัวต่างกัน ก็จะมีการแสดงออกทางพฤติกรรมต่างกัน ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยกระบวนการขัดเกลาของครูในโรงเรียน ครูในฐานะเป็นผู้พัฒนาการเรียนรู้และปรับพฤติกรรมของเด็กให้เป็นคนเก่ง คนดี สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข และเป็นผู้ที่เด็กในวัยเรียนใช้เวลาคลุกคลีอยู่ด้วยมาก ต้องเป็นผู้เริ่มแก้ปัญหา (สุวัฒน์ รักขันโท 2553) ของวินัย คือ เพื่อให้เด็กเกิดความต้องการที่จะกระทำการสิ่งที่ดีและเป็นประโยชน์แก่สังคมด้วยตนเองมิใช่อยู่ที่สิ่งแวดล้อม หรือการบังคับบัญชา วินัยที่เกิดขึ้นจากแรงผลักดันภายในของตนเองมาก

ในการศึกษาทดลองครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจนำกิจกรรมแนะแนวมาประยุกต์เข้ากับหลักแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อเป็นแนวทางการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน เพราะกิจกรรมแนะแนว เป็นกระบวนการทุกรูปแบบที่จัดขึ้นเพื่อพัฒนา ส่งเสริม ป้อนกัน และแก้ไข

ปัญหา ให้แก่ผู้เรียนตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วมเพื่อให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียน และอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน ส่วนแนวคิด จิตตปัญญา จุมพล พุทธิพรชีวิน (2552) ได้ให้ความเห็นไว้ว่า Contemplative คือการเรียนรู้อันที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตน (Transformation Learning) เป็นวิถีทางที่สามของการ ได้มาซึ่งความรู้ที่นอกเหนือจากสองแนวทางที่รู้จักกันโดยทั่วไปคือการ ได้ความรู้เชิงเหตุผลและทาง ประสาทสัมผัส (Rational and Sensory Knowing) และ วิชาน ฐานะวฑฺฒ์ (2549) ได้กล่าวถึง แนวคิด จิตตปัญญากับการศึกษาไทยในปัจจุบันว่า จิตตปัญญา ต่างจากการศึกษาในปัจจุบันที่มุ่งเน้น การศึกษา “โลกภายนอก” มากกว่า “โลกภายในตน” เพราะเราจะมองเห็น โลกภายนอกเป็นอย่างไรก็ ขึ้นอยู่กับว่าเรามองเห็น โลกภายในตัวเราเป็นอย่างไร จิตตปัญญาจึงทำให้บุคคลเข้าใจด้านในของ ตัวเอง รู้ตัว เข้าถึงความจริง ซึ่งการซึ้งลงด้วยการใคร่ครวญ จะทำให้คลื่นสมองสามารถเชื่อมต่อกับ จิตใต้สำนึก (Subconscious Mind) โดยมีจิตสำนึก (Conscious Mind) กำกับอยู่ก็จะทำให้ “จำได้” โดยข้อมูลที่ได้จากจิตใต้สำนึกนั้นเป็นข้อมูลที่ถูกต้องแม่นยำ จะออกมาในลักษณะการหยั่งรู้ (Intuition) ที่มีความสำคัญต่อกระบวนการเรียนรู้ จิตตปัญญา จึงเป็นกระบวนการเรียนรู้จากภายใน ที่ทำให้ได้มาซึ่งความรู้จากประสบการณ์และกระบวนการ และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายใน ตนเอง ให้ตระหนักเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรียนรู้ที่จะรัก เรียนรู้ที่จะให้ เรียนรู้ในการเข้าถึง ความจริง เรียนรู้ที่จะยอมรับความหลากหลายทางความคิดมากขึ้น นำไปสู่ความตั้งใจที่จะทำ ประโยชน์เพื่อผู้อื่น ซึ่งเป็นการพัฒนาคุณลักษณะภายในที่ถาวรของผู้เรียน (ประเวศ ะสี, 2549: เว็บไซค์)

จิตตปัญญามีกระบวนการได้มาซึ่งความรู้ 3 ลักษณะ คือ การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) และการเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง (Meditation) (วิจักขณ์ พานิช 2549) เป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาภายในบุคคลซึ่งสัมพันธ์กับวิธี ทำให้เกิดปัญญา 3 วิธี คือ วิธีที่ 1 ปัญญาเกิดจากการสดับเล่าเรียนหรือถ่ายทอดต่อกันมา วิธีที่ 2 ปัญญาเกิดจากการคิดการพิจารณาหาเหตุผลด้วยตนเอง วิธีที่ 3 ปัญญาเกิดจากการลงมือปฏิบัติ ฝึกหัดอบรม (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต 2543) โดยการได้ความรู้มาโดยผ่านความเงียบ (Silence) การมองเข้าไปภายใน (Looking inward) การไตร่ตรองอย่างลึกซึ้ง (Pondering deeply) และการเฝ้ามองเนื้อหาภายในจิตสำนึกของเรา (Consciousness) (Meziow, 2000)

จากประสบการณ์ในการจัดกิจกรรมแนะแนวนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 (ม.1-3) ในโรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 ตั้งอยู่หมู่ 3 ถนนมิตรภาพ ตำบล

โนนศิลา อำเภอโนนศิลา จังหวัดขอนแก่น มีข้าราชการครู พนักงานราชการ และครูอัตราจ้าง รวม 50 คน นักเรียน 771 คน นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเด็กในหมู่บ้านในเขตพื้นที่บริการของโรงเรียนที่ไปสอบแข่งขันเข้าเรียนในโรงเรียนบ้านไผ่ไม่ได้ ซึ่งเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่อยู่ในตัวเมืองห่างกันประมาณ 12 กิโลเมตร โรงเรียนโนนศิลา-วิทยาคมจึงเป็นโรงเรียนที่รองรับนักเรียนโดยไม่ต้องมีการสอบคัดเลือก และได้พบปัญหาให้นักเรียนบางกลุ่มมีพฤติกรรมไม่เหมาะสม ซึ่งเป็นอุปสรรคอย่างร้ายแรงจึงมีผลต่อพฤติกรรมในชั้นเรียน โดยเฉพาะนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนพบว่า นักเรียนบางส่วนมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน เช่น ก้าวร้าว ไม่ตั้งใจเรียน หนีเรียน พุดจาหยาบคาย ชวนเพื่อนคุยในห้อง ไม่ทำการบ้าน สมาธิสั้น คิดเกม คิดเพื่อน โกหก แต่งกายผิดระเบียบ เบี่ยงเบนทางเพศลับในห้องเรียน เหม่อลอย ไม่นำอุปกรณ์การเรียนมาโรงเรียน แกล้งเพื่อนในชั้นเรียน นำโทรศัพท์ขึ้นมาเล่น นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน ตะโกนคุยกับเพื่อน ก่อความสงบในชั้นเรียน แอบกินอาหารในชั้นเรียน โห่เพื่อนเมื่อทำผิด จิตเขียนบนโต๊ะเรียน หยิบสิ่งของของเพื่อนโดยไม่ขออนุญาต นำหิวขึ้นมาหิวหม เป็นต้น

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มดังกล่าว และการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนทำได้หลายวิธี เช่น การใช้กิจกรรมแนะแนว การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มและรายบุคคล การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้เทคนิคแม่แบบ เป็นต้น

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียน เพราะกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบ พัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนเชิงพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธภาพที่ดี รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ ความถนัด อันนำไปสู่การพัฒนากระบวนการและการวางแผนการแก้ปัญหาตลอดจนการสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข (ประภัสสรา โลหะนันท์ชัช 2548: 61) การใช้กิจกรรมแนะแนวจึงทำให้เกิดความสนุก เกิดการเรียนรู้ เข้าใจตนเองและผู้อื่น ตลอดจนปลูกฝังนิสัย ทักษะคิด ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และจริยธรรมต่างๆ ไปด้วย (จำเนียร ช่างโชติ 2527: 12) กิจกรรมแนะแนวเป็นสื่อประสมที่มีประสิทธิภาพที่จะใช้เป็นตัวในการชักจูงให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ (ชัยยงค์ พรหมวงศ์ 2521: 121) และสอดคล้องกับเป้าหมายของหลักสูตรและการแนะแนวที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญที่ผู้เรียนเป็นผู้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ รู้จักคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น รู้ลึกเป็น เขียนเป็นและพูดเป็น ซึ่งสอดคล้องกับ สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2545: 48) ที่กล่าวว่า ขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนวที่จัดในชั้นเรียนควรประกอบด้วย ชี้นำเข้าสู่กิจกรรม ชี้นำดำเนิน

กิจกรรม ชั้นสรุปและชั้นประเมินผล กิจกรรมเพื่อมุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการเรียนรู้ไปใช้ประโยชน์ โดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการ การกลุ่ม การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะเสริมสร้างผู้รับบริการทั้งกระบวนการคิดและการปฏิบัติ นำไปสู่การปรับเปลี่ยนและพัฒนาพฤติกรรม ซึ่งผู้ให้ต้องกระตุ้นให้ผู้รับบริการ ได้เป็น “ผู้ร่วมกระทำ” ไม่ใช่ “ผู้สังเกตการณ์” และต้องจัดกิจกรรมให้ผู้รับบริการมีอารมณ์ร่วมสนุกสนานมีชีวิตชีวา โดยอาจใช้ เกม เพลง นิทาน ข่าว กรณีศึกษา ฯลฯ เป็นสื่อแนวทางในการจัดกิจกรรมที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

การจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้จากภายในที่ทำให้ได้มาซึ่งความรู้จากประสบการณ์และกระบวนการ และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง โดยการรับรู้อย่างลึกซึ้ง (Deep sensing) คือการฟังอย่างตั้งใจ ใฝ่ใจ การน้อมดูใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) คือการนำข้อมูลที่ได้รับโดยแยกกาย (โยนิโสมนสิการ) ร่วมกับความคิด มุมมอง ความรู้สึก อารมณ์ ความรู้และประสบการณ์เดิมของผู้เรียน และสามารถตีความได้อย่างมีความหมาย และการเฝ้ามองเห็นตามความเป็นจริง (Meditation) คือ การทำใจให้สงบ มีสติ สมาธิ (วิจักขณ์ พานิช 2549) ผ่านกระบวนการ/วิธีการที่หลากหลาย(การนั่งสงบอยู่กับตนเอง/การเจริญสติ ภาวนา กิจกรรมอาสาสมัคร/บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ศิลปะดนตรี โยคะ นิเวศน์ภาวนา... ไปจนถึงพิธีกรรมทางศาสนา) มีเป้าหมายก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Fundamental) อย่างลึกซึ้ง (Profound) ทางความคิดและจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก ส่งผลต่อการประพฤติปฏิบัติและการดำเนินชีวิตอย่างมีสติและปัญญา มีความรักความเมตตาต่อตนเองและสรรพสิ่งทั้งในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งและเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ (จุมพล พูลภัทรชีวิต, อ้างถึงใน ช่อลัดดา ขวัญเมือง 2556) ผู้วิจัยมีความเห็นว่ากิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาน่าจะเป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่สามารถนำมาปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียน ให้มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่เหมาะสมได้

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

2.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมที่จัดกิจกรรมแบบปกติ

2.3 เพื่อเปรียบเทียบผลการการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล

3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 นักเรียนมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงภายหลังการได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่จัดกิจกรรมแนะแนวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3 ในระยะติดตามผลนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง

4. ขอบเขตของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ดังนี้

4.1 ประชากร

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 ที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนจำนวน 68 คน

4.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 50 คน ที่ได้มาจากการใช้แบบสังเกตพฤติกรรมนักเรียนในชั้นเรียนโดยรวม ได้นักเรียนที่มีคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมอยู่ในเกณฑ์ระดับสูง แล้วใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 25 คน และกลุ่มควบคุม 25 คน

4.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

4.3.1 *ตัวแปรต้น* ได้แก่ กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษา และกิจกรรมแนะแนวปกติ

4.3.2 *ตัวแปรตาม* ได้แก่ พฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

5. นิยามศัพท์เฉพาะ

เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกันในความหมายของคำและข้อความเฉพาะที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยให้คำจำกัดความของคำและข้อความเฉพาะ ดังนี้

5.1 พฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน หมายถึง อาการที่นักเรียนแสดงออกมาแล้วทำให้รบกวนนักเรียนคนอื่นในขณะกำลังเรียน หรือขณะครูกำลังทำการสอน ทำให้เกิดความรำคาญ ความไม่สงบในชั้นเรียนและเป็นอุปสรรคต่อการเรียนการสอน ได้แก่ ชวนเพื่อนคุยขณะครูสอน ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนขณะครูสอน พูดสอดแทรกขณะครูสอน พูดจากร้าวร้าวหยาบคาย แกล้งเพื่อนขณะครูสอน นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน ลุกเดินไปมาในชั้นเรียนโดยไม่ขออนุญาต โห่เมื่อเพื่อนตอบคำถามผิด นั่งเหม่อลอย และไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง

5.2 กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา หมายถึง เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นอย่างเป็นระบบสำหรับนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมจำนวน 9 ครั้ง ในแต่ละครั้งยึดหลักการจิตตปัญญาศึกษาโดยใช้รูปแบบ AMCRA Design ของ ช่อศักดิ์ ขวัญเมือง(เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการโครงการบริการวิชาการแก่สังคม 2556) โดยจัดกระบวนการเรียนรู้เป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การตระหนักรู้ (Awareness=A) เพื่อช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ทั้งกายและใจ โดยผ่านกิจกรรมตามความเหมาะสม

ขั้นที่ 2 การฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M) เพื่อช่วยให้จิตใจสงบ มีสติและสมาธิ พร้อมทั้งจะปฏิบัติกิจกรรมด้วยใจอย่างใคร่ครวญด้วยตัวเอง โดยผ่านกิจกรรมการฝึกสติและสมาธิแบบต่างๆ

ขั้นที่ 3 การคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C) เพื่อฝึกคิดอย่างใคร่ครวญจากประสบการณ์ต่างๆ ที่จัดให้ โดยผ่านการจัดกิจกรรมแบบต่างๆ ซึ่งเป็นกิจกรรมหลักของจิตตปัญญาศึกษาตามหน่วยที่กำหนด เช่น หน่วยรู้จักตน หน่วยพัฒนาตน หน่วยพัฒนางาน

ขั้นที่ 4 การสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R) เพื่อประเมินผลการจัดประสบการณ์เกี่ยวกับแง่คิดที่ได้รับจากประสบการณ์ที่จัดให้ในประเด็นต่างๆ โดยผ่านกิจกรรมหรือคำถามต่างๆ ที่จะสะท้อนให้เห็นถึงการคิด การรู้สึกของผู้เรียนที่มีต่อกิจกรรม

ขั้นที่ 5 การประยุกต์ใช้ (Application=A) เพื่อประเมินผลการนำประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันกับตนเอง ผู้อื่น และสังคม ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน การอยู่ร่วมกัน และอื่นๆ โดยผ่านกิจกรรมการเขียนบันทึกลงในสมุดประสบการณ์ การรายงานด้วยคำพูด การสังเกตพฤติกรรมในสถานการณ์จริงทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว

5.3 กิจกรรมแนะแนวปกติ หมายถึง เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้กับกลุ่มควบคุม โดยในการดำเนินกิจกรรม ผู้วิจัยอธิบายและแจกเอกสารความรู้ หรือเอกสารกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับ พฤติกรรมไม่เหมาะสม เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามข้อสงสัย แล้วให้นักเรียนทำกิจกรรมตาม ใบงานที่กำหนด โดยมีขั้นตอนการจัดกิจกรรมดังนี้

5.3.1 **ขั้นนำ** ผู้วิจัยสนทนาซักถามนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องที่จะทำในกิจกรรมตาม วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

5.3.2 **ขั้นดำเนินการ** ผู้วิจัยอธิบาย แจกเอกสารความรู้ หรือเอกสารกรณีตัวอย่าง พฤติกรรมไม่เหมาะสม และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถามข้อ สงสัย แล้วให้ทำกิจกรรมตามที่กำหนดในใบงาน

5.3.3 **ขั้นสรุป** ผู้เรียนร่วมกันสรุปสาระสำคัญ และผู้วิจัยช่วยเพิ่มเติมในส่วนที่ ผู้เรียนยังสรุปไม่ชัดเจน

6. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

6.1 นักเรียนมีโอกาสได้ปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน โดยใช้กิจกรรมแนะ แนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้อย่างมีความสุข

6.2 ได้รูปแบบการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมที่ เหมาะสมของนักเรียนให้สูงขึ้น

6.3 เป็นแนวทางให้ผู้ที่เกี่ยวข้องนำกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อ ปรับพฤติกรรมที่เหมาะสมของนักเรียนไปปรับใช้ในกลุ่มอื่นๆ ต่อไป

6.4 นำไปเป็นกิจกรรมแนะแนวในคาบกิจกรรมแนะแนว เพื่อปรับพฤติกรรมที่ เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียน

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนว ตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น” ผู้วิจัยได้ศึกษาวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียน และการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสม ดังนี้

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน
 - 1.1 ความหมายของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน
 - 1.2 หลักการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน
 - 1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมไม่เหมาะสม
 - 1.4 ความหมายของการปรับพฤติกรรม
 - 1.5 ลักษณะของการปรับพฤติกรรม
 - 1.6 ขั้นตอนการปรับพฤติกรรม
 - 1.7 วิธีการปรับพฤติกรรม
 - 1.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 1.8.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 1.8.2 งานวิจัยในต่างประเทศ
2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.1 ความหมายของจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.2 ความสำคัญของจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.3 แนวคิดและความเป็นมาของจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.4 หลักการของจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.5 กระบวนการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.6 การจัดการเรียนการสอนแนวจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.7 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง
 - 2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

- 2.8.1 งานวิจัยในประเทศ
- 2.8.2 งานวิจัยในต่างประเทศ
- 3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว
 - 3.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว
 - 3.2 แนวคิดทฤษฎีในการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.3 แนวทางของการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.4 การกำหนดขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.5 เทคนิควิธีการในการจัดกิจกรรมแนะแนว
 - 3.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.6.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 3.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

1. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

1.1 ความหมายของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

ปรีชา วิหคโต (2554: 11-6) กล่าวว่า พฤติกรรม (Behavior) หมายถึง การกระทำต่างๆ ของมนุษย์ ซึ่งการกระทำนั้นจำแนกเป็น 2 ลักษณะ แก่ (1) การกระทำที่ผู้อื่นสังเกตเห็นได้โดยตรง หรือพฤติกรรมภายนอก (Overt Behavior) เช่น พฤติกรรมการอ่าน พฤติกรรมพิมพ์รายงาน และ (2) การกระทำที่ผู้อื่นไม่สามารถสังเกตเห็นได้โดยตรงหรือพฤติกรรมภายใน (Covert Behavior) ได้แก่พฤติกรรมเกี่ยวกับความคิด เช่น การวางแผน การตัดสินใจ และเกี่ยวกับความรู้สึก เช่น ความรู้สึกกลัว ความรู้สึกโกรธ เป็นต้น

พัชรวิทย์ กำเนิดเพชร (2535 อ้างถึงใน ศรีตลา ตูลเตมีย์ 2540: 18) กล่าวว่า พฤติกรรม หมายถึง การกระทำ การแสดงออกของบุคคลที่สามารถสังเกตเห็นได้ การแสดงออกหรือพฤติกรรมต่างๆ นั้น มีทั้งสิ่งที่เราต้องการให้เกิดขึ้น และไม่ต้องต้องการให้เกิดขึ้น พฤติกรรมส่วนใหญ่เกิดจากการเรียนรู้มาตั้งแต่วัยทารก โดยการลองผิดลองถูกจากการเลียนแบบเมื่อเขาประพฤติสิ่งหนึ่งสิ่งใดครั้งแรก ถ้ามีผลตามมาเป็นรางวัล ประสบการณ์นั้นจะทำให้เขาทำสิ่งนั้นอีก แต่ถ้าได้รับประสบการณ์ที่เขาไม่ชอบ หรือทำให้เขาเจ็บป่วย ก็จะไม่ประพฤติซ้ำอีก

สมโภชน์ เอี่ยมสุภานิต (2526: 3 อ้างถึงใน ประภาพรธม นาคำพันธุ์ 2537: 30) กล่าวว่า พฤติกรรม หมายถึง การกระทำของบุคคล ซึ่งเป็นการแสดงออกหรือตอบโต้สิ่งหนึ่ง ในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง การแสดงออกหรือตอบสนองนั้นเกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอก

ร่างกาย เช่น การร้องไห้ การวิ่ง การขว้าง การกิน การอ่านหนังสือ การเต้นของหัวใจ การกระตุกของกล้ามเนื้อ การคิด เป็นต้น

เอนกกุล กริแสง (2520: 210 อ้างถึงใน ประภาพรรณ นาคำพันธ์ 2537: 31) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งในชั้นเรียนไว้ดังนี้

1. การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวต่อเพื่อนร่วมชั้นเรียน เช่น การใช้วาจาข่มขู่เพื่อนหรือผู้อื่น การแกล้งเพื่อน
2. การเรียกร้องความสนใจจากเพื่อน เช่น พุดกันเสียงดัง ทำเสียงประหลาด ขัดคำสั่งครู และกระต๊อบเท้า
3. การรบกวนการสอนของครู เช่น พุดคุยกันเสียงดัง ทำเสียงประหลาด ขัดคำสั่งครู และกระต๊อบเท้า
4. การแสดงความอวดดี เช่น การแกล้งถามปัญหา โต้แย้งเพื่อนหรือครูอย่างไม่มีเหตุผล

ผดุง อารยวิญญู (2528: 14 อ้างถึงใน รุ่งทิพย์ ยอดประคู่ 2537: 56) กล่าวว่า ลักษณะพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา ได้แก่ ก่อความวุ่นวาย ก่อปัญหา ผันกลางวัน เกียจคร้าน ไม่ทำงานที่ได้รับมอบหมาย มีความวิตกกังวลหวาดกลัว โหดร้าย ก้าวร้าว พุดผิดปกติ ขี้บ่น เหลวไหล ไม่เอางาน ไม่อยู่นิ่ง เคลื่อนไหวอยู่เสมอ

รุ่งทิพย์ ยอดประคู่ (2537: 5) กล่าวว่า พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน หมายถึง การที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมขณะเรียนหนังสือในชั้นเรียน โดยเฉพาะวิชากลุ่มการทำงาน พื้นฐานอาชีพ อันทำให้การเรียนการสอนหยุดชะงักไม่ต่อเนื่อง ได้แก่ ตะโกนเสียงดัง ทำเสียงประหลาด เคาะโต๊ะ นำของเล่นขึ้นมาเล่น นำขนมมารับประทาน พุดแทรกครูนอกเรื่องที่สอน ล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน คุยกันไม่ทำงาน ตะโกนเสียงดัง เคาะโต๊ะ ร้องเพลง ทะเลาะกับเพื่อน ดบศิรชะเพื่อน ลุกเดินไปมา

ปาริชาติ หมดมณฑล (2543: 5) กล่าวว่า พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกของนักเรียนที่เกิดขึ้นในห้องเรียนขณะที่ครูสอน ซึ่งเป็นอุปสรรคกับการเรียนการสอน ได้แก่ ชวนเพื่อนคุยขณะที่ครูสอน ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อน พุดแทรกขณะครูสอน ไม่ฟังครูขณะที่ครูสอน เคาะโต๊ะเล่นขณะที่ครูสอน ลุกจากที่นั่งเดินไปมาขณะที่ครูสอน แอบรับประทานลูกอม ขณะขณะที่ครูสอน โยนส่งของให้เพื่อนขณะที่ครูสอน แอบทำกิจกรรมหรืองาน หรือการบ้านที่มีวิชาคณิตศาสตร์ได้โต๊ะขณะที่ครูสอน ดึงผมเพื่อนขณะที่ครูสอน ดบศิรชะเพื่อน ขณะที่ครูสอน ทบหลังเพื่อนขณะที่ครูสอน

กรมสามัญศึกษา (2539: 50) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไว้ว่า หมายถึง การแต่งกายผิดระเบียบวินัย กิริยามารยาทไม่เรียบร้อย การไม่ตรงเวลา ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ความเกียจคร้าน การแตกความสามัคคี การพึ่งยาเสพติด การหนีเรียน ความประพฤติด้านชู้สาว การเที่ยวกลางคืน การเล่นการพนัน การทะเลาะวิวาท การลักขโมย ความหยาบคายและก้าวร้าว การทำลายทรัพย์สิน การมั่วสุมในสถานที่ไม่ควร ความไม่สะอาด การไม่ปฏิบัติตามกฎจราจรและพกอาวุธ

โชษิตา เรื่องสุข (2553: 6) กล่าวว่า พฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียน หมายถึง นักเรียนที่แสดงอาการ หรือพฤติกรรมไม่เหมาะสมขณะเรียนหนังสือภายในชั้นเรียน ทำให้รบกวนการเรียนของนักเรียนคนอื่น และครูที่กำลังสอน เช่น พุดจาก้าวร้าวหยาบคาย ชวนเพื่อนคุยในชั้นเรียน โห่เมื่อเพื่อนทำผิด ลูกเดินไปมาในชั้นเรียน ไม่รวมกิจกรรมในเวลาเรียน แห่เพื่อนในชั้นเรียน เองงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียนพูดสอดแทรกขณะครูสอน เหม่อลอย ไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง

สรุปได้ว่า มีคำใช้กันหลายคำ เช่น พฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา พฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน แต่ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยใช้คำว่า “พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน” หมายถึง การกระทำ หรือการแสดงออกของบุคคลที่เราไม่ต้องการให้เกิดขึ้น เช่น การแต่งกายผิดระเบียบวินัย กิริยามารยาทไม่เรียบร้อย การไม่ตรงเวลา ไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ความเกียจคร้าน การแตกความสามัคคี การพึ่งยาเสพติด การหนีเรียน ความประพฤติด้านชู้สาว การเที่ยวกลางคืน การเล่นการพนัน การทะเลาะวิวาท การลักขโมย ความหยาบคายและก้าวร้าว การทำลายทรัพย์สิน การมั่วสุมในสถานที่ไม่ควร ความไม่สะอาด การไม่ปฏิบัติตามกฎจราจรและพกอาวุธ เป็นต้น ส่วนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน หมายถึง การกระทำ หรือการแสดงออกของนักเรียนที่เราไม่ต้องการให้เกิดขึ้นในห้องเรียนขณะที่ครูสอน ซึ่งเป็นอุปสรรคกับการเรียนการสอนหรือทำให้การเรียนการสอนหยุดชะงัก ส่งผลกระทบต่อทั้งต่อตนเอง ครูและเพื่อนคนอื่นๆ อันได้แก่ ชวนเพื่อนคุยขณะที่ครูสอน ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อน พุดแทรกขณะครูสอน ไม่ฟังครูขณะที่ครูสอน เกาะโต๊ะเล่นขณะที่ครูสอน ลูกจากที่นั่งเดินไปมาขณะที่ครูสอน แอบรับประทานลูกอม ขนมขณะที่ครูสอน โยนส่งของให้เพื่อนขณะที่ครูสอน แอบทำกิจกรรมหรืองานหรือการบ้านที่มีใช้วิชาที่กำลังเรียน ดึงผมเพื่อนขณะที่ครูสอน ตบศีรษะเพื่อนขณะที่ครูสอน ทูบหลังเพื่อนขณะที่ครูสอน เป็นต้น

1.2 หลักการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

รุ่งทิวา จักรกร (2526: 195-196) ได้ให้ข้อคิดเห็นถึงหลักการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไว้ว่า เด็กนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาเป็นเด็กวัยรุ่น ครมมีหน้าที่และความรับผิดชอบอย่างสำคัญที่จะช่วยให้เด็กผ่านหัวเลี้ยวหัวต่อจากวัยเด็ก ไปเป็นวัยรุ่นผู้ใหญ่ที่ดีของสังคม และประเทศชาติ การปกครองเด็กในโรงเรียนมัธยมศึกษาควรดำเนินการดังนี้

1. ให้เหตุผลชี้แจงให้เด็กเข้าใจอย่างถูกต้อง เด็กวัยนี้มีความมุ่งมั่นแรงอันเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ การปกครองเด็กวัยนี้จึงต้องใช้เหตุผลชี้แจงให้เข้าใจอย่างถูกต้อง นอกจากนี้มีผลด้านการปกครองแล้ว ยังช่วยให้เด็กมีนิสัยรักเหตุผล

2. มอบงานให้รับผิดชอบเด็กในวัยนี้ชอบอิสระมีความรับผิดชอบให้โอกาสเด็กแสดงความคิดเห็น และปฏิบัติงาน เกิดความภาคภูมิใจในการได้รับการไว้วางใจขณะเดียวกันครูควรจะอธิบายให้เด็กเห็นคุณค่าของการทำงาน โดยครูให้การแนะแนว และควบคุมดูแลในการทำงานให้ได้ผลดี วิธีการเช่นนี้จะส่งเสริมความคิดความสามารถ และฝึกความรับผิดชอบ การตัดสินใจด้วยตนเอง

3. ปกครองด้วยความละมุนละม่อม เด็กวัยนี้มีความสะเทือนใจง่ายเพราะว่าอารมณ์หุนหัน การปกครองต้องเป็นไปโดยละมุนละม่อม ใช้เหตุผลประกอบ ไม่บังคับเคี่ยวเข็ญต่างๆ อันจะก่อให้เกิดความแค้นเคือง หรืออับอายจนเกินไป

4. ปกครองด้วยตัวอย่างอันดี และด้วยความเสมอภาค เด็กวันนี้อารมณ์หุนหันไม่แน่นอน การปกครองของครูควรเป็นไปในทางส่งเสริมให้เด็กเกิดความไว้วางใจ และนับถือตัวครู ให้เด็กเกิดความรู้สึกปลอดภัย และเข้าใจในความปรารถนาดีของครู อาจารย์ เป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตและได้เห็นตัวอย่างที่ดีของครู เพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติตนของเด็กด้วย

5. ส่งเสริมวินัยของตนเอง เนื่องจากเด็กวัยนี้พอจะรู้จักรับผิดชอบชั่วดีและเข้าใจคำสั่งสอนของครู จึงควรอธิบายให้เด็กเห็นคุณค่าของการประพฤติดี และโทษของการประพฤติชั่ว เด็กจะสำนึกการรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง ให้เด็กมีโอกาสกระทำกิจกรรมที่รับผิดชอบ และฝึกฝนปกครองตนเองอยู่เสมอ

6. ในด้านการเรียน เด็กในวัยนี้ใช้เวลาเล่าเรียนได้ยาวนาน เพราะเด็กมีความอดทน และความสนใจมากขึ้น การสอนโดยฟังเล็งถึงความสนใจและความสามารถของเด็กเป็นสิ่งที่ครูควรยึดปฏิบัติเป็นแนวทางพัฒนาการด้านต่างๆของเด็กให้เป็นไปอย่างสมบูรณ์ ทำให้การเรียนการสอนได้ผลดียิ่งขึ้น

กรมสามัญศึกษา (2539: 1-55) ได้กล่าวถึงหลักการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไว้

1. หลักการควบคุม คือ การที่โรงเรียนใช้กฎ ระเบียบ ข้อบังคับ เป็นเครื่องมือควบคุมพฤติกรรมของบุคคลากรทุกคนในโรงเรียนให้เป็นไปตามข้อตกลงที่กำหนดไว้เมื่อมีผู้กระทำผิดไปจากข้อตกลงจะมีโทษตามที่โรงเรียนกำหนดไว้ คือ ตั้งแต่ว่ากล่าวตักเตือน หรือเขียนดี

2. หลักการพัฒนาส่งเสริม คือ การที่โรงเรียนจัดสภาพแวดล้อมหรือกิจกรรมต่างๆ โดยอาศัยทฤษฎีทางจิตวิทยาเป็นพื้นฐาน เพื่อส่งเสริมหรือกระตุ้นให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ สภาพแวดล้อมและกิจกรรมต่างๆมีประโยชน์ช่วยให้เด็กนักเรียนได้พัฒนาความถนัด

ความสามารถพิเศษ ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าเป็นคุณค่า และมีแรงจูงใจที่ประพุดิตดี หลักการที่ควรคำนึงในการแก้ไขปัญหามีดังนี้

- 2.1 ก่อนที่จะแก้ปัญหาคือ ควรวิเคราะห์สาเหตุที่แท้จริงของปัญหา
- 2.2 พิจารณาว่าปัญหาใดควรแก้ที่สาเหตุ และปัญหาใดควรแก้ที่อาการ
- 2.3 ต้องมุ่งเอาชนะปัญหา มิใช่เอาชนะคน และปัญหาใดควรแก้ให้พ้นตัว
- 2.4 ผู้แก้ปัญหาคือต้องพยายามวางตนเป็นกลาง ไม่ลำเอียง อันเป็นเหตุให้เกิดความไม่ยุติธรรม
- 2.5 ปัญหาหนึ่งๆ อาจจะมีวิธีการแก้ไขได้หลายวิธี ควรเลือกใช้วิธีที่เหมาะสมกับลักษณะของคน และสถานการณ์ที่เกิดขึ้น
- 2.6 การแก้ปัญหาคือควรจะเป็นการสร้างประโยชน์ให้เกิดขึ้นแก่ผู้เกี่ยวข้องและควรถือว่าเป็นเป้าหมายในการที่จะช่วยเหลือและคลี่คลายปัญหาให้เขา
- 2.7 ผู้แก้ปัญหาคือควรเป็นผู้มองโลกในแง่ดี มองเห็นสิ่งที่เกิดขึ้น โดยทั่วไปเป็นเรื่องของธรรมชาติ ปัญหาย่อมเกิดขึ้นได้ เมื่อเกิดปัญหาก็ควรหาทางแก้ไขในทางที่เหมาะสม
- 2.8 ปัญหาที่แก้ไขไม่ได้ด้วยตนเอง ก็อาจจะขอให้คนอื่นหรือคณะบุคคลเข้ามาช่วย
- 2.9 คำนึงถึงพฤติกรรมที่ปรากฏในสังคมของนักเรียน ไม่ควรละเมิดสิทธิของบุคคลอื่น
- 2.10 วิธีการแก้ปัญหาคือควรเป็นวิธีง่าย และลดความรุนแรง บางครั้งอาจแก้ไขได้เพียงเจรจา ทำความเข้าใจกันเท่านั้น
- 2.11 การแก้ปัญหาคือที่ดีจะต้องเคารพในคุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์ของบุคคล พยายามส่งเสริมความเป็นอิสระ และความมีเหตุผลของบุคคล เพื่อให้การแก้ไขปัญหาคือเป็นกระบวนการพัฒนาบุคคลไปในตัว
- 2.12 การแก้ปัญหาคือที่ดีต้องมีความอดทน รู้จักเก็บความลับ และต้องรู้จักสร้างสถานการณ์ให้เหมาะสม อันจะเป็นช่องทางให้ช่วยแก้ไขปัญหาคือได้ปัญหาและสาเหตุของความประพุดิตที่ไม่เหมาะสม

กรมสามัญศึกษา ได้กล่าวถึงสาเหตุของความประพุดิตที่ไม่เหมาะสมออกเป็น 3 ประการ คือ

1. สภาพสังคม เช่น ความเปลี่ยนแปลง และความขัดแย้งในด้านค่านิยมต่างๆ เทคโนโลยี และวัฒนธรรมใหม่ๆ ที่แพร่เข้ามา รวมทั้งสภาพทางเศรษฐกิจที่ทำให้เกิดการเอาเปรียบและแข่งขันกัน สิ่งเหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลต่อความประพุดิตของเยาวชนเป็นอันมาก

2. สภาพครอบครัวที่เป็นปัญหา เช่น สภาพบิดามารดาต้องแยกกันอยู่เนื่องจากความจำเป็นในด้านอาชีพ ความแตกแยกในครอบครัว การดิ้นรนเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นทำให้บิดามารดาไม่มีเวลาที่จะอบรมข่มขี้ใจบุตร ธิดา

3. สภาพในโรงเรียน โรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการหล่อหลอมและพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นในตัวนักเรียน แต่เนื่องจากกระบวนการเรียนการสอนมุ่งเน้นเนื้อหาวิชา และการจัดครูเข้าสอนก็จัดเป็นรายวิชา ครูแต่ละรายวิชาจึงจะต้องสอนนักเรียนเป็นจำนวนมาก ทำให้ครูรู้จักนักเรียนไม่ถ่องแท้ ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนส่วนใหญ่เป็นไปอย่างผิวเผิน การพัฒนาคุณลักษณะของนักเรียนจึงไม่ได้ผลเท่าที่ควรนอกจากนี้ โรงเรียนกับผู้ปกครอง และชุมชนยังขาดการประสานความร่วมมือจึงทำให้ทั้งสองฝ่ายไม่ทราบปัญหาของนักเรียนอย่างแท้จริงที่มีผลกระทบต่อความประพฤติของนักเรียนในส่วนของ การปกครองหรืออบรมบ่มนิสัยที่โรงเรียนส่วนมากทำอยู่ ก็จะอยู่ในรูปของหลักสูตรรอบให้ให้นักเรียนปฏิบัติตามระเบียบข้อบังคับที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดไว้เป็นหลักการนำระเบียบข้อบังคับทางด้าน การปกครองไปใช้ของแต่ละโรงเรียน มีการตีความหลวมล้ากันบางครั้งทำให้นักเรียนและครูเกิดปัญหาทางการปกครอง

ปัญญา เจริญวงศ์ (2537: 5) ได้กล่าวสรุป ปัญหาและสาเหตุของความประพฤติที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนมี 5 ลักษณะ คือ

1. ปัญหาความเบี่ยงเบนทางเพศ ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่มีรสนิยมทางเพศผิดแผกไปจากบุคคลในสังคมและกำลังมีบทบาทต่อเด็กและเยาวชนในปัจจุบัน

2. ปัญหาเกี่ยวกับการลักขโมย ซึ่งเป็นปัญหาที่มีสาเหตุมาจากหลายประการคือ ความยากจน ความจำเป็น เรือร้อความสนใจ ต้องการแก้แค้นคนอื่น สิ่งแวดล้อม ของเด็กไม่ดีและเพราะเป็น โรคจิต เป็นต้น

3. ปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติด เป็นอีกปัญหาหนึ่งที่มีผลกระทบต่อเด็กค่อนข้างมากในปัจจุบัน เพราะยาเสพติดสามารถหาได้ง่ายและเสพได้ง่าย รวมทั้งสังคมปัจจุบันก็มีการมอมเมาเยาวชนอยู่ตลอดเวลา ทั้งที่โดยเจตนาและไม่มีเจตนา

4. ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว จะแสดงออกในทางทะเลาะวิวาท ชกต่อย รวมทั้งมีปัญหากับเพื่อนนักเรียนและครูอาจารย์

5. ปัญหาหนีเรียนและหนีออกจากบ้าน ซึ่งปัญหานี้มีสาเหตุมาจากครอบครัว โรงเรียนและเกี่ยวกับตัวนักเรียนและครูอาจารย์

กิติมา ปริดีดิลก (2532: 173) ได้ให้ความเห็นไว้ว่า ปัญหาในการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน มีสาเหตุเนื่องจาก

1. ไม่ได้ได้รับความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้องอย่างแท้จริง ทั้งครู อาจารย์ ภายในโรงเรียนก็ถือว่าไม่ใช่ภารกิจตนเอง ผู้ปกครองก็ให้ความร่วมมือน้อย ส่วนชุมชนอื่นๆ ขาดความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาดังกล่าว

2. ขั้นตอนในการลงโทษผู้กระทำผิดกระทำได้ยุ่งยากและสลับซับซ้อนเกินไป

3. ผู้บริหารและฝ่ายปกครองมีทัศนคติขัดแย้งกันในการลงโทษนักเรียน

4. จำนวนนักเรียนมีมากเกินไปเมื่อเทียบกับครูอาจารย์ที่เกี่ยวข้อง

5. นักเรียนอาศัยอยู่ในท้องที่ต่างๆ ทั่วไกล การควบคุมเป็นไปได้ด้วยความลำบาก

6. ชุมชนมอมเมาเด็ก และเยาวชน โดยไร้สำนึกในทางค่านิยมดีงาม

ส่วนวิธีการป้องกันและแก้ไขปัญหาให้นักเรียนที่ประพฤติตนไม่เหมาะสมในโรงเรียนนั้นควรปฏิบัติดังนี้

1. ออกคำสั่งระเบียบต่างๆ ควรจะพิจารณาอย่างรอบคอบว่ามีส่วนช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา

2. ควรจัดสภาพของโรงเรียนและสิ่งแวดล้อมให้มีสภาพน่าอยู่น่าเรียน

3. ครูเป็นบุคคลสำคัญที่อาจก่อให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับระเบียบวินัยได้ครูควรประพฤติตนเป็นตัวอย่างที่ดีของนักเรียน เช่นความสามัคคี การแต่งกาย มารยาท การพูดจา เป็นต้น ครูจะต้องมีเหตุผล ไม่ใช่เป็นเจ้าอารมณ์ อารมณ์ร้ายของครูทำให้เกิดปัญหาทางวินัยได้

4. การฝึกให้นักเรียนเป็นคนมีวินัย มีเกียรติ และมีความรับผิดชอบ ข่อมป้องกันปัญหาทางวินัยได้

5. จงพยายามสร้างความภาคภูมิใจในโรงเรียน เพื่อจะได้กล้าชื่อเสียงมาสู่โรงเรียน

6. สร้างวินัยในตนเองให้กับนักเรียน โดยการแนะนำหรือให้คำปรึกษา

7. พยายามหลีกเลี่ยงการทำโทษ ซึ่งไม่มีผลดีมากนักต่อการสร้างระเบียบวินัย

8. แจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับระเบียบวินัยที่กำหนดไว้ให้เข้าใจตรงกันโดยทั่วถึง

9. ควบคุมดูแลให้นักเรียนได้ปฏิบัติตามระเบียบวินัยโดยเคร่งครัดและเป็นแบบอย่างที่ดีในการรักษาระเบียบวินัยที่ได้กำหนดไว้แล้ว

10. ผู้บริหารจะต้องศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับระเบียบวินัยที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดไว้

กรมสามัญศึกษา (2539: 21) ได้กำหนดขอบข่ายแก่โรงเรียนในการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน ดังนี้

1. จัดระบบสารสนเทศ เกี่ยวกับการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน

2. แจ้งครู อาจารย์ติดตามดูแลนักเรียน

3. จัดกิจกรรมประจำชั้น
4. ประชุมครูผู้ปกครอง สมาคมผู้ปกครองและครู สมาคมศิษย์เก่า
5. จัดให้มีสารวัตรนักเรียน

สรุปว่า ครู อาจารย์ใน โรงเรียน มีหน้าที่แก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนเพื่อให้สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้ดีขึ้นจนกลายเป็นนิสัย และเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพของประเทศ โดยอาศัยหลักการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม คือ ให้เหตุผลชี้แจงให้นักเรียนได้เข้าใจมอบงานให้รับผิดชอบ ปกครองด้วยความละมุนละม่อม ด้วยตัวอย่างที่ดี ส่งเสริมวินัยของนักเรียนให้ใช้เวลาเล่าเรียนที่ยาวนาน นอกจากนี้ยังต้องใช้หลักการควบคุม หลักการส่งเสริมในการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ควรพิจารณาปัญหาและสาเหตุ สภาพโรงเรียน ครู อาจารย์ในโรงเรียนจะต้องใช้ความพยายาม เพื่อแก้ไขปัญหาป้องกันปัญหาและพัฒนานักเรียนในทุกๆ ด้าน

1.3 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม

ทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรม ได้แก่ ทฤษฎีการเรียนรู้ของนักจิตวิทยา กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) ประกอบด้วย 3 ทฤษฎี (ปริชา วิหคโต 2554: 11-9) ดังนี้

1.3.1 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขคลาสสิก (Classical Conditioning) ของนักสรีรศาสตร์ชาวรัสเซีย ชื่อ พาฟลอฟ (Ivan P. Pavlov) มีแนวคิดที่ว่า พฤติกรรมเกิดจากเงื่อนไขสิ่งเร้า สิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นต้องมีสาเหตุและเรียกสาเหตุที่เกิดขึ้นนี้ว่า เงื่อนไข (Condition)

คำว่า เงื่อนไข หมายถึง การเกิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งขึ้น จะต้องมียิ่งจะทำให้เกิด หากไม่มีสิ่งนี้จะไม่ทำให้เกิด (Harvey Wallerstein, 1981:48) เช่น ไฟจะติดที่เทียนไขได้ต้องมีเงื่อนไข อยู่ดีๆ เทียนไม่สามารถติดเองได้ เงื่อนไขที่ทำให้เทียนติดต้องประกอบด้วยความร้อน เชื้อเพลิงจากเทียน และออกซิเจน ทั้งออกซิเจน เชื้อเพลิง และความร้อนนี้เป็นเงื่อนไขที่ทำให้เทียนไขติด พฤติกรรมมนุษย์ก็เช่นเดียวกัน พฤติกรรมจะเกิดหรือจะยุติลงจะต้องมีเงื่อนไข และนักจิตวิทยาต่างพยายามหาว่ามีเงื่อนไขอะไรที่ทำให้มนุษย์ทำเช่นนั้นๆ ในแนวคิดของพาฟลอฟอธิบายว่าเงื่อนไขที่ทำให้เกิดพฤติกรรมคือ เงื่อนไขสิ่งเร้า และเขาเชื่อว่าในสภาพแวดล้อมทั่วไปมีสิ่งเร้า (Stimulus) มากมายที่สามารถกระตุ้นให้บุคคลเกิดการตอบสนอง (Response) ได้ เช่น ฟังร้องกระตุ้นให้เรตอกใจกลัว มะนาวกระตุ้นให้น้ำลายไหล และมนุษย์จะเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นกับการตอบสนองตลอดเวลา

1.3.2 ทฤษฎีการวางเงื่อนไขการกระทำ (Operant Conditioning) ของนักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ชื่อ สกินเนอร์ (Burrhus F. Skinner) มีแนวคิดที่ว่าพฤติกรรมเกิดจากการเรียนรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำกับผลที่เกิดจากการกระทำ หากผลที่เกิดจากการกระทำเป็นสิ่งที่พึงพอใจจะทำให้

เกิดพฤติกรรมนั้นบ่อยขึ้น หากผลที่เกิดจากการกระทำเป็นสิ่งที่ไม่พอใจจะทำให้พฤติกรรมนั้นลดน้อยลง

สกินเนอร์ มีแนวคิดว่าการกระทำของคนเราทำให้เกิดผลของการกระทำเสมอ ไม่ว่าการกระทำนั้นจะทำไปอย่างตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม ทำไปโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม และสกินเนอร์เรียกพฤติกรรมที่ท่าของเราแล้วเกิดผลอย่างใดอย่างหนึ่งตามมานี้ว่า Operant ซึ่งในที่นี้เรียกว่า พฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ และเรียกผลที่เกิดจากการกระทำนี้ว่า Consequence หรือ “ผลที่เกิดจากการกระทำ หรือผลกรรม” จากแนวคิดนี้ การกระทำทุกครั้งของมนุษย์จะมีผลที่เกิดจากการกระทำทุกครั้ง เพียงแต่ผลที่เกิดขึ้นนั้นเรารู้ตัวหรือไม่รู้ตัว เกิดขึ้นทันทีหรือไม่ทันทีเท่านั้น

1.3.3 ทฤษฎีปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ของนักจิตวิทยาชาวแคนาดาชื่อ แบนดูรา (Alvert Bandura) มีแนวคิดว่ามนุษย์เรียนรู้จากการสังเกต (Observation Learning) ได้แก่ ตัวแบบ (Modeling) ผู้สังเกตจะดูว่าตัวแบบทำอะไรแล้วได้รับจากการกระทำอะไรในวันข้างหน้า ผู้สังเกตจะระลึกแบบแผนพฤติกรรมและทำตามตัวแบบนั้น

แบนดูราได้อธิบายว่าพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากมีสิ่งเร้ามากระตุ้นให้ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งเรียกว่า เงื่อนไขสิ่งเร้า ตามแนวคิดของพาพลอฟ และพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากผลของการกระทำ หากทำแล้วได้สิ่งที่พึงพอใจ มนุษย์จะทำสิ่งนั้นอีก ผลของการกระทำที่ควบคุมให้มนุษย์ต้องทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งนี้ เรียกว่า เงื่อนไขที่เกิดจากการกระทำ ตามแนวคิดของสกินเนอร์ แต่แบนดูรา อธิบายว่ามนุษย์มีความคิด (Thinking) ได้แก่ การสังเกต ความจำ จินตนาการ และมนุษย์มีความรู้สึก (Feeling) ได้แก่ ความกลัว ความชอบ ความโกรธ ซึ่งความคิด ความรู้สึกของมนุษย์เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้มนุษย์ตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วย ดังนั้น ความคิด หรือเรียกว่า ปัญญา จึงเป็นปัจจัยสำคัญร่วมกับเงื่อนไขที่เกิดจากสังคม ดังนั้นจึงเรียกทฤษฎีนี้ว่า ทฤษฎีปัญญาสังคม

ธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวทฤษฎีพฤติกรรมนิยม

ธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมนิยม มี 4 ประการ (Skinner, 1971; Bandura, 1986; Dazdin, 1994 อ้างจาก Corey, 1996: 285-286) ดังนี้

1. มนุษย์เกิดมาไม่ดีหรือไม่เลว แต่จะเริ่มต้นชีวิตในลักษณะว่างเปล่า
2. มนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่สามารถตอบสนองสิ่งเร้าต่างๆ ในสิ่งแวดล้อมแบบแผน พฤติกรรมมนุษย์จะเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม หรือจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม
3. พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ และจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้ทำให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสิ่งแวดล้อมภายใต้เงื่อนไขต่างๆ ส่วนการเรียนรู้เดิมสามารถทำให้หมดไปได้และทำนองเดียวกันสามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ได้

4. มนุษย์สามารถควบคุมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้ แม้ว่าจะตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมก็ตาม

สรุปว่า จากความเชื่อของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ ไม่ว่าจะมองการแสดงพฤติกรรมของผู้เรียนในลักษณะใดคือ การเรียนรู้เกิดจากความต้องการภายในของผู้เรียน หรือการแสดงพฤติกรรมเป็นผลผลิตของสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการแสดงพฤติกรรมเกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างความต้องการของผู้เรียน และอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ความเชื่อเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์เช่นนี้ จะส่งผลถึงการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ และจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้ทำให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสิ่งแวดล้อมภายใต้เงื่อนไขต่างๆ ส่วนการเรียนรู้เดิมสามารถทำให้หมดไปได้และทำนองเดียวกันสามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ได้ มนุษย์สามารถควบคุมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองได้ แม้ว่าจะตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมก็ตาม

1.4 ความหมายของการปรับพฤติกรรม

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2530: 14 อ้างถึงใน อัจฉรา วิไลหงส์ 2545: 10) ได้สรุปว่าการปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) คือ การประยุกต์หลักพฤติกรรมโดยใช้เทคนิคหรือวิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีประสมประสานกัน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตลอดจนการสร้างสรรค์และเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์

การปรับพฤติกรรมตามหลักการเรียนรู้ มีความเชื่อพื้นฐานสำคัญว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหาที่เหมือนกับพฤติกรรมอื่นๆ คือ พัฒนาขึ้นมา และคงอยู่ได้ตามหลักการเรียนรู้ และการเปลี่ยนแปลงแก้ไขพฤติกรรมสามารถกระทำได้โดยใช้หลักการเรียนรู้เช่นเดียวกัน (ภรณ์ อินทสร 2526: 5 อ้างถึงใน อัจฉรา วิไลหงส์ 2545: 10)

ประเทือง ภูมิภักทราคม (2540) ได้ให้ความหมายของการปรับพฤติกรรม หมายถึง การประยุกต์หลักการพฤติกรรม หรือหลักการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงแก้ไขพฤติกรรมโดยเน้นที่พฤติกรรมที่สามารถสังเกตเห็น ได้หรือวัดได้ เป็นสำคัญและมีความเชื่อพื้นฐานว่า พฤติกรรมปกติและไม่ปกติ พัฒนามาจากหลักการเรียนรู้

มิคุลัส (Mikulas, 1978) ให้ความหมายของการปรับพฤติกรรมไว้ว่า การปรับพฤติกรรมคือ การประยุกต์หลักการพฤติกรรมที่ได้จากการทดลองเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรม

สรุปว่า การปรับพฤติกรรมหมายถึง การประยุกต์หลักการโดยใช้เทคนิคหรือวิธีการใดวิธีการหนึ่งหรือหลายวิธีประสมประสานกัน เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมให้เป็นพฤติกรรมที่เหมาะสม ตลอดจนการสร้างสรรค์และเสริมสร้างให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม

1.5 ลักษณะของการปรับพฤติกรรม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536: 9-10) ได้แบ่งลักษณะของการปรับพฤติกรรมออกเป็น 7 ลักษณะ คือ

1. การปรับพฤติกรรมมุ่งที่พฤติกรรมโดยตรง โดยที่พฤติกรรมนั้นจะต้องสังเกตเห็นได้และวัดได้ตรงกัน ซึ่งพฤติกรรมในที่นี้หมายถึง สิ่งที่คุณคลกระทำ แสดงออกตอบสนองหรือตอบโต้สิ่งหนึ่ง ในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง การแสดงออกหรือตอบสนองนั้นเกิดได้ทั้งภายในและภายนอกร่างกาย เช่น การร้องไห้ การวิ่ง การขว้าง การกิน การอ่านหนังสือ การเต้นของหัวใจ การกระตุกของกล้ามเนื้อ การคิด เป็นต้น

2. การปรับพฤติกรรมไม่ใช่คำที่เป็นการตีตรา เช่น คำว่า ก้าวร้าว ฉลาด โง่ เกเร ขี้เกียจ เก่ง เป็นต้น เพราะคำตีตราเหล่านี้มักจะเป็นคำที่มีความหมายกว้างๆ ที่รวมพฤติกรรมหลายๆ ลักษณะไว้ด้วยกันจึงทำให้ไม่ชัดเจนยากแก่การสังเกตให้ตรงกัน เนื่องจากต่างคนต่างรับรู้คำตีตราที่ต่างกันและยากแก่การจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้ นอกจากนี้ บุคคลที่ถูกตีตราอาจพยายามทำให้ตนมีลักษณะเหมือนกับที่ถูกตีตราไว้ด้วย เช่น ถ้าตีตราเด็กว่าขี้เกียจ เด็กอาจจะแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงให้เห็นว่าขี้เกียจจริง การตีตรายังทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องเกิดความอับอายได้ ถ้าการตีตรานั้นเป็นการตีตราในลักษณะที่ไม่เหมาะสม เช่น ตีตราเด็กว่าเป็นคนเห็นแก่ตัว ซึ่งถ้าผู้ปกครองรู้เข้าก็อาจเกิดความอับอายได้ เป็นต้น

3. พฤติกรรมไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่ปกติหรือผิดปกติก็ตาม ย่อมเกิดจากการเรียนรู้ในอดีตทั้งสิ้น ดังนั้นพฤติกรรมเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ โดยใช้กระบวนการเรียนรู้

4. การปรับพฤติกรรมจะเน้นที่สภาพเวลาและเวลาในปัจจุบันเท่านั้น แม้ว่า การเรียนรู้จะเกิดขึ้นในอดีตก็ตาม แต่เงื่อนไขสิ่งเร้าและผลกรรมในสภาพปัจจุบัน เป็นตัวกำหนดว่า พฤติกรรมที่เรียนรู้ในอดีตนั้นจะมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลง

5. การปรับพฤติกรรมนั้น จะเน้นวิธีการทางบวก มากกว่าที่จะใช้วิธีการลงโทษในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล เนื่องจากเป้าหมายการปรับพฤติกรรมนั้นจะเน้นที่การเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เพิ่มมากขึ้น วิธีการทางบวกเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ อีกทั้งก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์น้อยกว่าการลงโทษอีกด้วย

6. วิธีการปรับพฤติกรรมนั้นสามารถใช้ได้อย่างเหมาะสมตามลักษณะปัญหาของแต่ละบุคคลเนื่องจากมีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกัน การลงโทษวิธีหนึ่งอาจใช้ได้ผลกับคนหนึ่ง แต่อาจใช้ไม่ได้ผลกับคนอื่นหลายๆ คนได้ ดังนั้นในการดำเนินการปรับพฤติกรรมจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

7. วิธีการปรับพฤติกรรม เป็นวิธีการที่ได้รับการพิสูจน์มาแล้วว่ามีประสิทธิภาพ และได้ผลโดยทางวิทยาศาสตร์

สรุปว่า ลักษณะของการปรับพฤติกรรมจะมุ่งที่พฤติกรรมโดยตรงโดยที่พฤติกรรมนั้นจะต้องสังเกตเห็นได้และวัดได้ตรงกัน การปรับพฤติกรรมไม่ใช่คำที่เป็นการตีตรา จะเน้นที่สภาพเวลาและเวลาในปัจจุบันเท่านั้น แม้ว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นในอดีตก็ตาม เน้นวิธีการทางบวกมากกว่าที่จะใช้วิธีการลงโทษในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล วิธีการปรับพฤติกรรมนั้นสามารถใช้ได้อย่างเหมาะสมตามลักษณะปัญหาของแต่ละบุคคลเนื่องจากมีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกัน

1.6 ขั้นตอนของการปรับพฤติกรรม

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2541) ได้กล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินการจัดการวางเงื่อนไขการกระทำตามแบบการวิเคราะห์พฤติกรรมว่ามีอยู่ 6 ขั้นตอนที่สำคัญ ดังนี้

1. การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย (Defining the Target Behavior) โดยจะต้องกำหนดให้เฉพาะเจาะจง สังเกตได้ และวัดได้ แต่ไม่อยู่ในรูปแบบของการตีตราหรือบอกถึงลักษณะของบุคลิกลักษณะมากกว่าเป้าหมาย

2. การรวบรวมและบันทึกข้อมูลพื้นฐาน (Collecting and Recording Baseline Data) คือ การเก็บรวบรวมและบันทึกข้อมูลพื้นฐานทำให้แน่ใจว่าพฤติกรรมเป้าหมายนั้นเป็นปัญหาจริงเพื่อประเมิน โปรแกรมการปรับพฤติกรรมและเป็นข้อมูลป้อนกลับ และช่วยให้การปรับพฤติกรรมมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

3. การวิเคราะห์พฤติกรรม (Behavior Analysis)

4. การกำหนดสิ่งที่มีศักยภาพเป็นตัวเสริมแรง (Identifying Potential Reinforces) ซึ่งจะต้องระลึกระหว่างคนเราทุกคนแตกต่างกันความต้องการก็ย่อมแตกต่างกัน

5. วางแผนและดำเนินการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขของพฤติกรรม (Planning and Implementing the Intervention) การวางแผนจะขึ้นอยู่กับเงื่อนไขของพฤติกรรมเป้าหมายที่กำหนด

6. ประเมินประสิทธิภาพของการดำเนินการปรับพฤติกรรม (Evaluating the Effects of Intervention) เป็นการรวบรวมข้อมูลภายหลังจากการดำเนินการปรับพฤติกรรมแล้ว

สรุปว่า ขั้นตอนของการปรับพฤติกรรมประกอบด้วย การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย การรวบรวมและบันทึกข้อมูลพื้นฐาน การวิเคราะห์พฤติกรรม การกำหนดสิ่งที่มีศักยภาพเป็นตัวเสริมแรง วางแผนและดำเนินการเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขของพฤติกรรม และประเมินประสิทธิภาพของการดำเนินการปรับพฤติกรรม

1.7 วิธีการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมมีหลายวิธีขอยกตัวอย่างการปรับพฤติกรรมเพื่อเป็นตัวอย่างเพียง 10 วิธี ดังต่อไปนี้ (สม โภชน์ เอี่ยมสุภายิต 2541)

1.7.1 แรงเสริมเชิงบวก (Positive Reinforcement)

แรงเสริมเชิงบวก หมายถึง ขบวนการที่ส่งเสริมพฤติกรรมของเด็กเพื่อให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ซ้ำอีก เมื่อได้รับคำชมเชย หรือรางวัลเช่นเมื่อทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดสำเร็จ ครูควรพูดว่าเก่ง ดี วิเศษ เยี่ยม เป็นต้นอุปกรณ์เสริมแรงที่เป็นสิ่งของอาจได้แก่ อาหารหรือขนม ของเล่นการให้เสริมแรงควรให้สม่ำเสมอในตอนแรกเมื่อพฤติกรรมเริ่มคงที่แล้วควรลดเสริมแรงลงและให้เสริมเป็นครั้งคราวเท่านั้นเมื่อพฤติกรรมคงที่แล้ว

1.7.2 แรงเสริมเชิงลบ (Negative Reinforcement)

แรงเสริมเชิงลบ หมายถึง ขบวนการที่ส่งเสริมพฤติกรรมของเด็กเพื่อให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ซ้ำอีกเด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพื่อต้องการหลีกเลี่ยงสภาวะที่เด็กไม่พึงพอใจตัวอย่างเช่น ครูบอกนักเรียนว่า "แบบฝึกหัดคณิตศาสตร์มี 2 ตอน หากใครทำตอนแรกถูกหมดก็ไม่ต้องทำแบบฝึกหัดตอนที่ 2 " นักเรียนจึงตั้งใจทำแบบฝึกหัดตอนแรกถูกหมดและทำอย่างดีให้คำตอบถูกหมด เพื่อหลีกเลี่ยงการทำแบบฝึกหัดตอนที่ 2 ดังนั้นแบบฝึกหัดตอนที่ 2 เป็นแรงเสริมเชิงลบเพราะเป็นสิ่งที่เด็กหลีกเลี่ยงแต่แบบฝึกหัดตอนที่ 2 นี้ ทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์

1.7.3 การหยุดยั้ง (Extinction)

เป็นการงดให้รางวัล งดให้ความสนใจต่อพฤติกรรมของเด็กซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ครูควรให้เสริมแก่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ควบคู่ไปด้วย เช่นเมื่อเด็กลุกจากที่นั่งครูแสดงอาการไม่สนใจ แต่เมื่อเด็กลุกนั่งเรียบร้อยครูจะชม เป็นต้น การเพิกเฉยของครูหรือผู้ปกครองเหมาะสมสำหรับพฤติกรรมที่ไม่รุนแรงเท่านั้นวิธีนี้ไม่เหมาะสมสำหรับพฤติกรรมที่รุนแรง เช่นการชกต่อยซึ่งครูหรือผู้ปกครองควรหยุดพฤติกรรมนั้นทันที

1.7.4 เหรียญรางวัล (Token Economy)

เหรียญรางวัลเป็นการสะสมเหรียญหรือคะแนนเพื่อให้เด็กมีสิทธิ์ได้รับรางวัลอย่างใดอย่างหนึ่งหรือทำกิจกรรมที่เด็กชอบ โดยครูกำหนดคะแนนหรือเหรียญเป็นระดับต่างๆแต่ระดับมีรางวัลแตกต่างกัน เช่น ครูจะให้ 1 คะแนนแก่เด็กทุกครั้งที่ทำงานเสร็จภายในเวลาที่กำหนดให้ และให้อีก 1 คะแนนหากเด็กไม่ลุกออกจากที่นั่งในเวลาที่กำหนดไว้ ถ้าใครสะสมคะแนนได้ 10 คะแนนครูจะมีรางวัลให้เป็นรูปดอกไม้ 1 แผ่น สะสมได้ 20 คะแนน ได้สมุด 1 เล่ม เป็น

ต้นการให้รางวัลควรจัดตามระดับความสำคัญของรางวัลการให้คะแนนควรให้สำหรับพฤติกรรมที่เด็กสามารถทำได้

1.7.5 แก้ไขด้วยการทำซ้ำ (Overcorrection)

เป็นการแก้ไขผลการกระทำของเด็กและแก้ไขในปริมาณที่มากกว่าเดิมเช่น เด็กคนหนึ่งคว้าโต๊ะเรียนในห้องเรียน จนโต๊ะระเกะระกะเต็มไปหมดครูจึงสั่งให้เด็กจัดโต๊ะให้เป็นระเบียบเหมือนเดิม ยิ่งไปกว่านั้นครูยังให้นักเรียนคนนั้น ทำความสะอาดโต๊ะทุกตัวด้วยจะเห็นว่าเทคนิคการปรับพฤติกรรมนี้มี 2 ขั้นตอน ขั้นตอนแรกคือเด็กจะต้องแก้ไขผลการกระทำของตนเสียก่อน ส่วนขั้นที่ 2 เป็นการให้เด็กทำสิ่งที่ดีแต่เด็กไม่ชอบการให้เด็กทำเช่นนี้เป็นการลงโทษสถานเบา

1.7.6 การขอเวลานอก (Timeout)

เป็นการงดให้รางวัลในช่วงเวลาจำกัดเช่นนักเรียนที่คุยกันจะถูกตัดสิทธิ์ไม่ให้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ในชั่วโมงคอมพิวเตอร์เป็นต้น เด็กที่ร้องไห้ไม่หยุดอาจถูกส่งเข้าไปกักขังไว้ในห้องนอนเป็นเวลา 5 นาทีหรือจนกว่าเด็กจะหยุดร้องไห้ เป็นต้น การงดให้รางวัลควรทำให้เหมาะสมตรงกับสิ่งที่เด็กชอบและไม่งดนานจนเกินไป

1.7.7 การทำสัญญากับเด็ก (Behavioral contract)

เป็นการเซ็นสัญญาระหว่างครูกับนักเรียน ในลักษณะที่เป็นลายลักษณ์อักษร เช่น นักเรียนสัญญากับครูว่าจะไม่ขโมยของเพื่อนอีก ตลอดระยะเวลา 2 เดือน เป็นต้นสิ่งที่จะทำให้เด็กทำสัญญาควรเป็นสิ่งที่เด็กสามารถทำได้ระยะเวลาในสัญญาไม่ควรนานเกินกว่าที่เด็กจะทำได้มีการตรวจสอบตลอดเวลาว่าเด็กปฏิบัติตามสัญญาหรือไม่หากผิดสัญญาควรมีการลงโทษหากปฏิบัติตามสัญญาครบถ้วน ควรให้รางวัลแก่เด็ก

1.7.8 การลงโทษ (Punishment)

เป็นขบวนการในการจัดกิจกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่เด็กแสดงออกและไม่ให้เด็กแสดงพฤติกรรมเช่นนี้อีกในอนาคตการลงโทษอาจเป็นการลงโทษด้วยวาจา เช่น การตำหนิหรือการลงโทษทางกาย เช่น การตีครูควรพึงระวังว่าการลงโทษคือการหยุดพฤติกรรมไม่ใช่เป็นการเสริมพฤติกรรมหากลงโทษแล้วเด็กยังแสดงพฤติกรรมดังเดิมอีกแสดงว่าการลงโทษเป็นการปรับพฤติกรรมที่ไม่มีประสิทธิภาพสำหรับเด็กคนนั้น

1.7.9 การหล่อหลอมพฤติกรรม (Shaping)

เป็นการเลือกให้แรงเสริมเฉพาะพฤติกรรมที่พึงประสงค์เท่านั้น เช่นในห้องเรียนครูชมเด็กที่ตั้งใจฟังครูส่วนเด็กที่คุยกันนั้น ครูไม่ตำหนิแต่ครูจะแสดงอาการไม่สนใจการเลือกชมเฉพาะพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะช่วยให้เด็กแสดงพฤติกรรมนั้นซ้ำอีก ครูหรือผู้ปกครองควรเป็นตัวอย่างที่ดีเด็กอาจยึดครูหรือผู้ปกครองเป็นแบบอย่างในหลายด้านในการปรับ

พฤติกรรมหาคกรหรือผู้ปกครองไม่สามารถเป็นแบบอย่างได้ อาจใช้นักเรียนเป็นแบบอย่างได้ เช่น ตัวอย่างของการพูดเพราะ ความขยันหมั่นเพียรการมีสัมมาคารวะต่อครูการรับผิดชอบในสิ่งที่ครูมอบหมายให้ เป็นต้น

สรุปได้ว่า การปรับพฤติกรรม คือ การนำเทคนิคหรือวิธีการต่างๆ มาปรับเปลี่ยนบุคคลที่มีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ตลอดทั้งเสริมสร้างและสร้างสรรค์ให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มมากขึ้น

1.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.8.1 งานวิจัยในประเทศ

ปาริชาติ หมดมณฑล (2543) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนและโครงการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนในชั้นเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนคลองกุ่ม กรุงเทพมหานคร 2542 โดยศึกษา นักเรียนที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ตั้งแต่ 7 พฤติกรรมขึ้นไปจากจำนวน พฤติกรรมทั้งสิ้น 12 พฤติกรรม จำนวน 7 คน ซึ่งได้มาจากการสังเกตพฤติกรรมและสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งหนึ่ง แบบแผนการทดลองของการวิจัยเป็นแบบสลับกลับ (ABA Reversal Design) เครื่องมือที่ใช้ในการบันทึกพฤติกรรมคือ แบบสังเกตและบันทึกพฤติกรรม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ วิธีการของวิลคอกซัน ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อรรดา วิไลหงส์ (2545) ได้ทำการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับสัณใหม่ เพื่อลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวรรณวิทย์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน จำนวน 16 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 กลุ่มทดลองละ 8 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการควบคุมตนเอง และกลุ่มควบคุมที่ 2 ได้รับการปรับสัณใหม่ โดยทั้ง 2 กลุ่มการทดลองได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจาก 2 ห้องเรียน แบบแผนการทดลองของการวิจัยเป็นแบบสลับกลับ เครื่องมือที่ใช้ในการบันทึกพฤติกรรมคือ แบบบันทึกพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ การทดสอบของ วิลคอกซันและการทดสอบของ แมน-วิทนีย์ ผลการวิจัยพบว่า (1)นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงหลังจากได้รับการควบคุมตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) นักเรียนมีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงหลังจากได้รับการปรับสัณใหม่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (3) นักเรียนที่ได้รับการควบคุมตนเองและนักเรียนที่ได้รับการปรับสัณใหม่มีพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนลดลงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การเกิด ดวงดาว (2546) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มในการเสริมสร้างควมมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านดอนมูล (สุวรรณสารราษฎร์บำรุง) จังหวัดแพร่ ที่ศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2545 จำนวนประชากรทั้งหมด 11 คน โดยการใช้กิจกรรมกลุ่มในการเสริมสร้างระเบียบวินัยของนักเรียน จำนวน 10 กิจกรรมทำการศึกษาเป็นเวลา 5 สัปดาห์ เป็นการวิจัยเชิงทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมจริยธรรมด้านความมีระเบียบวินัย ประเมินและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนความมีระเบียบวินัยก่อนและหลังการทดลอง ผลการวิจัยสรุปดังนี้ ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยความมีระเบียบวินัยในด้านการตรงต่อเวลา ด้านการปฏิบัติตนไม่ผิดระเบียบของกลุ่ม ห้องเรียน โรงเรียนและสังคม และด้านการตระหนักรู้และแสดงออกถึงวัฒนธรรมอันดีงามเพิ่มขึ้น

สงเคราะห์ แก้วทาสี (2549: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อพฤติกรรมทำผิดวินัยด้านสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพัคฆภูมิพิสัย อำเภอพัคฆภูมิพิสัย จังหวัดมหาสารคาม กลุ่มตัวอย่างได้แก่นักเรียนที่พฤติกรรมทำผิดวินัยด้านสังคมจำนวน 20 คน โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมทำผิดวินัยด้านสังคม คัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมทำผิดด้านวินัยสูงสุด 8 คน ผลการศึกษาพบว่า เมื่อเปรียบเทียบ ในชั้นเรียนของนักเรียนในกลุ่มตัวอย่างหลังการให้คำปรึกษาแล้วพฤติกรรมของนักเรียนทำผิดวินัยด้านสังคมโดยรวมและแต่ละพฤติกรรม ได้แก่ รังแกเพื่อน พุดจาหยาบคาย และกิริยาไม่สุภาพ ลดลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชนิสรา ไกรสีห์ (บทคัดย่อ: 2551) ได้เปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง หลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงหลังจากได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาโดยรวม พบว่านักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งทางกายและทางวาจา ลดลง โดยแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวที่ทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อน อับอาย หรือไม่พอใจลดลง นักเรียนแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายด้วยการต่อย ตี และแก้งเพื่อนลดลง รู้จักอดทนอดกลั้นมากขึ้น การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจาด้วยการพุดจาเยาะเย้ย ถากถาง และล้อเลียนเพื่อนจนทำให้เพื่อนเกิดความอับอายลดลง เข้าใจถึงวิธีการประพฤติปฏิบัติตนเองไปในทางที่ดีและเหมาะสม ได้เรียนรู้วิธีการปรับพฤติกรรมให้พึงประสงค์ต่อทั้งตนเองและผู้อื่น

สมหมาย ภิญญาคม (2551) ทำการวิจัยเพื่อเสริมสร้างวินัยในตนเองด้านการแต่งกายของนักเรียน โรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัย ชัยภูมิ อำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ ตั้งกีดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชัยภูมิเขต 1 โดยใช้การวิจัยปฏิบัติการ ตามแนวความคิดของ Kemmis and McTaggart ดำเนินการพัฒนา 2 วงรอบ แต่ละวงรอบประกอบด้วย การวางแผน การปฏิบัติการสังเกต และการสะท้อนผล กลุ่มผู้ร่วมศึกษาค้นคว้าและผู้ให้ข้อมูล จำนวน 40 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่แบบสังเกตพฤติกรรมความมีวินัยด้านการแต่งกาย แบบสัมภาษณ์และแบบบันทึกผลการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อพัฒนาวินัยด้านการแต่งกายการวิเคราะห์ข้อมูลยึดหลักการตรวจสอบข้อมูลสามเส้าผลการศึกษาพบว่า ผลการดำเนินงานเสริมสร้างวินัยในตนเองด้านการแต่งกายอย่างถูกต้องตามระเบียบครบทุกคน

กาญจนา นพรัตน์ (2552) ที่ทำการศึกษาเพื่อพัฒนาการดำเนินงานเสริมสร้างวินัยในตนเองด้านความรับผิดชอบของนักเรียน โรงเรียนบ้านโนนถ่อน อำเภอศีขรภูมิ จังหวัดสุรินทร์ในด้านความรับผิดชอบต่อตนเอง คือ การแต่งกายสะอาด การตรงต่อเวลาและด้านความรับผิดชอบต่อสังคม คือ ความสะอาดของห้องเรียน และความสะอาดเขตพื้นที่รับผิดชอบ โดยใช้กลยุทธ์ในการพัฒนา คือ การประชุมแบบมีส่วนร่วม (A.I.C.) กิจกรรมเสริมสร้างวินัย และการนิเทศ กำกับติดตาม และใช้หลักการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามแนวคิดของ Kemmis and McTaggart มีการดำเนินการ 2 วงรอบ นักเรียนกลุ่มเป้าหมายชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่แบบสังเกต แบบสัมภาษณ์แบบประเมินพฤติกรรมนักเรียนและแบบบันทึกการประชุม การตรวจสอบข้อมูลใช้เทคนิคการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ผลการศึกษาค้นคว้า พบว่า ในวงรอบที่ 1 นักเรียนกลุ่มเป้าหมายจำนวน 20 คน ส่วนใหญ่มีการพัฒนาเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน การพัฒนาในวงรอบที่ 2 นักเรียนมีการพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเอง และต่อสังคมดีขึ้นคิดเป็นร้อยละ 95 ของกลุ่มเป้าหมาย

จุฑาทาเทพย์ จิตคติ (2552) ทำวิจัยเพื่อเพื่อพัฒนาการดำเนินงานเสริมสร้างวินัยในตนเองของนักเรียน โรงเรียนวัดบ้านปะเคียบ เกี่ยวกับการตรงต่อเวลา ด้านการมาโรงเรียน และด้านการเข้าเรียน โดยใช้หลักการวิจัยเชิงปฏิบัติการ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 10 คน และตัวแทนผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 7 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่แบบสัมภาษณ์จำนวน 4 ฉบับ แบบสังเกต จำนวน 4 ฉบับ และแบบบันทึกข้อมูลนักเรียน จำนวน 1 ฉบับ ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า หลังจากการทำกิจกรรมโดยใช้กลยุทธ์ดังกล่าว นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย สามารถพัฒนาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการมาโรงเรียนและการเข้าชั้นเรียนดีขึ้นถึงร้อยละ 92.00 แต่ยังมีนักเรียนกลุ่มเป้าหมายที่ยังขาดความชัดเจนในการปรับเปลี่ยน

พฤติกรรมอีกจำนวน 2 คน ผลการพัฒนาในวงรอบที่ 2 ทำให้นักเรียนกลุ่มเป้าหมายทั้ง 2 คน สามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องตามระเบียบวินัยมีความรับผิดชอบ

ทินกร มากมูล (2552: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตาม ทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวทางกายและทางวาจาของนักเรียน หลังเข้าร่วมการ ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มปรากฏว่านักเรียนมีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลงโดยมีการปรับปรุงพฤติกรรม ตัวเองมากขึ้น ขอมรับฟังคำแนะนำของคนอื่น ลดการสร้างความคิดเห็นอื่นให้ตนเองและผู้อื่น นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม เพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวที่ แสดงออกทางกายและวาจา มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุรสิทธิ์ สุวรรณไตร (2552: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มตาม ทฤษฎีเหตุผลและอารมณ์ เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านนาพัฒนา “กรป. กลางอุบลัมภ์” อำเภอนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์ นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย มีพฤติกรรมก้าวร้าวและพฤติกรรมหนีเรียน หลังจากที่ได้รับคำปรึกษาเพื่อพัฒนาตนเอง ให้มีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ลดลง รู้จักปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมเพื่อแบ่งเวลาในการทำ กิจกรรมและการเรียนหนังสือ ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์เปลี่ยนเป็น พฤติกรรมที่พึงประสงค์

มนฤดี ธรรมสอน (2553) ทำการวิจัยเพื่อ ศึกษาการใช้กิจกรรมเสนอตัว แบบเพื่อส่งเสริมระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนพฤติกรรมความมี ระเบียบวินัยต่ำโรงเรียนคอยเต่าวิทยาคม อำเภอคอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2552 จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ กิจกรรมการเสนอตัวแบบ และแบบ ประเมินพฤติกรรม ความมีระเบียบวินัยของนักเรียน โดยหาค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ แอลฟาของ ครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า ทีแบบจับคู่ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมเสนอตัว แบบมีระเบียบวินัยเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

ยุวนา ไชวพันธ์ (2555) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งของเด็ก ที่มีความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้น หลังการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งโดยใช้ เทคนิคการบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (CBT) และเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งของเด็กที่มี ความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้นก่อนและหลังการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรม กลุ่ม ตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้น ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษา ตอนปลาย ฝ่ายเด็กที่มีความสามารถพิเศษ ที่โรงเรียนไพฑูริคศึกษา จำนวน 4 คน โดยเลือกแบบ เจาจจากคุณลักษณะตามเกณฑ์ที่กำหนดและสมัครใจเข้าร่วมการวิจัย แบบแผนการทดลองที่ใช้

คือ Single Subject Design ด้วยวิธีสลับกับแบบ ABAB เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย แบบบันทึกพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งของเด็กที่มีความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้น แบบสำรวจตัวเสริมแรง และโปรแกรมการปรับพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งในเด็กที่มีความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้น โดยใช้เทคนิคการบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (CBT) การวิเคราะห์ข้อมูลผู้ป่วยใช้สถิติ Wilcoxon signed ranks test ผลการวิจัยพบว่า สามารถลดพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งของเด็กที่มีความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้

1.8.2 งานวิจัยต่างประเทศ

แพทเทอร์สัน (Patterson, 1965 อ้างถึงในอัจฉรา วิไลหงส์ 2545:28) ได้ทำการทดลองปรับพฤติกรรมของเด็กคนหนึ่งที่มีพฤติกรรมอยู่ไม่สุขเกินปกติ โดยใช้การเสริมแรงทางสังคมและการใช้การเสริมแรงด้วยสิ่งของในชั่วโมง ซึ่งเด็กสามารถเลือกสนใจงานใดก็ได้ เช่น อ่านหนังสือเงียบๆ ทำงานศิลปะอยู่กับที่ อ่านหรือเรียนคณิตศาสตร์เป็นกลุ่มเล็ก และเล่นดนตรีคนเดียว ถ้าเด็กคนนี้มี ความสนใจต่องานติดต่อกัน 20 วินาทีจะได้ 1 คะแนน และเขาจะได้รับขนม 1 ชิ้น หรือเหรียญเพนนี 1 เหรียญต่อ 1 คะแนนและทุกครั้งที่เขาได้รับรางวัลเพื่อนจะปรบมือให้หรือชมและครูจะชมเขาว่า เขาเก่งและทำดีขึ้นทุกวัน ผลการทดลองพบว่า การใช้การเสริมแรงด้วยสิ่งของและตามด้วยการเสริมแรงด้วยความสนใจจากเพื่อนและครู เมื่อเขามีพฤติกรรมที่พึงปรารถนา ทำให้เขามีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ไม่มีพฤติกรรมชนอยู่ไม่สุขเกินปกติ

แอนเดอร์สัน (Anderson, 1978:3460-A อ้างถึงในศิริรัตน์ แสนยากุล 2546:33) ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกทักษะทางสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสมของคนปัญญาอ่อน โดยใช้ตัวอย่าง 26 คน แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการฝึกโดยให้อภิปรายในหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพและการแสดงออก การสื่อสารระหว่างบุคคล และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ส่วนกลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มควบคุมให้อภิปรายถึงเรื่องทั่วไป ทุกกลุ่มได้รับการฝึกสัปดาห์ละ 4 ครั้งเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติทั้งสามกลุ่ม

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ในการจัดกิจกรรมแนะแนวมีกลวิธีที่หลากหลายเพื่อพัฒนาพฤติกรรมของผู้เรียน เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญารวมทั้งเรื่องของคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่พึงประสงค์และระเบียบวินัย ช่วยให้ผู้เรียนค้นพบและเข้าใจ ยอมรับในความสามารถของตนเองมีความคิดสร้างสรรค์ การคิดแก้ปัญหาต่างๆ โดยใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมที่เป็นกิจกรรมกลุ่ม กิจกรรมเดี่ยว การใช้ตัวแบบ ผ่านการเรียนรู้อย่างเป็นกัลยาณมิตร โดยอาศัยความร่วมมือกันหลาย ๆ ฝ่าย อาทิ ตัวเด็ก ผู้ปกครอง โรงเรียนและชุมชน

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่สามารถนำไปสู่การพัฒนาตนเองได้อย่างมีคุณค่าช่วยให้นักเรียนนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ต่อไป

2. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับจิตตปัญญาศึกษา

2.1 ความหมายของจิตตปัญญาศึกษา

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการโครงการบริการวิชาการสังคม 2556) ได้กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษาเป็นการศึกษาที่เน้นและให้ความสำคัญกับการพัฒนาความตระหนักรู้และการเรียนรู้มิติ/โลกด้านใน (อารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ หัตถนะ/มุมมองต่อชีวิตและโลก) ของตนเอง ให้คุณค่าในเรื่องการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ ซึ่งหมายถึงการสังเกตอย่างมีสติต่อการเปลี่ยนแปลงภายในของตนเองที่เกิดจากการเผชิญกับผู้อื่นและโลกภายนอก ผ่านกระบวนการ/วิธีการและกิจกรรมที่หลากหลาย (การนั่งสงบอยู่กับตนเอง/ การเจริญสติภาวนา self and group reflection, dialogue, deep listening, journaling, กิจกรรมอาสาสมัคร/บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ศิลปะ ดนตรี โยคะ นิเวศน์ภาวนา...ไปจนถึงพิธีกรรมทางศาสนา) มีเป้าหมายก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Fundamental) อย่างลึกซึ้ง (Profound) ทางความคิดและจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก ส่งผลต่อการประพฤติปฏิบัติและการดำเนินชีวิตอย่างมีสติและปัญญา มีความรักความเมตตาต่อตนเองและสรรพสิ่งทั้งในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งและเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ (จุมพล พูลภัทรชีวิน มติชนรายวัน 2552: 9)

ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล ที่เสนอต่อสำนักงานส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษา คือ กระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การศึกษาที่เน้นการพัฒนาในด้านในอย่างแท้จริงเพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจากอคติเกิดความรักความเมตตาอ่อนน้อมต่อธรรมชาติ มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล

ประเวศ วะสี (2550: 13-14) ได้ให้แนวคิดที่ว่า จิตตปัญญา เป็นการศึกษาที่ทำให้เข้าใจด้านในของตนเองและเกิดปัญญาเข้าถึงความจริงสูงสุด ทำให้เปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับโลกและผู้อื่น เกิดความเป็นอิสระ เกิดความรักอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์ และธรรมชาติทั้งหมด อันเป็นไปเพื่อชีวิตและการอยู่ร่วมกันที่ดี โดยการปฏิบัติกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง เกิดการพัฒนาที่แท้จริง

วิจักขณ์ พานิช (2550 อ้างใน สลักจิต ตริธรรโสภาส 2553: 34-35) กล่าวว่า การเรียนรู้ ที่เกิดขึ้นได้ในสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ให้ความสำคัญและเอาใจใส่จิตใจของ

ผู้เรียนอยู่ทุกขณะ มาจากการเอาใจใส่จิตใจกระบวนการเรียนรู้ สามารถทำได้ใน 3 ลักษณะ คือ 1). การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) เป็นการฟังด้วยความตั้งใจ สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของเรื่องที่ได้ฟังด้วยจิตใจที่ตั้งมั่น รวมถึงการมอง การอ่าน การสัมผัส ฯลฯ 2). การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) เป็นกระบวนการต่อเนื่องจากการฟังอย่างลึกซึ้งที่กระทบกับประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิต น้อมเข้ามาสู่ใจ นำมาคิดอย่างใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง สงบเยือกเย็น แล้วลองนำไปปฏิบัติให้เห็นผลจริง เป็นการเพิ่มพูนความรู้อีกระดับหนึ่ง 3). การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง (Meditation) การปฏิบัติธรรมหรือการภาวนา เฝ้ามองดูธรรมชาติที่แท้จริงของจิต นั่นคือ การเปลี่ยนแปลงไม่คงที่ ความบีบคั้น กระแสแห่งเหตุปัจจัย ทำให้เราเห็นความเชื่อมโยงจากภายในสู่ภายนอกที่ไม่ยึดติด ไม่มีอยู่จริงในธรรมชาติ เป็นเพียงการเห็นผิดไปของจิตเท่านั้น

สำหรับชลลดา ทองทวี และคณะ (2551: 14) ได้นิยามความหมายไว้ว่าจิตตปัญญา คือ กระบวนการเรียนรู้และบริบทที่เป็นเหตุปัจจัยเกื้อกูลต่อองค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาจากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ โดยหยั่งรากลงถึงฐานคิดเชิงศาสนา มนุษยนิยมและองค์รวมบูรณาการ

ศุมน อมรวิวัฒน์ (2551 อ้างใน สลักจิต ตริธรรโสภาส 2553: 5) ได้ใช้คำว่าจิตตปัญญาศึกษา แปลมาจากคำว่า Contemplative Education โดยมีคำอธิบายที่ผู้ทรงคุณวุฒิได้พิจารณาร่วมกันหลายท่านว่า หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เป็นการศึกษาที่เน้นการพัฒนาด้านในอย่างแท้จริงเพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจากอคติเกิดความรักความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติมีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล

จารุพรรณ กุลศิริก (2553: ออนไลน์) กล่าวว่า จิตตปัญญา หมายถึง การศึกษาที่เน้นการพัฒนาจิตใจ ซึ่งเป็นคุณภาพด้านในของมนุษย์ เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ โดยปราศจากอคติ ไม่แบ่งแยกหรือตัดสิน ถูก-ผิด ขาว-ดำซึ่งการเรียนรู้แบบนี้จะก่อให้เกิดความรักความเมตตา มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และเป็นการร่วมสร้างสังคมพื้นฐานทางปัญญา

จุมพล พูลภัทรชีวิน (2553: 4) กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษา คือ การศึกษาที่เน้นและให้ความสำคัญกับการพัฒนาความตระหนักรู้ การเรียนรู้เท่าทันมิติ/โลกด้านใน (อารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ ทศณะ มุมมองต่อชีวิตและโลก) ของตนเองให้มีคุณค่า ในเรื่องการเรียนรู้อย่างใคร่ครวญ ซึ่งคือการสังเกตอย่างมีสติต่อการเปลี่ยนแปลงภายในของตนเองที่เกิดขึ้นจากการเผชิญกับผู้อื่นและโลกภายนอก ผ่านกระบวนการ กิจกรรมที่หลากหลาย มีเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้งทางความคิด และจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก ส่งผลต่อการประพฤติปฏิบัติและการดำเนินชีวิตอย่างมีสติและปัญญา มีความรักความเมตตาต่อตนเองและสรรพสิ่งทั้งในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งและเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ

สลักจิต ตรีธมโสภาส (2553: 7) สรุปว่า จิตตปัญญาศึกษา คือ การเรียนรู้ด้วยหัวใจ ที่ใคร่ครวญ เข้าใจด้านในของตนเอง เข้าถึงความจริงทำให้เปลี่ยนแปลงมุมมองเกี่ยวกับโลกและผู้อื่นเกิดความเป็นอิสระ ความสุขและปัญญา ความรักต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติ เช่น จากการทำงานศิลปะ โยคะจากธรรมชาติ จากสุนทรียสนทนาจากการทำงานอาสาสมัครเพื่อสังคมการเรียนรู้จากธรรมชาติ และจิตภาวนา เป็นต้น

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าจิตตปัญญาศึกษา คือแนวทางการศึกษา ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และให้ความสำคัญกับการพัฒนาความตระหนักรู้แบบองค์รวม การเข้าถึงความคิดความงาม และความจริงของชีวิต ในเรื่องการเรียนรู้อย่างใคร่ครวญ การสังเกตอย่างมีสติต่อการเปลี่ยนแปลงภายในของตนเองที่เกิดขึ้นจากการเผชิญกับผู้อื่นและโลกภายนอกผ่านรูปแบบกระบวนการ กิจกรรมที่หลากหลายและปัจจัยเกี่ยวพัน คือ การจัดสภาพแวดล้อมและการประเมินผลที่เอื้อต่อการเรียนรู้ มีเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้งทางความคิด และจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก ส่งผลต่อการประพฤติปฏิบัติและการดำเนินชีวิตอย่างมีสติ

2.2 ความสำคัญของจิตตปัญญาศึกษา

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการโครงการบริการวิชาการสังคม 2556) ได้กล่าวว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวจิตตปัญญาศึกษา น่าจะเป็นคำตอบหนึ่งที่สามารถนำมาเพื่อแก้ไขปัญหาคุณภาพการศึกษาที่เป็นอยู่ในปัจจุบันให้บรรลุเป้าหมายของตามหลักสูตรได้ เพราะสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้ในรายวิชาต่างๆ ได้ทุกวิชา โดยเฉพาะการจัดกระบวนการเรียนรู้ในคาบแนะแนว เพราะเน้นการเรียนรู้จากภายในตัวผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญและยึดผู้เรียนเป็นสำคัญจริงๆ ครูเป็นเพียงกระบวนการที่จัดกระบวนการเรียนรู้ให้เกิดจากภายในของผู้เรียน ผู้เรียนเป็นผู้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ รู้จักคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น รู้สึกเป็น เขียนเป็น และพูดเป็น (ไม่เป็นการโคลนนิ่งความรู้จากครู) การเรียนรู้เรื่องในตัวทำให้เกิดความสมบูรณ์ในตัวเอง มองเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งที่สัมพันธ์กัน มีวิสัยทัศน์ที่กว้างไกล ตรงตามความเป็นจริง ไม่บีบบังคับทั้งในตนเองและกับผู้อื่น ทำให้ผู้เรียนเกิดสุขภาวะแบบองค์รวม ที่สงบสุข มีความเก่ง ความดี และความงาม ช่วยให้สังคมมีความสันติสุขอย่างแท้จริง ซึ่งแนวคิดต่างๆ เหล่านี้สอดคล้องกับปรัชญาและหลักการแนะแนวเป็นอย่างดี เพื่อพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ให้กับลูกศิษย์ของตนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของหลักสูตรต่อไป

สรุปได้ว่า จิตตปัญญาสามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อจัดกระบวนการเรียนรู้ในรายวิชาต่างๆ ได้ทุกวิชา โดยเฉพาะการจัดกระบวนการเรียนรู้ในคาบแนะแนว เพราะเน้นการเรียนรู้จากภายในตัวผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญและยึดผู้เรียนเป็นสำคัญจริงๆ ครูเป็น

เพียงกระบวนการที่จัดกระบวนการเรียนรู้ให้เกิดจากภายในของผู้เรียน ผู้เรียนเป็นผู้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ รู้จักคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น รู้สึกเป็น เขียนเป็น และพูดเป็น ทำให้ผู้เรียนเกิดสุขภาวะแบบองค์รวม ที่สงบสุข มีความเก่ง ความดี และความงาม ช่วยให้ผู้เรียนมีความสนใจอย่างแท้จริง ซึ่งสอดคล้องกับปรัชญาและหลักการแนะแนวเป็นอย่างดี

2.3 แนวคิดที่มาของจิตตปัญญาศึกษา

ชลลดา ทองทวี และคณะ (2551:37-54) ได้ศึกษาความเป็นมาและกล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษาเริ่มต้นขึ้นในสหรัฐอเมริกา ในปี ค.ศ. 1974 ที่มหาวิทยาลัยนาโรปะมลรัฐโคโลราโด สหรัฐอเมริกา ซึ่งก่อตั้งขึ้นโดย เซอเกียม ตรุงปะ รินโปเซ บนฐานของพุทธศาสนานิกายวัชรยาน แต่เริ่มเป็นที่รู้จักแพร่หลายมากยิ่งขึ้นในช่วงไม่กี่ปี มานี้ ในหมู่นักการศึกษาในทุกระดับ ได้ขยายตัวส่งอิทธิพลต่อไปยังสังคมภายนอก ที่มีความสนใจในเรื่องการเรียนรู้เพื่อพัฒนาจิตใจ โดยที่รากฐานที่มาและหลักการของแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้น มีที่มาจากแนวคิดที่สำคัญ 3 ส่วน ได้แก่ 1) แนวคิดเชิงศาสนา/ความเชื่อ 2) แนวคิดเชิงมนุษยนิยม และ 3) แนวคิดเชิงบูรณาการและองค์รวม ดังนี้

1. แนวคิดเชิงศาสนา/ความเชื่อ

การเรียนรู้เพื่อพัฒนาจิตใจ หรือพัฒนาด้านในนั้น ได้เริ่มต้นจากแนวคิดปรัชญาทางศาสนา ซึ่งมีพื้นฐานของการเรียนรู้ที่ขึ้นอยู่กับศรัทธาในศาสนา และการปฏิบัติตนตามหลักคำสอนกลุ่ม แนวคิดการเรียนรู้ได้แก่

- 1.1 การเรียนรู้ ไคร์ครวญ ผ่านการเคารพศรัทธาที่สมบูรณ์ต่อพระเจ้า/เทพเจ้า
- 1.2 การเรียนรู้ ไคร์ครวญ ผ่านศรัทธาต่อครูของศิษย์
- 1.3 การเรียนรู้ ไคร์ครวญ ผ่านการปฏิบัติภาวนารูปแบบต่างๆ นาสู่ญาณทัศนะ

และปัญญา

1.4 การเรียนรู้ ไคร์ครวญ ผ่านการทำงานเพื่อขัดเกลาสละตัวตน เช่น กรรมโยคะของ ฮินดู การทำงานช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์และถวายแด่พระเจ้าของศาสนาคริสต์ หรือการอธิษฐานเป็นพระโพธิสัตว์ของนิกายมหายานของพุทธ บนหลักพรหมวิหาร 4

2. แนวคิดเชิงมนุษยนิยม

กลุ่มแนวคิดนี้ได้พัฒนาเป็นลำดับต่อจากแนวคิดเชิงศาสนา/ความเชื่อ โดยมีลักษณะมุ่งสืบค้นพัฒนาศักยภาพด้านในของความเป็นมนุษย์ แนวคิดนี้ได้เกิดขึ้นและพัฒนาไปพร้อมกับแนวคิดปัจเจกชนนิยม (Individualism) ในยุคโรแมนติก ระหว่างคริสต์ศตวรรษที่ 19 ต่อเนื่องจนถึงยุคสมัยใหม่ แนวคิดกลุ่มนี้ ได้แก่

2.1 การเรียนรู้ ใคร่ครวญ ผ่านการเคารพธรรมชาติของผู้เรียน

2.2 การเรียนรู้ ใคร่ครวญ ผ่านการเรียนรู้เชิงประสบการณ์

2.3 แนวคิดเชิงบูรณาการและองค์รวม

กลุ่มแนวคิดนี้อยู่บนฐานของการบูรณาการและความเป็นองค์รวมในธรรมชาติในยุคหลังสมัยใหม่ เพื่อตั้งคำถามต่อกระบวนทัศน์เชิงวิทยาศาสตร์แบบกลไกของยุคสมัยใหม่ ที่มองโลกอย่างแยกส่วนเพื่อศึกษาวิเคราะห์เชิงกลไก และแยกมิติกายจากจิตวิญญาณ ทำให้เกิดวิกฤตทางสังคมและสิ่งแวดล้อมในปัจจุบัน แนวคิดกลุ่มนี้ ได้แก่

2.3.1 การเรียนรู้ใคร่ครวญ ผ่านการสัมผัสความเป็นองค์รวมของธรรมชาติ

2.3.2 การเรียนรู้ใคร่ครวญ ผ่านการปฏิบัติในเชิงชุมชนและเครือข่าย

2.3.3 การเรียนรู้ใคร่ครวญ ผ่านการเห็นเชื่อมโยง การคิดเชิงระบบและการประยุกต์ ใช้ตามแนวคิดเชิงกระบวนทัศน์ใหม่ เช่น ควันตัมฟิสิกส์ (QuantumPhysics) และทฤษฎีไร้ระเบียบ (Chaos Theory) แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาจึงมีรากที่มาและพัฒนาการตามลำดับ มีความแตกต่างกันในแต่ละยุคสมัย และต่างไปตามบริบทเชิงวัฒนธรรมแต่ล้วนมีลักษณะร่วมสำคัญประการหนึ่ง คือ จิตตปัญญาศึกษาเป็น การเรียนรู้ในระดับฝังลึก(Tacit Learning) ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับวิถีคิดหรือกระบวนทัศน์โดยการเข้าถึงและเข้าใจต้องอาศัยประสบการณ์ตรงของบุคคล และขึ้นอยู่กับบริบทเฉพาะของตน ผู้สอนมีบทบาทช่วยเปิดโอกาส และสร้างพื้นที่การเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน แต่ผู้สอนไม่ได้เป็นแหล่งที่มาของความรู้ในการพัฒนามนุษย์ ตามลักษณะทั่วไปของการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาจึงเคารพต่อภูมิหลัง และศักยภาพการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างไม่มีเงื่อนไข ให้ความสำคัญต่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ร่วมกัน และเน้นการเรียนรู้สู่ใจอย่างใคร่ครวญด้วยกระบวนการ จิตตปัญญาเป็นพื้นฐานสำคัญกระบวนการปฏิบัติเน้นให้ผ่านประสบการณ์ตรงและเปิดกว้างต่อการดำรงอยู่ตามธรรมชาติซึ่งจะนำไปสู่การตระหนักรู้เกิดปัญญาใจเข้าชีวิตและธรรมชาติ

วิจักขณ์ พานิช (2550. อ้างใน สลักจิต ตรีธณโสภาส 2553: 34-35) ได้สรุปว่า จิตตปัญญาศึกษานั้นเป็นการศึกษาบนพื้นฐานของการศิโรราบ คือการรับฟังเสียงด้านในให้ความสำคัญเคารพและเชื่อมั่นในสิ่งที่ตัวเองเป็น ให้ความสำคัญธาตุต่อทุกประสบการณ์ที่ตนเองเคยผ่านมาไม่ว่าจะดีหรือร้ายในสายตาผู้อื่น และพร้อมจะหลอมรวมเอาทุกอย่างที่มีในตนเองออกมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่นอย่างไม่เงินอายุ โดยพร้อมที่จะเอาชีวิตเข้าแลกกับทุกประสบการณ์การเรียนรู้ของชีวิตด้วยความกล้าหาญบนพื้นฐานของการภาวนาหล่อเลี้ยงให้คุณค่าแก่พื้นที่ว่างภายในอันไพศาลรู้จักผ่อนพักปล่อยวาง และเปิดรับกับสถานการณ์โดยปราศจากแรงต้านจนปมความยึดมั่นทั้งหลายสามารถคลี่คลายไปในอ้อมแขนแห่งความอ่อนโยนและความรักแห่งจักรวาล ตามท่วงทำนองและครรลอง

ของการดับสลาย ผุดบังเกิดใหม่พลั่วไหว และไหลเลื่อน เป็นคุณค่าและความหมายของการดำรงอยู่ที่แท้จริง

ณัฐพศ วังวิญญู (2550: ออนไลน์) มหาบัณฑิตจากมหาวิทยาลัยนาโรปะอีกผู้หนึ่งอธิบายแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไว้ในปี พ.ศ. 2550 ว่าเป็นการศึกษาแบบเอาชีวิตเข้าแลก โดยเห็นว่จิตตปัญญาศึกษาน่าจะเป็นหนทางฝึกฝนเพื่อการตื่นรู้และการดำรงอยู่อย่างเต็มเปี่ยมรับรู้ทั้งโลกภายนอกและโลกภายในตัวเราในแต่ละปัจจุบันขณะโดยเอาทั้งหมดของตัวเราเข้าเรียนรู้ เอาชีวิตของเราเข้าแลกกับการรับรู้ปัจจุบันขณะ อันถือเป็นประตูหรือทางเข้าสู่การมองเห็นความงามอันวิจิตรและความดีอันประเสริฐ และความจริงอย่างที่ป็นในชีวิตและโลก ทั้งนี้ด้วยการรับรู้หรือเรียนรู้เช่นนี้ เราอาจจะมองเห็นโลกที่ซ้อ่นๆ กันหลายๆ ใบเป็นข่ายใขชีวิตที่ซ้อ่นในความเรียบง่าย ตรงไปตรงมา เห็นน้ำค้างเกาะตามยอดหญ้า และกิ่งไม้ยามเช้าเห็นแสงสาดส่องผ่านม่านหมอกและไอนิน เห็นสิ่งต่าง ๆ เชื่อมโยงกันอย่างเป็น อิทัปปัจจยิตา เราสามารถชื่นชมความแตกต่างหลากหลายโดยเห็นความคิดของคนอื่นสอดร้อยเชื่อม โยงกับความคิดเรา และทำให้เกิดปัญญาร่วมเป็นระบบนิเวศแห่งความรู้ที่มั่งคั่งและเสริมสร้างความแข็งแกร่งให้แก่กันและกันและเมื่อนั้นเราจะดำรงอยู่ในความไม่แยกส่วนและไม่แบ่งแยก

สำหรับประเทศไทยนั้นในปี พ.ศ. 2549 มีกลุ่มผู้ที่สนใจแนวคิดเรื่องการขับเคลื่อนสังคมสู่จิตสำนึกใหม่ โดยใช้ชื่อว่ากลุ่มจิตวิวัฒน์ ได้สร้างแรงผลักดันและมีส่วนสำคัญในการสนับสนุนให้ผู้ที่สนใจที่จะใช้กระบวนการเชิงจิตตปัญญา เข้าไปในการเรียนการสอน ทั้งในและนอกระบบการศึกษา จึงได้ร่วมผลักดันเรื่องนี้ให้เกิดขึ้นในสังคมไทย โดยรวมตัวกันเป็นเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา และได้ก่อตั้งศูนย์จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education Center) ขึ้นมาที่มหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อเป็นแหล่งข้อมูลในการขับเคลื่อนการพัฒนาการเรียนรู้อย่างจิตตปัญญาศึกษา มีหน่วยงานและสถาบันอื่นที่สนใจและเข้ามามีส่วนร่วม อาทิ การก่อตั้งของศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ทั้งนี้ ยังมีองค์กรและสถาบัน อื่นๆ ในเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา ที่ได้เคลื่อนไหวการจัดการการเรียนรู้ในลักษณะนี้ ในสังคมไทยมาก่อนหน้านี้ แต่ไม่ได้ใช้คำว่า จิตตปัญญาศึกษา ได้แก่ โรงเรียนรุ่งอรุณ สถาบันอาศรมศิลป์ เครือข่ายโรงเรียนวิถีพุทธ โรงเรียนสัตยาไสและสถาบันขวัญเมือง เป็นต้น

2.4 หลักการของจิตตปัญญาศึกษา

ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาพลังแห่งแผ่นดินเชิงคุณธรรม สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้ (องค์กรมมหาชน) ร่วมกับเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษาได้มีสร้างชุดความรู้การอบรมและกระบวนการด้านจิตตปัญญาศึกษา เพื่อเป็นแนวทางเริ่มต้นในการสร้างเปลี่ยนแปลงในจิตใจมนุษย์ได้สังเคราะห์ปรัชญาพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษาไว้ 2 ประการ คือ

1. ความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์(Humanistic Value) เป็นความเชื่อมั่นว่ามนุษย์มีศักยภาพ สามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง โดยมีประสบการณ์ตรงเป็นปัจจัยสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน

2. กระบวนทัศน์องค์รวม (Holistic Paradigm) คือการปฏิบัติต่อสรรพสิ่งอย่างไม่แยกส่วนจากชีวิต ด้วยทัศนะที่ว่ามนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของสรรพสิ่ง และสรรพสิ่งก็เป็นส่วนหนึ่งของมนุษย์มนุษย์กับสรรพสิ่งต่างเป็นองค์รวมของกันและกัน

หลักการพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษา สามารถสังเคราะห์ออกเป็น 7 หลัก ได้แก่

1. หลักการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) คือ การเข้าสู่ภาวะจิตใจที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้ และนำจิตใจไปใช้ทำงานอย่างใคร่ครวญทั้งในด้านพุทธิปัญญา (Cognitive) ด้านระหว่างบุคคล(Interpersonal) และด้านภายในบุคคล (Intrapersonal)

2. หลักความรักความเมตตา (Compassion) คือ การส่งพลังออกเพื่อโอบอุ้มดูแล และการจัดกระบวนการด้วยสิ่งแวดล้อมและบริบทที่เกื้อกูลต่อการเรียนรู้

3. หลักการเชื่อมโยงสัมพันธ์(Connection) คือ การช่วยให้เชื่อมโยงประสบการณ์ในกระบวนการเข้ากับชีวิตได้ บูรณาการสู่วิถีชีวิต และการเอื้อให้เกิดการเชื่อมโยงระหว่างกันและกัน เชื่อมโยงกับชุมชน และจักรวาล

4. หลักการเผชิญหน้า (Confronting) คือ การเปิดให้ตนเองออกจากพื้นที่ปลอดภัยของตนเอง เพื่อเข้าเผชิญกับพื้นที่เสี่ยง เพื่อเปิดพื้นที่การเรียนรู้ใหม่ๆ และเข้าใจถึงข้อจำกัดและศักยภาพของตนเองต่อการเรียนรู้และพัฒนา

5. หลักความต่อเนื่อง (Continuity) คือ การสร้างความไหลลื่นของกระบวนการ อันช่วยให้เกิดพลังพลวัตต่อการเรียนรู้ เพื่อ ช่วยเอื้อให้ศักยภาพการเรียนรู้ได้รับการปลดปล่อยและสามารถเข้าทำงานเพื่อบ่มเพาะพัฒนา

6. หลักความมุ่งมั่น (Commitment) คือ การเอื้อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำเอากระบวนการกลับไปใช้ในชีวิตอย่างต่อเนื่อง เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

7. หลักชุมชนแห่งการเรียนรู้(Community) คือ ความรู้สึกเป็นชุมชนร่วมกันที่เกื้อหนุนให้เกิดการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงภายในของแต่ละคน รวมถึงการสร้างเครือข่ายสัมพันธ์ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในกลุ่มซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องและเชื่อมโยงกับชีวิต

สรุปว่าหลักการจิตตปัญญาศึกษา คือการศึกษาที่เน้นการพัฒนาจากด้านในเพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจากอคติ มีสมาธิ เกิดสติ การรับรู้ที่เปิดใจ

จากการฟังอย่างลึกซึ้ง และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้แบบกัลยาณมิตร มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม สะท้อนคิดอย่างใคร่ครวญและสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้แบบองค์รวม

2.5 กระบวนการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา

ประเวศ วะสี (2550: 5) ได้สรุปว่า จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) มีรากฐานจากแนวคิดเรื่องไตรยางค์แห่งการเรียนรู้อันได้แก่ การเรียนรู้ในฐานวัฒนธรรม เพื่อการทำเป็น คือเอาวิถีชีวิตร่วมกันเป็นตัวตั้ง ไม่เอาวิชาเป็นตัวตั้ง การเรียนรู้ด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์เพื่อการคิดเป็น คือใช้เหตุผลวิเคราะห์สังเคราะห์ให้สิ่งที่รับรู้กลายเป็นความรู้ที่คมชัดลึกยิ่งขึ้นและการเรียนรู้ด้วยจิตตปัญญาศึกษา เพื่อความรู้แจ้ง คือการศึกษาจากการ ดูจิตของตนเอง แล้วเกิดปัญญา โดยมีเป้าหมายหลักให้ผู้เรียนตื่นรู้ เกิดจิตสำนึกใหม่เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง เปลี่ยนแปลงความรู้สึกรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติ เพื่อเป็นรากฐานของการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน เพื่อการอยู่ร่วมกันโดยสันติอย่างแท้จริง การเอาชีวิตและการอยู่ร่วมกันเป็นตัวตั้งนี้เอง ที่เป็นฐานใหญ่ที่สุดของการจัดการศึกษาแบบจิตตปัญญาศึกษาที่มีเป้าหมายเพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจากอคติเกิดความรัก ความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติมีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมบูรณ์ระบบของการเรียนรู้มีองค์ 3 ที่เข้ามาประกอบกันเป็นรูปพระ เจริญ โดยเรียกการเรียนแบบเอาชีวิตและการอยู่ร่วมกันว่าเป็นการเรียนรู้ในฐานวัฒนธรรม ซึ่งถือเป็นฐานล่างสุดของเจริญแห่งการเรียนรู้เพื่อให้ทำเป็นโดยส่วนกลางเจริญคือกระบวนการทางวิทยาศาสตร์เพื่อให้เกิดเป็นและส่วนยอดสุดของเจริญคือ จิตตปัญญาศึกษา

ชลลดา ทองทวี และคณะ (2551: 244-268) ได้สรุปรายงานจากการศึกษาวิจัยจิตตปัญญาศึกษา ว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่น้อมเอาประสบการณ์ตรงเข้ามาสู่ใจอย่างใคร่ครวญโดยผู้เรียนบ่มเพาะความเปิดกว้างอ่อนน้อมถ่อมตน และเปิดรับต่อความสดใหม่ในการดำรงชีวิตอยู่ในปัจจุบันขณะ มองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง นำสู่การเกิดปัญญา ตระหนักรู้เห็น ละวางตัวตน ทั้งนี้ กระบวนการที่ใช้ในการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา ส่วนหนึ่ง มีลักษณะของการนำกระบวนการและเครื่องมือของการเรียนรู้พัฒนาด้านในบนฐานของศาสนาและความเชื่อต่าง ๆ หลายกระบวนการ (อาทิสมาธิหรือโยคะ) มาให้คุณค่าใหม่ในลักษณะของการบูรณาการ และการสร้างขึ้นมาใหม่ จากขบวนการจิตตปัญญาศึกษาที่ก่อตัวและพัฒนาขึ้นที่ผ่านมา กล่าวได้ว่า คือการศึกษาที่ต้องให้ความสำคัญต่อ

1. ประสบการณ์ตรงของการเรียนรู้
2. การศึกษาที่ให้ความสำคัญต่อการรับฟังอย่างลึกซึ้ง และการเรียนรู้ด้วยใจที่เปิดกว้าง
3. การศึกษาที่ให้ความสำคัญต่อการเคารพศักยภาพแห่งการเรียนรู้ของทุกคน

4. การศึกษาที่ให้ความสำคัญต่อการน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ
 5. การเฝ้ามองเห็นตามความเป็นจริง
 6. การศึกษาที่ให้ความสำคัญต่อความสดของปัจจุบันขณะ
 7. การศึกษาที่ให้ความสำคัญต่อการให้คุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญาอันหลากหลายของท้องถิ่นและวัฒนธรรม
 8. การศึกษาที่ให้ความสำคัญต่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ร่วมกัน
- สรุปว่า เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ต้องให้ความสำคัญต่อประสบการณ์ตรงของการเรียนรู้การรับฟังอย่างลึกซึ้ง และการเรียนรู้ด้วยใจที่เปิดกว้าง การเคารพศักยภาพแห่งการเรียนรู้ของทุกคน การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ การเฝ้ามองเห็นตามความเป็นจริง ความสดของปัจจุบันขณะ การให้คุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญาอันหลากหลายของท้องถิ่นและวัฒนธรรม และการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ร่วมกัน

2.6 การจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้งทางความคิด และจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก โดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลายรูปแบบเพื่อพัฒนามนุษย์อย่างสมบูรณ์ ได้มีผู้ศึกษาและให้แนวคิดไว้ดังนี้

กฤษณา ตันติผลาชีวะ(2548 อ้างใน หทัยรัตน์ ทรวดทรง 2550: 33) กล่าวว่า การเรียนการสอนที่พัฒนาปัญญาผู้เรียน ต้องเข้าถึงความเป็นองค์รวมของผู้เรียน ได้แก่สภาพร่างกายจิตใจ ปัญญา และบริบทของตัวผู้เรียนที่เป็นเงื่อนไขบ่งชี้ถึงความต้องการและความสนใจในการเรียน การสอนที่เน้นผู้เรียนนี้ ต้องมีลักษณะของการเรียนการสอนที่กระตุ้นความสนใจผู้เรียน สร้างให้ผู้เรียนเกิดการร่วมคิดร่วมค้นและการรู้ตนเอง ตลอดเวลาของการสอนโดยผ่านกิจกรรมสำหรับผู้เรียน 5 ประการ คือ การเรียนต้องลงมือกระทำด้วยความคิด (A) ต้องมีการแสดงออก (B) ต้องมีการเรียนแบบร่วมมือ (C) ซึ่งหมายถึงไม่ได้เรียนคนเดียว แต่เรียนเป็นกลุ่มย่อย 4-5 คน มีการค้นพบ(D) อาจค้นพบตัวเองด้านความรู้ หรือความเข้าใจในตน ในขณะที่เดียวกันก็รู้ว่าตนก้าวหน้าทางการเรียนไปอย่างไร (P) โดยทั้งนี้ครูจะกระตุ้นให้กระบวนการสอน (A) ซึ่งเน้นมาก ครูผู้สอนต้องประเมินความสำเร็จของการสอนตลอดเวลาพร้อมแก้ไข และปรับปรุงบรรยากาศการเรียนรู้ อย่างสม่ำเสมอ การสอนแบบจิตตปัญญาจะเน้นถึงการใช้ปัญญาควบคู่ไปกับจิตใจที่สุนทรีย์ ซึ่งความสัมพันธ์ขององค์รวมผู้เรียนและการจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญามีความเกี่ยวเนื่องกัน

กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบจิตตปัญญา เป็นการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนมีการปฏิบัติและเกิดการคิดโดยใช้กิจกรรมเป็นฐานประกอบกับการทำงานร่วมมือกันเป็นกลุ่ม ซึ่งในแต่ละขั้นตอนของการสอนครูต้องใส่ใจต่อการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน เพื่อปรับกลยุทธ์การ

สอนของครูที่จะทำให้การจัดกิจกรรมบรรลุจุดประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ คือ ผู้เรียนสนุกและเรียนรู้ในเรื่องที่ผู้เรียนสอนอย่างประทับใจประกอบด้วยกระบวนการ 6 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 ศึกษาสภาพและความต้องการของผู้เรียน การศึกษาสภาพและความต้องการของผู้เรียน เป็นงานขั้นต้นที่มีความสำคัญสำหรับการสอนแบบจิตตปัญญาส่วนครูต้องทราบว่าครูจะสอนชั้นไหน วิชาอะไร ลักษณะผู้เรียนเป็นอย่างไร อ่อน เก่ง ชน คือหรือมีปัญหาที่ต้องให้ความสนใจพิเศษ ทั้งนี้เพื่อให้การออกแบบกิจกรรมเป็นไปอย่างสอดคล้องกับผู้เรียน นอกจากนี้ ครูต้องรู้สภาพท้องถิ่นของผู้เรียนเพื่อประมวลประสบการณ์เข้ามาออกแบบกิจกรรม จากข้อมูลที่ได้ครูสามารถบูรณาการกิจกรรมการสอนที่ชัดเจนเหมาะสมกับผู้เรียน

ขั้นที่ 2 กำหนดมโนทัศน์ที่ต้องเรียน การสอนให้เกิดมโนทัศน์ เป็นการสร้างความสามารถทางปัญญาให้แก่ผู้เรียนฝึกผู้เรียนให้รู้จักประมวล การประมวลข้อมูลความจริงที่ได้รับจากประสบการณ์หรือกิจกรรมการเรียนรู้ที่ครูจัด ซึ่งหลักการสอนสร้างมโนทัศน์ที่สำคัญนั้นครูต้องให้ผู้เรียนคิดสะท้อนความคิด หาความสัมพันธ์ของข้อมูลที่เกี่ยวข้องแล้วพัฒนาเป็นมโนทัศน์

ขั้นที่ 3 กำหนดจุดประสงค์ของการสอนให้เหมาะสมกับวัยและพัฒนาการของเด็กในแต่ละระดับชั้น มุ่งส่งเสริมพัฒนาการทุกด้านของเด็กโดยองค์รวมอย่างต่อเนื่อง ให้เด็กพัฒนาจิตสำนึกที่ดีต่อตนเองและส่วนรวม รวมทั้งมีประสบการณ์ตรงซึ่งเป่าหมายการศึกษา

ขั้นที่ 4 ออกแบบกิจกรรมการสอน เป็นขั้นของการพัฒนากิจกรรมการสอนที่มุ่งคุณสมบัติสำคัญของกิจกรรมการเรียนรู้แบบจิตตปัญญา 5 ประการ คือ

- A (Active Learning) การปฏิบัติการคิดในการทำกิจกรรมระหว่างเรียน
- B (Behaving Well) การแสดงออกระหว่างเรียน ทั้งเพื่อการแสดงผลงานและการมีส่วนร่วมในกลุ่ม
- C (Cooperative Learning) การเรียนรู้แบบร่วมมือที่เกิดจากการเรียนในกลุ่มย่อยที่กำหนดในกิจกรรม
- D (Discovery Learning) การเรียนรู้จากการค้นพบในการทำกิจกรรมระหว่างเรียน

P (Progress) การก้าวหน้าในการเรียน ซึ่งสังเกตได้โดยครูและผู้เรียนเอง

ขั้นที่ 5 ดำเนินการสอน การเรียนรู้แบบจิตตปัญญามีขั้นตอนการสอนประกอบด้วยงานหลัก 5 ขั้นที่ครูต้องดำเนินการดังนี้

1. เตรียมความพร้อมก่อนสอนทุกๆ ครั้ง ครูต้องเตรียมความพร้อมของผู้เรียนด้วยกิจกรรมที่ครูเลือกสรรเพื่อนำเข้าสู่เรื่องที่เรียน ใช้เวลาประมาณ 3-5 นาทีเพื่อให้ผู้เรียนสงบจิตใจและพร้อมที่จะเรียน

3. บอกจุดประสงค์การสอนใช้เวลา 1 นาที เพื่อให้ผู้เรียนทราบว่าเรียนอะไรบ้างจะได้คิดตาม และสรุปผลได้ถูกเมื่อสิ้นสุดการเรียน

4. หากจุดสนใจ การเรียนรู้แบบจิตตปัญญาบางครั้งเราไม่สามารถดำเนินการสอนได้เลย ขึ้นอยู่กับลักษณะของผู้เรียน ความต้องการ ประสบการณ์

5. ดำเนินกิจกรรมการสอนตามแผน ขณะดำเนินกิจกรรมครูต้องประเมินตนเองตลอดเวลาว่ากิจกรรมนั้นกระตุ้นให้คิดหรือไม่ ผู้เรียนได้แสดงออกหรือไม่ เรียนรู้แบบร่วมมือหรือไม่ รู้อะไรเพิ่มขึ้นด้วยการประเมินการสอนตลอดระยะเวลาการสอน

6. สรุปบทเรียนจุดประสงค์หลัก คือ มุ่งประเมินสิ่งที่ผู้เรียนเรียนรู้ มีหลายวิธีทั้งที่เป็นการร่วมกันสรุป และการทดสอบ

ขั้นที่ 6 ประเมินภาพการสอน การประเมินภาพการสอน เป็นการตรวจสอบความก้าวหน้าของผู้เรียนตามจุดประสงค์การเรียนรู้ที่กำหนด การประเมินภาพนี้ต้องทำทุกระยะของกระบวนการสอน เพื่อดูความก้าวหน้าของผู้เรียน การปฏิบัติของครูและประสิทธิภาพของหลักสูตร

ชลลดา ทองทวี และคณะ (2551: 77-79) ได้สรุปรูปแบบแนวทางการประยุกต์ใช้จิตตปัญญาศึกษาสู่วงการต่างๆ นั้น ได้วางไว้ 2 ระดับ คือ ระดับหลักการและระดับรูปแบบโดยประมวลจากแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ดังนี้

1. ระดับหลักการ การประยุกต์ใช้ในระดับหลักการแนวคิดคือการนำหลักการพื้นฐานและความคิดความเชื่อทางจิตตปัญญาศึกษาไปพัฒนาและใช้ในกระบวนการเดิมที่มีอยู่ของแต่ละวงการณ์ หลักการที่ใช้เป็นฐานพิจารณาในการศึกษาครั้งนี้ คือ หลักการเชิงคุณค่าว่าด้วยการให้คุณค่าของการเรียนรู้ ค่านิยมความเชื่อและศรัทธาของทั้งผู้สอนและผู้เรียน หลักการเชิงกระบวนการว่าด้วยแนวทางพื้นฐานในการจัดรูปแบบและกิจกรรมการเรียนรู้และหลักการเชิงบริบทว่าด้วยปัจจัยแวดล้อมที่เกื้อหนุนต่อการเรียนรู้

2. ระดับรูปแบบ ศึกษาวิธีการและกระบวนการ ลักษณะการนำจิตตปัญญาศึกษาไปประยุกต์ใช้ในระดับวิธีการและกระบวนการเป็นการนำเครื่องมือ วิธีการการปฏิบัติตลอดจนกระบวนการไปปรับเสริม นำไปใช้ร่วมกับเครื่องมือเดิม หรือนำไปใช้ทั้งหมด ส่วนวิธีการและกระบวนการต่างๆ ที่พบจากการศึกษาเรื่องเครื่องมือและการปฏิบัตินั้นการศึกษาเรื่องการประยุกต์ใช้ในระดับรูปแบบของวิธีการและกระบวนการ จะพิจารณาตามกลุ่มของเครื่องมือและการปฏิบัติตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา ซึ่งเป็นการจัดกลุ่มตามแนวคิด Contemplative Tree โดย Contemplative Mind in Society และได้ใช้ในการศึกษาจัดกลุ่มเครื่องมือและการปฏิบัติตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาในครั้งนี้ ดังนี้การเรียนรู้ผ่านความสงบนิ่งได้แก่ การเจริญสติ การทำสมาธิ

การเรียนรู้ผ่านการเคลื่อนไหว ได้แก่การบริหารกายบริหารจิต เช่น โยคะ ไท้เก๊ก ชี่กง ตลอดจนการเดินจงกรม เป็นต้น การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงสร้างสรรค์ ได้แก่การทำงานศิลปะและงานสร้างสรรค์ต่าง ๆ การเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมทางสังคม ได้แก่ การเจริญสติในการทำงานในชีวิตประจำวัน อาสาสมัคร การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ ได้แก่ ศูนย์เรียนสนทนา การเขียนบันทึก และการสะท้อนการเรียนรู้ การเรียนรู้ผ่านพลังพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ได้แก่พิธีกรรมทางศาสนาหรือพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติตลอดจนการเข้าเจียบ และการปลีกวิเวกการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมรังสรรค์เช่น การสวดมนต์การอ่านพระคัมภีร์การภาวนาการประชุมเชิงปฏิบัติการโครงการเพิ่มขีดความสามารถของคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้การเป็นสถาบันพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ (2552) ได้แนะแนวทางการจัดกิจกรรม 5 ขั้นคือ

2.1 Check-in เตรียมความพร้อมในการเรียน การถ่ายทอดความรู้ โดยการให้สติอยู่กับตัวอาจจะให้ทำกิจกรรมนั่งสมาธิ

2.2 Dialogue ศูนย์เรียนสนทนา พูดและฟังเพื่อนพูดอย่างใคร่ครวญ ไตร่ตรอง ฟังอย่างรู้เท่าทัน ให้แขวนลอยคำถามให้ผู้พูดได้พูดอย่างเชื่อมโยง หยุดพูดโดยใช้ป้ายแสดงสถานะการพูด

2.3 Reflection ฟังแล้ววิเคราะห์ และสะท้อนความคิด ตามหัวข้อ และประเด็นต่าง ๆ เช่น คู่มือ ฟังเพลง

2.4 Check-out การทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง ว่าวันนี้ผู้เรียนได้เรียนรู้อะไร และให้สรุปพร้อมงานที่ได้รับมอบหมายการเรียนครั้งต่อไป

2.5 Journaling จดบันทึก แสดงให้เห็นความก้าวหน้าเป็นระยะๆ และทบทวนเป็นระยะๆ ส่งผู้สอน

อนุชาติ พวงสำลี (2553: ออนไลน์) ได้สรุปแนวคิดในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้านจิตตปัญญาศึกษาที่เป็นการศึกษาแบบองค์รวมที่เน้นการเรียนรู้ในแบบต่างๆ คือ

1. การเรียนรู้แบบบูรณาการและพหุสาทรพศาสตร์(Integrative & Transdisciplinary Learning) คือการเรียนรู้ที่ไม่แบ่งแยกศาสตร์สาขาต่างๆ ออกจากกันการเรียนรู้ด้วยวิธีนี้ตั้งอยู่บนฐานความเชื่อที่ว่า ศาสตร์สาขาต่างๆ แท้จริงแล้วมีจุดเริ่มต้นเหมือนกัน นั่นคือความพยายามที่จะอธิบายหรือทำความเข้าใจต่อปรากฏการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น

2. การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง (Experiential Learning) คือการเรียนรู้ที่ผู้เรียนนำตนเองเข้าสู่การลงมือปฏิบัติในสถานการณ์จริง และได้รับการกระตุ้นให้สามารถสะท้อน

ประสบการณ์การเรียนรู้ของตนเองเพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะด้านใหม่ๆ รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทัศนคติวิถีคิดและการมองโลกในแง่บวกที่แตกต่างไปจากเดิม

3. การเรียนรู้ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายใน (Transformative Learning) คือการเรียนรู้ที่ผู้เรียนเฝ้ามองความเปลี่ยนแปลงภายในของตนเองอันเกิดจากความสัมพันธ์ที่มีต่อโลกภายนอกโดยอาศัยจิตตปัญญาเป็นเครื่องมือ ซึ่งการพยายามฝึกหัดขัดเกลาตนเองด้วยวิธีการดังกล่าวนี้เอง จะนำพาผู้เรียนไปสู่ความเข้าใจต่อธรรมชาติของสรรพสิ่ง มองเห็นความเชื่อมโยงระหว่างตนเองและสิ่งต่างๆ รอบตัวอย่างไม่แยกส่วนเกิดความเข้าใจว่าการเรียนรู้ การงานและการดำเนินชีวิต ด้วยความสำคัญของการพัฒนามนุษย์ที่สมบูรณ์

สลักจิต ตรีธณ โสภาส คณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม (2553) ได้ประมวลกิจกรรมและวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแนวจิตตปัญญาศึกษาแบ่งออกเป็นขั้นตอนใหญ่ 3 ขั้นตอน ได้แก่

1. ขั้นสมาธิ หมายถึง การให้นักศึกษาหลับตาตั้งสติ ทำจิตให้นิ่ง ก่อนการเรียนการสอนใช้เวลา 5-10 นาทีในช่วงเวลาดังกล่าวจะมีการกล่าวถึงสิ่งที่ผ่านมาแล้วเชื่อมโยงกับบทเรียนใหม่และ กิจกรรมที่จะทำต่อไปในคาบเรียนต่อไปนี้แล้วปล่อยให้ทำจิตนิ่ง และเมื่อครบเวลาก่อนที่นักศึกษาจะลืมตาผู้สอนจะทบทวนอีกครั้งว่า นักศึกษาและผู้สอนจะต้องทำสิ่งใดอย่างไรใช้เวลาประมาณเท่าใด

2. ขั้นคิดและใคร่ครวญ หมายถึง การนึก ใคร่ครวญอย่างเงียบๆ เพื่อทำความเข้าใจวิเคราะห์เหตุและผลจนสามารถเข้าถึงความจริง ความดี ความงาม ของบทเรียนได้ ซึ่งที่ผู้สอนจะต้องออกแบบกิจกรรมให้นักศึกษามีการคิดและใคร่ครวญทุกครั้ง อาจจะเดี่ยวหรือกลุ่มก็ได้แต่เน้นกลุ่มย่อยกว่า เพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผนวกกิจกรรมสุนทรียสนทนา เพื่อฝึกการรับฟังอย่างปราศจากอคติและฝึกการใช้กระบวนการคิดเชิงระบบโดยยึดหลักความจริง ความดี ความงามเป็นแก่นของความคิด และสามารถเชื่อมโยงกับชีวิตของนักศึกษาได้

3. ขั้นสะท้อนความคิด หมายถึง การนำเสนอความคิด ตามสาระหรือประเด็นที่ผ่านการคิดใคร่ครวญมาแล้ว เช่น คำพูดสั้นๆ วาทะธรรม การเขียนข้อความสั้นๆ การเขียนเรียงความ การเขียน แผนผัง แผนภูมิ การวาดภาพ การแสดงบทบาทสมมุติ การแสดงละคร การปฏิบัติจริงและการทำกิจกรรมเพื่อประโยชน์ส่วนรวมด้วยจิตสาธารณะหรือจิตอาสา

ชลลดา ทองทวี และคณะ (2551) ได้พัฒนาแนวทางการจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญาศึกษาได้มีข้อเสนอโมเดลการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาในชื่อจิตตปัญญาพฤษภเป็นโมเดลต้นแบบที่ได้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ของการเรียนรู้ในแนวจิตตปัญญาศึกษาอย่างเป็นภาพรวมเพื่อให้สะท้อนถึงลักษณะของการเรียนรู้ว่ามี

องค์ประกอบ ที่สอดคล้องสัมพันธ์กัน สิ่งมีชีวิตที่เติบโตและพัฒนาตนเองได้ ไม่ตายตัวและเป็นลำดับเส้นตรงเหมือนเครื่องจักรกลไก อีกทั้งแต่ละองค์ประกอบล้วนเชื่อมร้อยกันเพื่อให้ภาพที่เป็นหนึ่งเดียวโดยโมเดลจิตตปัญญาศึกษา มีองค์ประกอบทั้งสิ้น 8 ส่วน ดังนี้

ราก อันเป็นฐานที่มาแห่งพัฒนาการบนฐานแนวคิดต่างๆ ได้แก่ แนวคิดเชิงศาสนา/ความเชื่อ เชิงมนุษยนิยม และเชิงบูรณาการและองค์รวม

ผล หมายถึง เป้าหมายการเรียนรู้ผู้จัดใหญ่ที่กว้างขวางครอบคลุม ไปพ้นจากความคับแคบของตัวตน และเห็นความเชื่อมโยงและเป็นหนึ่งเดียวกันของสรรพสิ่ง

แก่น เป็นหลักการแนวคิดสำคัญของการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา หมายถึง องค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาศูจิตใหญ่ เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติไม่สามารถสร้างจัดการบังคับหรือสั่งการให้เกิด แต่สามารถจัดกระบวนการเพื่อสร้างเหตุปัจจัยที่เอื้อต่อการเคลื่อนไหวของกระแสหรือเป็นปัจจัยก่อให้เกิดองค์ประกอบได้ “แก่น” มีองค์ประกอบ 5 ประการ ดังนี้

1. การมีสติ เปิดรับประสบการณ์ตรงในปัจจุบันขณะอย่างเต็มเปี่ยม การมีสติอยู่ในปัจจุบันขณะสามารถระลึกได้ถึงการดำรงอยู่ของกายและใจของตนเอง เป็นประตูสู่การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ อาจกล่าวได้ว่าการมีสติเป็นคุณลักษณะพื้นฐานสำคัญที่ใช้จำแนกจิตตปัญญาศึกษา

2. การสืบค้นกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตน ปรับให้เหมาะสมสอดคล้องกับจริตของผู้เรียนซึ่งมีความหลากหลายและมีลักษณะเฉพาะตน 3) การน้อมมาปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจริงจังนำเอาเครื่องมือวิธีการและกระบวนการเรียนรู้มาปฏิบัติอย่างมุ่งมั่นตั้งใจเป็นประจำสม่ำเสมอ 4) ความเบิกบานและผ่อนคลายพึงปฏิบัติอย่างไม่เคร่งเครียดไม่กดดัน และรู้สึกผ่อนคลายออกมาจากภายในใจ 5) การมี

จิตใจตั้งมั่นและเป็นกลางมีจิตที่เป็นสมาธิ ฝึมองธรรมชาติตามที่เป็นโดยไม่แทรกแซง แก่นทั้ง 5 ข้อนี้สามารถเรียกเป็นชื่อย่อในภาษาอังกฤษได้ว่า MINDS เมื่อเชื่อมโยงกับผลที่เกิดขึ้นในเบื้องต้น

ปลาย คือ จิตใหญ่ที่กว้างใหญ่ไพศาลครอบคลุมทั่วทั้งโลกธาตุ เมื่อเชื่อมร้อยกันอาจเรียกได้ว่าเป็นกระแสจากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ เป็นมรรคาคูการตื่นรู้และการเกิดจิตตานึกใหม่

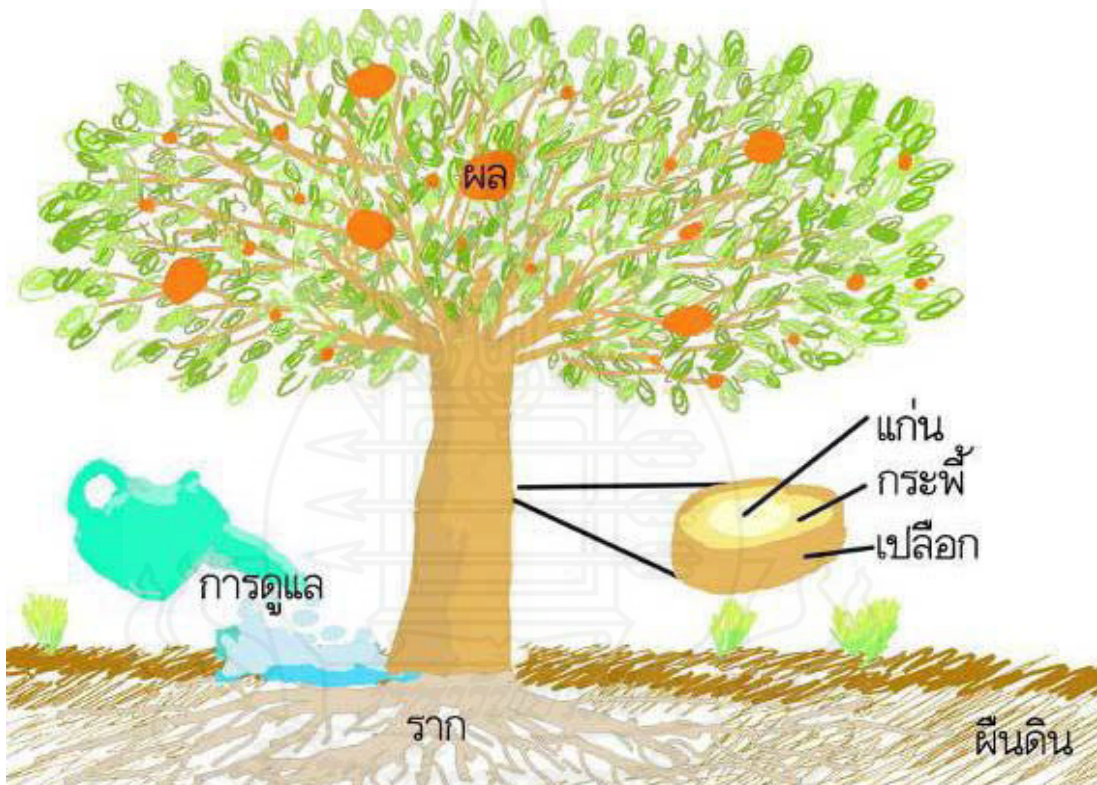
กระพี้ หมายถึง บริบทของกระบวนการเรียนรู้และปฏิบัติ ได้แก่ สังคม คือ การให้คุณค่าต่อการสร้างชุมชนกัลยาณมิตรแห่งการเรียนรู้และวัฒนธรรม คือการให้คุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญาที่หลากหลาย ไม่แยกขาดจากบริบททางวัฒนธรรม

เปลือก คือ รูปแบบพิธีกรรมและวิธีการเรียนรู้ที่ปรากฏเด่นชัด หมายความว่าครอบคลุมถึง เครื่องมือ การปฏิบัติในรูปแบบต่างๆ ของจิตตปัญญาศึกษา

เมล็ด หมายถึง ศักยภาพภายในของมนุษย์ทุกคน

ผืนดิน หมายถึง วงการต่างๆที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปประยุกต์ใช้ให้เข้ากับบริบทเฉพาะของตน เทียบได้กับผืนดินแต่ละแห่งที่มีความเหมาะสมอุดมสมบูรณ์ชุ่มชื้น เอื้อต่อการเรียนรู้แตกต่างกัน

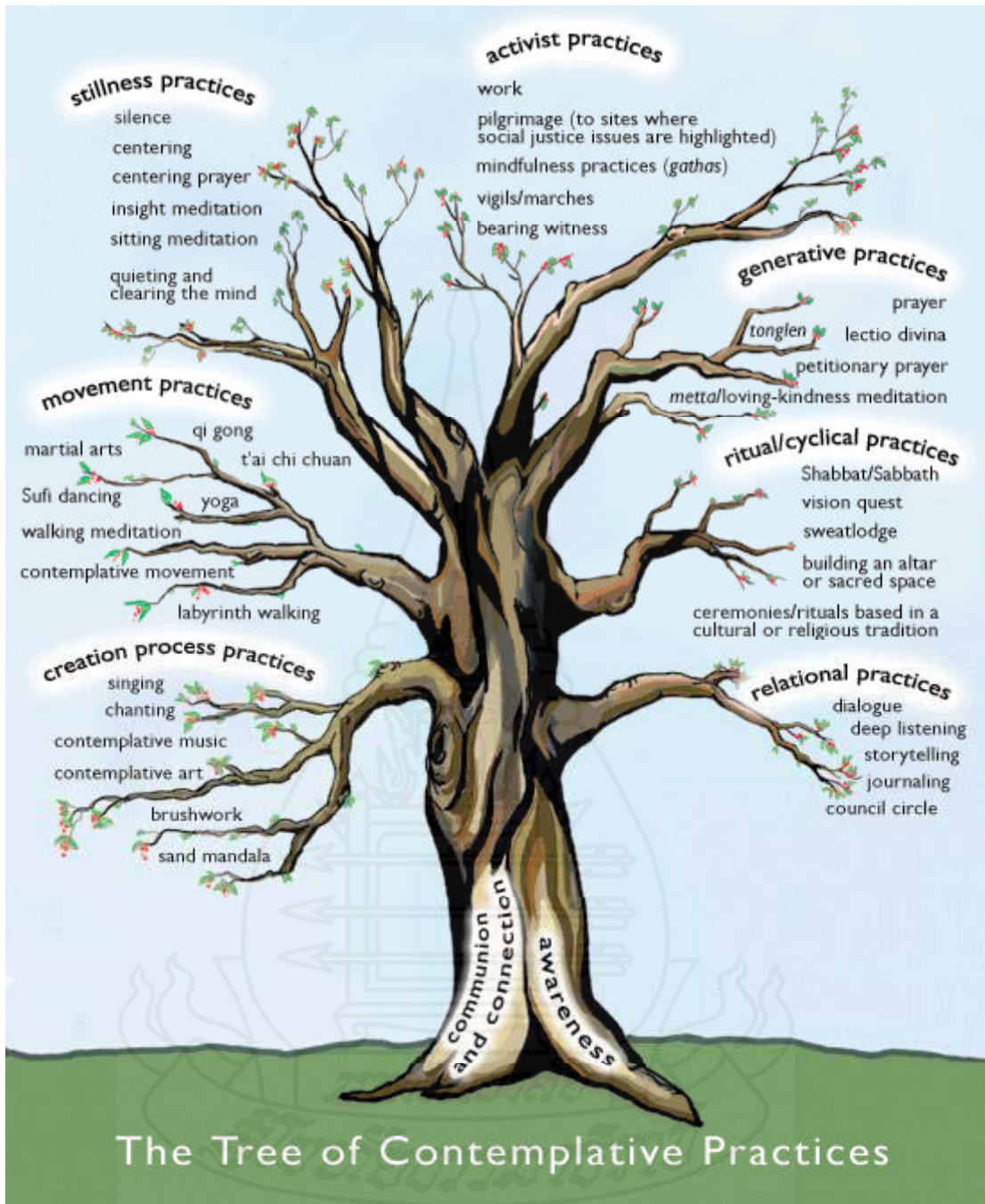
ความรู้ในการปลูกและดูแล หมายถึง การวิจัยสืบค้นความรู้และการวัดประเมินสำหรับจิตตปัญญาศึกษา เนื่องด้วยระเบียบวิธีการวิจัยเป็นการสร้างความรู้ใหม่เพื่อให้เติบโตขณะที่การประเมินเป็นการเฝ้าสังเกตสร้างเหตุปัจจัยอันเหมาะสมควรทบทวนการเรียนรู้ และใส่ปุ๋ยพรวนดินรักษาดูแลให้จิตตปัญญาศึกษาให้เติบโตเข้มแข็งและงดงาม



ภาพที่ 2.1 องค์ประกอบของต้นไม้

ที่มา: ชลดา ทองทวี และคณะ (2551 : 165)

จิตตปัญญาพฤษาโมเดล (The Tree of Contemplative Practices)



ภาพที่ 2.2 แสดงจิตตปัญญาศึกษาโมเดล

ที่มา: <http://www.contemplativemind.org>

จากรูปจิตตปัญญาศึกษาโมเดล เป็นต้นไม้แห่งการฝึกปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญา
รากของต้นไม้แสดงถึงเป้าหมายของการฝึกปฏิบัติ นั่นคือเพื่อปลูกฝังให้เกิดความตระหนักรู้และ

พัฒนาความเชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกับพระเจ้าหรือจิตบริสุทธิ์ที่อยู่ภายใน โดยผ่านการฝึกปฏิบัติตามแนวทางที่หลากหลายทั้งตามหลักศาสนาและตามแนวทางที่ถูกพัฒนาขึ้นในบริบทของทางโลกการฝึกปฏิบัติได้แตกกิ่งออกมาเป็นหลายสาขา ตัวอย่างเช่น การฝึกสงบนิ่ง โดยมุ่งเน้นความสงบของร่างกายและจิตใจเพื่อพัฒนาสมาธิ การฝึกการเคลื่อนไหวเป็นการฝึกสังเกต และมีสติอยู่กับการเคลื่อนไหวร่างกายในรูปแบบต่างๆ เช่น โยคะ ชี่กง ไท้เก๊ก การเดิน เป็นต้น การฝึกปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาคือวิถีทางปฏิบัติที่สามารถทำให้เป็นหนึ่งเดียวกับชีวิตประจำวันเพื่อให้เกิดการตระหนักรู้ภายในตนช่วยให้เกิดสติสมาธิกับการทำงาน คงความสงบในใจได้แม้อยู่ท่ามกลางกิจกรรมที่เคลื่อนไหวอยู่ในชีวิต และยังสามารถเชื่อมโยงกับสภาวะแวดล้อมได้ดี

การฝึกปฏิบัติตามแนวนี้ช่วยพัฒนาทักษะในการสื่อสาร ความมีสมาธิ ช่วยลดความเครียดและก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนี้ยังเป็นการปลูกฝังความเข้าใจต่อชีวิต ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจ และความรักความเมตตา หลักการของการฝึกปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญานั้นเกิดขึ้นมานานเท่ากับศาสนาต่างๆ ที่เกิดขึ้นมาในโลกศาสนาหลักๆ ต่างมีรูปแบบการฝึกปฏิบัติแบบจิตตปัญญาในวิธีการต่างๆ เช่นการสวดมนต์ การทำสมาธิ และการสงบนิ่งอยู่กับธรรมชาติ หลายศาสนายังคงยึดหลักปฏิบัติเหล่านี้ไว้อย่างมั่นคง แต่ก็มีหลายวิธีที่กลายเป็นที่นิยมในทางโลก หลายคนพบว่าการฝึกการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น โยคะหรือไท้เก๊ก ก่อให้เกิดผลดีอย่างมากกับพวกเขาในขณะที่บางคนพบว่าการนั่งสงบนิ่ง เช่นการฝึกสมาธินั้นเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อเขา คนบางกลุ่มพบว่าการฝึกปฏิบัติตามหลักศาสนาที่มีมาแต่ดั้งเดิมเช่น Lectio Divina ในศาสนาคริสต์ หรือShabbat Observance ของศาสนายิว นั้นเข้าถึงจิตวิญญาณของพวกเขา บางคนชอบพิธีแบบง่ายๆเช่นการอาบน้ำหรือการเดินเล่นยามเช้าท่ามกลางธรรมชาติ การฝึกปฏิบัติบางอย่างนั้นเป็นการปฏิบัติเฉพาะตน แต่ยังมี การฝึกปฏิบัติร่วมกันเป็นกลุ่มหรือร่วมกันในชุมชน ซึ่งจะมีรูปแบบกระบวนการกลุ่มที่เป็นการช่วยสะท้อนซึ่งกันและกันด้วย การฝึกปฏิบัติถือได้ว่าเป็นทั้งเครื่องมือแนวทางและกระบวนการที่นำไปสู่จุดมุ่งหมายของจิตตปัญญาศึกษา

ประเวศ ะสี (2549: 5) ได้กล่าวไว้ในการประชุมเสวนา จิตตปัญญาศึกษาการเรียนรู้จากภายใน ณ มหาวิทยาลัยมหิดล ว่าจิตตปัญญาศึกษาหรือ Contemplative Educationเป็นการเรียนรู้ภายใน การศึกษาด้านในเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์เกิดการพัฒนาอย่างแท้จริงกระบวนการเรียนรู้จิตตปัญญาศึกษามี ดังนี้

1. การเข้าถึงโลกทัศน์และชีวิต เรามองโลก มองธรรมชาติอย่างไร หากเราเข้าถึงความจริงจะพบความงามในนั้นเสมอ เมื่อเราเข้าถึงธรรมชาติดีก็จะถึงความเป็นอิสระ
2. กิจกรรมต่างๆ เช่นกิจกรรมที่เกี่ยวกับชุมชน ดนตรี ศิลปะ กิจกรรมอาสาสมัคร สุนทรียสนทนา เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาตนเอง พัฒนาจิตใจ

3. การปลีกวิเวกไปอยู่ในธรรมชาติ สัมผัสธรรมชาติได้รู้ใจตนเอง เมื่อจิตสงบ เชื่อมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมชาติจะเกิดปรากฏการณ์ต่าง ๆ ขึ้น

4. การทำสมาธิ

จุมพล พูลภัทรชีวิต (2552:9) ได้กล่าวถึงกระบวนการเรียนรู้และการประเมิน จิตตปัญญาศึกษา สรุปได้ว่า กระบวนการเรียนการสอนและการประเมินอยู่บนฐานของการเป็น กัลยาณมิตร หรือที่เรียกว่ากัลยาณมิตรการเรียนรู้และกัลยาณมิตรประเมิน (Amicable Learning and Evaluation) ระหว่างผู้เรียนและผู้สอน และระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองเพื่อการเรียนรู้และพัฒนา ร่วมกัน จิตตปัญญาศึกษาให้ความสำคัญกับการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ภายใน (Tacit Knowledge) ของแต่ละคน ไม่วิพากษ์ วิจารณ์ ไม่ตัดสิน ภายใต้อบรมของคารุณา พยัคฆะระหว่างกันแบบไม่มีเงื่อนไข เป็นบรรยากาศแบบเปิด เอื้อให้ผู้เรียนรู้สึกมั่นคงปลอดภัยที่จะ เปิดเผยและรู้จักตนเอง (Self-Disclosure) และผู้อื่น จิตตปัญญาศึกษาเป็นทั้งแนวคิดและแนวปฏิบัติ ที่มีจุดมุ่งหมายให้เกิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative Learning) ในระดับต่างๆ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงภายในตน (Self/Personal Transformation) การเปลี่ยนแปลงภายในองค์กร (Organizational Transformation) และการเปลี่ยนแปลงภายในสังคม (Social Transformation) โดย ที่การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวไม่ใช่เป็นการเปลี่ยนแปลงเล็กน้อยๆ แต่เป็นการเปลี่ยนแปลงขั้น พื้นฐานอย่างลึกซึ้ง

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2556.เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการ โครงการ บริการวิชาการแก่สังคม) ได้สรุปแนวคิดในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวจิตตปัญญาศึกษา เป็นสูตร 5 ตัวเลข ได้แก่ “7-4-3-3-7” ประกอบด้วย

7 ตัวแรก หมายถึง “หลักการจิตตปัญญา” ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนว จิตตปัญญาศึกษานั้นหลักการที่สำคัญ 7 ประการ (7C) ได้แก่ (ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ 2550)

1. Contemplation หลักการพิจารณาอย่างใคร่ครวญ คือ การเข้าสู่สภาพจิตใจที่ เหมาะสมต่อการเรียนรู้ และนำจิตใจดังกล่าวไปใช้ทำงานอย่างใคร่ครวญทั้งในด้านพุทธิปัญญา (cognitive) ด้านระหว่างบุคคล (interpersonal) และด้านภายในบุคคล (intrapersonal)

2. Compassion หลักความรักความเมตตา คือการส่งพลังออกเพื่อโอบอุ้มดูแลของ กระบวนการ และการจัดกระบวนการด้วยสิ่งแวดล้อมและบริบทที่เกื้อกูลต่อการเรียนรู้ (สัปปะ)

3. Connection หลักการเชื่อมโยงสัมพันธ์ คือ การช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรม เชื่อมโยงประสบการณ์ในกระบวนการเข้ากับชีวิตได้ นำไปสู่การทำให้กระบวนการเข้ามาสู่ภายใน บุรณาการสู่วิถีชีวิต และการเอื้อให้การเชื่อมโยงระหว่างผู้เข้ารับการอบรมด้วยกัน เชื่อมโยงกับ ชุมชนและจักรวาล

4. **Confronting** หลักการเผชิญหน้า คือ การเปิดให้ผู้เข้ารับการอบรมออกจากพื้นที่ปลอดภัยของตนเอง เพื่อเข้าเผชิญกับพื้นที่เสี่ยง เพื่อเปิดพื้นที่การเรียนรู้ใหม่ๆ และเข้าถึงข้อจำกัดและศักยภาพของตนเองต่อการเรียนรู้และพัฒนา

5. **Continuity** หลักความต่อเนื่อง คือ การสร้างความไหลลื่นของกระบวนการช่วยให้เกิดพลังพลวัตต่อการเรียนรู้ เพื่อช่วยเอื้อให้ศักยภาพการเรียนรู้ของผู้เข้ารับการอบรมได้รับการปลดปล่อยและสามารถเข้าทำงานเพื่อบ่มเพาะพัฒนา

6. **Commitment** หลักความมุ่งมั่น คือ การเอื้อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำเอากระบวนการกลับไปใช้ในชีวิตอย่างต่อเนื่องภายหลังการเข้าร่วมการอบรม เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

7. **Community** หลักชุมชนแห่งการเรียนรู้ คือ ความรู้สึกเป็นชุมชนร่วมกันของผู้เข้ารับการอบรม รวมทั้งกระบวนการที่เกื้อหนุนให้เกิดการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงภายในของแต่ละคน รวมไปถึงการสร้างเครือข่ายสัมพันธ์และการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกลุ่มซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องและเชื่อมโยงกับชีวิต

4 ตัวที่ 2 หมายถึง “ความเชื่อพื้นฐาน” ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปัญญาศึกษานั้นปรัชญาหรือความเชื่อพื้นฐานที่สำคัญ 4 ประการ ได้แก่

1. เชื่อมั่นและเคารพในความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง มนุษย์เรียนรู้และพัฒนาได้ (เน้นพื้นที่ปลอดภัยของตนเองและกลุ่ม) เปลี่ยนสถานที่เรียนให้เป็นชุมชนปฏิบัติการเรียนรู้

2. ยอมรับและเคารพในความไม่เหมือน/ความแตกต่าง ไม่เปรียบเทียบเรียนรู้จากผู้อื่นเพื่อนำมาพัฒนาตนเองและองค์กร

3. เชื่อในความเป็นองค์รวม(Holism) ไม่ใช่กองรวม(Heap) หรือแยกส่วน มีสติรู้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของปรากฏการณ์ (สรรพสิ่งเกี่ยวข้องกันเป็นพลวัต)

4. เชื่อว่าการเรียน.

5. หน้าที่แท้จริงเกิดขึ้นภายในตัวผู้เรียน โดยมีครูเป็นกระบวนการในการจัดกระบวนการเรียนรู้

3 ตัวที่ 3 หมายถึง “กระบวนการหลัก” ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปัญญาศึกษา เน้นจัดกระบวนการหลักที่สำคัญ 3 ประการ ได้แก่

1. **สุนทรียสนทนา (Dialogue)** กระบวนการสื่อสารที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างความเข้าใจระหว่างคู่สนทนา และเปิดโลกทัศน์เห็นความเชื่อมโยงของสิ่งต่างๆ ทั้งหมด มี 4 สภาวะ คือ ความสุภาพ ความมั่นคง การสืบค้น และความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียว

2. การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) หมายถึง การฟังทั้งภายนอกและภายใน ฟังทั้งเนื้อหาและความรู้สึกนึกคิดของผู้พูด ฟังทั้งกิริยาท่าทางและคำพูด ฟังทั้งสิ่งที่พูดและไม่ได้พูด คือ ฟังเข้าไปถึงข้างใน โดยไม่มีการตัดสิน ระวังภาพลักษณ์ อำนาจ และการครอบงำ (เช่นเดียวกับ ทักษะในการฟังในการให้คำปรึกษา)

3. การสะท้อนการเรียนรู้ (Learning Reflection) หมายถึง การตอบรับข้อมูล เรื่องราวหรือปัญหา การจัดกระบวนการ การตั้งสมมติฐาน หรือเนื้อหา ตามการรับรู้หรือการคิดของตนด้วยความจริงใจ ด้วยการใช้สุนทรียสนทนา อาจสะท้อนความคิดด้วยการพูด หรือการเขียน การวาด ฯลฯ

มีการประเมินการเรียนรู้ทั้งเป็นส่วนบุคคลและกลุ่ม เพื่อตระหนักรู้ เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา รู้เท่าทัน จนเกิดปัญญา (รู้จัก รู้จริง รู้แจ้ง)

3 ตัวที่ 4 หมายถึง “ฐานการเรียนรู้” ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิด ปัญญาศึกษาเน้นฐานการเรียนรู้ที่สำคัญ 3 ประการ ได้แก่

1. ฐานกาย (Body) การเคลื่อนไหว การสัมผัสด้วยประสาทสัมผัส (ตา หู จมูก ลิ้น กาย)

2. ฐานหัว (Head) การคิดด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplative Thinking) ไม่ได้เน้นการคิดที่เกิดจากคำราหรือคำพูดของคนอื่น แต่เกิดจากเสียงภายในตนเองที่ตระหนักรู้หรือหยั่งรู้ ในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมนั้นๆ

3. ฐานใจ (Mind) การรับรู้ความรู้สึกที่เกิดจากใจของตนเองในขณะที่ทำกิจกรรม ซึ่งเป็นการรับรู้ที่อยู่เหนือความรู้

ด้วยเหตุนี้ครูจึงเป็นกระบวนการ ที่ทำหน้าที่จัดกระบวนการเรียนรู้โดยทำให้ทั้ง 3 ฐานนี้มีความสมดุล เพื่อช่วยให้เกิดการเรียนรู้หรือการเปลี่ยนแปลงจากภายในที่ถาวรอย่างยั่งยืน

7 ตัวที่ 5 หมายถึง “แนวทางเป้าหมายและรูปแบบ” ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ ตามแนวคิดปัญญาศึกษา มีแนวทาง เป้าหมาย และรูปแบบในการจัดกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่ต้องการ คือ พัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ 7 แนวทางดังนี้

แนวทางที่ 1 การปฏิบัติผ่านความสงบนิ่ง (stillness practices) โดยมีเป้าหมายที่สำคัญ คือ เพื่อฝึกความสงบตั้งมั่นทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ผ่านรูปแบบการทำสมาธิแบบต่างๆ

แนวทางที่ 2 การปฏิบัติผ่านการเคลื่อนไหว (movement practices) โดยมีเป้าหมายเพื่อฝึกการสังเกต และมีสติอยู่กับการเคลื่อนไหวของร่างกายตลอดเวลา ผ่านรูปแบบต่างๆ เช่น โยคะ ชีกง ไท่เก๊ก การเดิน การเต้นรำอย่างมีสติ ฯลฯ

แนวทางที่ 3 การปฏิบัติผ่านกระบวนการเชิงสร้างสรรค์ (creation process practices) โดยมีเป้าหมายเพื่อฝึกการสังเกต การคิดอย่างใคร่ครวญภายใน และพัฒนาญาณทัศนะ (intuition) รวมทั้งมีความละเอียดอ่อนประณีตในการมองสรรพสิ่งรอบๆตัว โดยผ่านรูปแบบดนตรี และศิลปะต่างๆ

แนวทางที่ 4 การปฏิบัติผ่านการทำกิจกรรมทางสังคม (activist practices) โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ได้สัมผัส เรียนรู้ ใคร่ครวญ เพิ่มความเชื่อมโยงแห่งเหตุปัจจัยของสุข-ทุกข์ในชีวิตจริง ผ่านรูปแบบการเจริญสติ อาสาสมัคร

แนวทางที่ 5 การปฏิบัติผ่านกระบวนการเชิงสัมพันธ์ (relation practices) โดยมีเป้าหมายเพื่อฝึกสติ ฝึมองสภาวะภายใน สะท้อนตนเอง ด้วยการอาศัยความสัมพันธ์ของกัลยาณมิตรในการสะท้อนซึ่งกันและกัน ผ่านรูปแบบสุนทรียสนทนา ฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง และสนทนากับเสียงภายในตน

แนวทางที่ 6 การปฏิบัติผ่านพลังพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ (ritual practices) โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ได้สัมผัสพลังและจิตวิญญาณของธรรมชาติ เปิดญาณทัศนะ และสัมผัสเรียนรู้ตนเอง เพื่อพัฒนาความสงบเย็นผ่านรูปแบบการสวดมนต์ไหว้พระ การภาวนา ภาวนานิเวศ การปลื้กวิเวก สัมผัสธรรมชาติ

แนวทางที่ 7 การปฏิบัติผ่านกิจกรรมสร้างสรรค์ (generative practices) โดยมีเป้าหมายเพื่อระลึกถึงพระผู้เป็นเจ้า พระผู้ศักดิ์สิทธิ์ มีจิตที่บริสุทธิ์ ผ่านรูปแบบการสวดมนต์ การอ่านพระคัมภีร์ เมตตาภาวนา

ครูผู้สอนหรือครูแนะแนว จะเปลี่ยนบทบาทมาเป็นกระบวนการ ที่ทำหน้าที่จัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวจิตตปัญญาศึกษาในรูปแบบต่างๆ ซึ่งมีมากมาย และสามารถคิดค้นกิจกรรมโดยประยุกต์ใช้แนวคิดตามสูตร “7-4-3-3-7” โดยปรับให้สอดคล้องกับรายวิชาที่สอน หรือหลักการแนะแนวก็จะช่วยให้บรรลุเป้าหมายของหลักสูตรที่มุ่งเน้นพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้ตามที่ต้องการ

ตัวอย่างรูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้

รูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้ได้สรุปเป็น “ส.ค.ส.” ดังนี้

ส. ตัวแรก คือ ฝึกสติหรือสมาธิ (Meditation)

ค. ตัวที่ 2 คือ การคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation)

ส. ตัวที่ 3 คือ สะท้อนความคิด (Reflection)

ขั้นตอนแรก คือ การสร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ เพื่อเตรียมความพร้อมของร่างกาย และจิตใจ เน้นการประสานกายและจิตให้เป็นหนึ่งเดียว และเพื่อฝึกสติและสมาธิด้วยการ

เคลื่อนไหวร่างกาย มีหลากหลายกิจกรรม เช่น ชีกงปาตัวนัจน รำมวยไท้เก๊ก เต็นรำจิตตปัญญา ฯลฯ แล้วฝึกสติสมาธิด้วยการฟัง เพื่อทบทวนประสบการณ์เดิมและเชื่อมโยงกับประสบการณ์ใหม่ รวมทั้งเพื่อเตรียมความพร้อมและรับทราบเป้าหมายและกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด

ขั้นตอนที่สอง คือ จัดประสบการณ์ (กิจกรรม) ที่หลากหลายเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้คิดอย่างใคร่ครวญจากภายในตนเอง แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง ทั้งเป็นรายบุคคล กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่

ขั้นตอนที่สาม คือ สะท้อนความคิด การสรุปองค์ความรู้ที่เกิด จากการคิดอย่างใคร่ครวญ มีการจัดกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ เช่น คำพูด-เขียนสั้นๆ วาจาธรรม การเขียนเรียงความ การเขียนแผนผัง/แผนภูมิ การวาดภาพ การแสดงบทบาทสมมุติ การแสดงละคร และการปฏิบัติจริง เน้นจิตสาธารณะ เป็นต้น

ดังนั้นรูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปัญญาศึกษาอาจเป็น “AMCRA” เพราะถ้าพิจารณาและคิดใคร่ครวญ จะเห็นว่ารูปแบบของการจัดกระบวนการเรียนรู้แบบ ส.ค.ส. (MCR) ในการปฏิบัติจริงมี 5 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. การสร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้หรือการตระหนักรู้ (Awareness) มีการเต็นรำจิตตปัญญา ชีกงปาตัวนัจน หรือรำไท้เก๊กในรูปแบบต่างๆ ตามความเหมาะสม
2. การฝึกหรือทำสมาธิ (Meditation) มีการเล่นเกม การทำกายบริหาร ฯลฯ เพื่อให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหว
3. จัดกิจกรรมเพื่อให้คิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง ทั้งเป็นรายบุคคล กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่
4. กิจกรรมสะท้อนความรู้สึก (Reflection) เป็นการพูด-เขียนสั้นๆ วาจาธรรม การเขียนเรียงความ การเขียนแผนผัง/แผนภูมิ การวาดภาพ การแสดงบทบาทสมมุติ การแสดงละคร
5. การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (Application) ด้วยการสะท้อนความคิด ในทำชั่วโมงหรือติดตามผลในครั้งต่อไปด้วยเสมอ

จึงสรุปได้ว่า กระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปัญญาศึกษานั้นรูปแบบหรือกิจกรรมที่ใช้ในการฝึกปฏิบัติไม่ได้เป็นเป้าหมายของการจัดกระบวนการ แต่การตระหนักรู้ถึงเป้าหมายภายในพิจารณา ใคร่ครวญ เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานด้วยตนเอง โดยที่สามารถเลือกใช้เครื่องมือและการฝึกปฏิบัติได้อย่างหลากหลาย เพื่อให้การศึกษابรรลุผลตามวัตถุประสงค์ที่คาดหวัง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสได้ค้นพบความสามารถและความสนใจของตนเอง ส่งเสริมค่านิยมที่ดีความมีวินัย คุณธรรม และจริยธรรม สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เน้นประสบการณ์ตรงที่เกิดการเปลี่ยนแปลงจากภายใน

2.7 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องของการสอนแบบจิตตปัญญา

การสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญต้องสร้างความเข้าใจ ตระหนักรู้ในสิ่งที่ผู้เรียนต้องเรียนรู้อยู่เสมอ ตอบสนองความรู้สึก ความต้องการของผู้เรียน ฉะนั้นการสอนที่ดีต้องสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนได้ตามจุดประสงค์ของการสอน ตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้เรียนได้

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาคือ ทฤษฎีทางด้านพุทธิปัญญา ได้แก่ ทฤษฎีของ Piaget และ Bruner ซึ่งเป็นพื้นฐานของการสอนแบบจิตตปัญญา

เพียเจต์ (Piaget 1980.อ้างใน สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2550: 48-56) ได้แบ่งพัฒนาการการเรียนรู้ออกเป็น 4 ขั้นคือ

ขั้นที่ 1 การเคลื่อนไหวและสัมผัส ตั้งแต่แรกเกิดถึง 2 ขวบ แบ่งออกเป็น 6 ขั้น คือ

- 1.1 ขั้นปฏิกิริยาสะท้อน(Reflex Stage) 0 – 1 เดือน
- 1.2 ขั้นพัฒนาอวัยวะเคลื่อนไหวประสบการณ์เบื้องต้น 1-3 เดือน
- 1.3 ขั้นพัฒนาเคลื่อนไหวโดยมีจุดหมาย 4-6 เดือน
- 1.4 ขั้นพัฒนาการประสานอวัยวะ 7-10 เดือน
- 1.5 ขั้นพัฒนาการความคิดริเริ่มแบบลองผิดลองถูก 11 -18 เดือน
- 1.6 การเริ่มต้นของความคิด 18 เดือน ถึง 2 ขวบ

ขั้นที่ 2 ขั้นก่อนปฏิบัติการ (Preoperational Stage) 18 เดือน ถึง 7 ขวบ เด็กวัยนี้มีโครงสร้างของปัญญา ที่จะใช้สัญลักษณ์แทนวัตถุสิ่งของรอบๆตัว หรือพัฒนาการด้านภาษา เริ่มต้นด้วยการพูดเป็นประโยค และเรียนรู้คำต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เด็กจะรู้จักคิดในใจ แต่อย่างไรก็ตามความคิดของเด็กจะมีข้อจำกัดหลายประการ โดยเฉพาะตอนต้นๆ ของวัยนี้ เด็กวัยนี้มักเล่นสมมติ และมีการยึดตนเองเป็นศูนย์กลางไม่สามารถที่จะเข้าใจความคิดของผู้อื่น

ขั้นที่ 3 ขั้นปฏิบัติการแบบรูปธรรม อายุ 7-11 ปี พัฒนาการทางเชาวน์ปัญญาและความคิดของเด็กวัยนี้เป็นไปอย่างรวดเร็วมาก สามารถที่จะอ้างอิงได้ด้วยเหตุผล และไม่ขึ้นกับการรับรู้จากรูปร่างเท่านั้น เด็กวัยนี้สามารถแบ่งกลุ่มโดยใช้เกณฑ์หลายๆ เกณฑ์ได้และคิดย้อนกลับได้

ขั้นที่ 4 ขั้นปฏิบัติการอย่างเป็นระบบ อายุ 11 ปี ถึงผู้ใหญ่ เป็นสุดยอดทางเชาวน์ปัญญาและความคิด สามารถตั้งสมมติฐานและทฤษฎี มีความพอใจที่จะพิจารณาที่จะคิดเกี่ยวกับสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน หรือสิ่งที่เป็นนามธรรม

เพียเจต์ (Piaget) ได้กล่าวถึงทฤษฎีทางด้านพุทธิปัญญา ว่าเกิดจากกระบวนการรับรู้ ความเข้าใจและการคิดของเด็กเมื่อมีวุฒิภาวะ เป็นกระบวนการ ที่เกิดจากสองกระบวนการ คือ กระบวนการซึมซับสิ่งใหม่ และกระบวนการปรับความสมดุลของความรู้เดิมและความรู้ใหม่ ซึ่ง

การรับนำเอาประสบการณ์ใหม่ เข้ากับความรู้อะไรที่มีอยู่เดิม แล้วซึมซับเป็นความรู้ ขึ้นอยู่กับความรู้และความเชื่อที่มีมาก่อนเหมือนกัน หากความรู้ใหม่สัมพันธ์กับความรู้เก่าที่มีอยู่ แล้วเกิดสมดุล ความรู้เดิมจะรวมความรู้ที่ได้รับเข้าไปด้วย ทั้งนี้การพัฒนากระบวนการรับรู้จะเป็นไปตามขั้นพัฒนาการตามวัยของเด็ก

บรูเนอร์ (Bruner 1960. อ้างใน พรณี ชูชัย เจนจิต, 2538 :376-386) เชื่อว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อผู้เรียนได้ประมวลข้อมูลข่าวสาร จากการที่มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และสำรวจสิ่งแวดล้อม Brunerเชื่อว่าการรับรู้ของมนุษย์เป็นสิ่งที่เลือกหรือรับรู้ขึ้นกับความใส่ใจของผู้เรียนที่มีต่อสิ่งนั้นๆ การเรียนรู้จะเกิดจากการค้นพบ เนื่องจากผู้เรียนมีความอยากรู้อยากเห็น ซึ่งเป็นแรงผลักดันที่ผู้เรียนให้เกิดการสำรวจสภาพสิ่งแวดล้อมและเกิดการเรียนรู้โดยการค้นพบขึ้น แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎี โดยการค้นพบคือ การเรียนรู้เป็นกระบวนการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้วยตนเอง การเปลี่ยนแปลงที่เป็นผลของการปฏิสัมพันธ์ นอกจากจะเกิดขึ้นในตัวของผู้เรียนแล้ว ยังจะเป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสิ่งแวดล้อมด้วย ผู้เรียนแต่ละคนมีประสบการณ์ และพื้นฐานความรู้แตกต่างกัน การเรียนรู้จะเกิดขึ้นจากการที่ผู้เรียนสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งที่พบใหม่กับประสบการณ์และความหมายใหม่ พัฒนาการทางเขาวงกตปัญญาจะเห็นได้ชัด โดยที่ผู้เรียนสามารถรับสิ่งเร้าที่ให้เลือกได้หลายอย่างพร้อมๆกันวิธีการที่ผู้เรียนใช้เป็นเครื่องมือในการค้นพบความรู้ขึ้นกับขั้นพัฒนาการของผู้เรียนขั้นพัฒนาการที่ Bruner เสนอวิธีการที่ผู้เรียนใช้เป็นเครื่องมือในการค้นพบความรู้แบ่งออกเป็น 3 วิธีดังต่อไปนี้

ขั้นเอนแอคทีฟ ซึ่งเป็นวิธีที่มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยการสัมผัสจับต้องด้วยมือผลัดดึง รวมทั้งการที่เด็กใช้ปากกับวัตถุสิ่งของรอบๆตัว ข้อสำคัญที่สุดก็คือการกระทำของเด็กเอง

ขั้นไอคอนนิค เมื่อเด็กสามารถที่จะสร้างจินตนาการหรือมโนภาพ (imagery) ขึ้นในใจได้ ก็จะสามารที่จะรู้จักโลก โดย Iconic Mode เด็กวัยนี้จะใช้รูปภาพแทนของจริงโดยไม่จำเป็นและจะต้องแตะต้องหรือสัมผัสของจริง

ขั้นใช้สัญลักษณ์ วิธีการนี้ผู้เรียนจะใช้ในการเรียนรู้ เมื่อผู้เรียนมีความรู้ความสามารถที่จะเข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรม หรือความคิดรวบยอดที่ซับซ้อนและเป็นนามธรรม จึงสามารถที่จะสร้างสมมติฐาน และพิสูจน์ว่าสมมติฐานถูกหรือผิดได้

บรูเนอร์(Bruner) กล่าวว่า แม้ว่าวิธีการของผู้เรียนใช้เป็นเครื่องมือในการหาความรู้ โดยการค้นพบมี 3 วิธี และขึ้นอยู่กับวัยก็ตาม แต่ในชีวิตจริงไม่ใช่ว่าเมื่อถึงวัยผู้ใหญ่จะผ่านพ้นขั้นที่มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และสร้างจินตนาการหรือมโนภาพในใจอย่างเด็ดขาด แต่ผู้ใหญ่จะใช้สัญลักษณ์เป็นเครื่องมือในการเรียนรู้มากขึ้น Bruner เห็นด้วยกับ Piaget ว่า คนเรามีโครงสร้าง

ทางสติปัญญามาตั้งแต่เกิดในวัยทารกโครงสร้างทางสติปัญญายังไม่ซับซ้อนเพราะยังไม่พัฒนา ซึ่ง จะพัฒนาก็ต่อเมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจะทำให้โครงสร้างทางสติปัญญามีการขยาย และ ซับซ้อนขึ้นแล้วได้สรุปความสำคัญของการเรียนรู้โดยการค้นพบว่าดีกว่าการเรียนรู้ โดยวิธีอื่น ดังต่อไปนี้

1. ผู้เรียนจะเพิ่มพลังทางสติปัญญา
2. เน้นรางวัลที่เกิดจากความอึดใจในสัมฤทธิ์ผลในการแก้ปัญหามากกว่าของ รางวัลหรือเน้นแรงจูงใจภายในมากกว่าแรงจูงใจภายนอก
3. ผู้เรียนจะเรียนรู้ การแก้ปัญหาด้วยการค้นพบและสามารถนำไปใช้ได้
4. ผู้เรียนจะจำสิ่งที่เรียนรู้ได้ดีและนาน

จากการศึกษาทฤษฎีดังกล่าวจะเห็นว่า การพัฒนาการสอนแบบจิตตปัญญา มี พื้นฐานการเรียนรู้ที่เน้นตัวผู้เรียน โดย Piaget เสนอทฤษฎีตามขั้นพัฒนาการใช้ในการพัฒนา กิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับวัยของเด็ก ส่วน Bruner เสนอทฤษฎีที่ให้เด็กได้เป็นผู้ลง มือกระทำเป็นเรื่องของวิธีการสอนการค้นพบด้วยตนเอง มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การสอน แบบจิตตปัญญาเชื่อว่า การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนด้วยการเชื่อมโยงความรู้ใหม่ประสบการณ์ ใหม่ให้ต่อเนื่องกับประสบการณ์เดิม มีความหมายต่อตัวเด็ก ผู้เรียนจะเรียนรู้ได้ดีที่สุด โดยมี ครูช่วย อธิบายและเสริมความรู้เพิ่มเติม โดยวิเคราะห์จากกิจกรรมที่ผู้เรียนปฏิบัติ ตามหลักการของ Bruner ซึ่งเชื่อว่าผู้เรียน จะได้เรียนรู้ได้สูงสุด ด้วยการค้นด้วยตนเองจากการทำกิจกรรม

ไวโกสกี (Vygotsky 1934. อ้างใน พรหมทิพย์ สิริวรรณบุศย์, 2549: 57-59) ได้ แบ่งระดับของเขาวนปัญญาออกเป็น 2 ชั้นคือ ระดับเขาวนปัญญาขั้นเบื้องต้น (Elementary mental processes)ซึ่งหมายถึงเขาวนปัญญาตามธรรมชาติที่ไม่ต้องเรียนรู้ เช่น เด็กสามารถดูคนมได้ ใช้ส่วน ต่างๆของร่างกายจับต้องสัมผัสได้ และ ระดับเขาวนปัญญาขั้นสูง (Higher mental processes) หมายถึงเขาวนปัญญาที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ใหญ่ที่ให้การอบรมเลี้ยงดู ถ่ายทอดวัฒนธรรม ให้โดยใช้ภาษา เกิดการเรียนรู้ความคิดรวบยอด ได้แบ่งพัฒนาการของภาษาออกเป็น 3 ชั้น

1. ภาษาที่ใช้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เรียกว่าภาษาสังคม ชั้นแรกเกิด – 3 ขวบ เป็นขั้นแรกของพัฒนาการทางภาษา เด็กจะใช้ภาษาเพื่อแสดงความคิดหรืออารมณ์ และในการ ควบคุมพฤติกรรมของผู้อื่น โดยใช้คำพูดพยางค์เดียว
2. ภาษาที่พูดกับตนเอง (3-7 ขวบ) เด็กวัยนี้จะใช้ภาษาพูดกับตนเอง แต่มักจะออก เสียงให้ผู้อื่นได้ยินด้วย ให้ความสำคัญของ ภาษาที่พูดกับตนเองว่ามีบทบาทสำคัญในการแสดงออก
3. ภาษาที่พูดในใจเฉพาะตนเอง ในเด็กวัย 7 ขวบขึ้นไป ภาษาที่พูดในใจจะเป็นตัว แปรสำคัญในพัฒนาการเขาวนปัญญาขั้นสูง การคิดทุกอย่างใช้ภาษาที่พูดในใจเงียบๆ การวิจัยพบว่า

เด็กจะใช้ภาษาที่พูดในใจบ่อยขึ้นตามอายุได้อธิบายว่าเด็กที่อยู่ในวัยเดียวกันจะมีบริเวณของความใกล้เคียงพัฒนาเชาวน์ปัญญาแตกต่างกัน

อธิบายได้ว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเด็กมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้ใหญ่ เช่น พ่อแม่ ครู หรือเพื่อน ในขณะที่เด็กอยู่ในสถานะสังคมและวัฒนธรรม ในกระบวนการเรียนรู้พัฒนาการเชาวน์ปัญญาเด็กจะเปลี่ยนสิ่งเร้าที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเข้าไปไว้ในใจโดยอาศัยกลไกกลาง เป็นเครื่องมือช่วยเชื่อมโยงสิ่งเร้าภายนอกให้เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งที่มีอยู่เดิมภายในใจกลไกกลางที่ใช้คือ

1. เครื่องมือ เป็นสิ่งที่เด็กใช้เพื่อช่วยในการทำงานให้สัมฤทธิ์ผลตามความต้องการ
 2. เครื่องหมาย เป็นสิ่งที่ใช้แทนวัตถุสิ่งของที่เป็นรูปธรรมหรือนามธรรม
- แบ่งเป็น 3 ชนิด คือ เครื่องหมายที่แทนความสัมพันธ์แบบ Cause-Effect เช่น คิวไฟเป็นเครื่องหมายของไฟ เครื่องหมายที่เป็นภาพแทนความหมายต่างๆ เช่น เครื่องหมายจราจร เครื่องหมายที่เป็นสัญลักษณ์ แทนสิ่งที่เป็นนามธรรม เช่น สัญลักษณ์ในวิชาคณิตศาสตร์

สรุปได้ว่า ไวกอสกี (Vygotsky) เน้นความสำคัญของสังคมและวัฒนธรรมต่อการเรียนรู้ และพัฒนาการเชาวน์ปัญญาของเด็กมาก และถือว่าการเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ทางสังคมระหว่างเด็กและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด เช่น ผู้ใหญ่และเพื่อน โดยอธิบายการเรียนรู้และพัฒนาการเชาวน์ปัญญาว่า เกิดจากการที่เด็กเปลี่ยนสิ่งเร้าที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเข้าไปไว้ในใจด้วยการใช้กลไกกลางซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือและเครื่องหมาย การพัฒนาการเชาวน์ปัญญาขั้นสูงคือขั้นที่เด็กใช้ภาษาซึ่งเน้นเครื่องหมายที่เป็นสัญลักษณ์ ภาษาที่ใช้คือภาษาที่พูดในใจเฉพาะตนเอง ในการพัฒนาผู้สอนต้องคำนึงถึงความแตกต่างของบุคคลในบริเวณความใกล้เคียงพัฒนาการเชาวน์ปัญญา(The Zone of Proximal Development) ด้วย

ดิวี่ (Dewey 1952 อ้างใน ศรีเรือน แก้วกังวาน 2550: 118-132) เสนอแนวคิดทฤษฎีการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติจริงเป็นการจัดกิจกรรมในลักษณะกลุ่มปฏิบัติการที่เรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรง จากการเผชิญสถานการณ์จริงและการแก้ปัญหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการกระทำ ผู้เรียนได้ปฏิบัติจริง ฝึกคิด ฝึกลงมือทำ ฝึกทักษะกระบวนการต่าง ๆ ฝึกการแก้ปัญหาด้วยตนเองและฝึกทักษะการแสวงหาความรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม ผู้เรียนได้เรียนรู้ทั้งทางทฤษฎีและการปฏิบัติตามแนวประชาธิปไตย แนวทฤษฎีประสบการณ์ของ Dewey ดังนี้

1. ผู้เรียนมีความสุขกับการเรียนได้เรียนรู้อย่างสนุกสนาน โดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย และสื่อที่เร้าความสนใจ

2. ผู้เรียนได้เรียนรู้ตามความสนใจ ตามความถนัดและศักยภาพด้วยการศึกษาค้นคว้าฝึกปฏิบัติฝึกทักษะจนถึงการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้เกิดความเชื่อมั่นเป็นแรงจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ใฝ่เรียน

3. กิจกรรมกลุ่มช่วยเสริมสร้างลักษณะนิสัยที่พึงประสงค์ เกิดกระบวนการทำงาน เช่น มีการวางแผนการทำงาน มีความรับผิดชอบ เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีวินัยในตนเอง พฤติกรรมที่เป็นประชาธิปไตยเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี ผู้เรียนที่เรียนรู้ซ้ำจะเรียนรู้อย่างมีความสุข มีชีวิตชีวาได้รับกำลังใจและได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน ทำให้เกิดความมั่นใจ ผู้เรียนที่เรียนดีจะได้แสดงความสามารถของตนเอง มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และแบ่งปันสิ่งที่ดีให้แก่มิตร

4. ผู้เรียนเกิดกระบวนการคิดจากการร่วมกิจกรรมและการค้นหาคำตอบจากประเด็นคำถามของผู้สอนและเพื่อนๆ สามารถค้นหาคำตอบและวิธีการได้ด้วยตนเอง สามารถแสดงออกได้ชัดเจนมีเหตุผล

5. ทุกขั้นตอนการจัดกิจกรรม จะสอดแทรกคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อให้ผู้เรียนได้ซึมซับสิ่งที่ดีงามไว้ในตนเองอยู่ตลอดเวลา

6. คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเรียนรู้และการปฏิบัติงาน โดยให้แต่ละคนเรียนรู้เต็มตามศักยภาพของตน ไม่นำผลงานของผู้เรียนมาเปรียบเทียบกัน มุ่งให้ผู้เรียนแข่งขันกับตนเองและไม่เล็งผลเลิศจนเกินไป

7. ผลที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน คือ ผู้เรียนเรียนอย่างมีความสุข เกิดการพัฒนารอบด้านมีอิสระที่จะเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง และนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

สรุปได้ว่า การศึกษาตามความคิดของ ดิวอี้ (Dewey) คือ การพัฒนาที่เจริญงอกงามทั้งทางด้านร่างกาย สติปัญญา และคุณธรรม จริยธรรม โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในการพัฒนาตามศักยภาพของตน กระบวนการสร้างสรรค์ประสบการณ์ใหม่ที่ต่อเนื่องจากประสบการณ์เก่าต้องส่งเสริมเพื่อเป็นวิถีนำไปสู่ความรู้ความเข้าใจในชีวิตประจำวันได้

โคลเบอร์ก (Kohlberg 1987. อ้างใน สุรางค์ โคว์ตระกูล 2550: 72-74) อธิบายว่า Kohlberg ได้ศึกษาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเยาวชนอเมริกัน อายุ 10 -16 ปี และได้แบ่งพัฒนาการทางจริยธรรมออกเป็น 3 ระดับ แต่ละระดับแบ่งออกเป็น 2 ชั้น ดังนั้น พัฒนาการทางจริยธรรมของ Kohlberg มีทั้งหมด 6 ชั้น ดังต่อไปนี้

ระดับที่ 1 ระดับก่อนมีจริยธรรมหรือระดับก่อนกฎเกณฑ์สังคม ระดับนี้เด็กจะรับกฎเกณฑ์และข้อกำหนดของพฤติกรรมจากผู้มีอำนาจเหนือตน เช่น บิดามารดา ครูหรือเด็กโตมักจะคิดถึงผลตามที่ตนจะนำรางวัลหรือการลงโทษ โดยบุคคลจะตอบสนองต่อกฎเกณฑ์ซึ่งผู้มีอำนาจทาง

กายเหนือตนเองกำหนดขึ้น จะตัดสินใจเลือกแสดงพฤติกรรมที่เป็นหลักต่อตนเองโดยไม่คำนึงถึงผู้อื่นจะพบในเด็ก 2-10 ปี Kohlberg แบ่งพัฒนาการทางจริยธรรม ระดับนี้เป็น 2 ชั้น คือ

ขั้นที่ 1 การถูกลงโทษและการเชื่อฟัง เด็กจะยอมทำตามคำสั่งผู้มีอำนาจเหนือตนโดยไม่มีเงื่อนไขเพื่อไม่ให้ตนถูกลงโทษ ขั้นนี้แสดงพฤติกรรมเพื่อหลบหลีกการถูกลงโทษ เพราะกลัวความเจ็บปวดยอมทำตามผู้ใหญ่เพราะมีอำนาจทางกายเหนือตน

ขั้นที่ 2 กฎเกณฑ์เป็นเครื่องมือเพื่อประโยชน์ของตนใช้หลักการแสวงหารางวัลและการแลกเปลี่ยนบุคคลจะเลือกทำตามความพอใจตนเอง ขั้นนี้แสดงพฤติกรรมเพื่อต้องการผลประโยชน์สิ่งตอบแทนรางวัล และสิ่งแลกเปลี่ยนเป็นสิ่งตอบแทน

ระดับที่ 2 ระดับจริยธรรมตามกฎเกณฑ์สังคม พัฒนาการจริยธรรมระดับนี้ผู้ทำถือว่าการประพฤติตนตามความคาดหวังของผู้ปกครอง บิดามารดา กลุ่มที่ตนเป็นสมาชิกหรือของชาติ เป็นสิ่งที่ควรจะทำหรือทำความผิด เพราะกลัวว่าตนจะไม่ใช่ที่ยอมรับของจะปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของสังคม โดยคำนึงถึงจิตใจของผู้อื่นจะพบในวัยรุ่นอายุ 10-16 ปี แบ่งเป็น 2 ชั้น

ขั้นที่ 1 ความคาดหวังและการยอมรับในสังคม สำหรับเด็กดี บุคคลจะใช้หลักทำตามที่ผู้อื่นเห็นชอบเพื่อ ต้องการรักษาสัมพันธภาพที่ดีพบในวัยรุ่นอายุ 10-15 ปี ขั้นนี้แสดงพฤติกรรมเพื่อต้องการเป็นที่ยอมรับของหมู่คณะเพื่อให้เขาพอใจ และยกย่องชมเชยทำให้บุคคลไม่มีความเป็นตัวของตัวเองชอบคล้อยตามการชักจูงของผู้อื่น โดยเฉพาะกลุ่มเพื่อน

ขั้นที่ 2 กฎและระเบียบจะใช้หลักทำตามหน้าที่ของสังคม พบในอายุ 13-16 ปีขั้นนี้แสดงพฤติกรรมเพื่อทำตามหน้าที่ของสังคมโดยบุคคลรู้ถึงบทบาทและหน้าที่ของเขาในฐานะเป็นหน่วยหนึ่งของสังคมนั้นจึงมีหน้าที่ทำตามกฎเกณฑ์ต่างๆที่สังคมกำหนดให้ หรือคาดหมายไว้

ระดับที่ 3 ระดับจริยธรรมตามหลักการด้วยวิจารณญาณ หรือระดับเหนือกฎเกณฑ์สังคม พัฒนาการทางจริยธรรมระดับนี้เป็นหลักจริยธรรมของผู้มีอายุ 20 ปี ขึ้นไปทำให้บุคคลตัดสินใจขัดแย้งของตนเองโดยใช้ความคิดไตร่ตรองอาศัยค่านิยมที่ตนเชื่อ และยึดถือเป็นเครื่องช่วยในการตัดสินใจจะปฏิบัติตามสิ่งที่สำคัญมากกว่าโดยมีกฎเกณฑ์ของตนเอง ซึ่งพัฒนามาจากกฎเกณฑ์ของสังคมเป็นจริยธรรมที่เป็นที่ยอมรับทั่วไป Kohlberg แบ่งพัฒนาการทางจริยธรรมระดับนี้เป็น 2 ชั้น คือ

ขั้นที่ 1 สัญญาสังคมหรือหลักการทำตามคำมั่นสัญญา บุคคลจะมีเหตุผลในการเลือกกระทำโดยคำนึงถึงประโยชน์ของคนหมู่มากไม่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นสามารถควบคุมตนเองได้การพิจารณาตัดสินใจที่จะกระทำด้วยตนเองไม่ถูกควบคุมจากบุคคลอื่น พบได้ในวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่

ขั้นที่ 2 หลักการคุณธรรมสากล เป็นขั้นที่แสดงพฤติกรรมเพื่อทำตาม หลักการคุณธรรมสากล โดยคำนึงความถูกต้องยุติธรรมยอมรับในคุณค่าของความเป็นมนุษย์มีอุดมคติและคุณธรรมประจำใจ เคารพในความเป็นมนุษย์ของแต่ละบุคคล ละเอียดและเกรงกลัวต่อบาป พบในวัยผู้ใหญ่ที่มีความเจริญทางสติปัญญา

บลูม (Bloom 1964. อ้างใน พรรณี ชูชัย เจนจิต, 2538 : 62-64) ได้เสนอแนวคิดในการจัดการเรียนการสอนไว้ 5 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นการรับรู้ หมายถึง การที่ผู้เรียนได้รู้ค่านิยมที่ต้องการจะปลูกฝังในตัวผู้เรียน
2. ขั้นการตอบสนอง หมายถึง การที่ผู้เรียนได้รับรู้และเกิดความสนใจในค่านิยมนั้นแล้วมีโอกาสได้ตอบสนองในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง
3. ขั้นการเห็นคุณค่า เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับค่านิยมนั้น และเห็นคุณค่าจนทำให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อค่านิยมนั้น
4. ขั้นการจัดระบบ เป็นขั้นที่ผู้เรียนรับค่านิยมที่ตนเห็นคุณค่านั้นเข้ามาอยู่ในระบบค่านิยมของตน
5. ขั้นการสร้างลักษณะนิสัย เป็นขั้นที่ผู้เรียนปฏิบัติตามค่านิยมที่ตนรับมาอย่างสม่ำเสมอและทำจนเป็นนิสัย

ซึ่งทั้ง 5 ขั้นตอนนี้สามารถนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อปลูกฝังค่านิยมที่พึงประสงค์หรือจิตพิสัยที่ต้องการได้ 5 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 การรับรู้ค่านิยม ผู้สอนจัดประสบการณ์หรือสถานการณ์ที่ช่วยให้ผู้เรียนได้รู้ค่านิยมนั้นอย่างใส่ใจ ให้นักเรียนมีพัฒนาการในการยอมรับ (อย่างใจกว้าง) ถึงความแตกต่างกันของสิ่งต่างๆ ที่ผ่านเข้ามา เช่น คน สิ่งของ ผลงาน ปรากฏการณ์ พฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดคือการรู้ตัว เป็นความรู้สึกต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดเพื่อรับทราบสิ่งนั้นๆ ความเต็มใจรับรู้ เป็นความพอใจที่จะรับรู้แต่ไม่มีการตัดสินการควบคุมการรับรู้ เป็นการเลือกหรือบังคับตนเองเพื่อเอาใจใส่ต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ไม่ว่าจะเป็สิ่งเรื่อ่างใด

ขั้นที่ 2 การตอบสนองต่อค่านิยมผู้สอนจัดสถานการณ์ให้ผู้เรียนมีโอกาสตอบสนองค่านิยมนั้นในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง เช่น ให้พูดแสดงความคิดเห็นต่อค่านิยมนั้น ลองทำตามค่านิยมพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิด คือการยินยอมตอบสนอง ความเต็มใจที่จะได้ตอบความพึงพอใจในการตอบสนอง

ขั้นที่ 3 การเห็นคุณค่าของค่านิยมผู้สอนจัดประสบการณ์หรือสถานการณ์ที่ช่วยให้ผู้เรียนได้เห็นคุณค่าของค่านิยมนั้น เช่น ให้ลองปฏิบัติตามค่านิยมแล้วได้รับการสนองตอบในทางที่

ดีเห็นประโยชน์หรือโทษที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติ และไม่ปฏิบัติตามค่านิยมนั้นพฤติกรรมที่ต้องการให้เกิด คือ การยอมรับในคุณค่านั้น การชื่นชมในคุณค่านั้นความผูกพันในคุณค่านั้น

ขั้นที่ 4 การจัดระบบค่านิยม เมื่อผู้เรียนเห็นคุณค่าของค่านิยมและเกิดเจตคติที่ดีต่อค่านิยมนั้นจะเกิดความโน้มเอียงที่จะรับค่านิยมนั้นมาใช้ในชีวิตของตนผู้สอนควรกระตุ้นให้ผู้เรียนพิจารณาค่านิยมนั้นกับค่านิยมอื่นๆ และสร้างความสัมพันธ์ระหว่างค่านิยมต่างๆ ของตน พฤติกรรมที่ผู้สอนควรกระตุ้นผู้เรียนเพื่อให้เกิดพฤติกรรมคือการสร้างมโนทัศน์ในคุณค่านั้น การจัดระบบคุณค่านั้น

ขั้นที่ 5 การสร้างลักษณะนิสัย ผู้สอนส่งเสริมให้ผู้เรียนปฏิบัติตามค่านิยมนั้นอย่างสม่ำเสมอ โดยติดตามผลการปฏิบัติและให้ข้อมูลป้อนกลับ และเสริมแรงเป็นระยะ จนกระทั่งผู้เรียนปฏิบัติเป็นนิสัย พฤติกรรมที่ต้องการให้เกิดในขั้นนี้ คือการมีหลักยึดในการตัดสินใจการปฏิบัติตามหลักยึดนั้นจนเป็นนิสัย

จากที่กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า ระดับพฤติกรรมด้านจิตพิสัย มี 5 ระดับ โดยเริ่มจากระดับต่ำสุด จนถึงสูงสุด คือ การรับรู้โดย เริ่มจากการรู้จัก อยากรู้และคัดเลือกรับรู้ จากนั้นจะเป็น การตอบสนอง ในรูปแบบของการยินยอม เต็มใจ และพอใจ ระดับต่อมาเป็นการสร้างคุณค่า โดยการยอมรับ ชื่นชม และ เชื่อถือในสิ่งนั้น ในระดับต่อมา เป็นการนำคุณค่า และการจัดระบบคุณค่าจนกระทั่งการสร้างลักษณะนิสัยประจำตัวของบุคคลนั้น ๆ

2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจิตตปัญญาศึกษา

2.8.1 งานวิจัยในประเทศ

จิตเกษม ทองนาค (2548) ศึกษาเรื่อง การพัฒนากระบวนการวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญา มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาพัฒนาทักษะกระบวนการวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นเด็กนักเรียนชาย-หญิง อายุ 4-5 ปี กำลังศึกษาอยู่ชั้นอนุบาลศึกษาปีที่ 1 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนวัดโตนด สังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญา และแบบทดสอบทักษะกระบวนการวิทยาศาสตร์ที่มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .77 ผลการศึกษาพบว่าการพัฒนาทักษะกระบวนการวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย หลังการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญา โดยรวมและจำแนกรายทักษะมีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงขึ้น และอยู่ในระดับดี เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนการทดลอง พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จตุพร แสงหาญ (2549) ศึกษาเรื่องผลของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญาที่มีต่อ พฤติกรรมชอบสังคมของเด็กปฐมวัย มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมชอบสังคมของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมการเรียนแบบจิตปัญญา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาย-หญิง อายุ 5-6 ปี กำลังศึกษาชั้นอนุบาลปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2548 โรงเรียนวัดมกุฏกษัตริยาราม สังกัดกรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ คือ แผนการสอนแบบจิตปัญญาและแบบสังเกตพฤติกรรมชอบสังคมมีค่าความเชื่อมั่น 0.79 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ t-test Dependent ผลการศึกษาพบว่า (1) พฤติกรรมชอบสังคมของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมการเรียนแบบจิตปัญญาทุกด้านอยู่ในระดับดีมาก (2) พฤติกรรมชอบสังคมของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมการเรียนแบบจิตปัญญาสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการเรียนแบบจิตปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ชลลดา ทองทวี และคณะ (2551) ทำวิจัยเพื่อศึกษาข้อมูลและความรู้เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา โดยการรวบรวมประมวล วิเคราะห์ และสังเคราะห์ความรู้จากแหล่งต่างๆ ทั้งในและต่างประเทศ สร้างฐานข้อมูลจิตตปัญญาศึกษาเกี่ยวกับบุคคล กลุ่มหรือองค์กร และเอกสารที่เกี่ยวข้อง ให้เป็นฐานความรู้สนับสนุนการขับเคลื่อนงานจิตตปัญญาศึกษา รวมทั้งศึกษาหาประเด็นการวิจัยและสร้างแผนที่ลำดับความสำคัญของการวิจัย (Research Priority Mapping) ที่เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา ตลอดจนพัฒนาเครือข่ายนักวิจัยและนักปฏิบัติด้านจิตตปัญญาศึกษา โดยศึกษาครอบคลุม 5 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) ประวัติพัฒนาการแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 2) เครื่องมือกระบวนการ และการปฏิบัติเกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา 3) แนวทางการประยุกต์ใช้แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสู่วงการต่างๆ 4) วิธีวิทยาการวิจัยทางจิตตปัญญาศึกษา 5) การประเมินสำหรับจิตตปัญญาศึกษา ผลจากการศึกษาคั้งนี้สรุปนิยามจิตตปัญญาศึกษาว่าเป็น กระบวนการเรียนรู้และบริบทที่เป็นเหตุปัจจัยเกื้อกูลต่อองค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาจากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ โดยหยั่งรากลงถึงฐานคิดเชิงศาสนา มนุษยนิยม และองค์รวมบูรณาการ คือจากจิตที่ยึดติดกับอัตตาตัวตนที่คับแคบ อึดอัดกับการมองโลกเป็นส่วนเสี้ยว สู่จิตที่ตื่นรู้ หยั่งรู้ความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งเป็นองค์รวม มีความรักความเมตตา

พงษ์ธร ตันติฤทธิศักดิ์ และคณะ (2551) ได้ร่วมกันทำวิจัยเชิงปฏิบัติการเป็นเครื่องมือนำเอาการจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญาศึกษาเข้าไปในชั้นเรียนระดับอุดมศึกษา เครื่องมือในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพและปริมาณ ได้แก่การสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อเก็บข้อมูลนักศึกษาทีละคนการสนทนากลุ่ม เพื่อเก็บข้อมูลเชิงกลุ่ม การเขียนบันทึก เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน การสังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วมแบบวัด MINDS-CAR โดยเป็นแบบสอบถามที่เก็บข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับแก่นจิตตปัญญาพฤษยา และปัญญา-ความรักความเมตตาความเชื่อมั่น

ต่อความสอดคล้องภายในของแบบวัด (Cronbach's Alpha) ได้ ณ ระดับ .808 โดยชั้นเรียนสองชั้นเรียนจากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยมหิดล ได้รับเลือกให้เป็นกรณีศึกษาโดยคณะนักวิจัยมีส่วนร่วมทำกับอาจารย์จัดกิจกรรมและกระบวนการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน การวิจัยอาศัยระเบียบวิธีแบบผสมผสาน เก็บข้อมูลตามกรอบสามทศน์ (บุคคลที่หนึ่ง สอง และสาม) ในสามช่วงเวลา (ก่อน ระหว่าง และหลังภาคการศึกษา) ข้อค้นพบทำให้ทราบถึงคุณลักษณะสำคัญของการจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญาศึกษา คือ ความสอดคล้องกันระหว่างเส้นทางการเรียนรู้ของผู้เรียน การจัดกิจกรรม และการจัดกระบวนการเรียนรู้ โดยมีหลักคือการอยู่กับปัจจุบันขณะของชั้นเรียน การจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญาศึกษาดังกล่าวมีส่วนช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในผู้เรียน

พงษ์ธร ตันติฤทธิศักดิ์ และคณะ (2552) ได้ทำวิจัยเชิงปฏิบัติการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาองค์ความรู้การจัดการเรียนการสอนแบบจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษาโดยทดลองใช้โมเดล“จิตตปัญญาพฤษา” ซึ่งเป็นผลจาก โครงการวิจัยสำรวจพรมแดนความรู้จิตตปัญญาศึกษา (2551) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ การสัมภาษณ์เชิงลึกการสนทนากลุ่ม การเขียนบันทึก และการสังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วมในกรณีศึกษาชั้นเรียนสองแห่ง คือในคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และคณะวิทยาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดลระยะเวลาการศึกษาคือในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2551 ผลการวิจัยพบว่า จิตตปัญญาพฤษา สามารถเป็น โมเดลที่มีประโยชน์ในการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานได้

สลักจิต ตรีธรม โอบาส (2553) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาผลการพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยการจัดกระบวนการการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา และเพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาที่เกี่ยวกับการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาโปรแกรมวิทยาศาสตร์ทั่วไปชั้น ปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาจิตวิทยาสำหรับครู จำนวน 53 คน ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แบบบันทึกการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยกระบวนการเรียนรู้แบบทดสอบวัดความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์จำนวน 40 ข้อและ แบบบันทึกผลการสัมมนานักศึกษาในโครงการจิตตปัญญาหลังการสอน ผลการวิจัย สรุปได้ดังนี้ โดยภาพรวมนักศึกษามีความพึงพอใจในรูปแบบการเรียนการสอน การทำสมาธิทุกครั้งก่อนและหลังเรียนส่งผลให้เขามีสติในหลายด้าน ด้านการเรียน ด้านการปรับอารมณ์ของตนเอง ด้านการใช้สติในชีวิตประจำวัน ได้รู้จักคิด วิเคราะห์ใคร่ครวญในปัญหาต่างๆอย่างมีสติควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีกว่าเดิม ใจเย็น มองโลกในแง่ดีมีความสุขกับการเรียน ได้เรียนรู้และเข้าใจตนเอง ในขณะที่เดียวกันก็เรียนรู้ผู้อื่นด้วย

กนกอร คีบลาน (2553) ศึกษาเรื่อง การใช้กิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนา ความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนา ความมีวินัยในตนเองของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เป็นการศึกษาเชิงกึ่งทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านแม่โถ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 จำนวน 36 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนจำนวน 7 กิจกรรม แบบประเมินด้านความมีวินัยในตนเอง และแบบสังเกตพฤติกรรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการศึกษาพบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา นักเรียนมีวินัยในตนเอง ด้านความขยันหมั่นเพียร ความรับผิดชอบ และด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ.05

โชนิตา เรืองสุข (2553) ศึกษาเรื่อง ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาตนเองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมโดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จึงเป็นการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาตนเองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม โดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา ซึ่งศึกษาโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม แล้วนำแนวคิดจิตตปัญญามาเป็นแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรม เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมจำนวน 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มี 2 ชนิด ได้แก่แบบสังเกตพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมจำนวน 10 ข้อ และแผนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวคิดจิตตปัญญา จำนวน 1 แผน แบ่งเป็น 8 ครั้ง ผลการศึกษาค้นคว้าปรากฏดังนี้

5. ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาตนเองของนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมโดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา พบว่าก่อนเข้าร่วมแผนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม นักเรียนมีพฤติกรรมที่แสดงออก ได้แก่ พูดจาก้าวร้าวหยาบคาย ชวนเพื่อนคุยในชั้นเรียน โห่เมื่อเพื่อนทำผิด ลุกเดินไปมาในชั้นเรียน ไม่รวมกิจกรรมในเวลาเรียน แหย่เพื่อนในชั้นเรียน เองงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน พูดสอดแทรกขณะครูสอน เหม่อลอย และไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน ก่อนการให้คำปรึกษา มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมาก และหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มปรากฏว่านักเรียนมีพฤติกรรมเหล่านั้นลดลง

6. นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมไม่เหมาะสมโดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สนธิ สัตโยภาส(2554) ศึกษาเรื่องการใช้กระบวนการวิชาจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Studies) หมวดวิชาศึกษาทั่วไปพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์แก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ของวิชาจิตตปัญญาศึกษาพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์ 6 ตัวบ่งชี้ของสำนักงานรับรองมาตรฐานและการประเมินคุณภาพการศึกษา (สมศ.) เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาจิตตปัญญาศึกษาของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างและเพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างที่มีต่อกระบวนการเรียนการสอนวิชาจิตตปัญญาศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ที่ลงทะเบียนเรียนวิชา GHUM 1101 จิตตปัญญาศึกษา ภาคการศึกษาที่ 1/2554 กับผู้วิจัย จำนวน 249 คน เครื่องมือที่ใช้ดำเนินการวิจัยประกอบด้วย รายละเอียดของรายวิชาจิตตปัญญาศึกษา (มคอ.3) แบบสอบถามเพื่อประเมินระดับคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาจิตตปัญญาศึกษา กิจกรรม AAR : After Action Review ของ กระบวนวิชาจิตตปัญญาศึกษาและแบบประเมินการสอนของอาจารย์ทางเว็บไซต์ของสำนักส่งเสริมวิชาการและงานทะเบียน มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยให้นักศึกษากลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์ในชั่วโมงแรกของการเรียนวิชาจิตตปัญญาศึกษา จากนั้นจึงดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนรายวิชาจิตตปัญญาศึกษาตามรายละเอียดของวิชาจิตตปัญญาศึกษา (มคอ.3) ให้กับนักศึกษากลุ่มตัวอย่างเป็นเวลา 1 ภาคการศึกษา แล้วทำกิจกรรม AAR: After Action Review ในชั่วโมงสุดท้ายของการเรียน จากนั้นจึงให้นักศึกษากลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามเพื่อประเมินคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์อีกครั้ง เมื่อถึงช่วงเวลาสอบปลายภาคการศึกษา นักศึกษากลุ่มตัวอย่างทำแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาจิตตปัญญาศึกษาและประเมินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนรายวิชาจิตตปัญญาศึกษาในเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย ตามลำดับ ผู้วิจัยได้นำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์เพื่อตอบวัตถุประสงค์ของงานวิจัย โดยใช้สถิติพื้นฐานร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) สถิติทดสอบ t-test และการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มตัวอย่างมีระดับคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์หลังเรียนรายวิชาจิตตปัญญาศึกษาสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาจิตตปัญญาศึกษา อยู่ในระดับ A มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.34 รองลงมาเป็นระดับ B+ คิดเป็นร้อยละ 25.70 และนักศึกษาได้ระดับ D น้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.40 รวมทั้งมีความพึงพอใจในกระบวนการเรียนการสอนรายวิชาจิตตปัญญาศึกษา อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.72$)

2.8.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

ฮาร์ท (Hart, 2004: 29-30) ได้รวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษาที่มีผลกระทบต่อการเรียนรู้ และพฤติกรรมของผู้เรียน ละสรุปว่าครูผู้สอนทุกระดับการศึกษาตั้งแต่ประถมศึกษาจนถึงอุดมศึกษาสามารถนำแนวคิด จิตตปัญญาศึกษาไปบูรณาการกับหลักสูตรที่มีอยู่หรือจัดทำเป็นหลักสูตรเฉพาะขึ้นมา ซึ่งจิตตปัญญาศึกษาเป็นวิธีทางหนึ่งที่ทำให้ได้มาซึ่งความรู้ และทำให้เกิดความรู้และความฉลาด เพิ่มความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันระหว่างร่างกายและจิตใจ ทำให้ร่างกายอ่อนคลายและมีผลต่อทักษะการคิดทำให้มีความตั้งใจอย่างลึก ให้เพิ่มความเข้าใจตนเองและคนอื่นและโลก ทำให้ตระหนักรู้ข้อมูลความรู้ที่มีอยู่ในจิตสำนึก เพิ่มศักยภาพในการเรียนรู้ การคิดสร้างสรรค์และญาณทัศนะ ซึ่ง Hart กล่าวว่า มีการนำแนวคิด Contemplative ไปใช้ในวงการอื่นที่ไม่ใช่วงการศึกษามานาน เช่น ในวงการแพทย์ ส่วนวงการศึกษาระดับอุดมศึกษาเพิ่งเริ่มนำมาใช้เมื่อเร็วๆ นี้

บราวน์ (Brown, 2005: Web Site) ได้พัฒนาหลักสูตรจิตตปัญญาศึกษา โดยใช้เครือข่ายคอมพิวเตอร์ (online) และใช้ในมหาวิทยาลัยนาโรปะ ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยใช้ทีมผู้สอนก่อนโดยแกนของหลักสูตร ประกอบด้วย คุณภาพเนื้อหาและผลที่เกิดขึ้น 5 ประการ คือ

4. ความเปิดกว้าง (Openness) ประกอบด้วย สมาธิ (Mindfulness) การตระหนักรู้ในตนเอง (Self Awareness) การตระหนักรู้ในพื้นที่กว้างขวาง (Space Awareness) ซึ่งมิติที่รวมเข้าใน Openness คือความตั้งใจแน่วแน่ การปล่อยวาง การไม่ยึดติดกับประสบการณ์หรือแนวความคิดความประทับใจในสิ่งที่เป็น ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่มีการอ้างอิงความรู้สึกของจิตที่เริ่มต้น (Beginner's Mind) การปรับความกำกวม-การไม่รู้ ความสามารถอยู่นิ่งๆ ให้รู้สึกถึงความว่างเปล่าเพื่อการเกิดญาณทัศนะ (Insight) การตระหนักรู้ในตนเอง เป็นการตรวจสอบตนเอง ทั้งความคิดอารมณ์ ความรู้สึก มุมมองที่มีต่อโลก ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง (Sen of Self) การพูดคุยภายในกับตนเอง (Talking Self) ความรู้และประสบการณ์ที่ตนเองรับรู้

5. ประสบการณ์ส่วนบุคคลที่เป็นแหล่งข้อมูลที่มีมากมาย (Resourcefulness) หลักการ คือความประทับใจในความรู้และประสบการณ์ทุกอย่างที่มีมากมาย ซึ่งประสบการณ์ส่วนบุคคล เป็น Resource หนึ่งของคนเราที่ถือว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของจิตตปัญญาศึกษา จึงต้องนำเอาประสบการณ์ส่วนบุคคลมารวมกับประสบการณ์ทางวิชาการให้ได้

6. การฝึกให้ผู้เรียนดึงประสบการณ์ส่วนบุคคลออกมา เช่น กระตุ้นให้ผู้เรียนอภิปรายเต็มที่ทั้งอารมณ์ และประสบการณ์ กรณีผู้เรียนเขียนเชิงนามธรรม ผู้สอนก็จะถามว่า “ประสบการณ์ส่วนบุคคลของคุณคืออะไร” ถ้าประสบการณ์ส่วนบุคคลเป็นรูปธรรมที่ระบุสถานที่แต่ขาดสีสันหรือความรู้สึก ผู้สอนก็จะถามว่า “คุณอยู่ตรงไหนในที่นี่” “ที่ไหนที่สนุก และที่รู้สึก

เสียใจ และความรู้ลึกซึ้งๆ ในชีวิตคุณ” นั่นคือ วิธีฝึกผู้เรียนแต่ละคน โดยขึ้นกับสถานการณ์ และความสัมพันธ์ของผู้สอน-ผู้เรียน

7. แหล่งข้อมูลมีอยู่ในตัวของเราเอง รวมทั้งแหล่งทางวิชาการต่างๆ ไป เช่น ตำรา, ภาพวาด, สถานที่ปฏิบัติ เป็นต้น นอกจากนี้แหล่งข้อมูลที่มามายังรวมถึงการฝึกฝนความใจกว้าง มีน้ำใจและจริงใจ ความเอาใจใส่ และความเอื้ออาทรต่อคนอื่นๆ และต่อตนเอง ในการปฏิบัติทั้งเชิงวิชาชีพในชีวิตส่วนตัว และการอภิปราย การเห็นคุณค่าของผู้อื่นตามที่เขาเป็น และวัฒนธรรมของเขาทั้งในรายละเอียดและความหลากหลายประสบการณ์ส่วนบุคคลที่เป็นแหล่งข้อมูลที่มามายังมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันกับความเป็นธรรมชาติของโลกทั้งระดับย่อยและระดับใหญ่

8. การทำให้กระจ่าง (Clarity) โดยทั่วไปเรียกว่า การทำให้เกิดความกระจ่างในปัญญา (Clarity of Intellect) เป็นการส่งเสริมแนวคิดและญาณทัศนะของเราต่อสถานการณ์ เป็นการมองที่มีแนวคิดจากมุมมองจิตตปัญญาที่ไม่ยึดติดกับแนวคิดและความคิดเดิมของเรา โดยการยอมรับสิ่งใหม่ๆ การแสดงออกถึงความคิดริเริ่ม ความฉลาด อารมณ์ และประสบการณ์หรือมองสถานการณ์ และสามารถพูดได้ว่า “สถานการณ์ ณ ปัจจุบันนี้ มีความเป็นนามธรรมที่เป็นประโยชน์” โดยสิ่งที่ให้อภิปราย คือ สิ่งที่เรามองเห็น ณ ปัจจุบันขณะ (What we are looking at here)

ฮอลแลนด์ (Holland, 2006) ที่สนใจเกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา เขาศึกษาจิตตปัญญาศึกษาในสถานศึกษาต่างๆ ในรัฐ Arkansas และ Austria พบว่า มหาวิทยาลัยต่างๆ กำลังบูรณาการจิตตปัญญาศึกษาเข้ากับหลักสูตร โดยใช้การสะท้อนผลและญาณทัศนะในตน (Reflection and personal insight) และเป็นกระแสความสนใจหลักสูตรประสบการณ์ (experiential curriculum) ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ (Health) และการเรียนรู้ (Learning) อย่างไรก็ตามสถาบันอุดมศึกษาที่มีการบูรณาการจิตตปัญญาศึกษาในบางมหาวิทยาลัยเป็นมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงหรือไม่ก็ผู้ที่มาเรียนเป็นผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดี แต่สิ่งที่ Holland พบอีกอย่างหนึ่ง คือ ต้องพัฒนาวิธีการประเมินควบคู่ไปกับการศึกษาในลักษณะนี้ด้วย

มาเอีย ดูเออร์ (Maia Duerr) ได้ทำการสำรวจได้ทำการสำรวจจิตตปัญญาในสังคมนอเมริกันตั้งแต่ปี ค.ศ. 2001-2004 สรุปเป็นต้นไม้จิตตปัญญา (the tree of contemplative practice) ซึ่งประกอบด้วยกิ่ง 7 กิ่ง คือ stillness practice, movement practice, creation process practices, activist practices, generative practices, ritual/cyclical practices และ rational practice และรากของต้นไม้ ซึ่งเปรียบเสมือนกับฐานของแนวคิดทั้ง 7 ประเภทนั้น หมายถึง การพัฒนาความตระหนัก (cultivating awareness) และการเชื่อมโยงกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือปัญญาภายใน

จากงานวิจัยดังกล่าว สรุปได้ว่าจิตตปัญญาศึกษา เป็นแนวคิดในการจัดการศึกษาที่ต้องการให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจมนุษย์ ผ่านกระบวนการคิดทางพุทธิปัญญา เป็นแนวการสอนที่เน้นการพัฒนาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง มีเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้งทางความคิด และจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก โดยผ่านการใคร่ครวญ การร่วมแสดงความคิดเห็น การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข การเลือกลงมือปฏิบัติกิจกรรมที่สนใจ โดยทบทวนศึกษาด้วยตนเอง แล้วสังเกตการเปลี่ยนแปลงด้วยตนเอง ทั้งนี้ครูควรเป็นผู้สนับสนุน จัดบรรยากาศในการเรียนรู้ให้เอื้อต่อการเกิดสมาธิและปัญญาของนักเรียน

3. วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว

3.1 ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

คำว่า “การแนะแนว” ได้บัญญัติขึ้นแทนคำภาษาอังกฤษว่า “Guidance” และมีผู้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวไว้หลายท่าน เช่น

วัชร ทรัพย์มี (2531) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวคือการจัดกิจกรรมที่มีหลักการให้นักเรียนได้เลือกเรียนตามความสามารถ ความถนัด และความสนใจของตน ช่วยนักเรียนในการเลือกวิชาเรียนอย่างเหมาะสม

สจิต วงศ์สวรรค์ (2531) กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ว่าด้วยการให้ข้อมูลข่าวสารเพื่อเป็นพื้นฐานให้นักเรียนรู้จักปรับตัวเองให้เหมาะสม เช่น การปรับตัวให้เข้ากับชีวิตในโรงเรียน สิ่งแวดล้อมทางบ้าน สังคม ฯลฯ สำรวจความสนใจ ความถนัด ความสามารถรู้จักตนเองและเข้าใจตนเองเพื่อเตรียมตัวในการศึกษาต่อหรือประกอบอาชีพและปรับปรุงการเรียนให้สัมฤทธิ์ผลยิ่งขึ้น

พนม ล้อมอารีย์ (2533) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า หมายถึง การจัดชั้นสอนความรู้เกี่ยวกับข้อสนเทศด้านการศึกษา อาชีพ และด้านส่วนตัว-สังคม ให้แก่นักเรียนที่เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาทุกชั้นปีตามข้อกำหนดของหลักสูตรที่ระบุให้มีการสอนกิจกรรมแนะแนว 1 คาบต่อสัปดาห์ตลอดปีการศึกษา และเป็นการเรียนที่ไม่มีหน่วยการเรียน

ปราณี รามสูต (2533) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมแนะแนวว่า เป็นกิจกรรมหรือประสบการณ์ที่จัดเพื่อให้ผู้เรียนได้ปฏิบัติและบรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ของการแนะแนวในแต่ละครั้ง

กรมวิชาการ (2537) ได้ให้ความหมายว่า กิจกรรมแนะแนวคือกิจกรรมที่เกี่ยวกับการแนะแนว เพื่อช่วยให้นักเรียนได้รู้จักตนเอง สิ่งแวดล้อม สามารถพัฒนาตนเอง ปรับตัวเข้ากับ

สังคมและสถานการณ์ต่างๆ ได้ เป็นกิจกรรมที่จัดครอบคลุมทั้งกิจกรรมแก้ปัญหาและกิจกรรมพัฒนาการเรียนรู้

กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ (2544: 6) ได้ให้คำอธิบายไว้ว่ากิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักเรียน ให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้เชิงพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีซึ่งผู้สอนทุกคนต้องทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษาด้านชีวิต การศึกษาต่อและการพัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ

คอร์ตแมน, อาชบาย และเดอกรอฟฟ์ (Kottman Ashby & De Groaf, 2001: 3 อ้างถึงในสมร ทองดี และปราวณี รามสูต 2545: 11) ให้ความหมายว่า กิจกรรมแนะแนว (Guidance Activities) เป็นประมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแต่ละคน แต่ละกลุ่ม ได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วมเพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนา สร้างเสริมป้องกัน และแก้ไขปัญหาทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาการเรียนรู้ (2551: 16) ได้อธิบายไว้ว่ากระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อพัฒนา และส่งเสริมให้ผู้เรียน ได้มีบทบาทเพิ่มที่ในการเรียนรู้ เพื่อที่จะพัฒนาศักยภาพและสามารถจัดการกับชีวิตตนเองอย่างชาญฉลาด และมีคุณลักษณะตามมาตรฐานการแนะแนว ซึ่งประกอบด้วย 5 บริการ ได้แก่ บริการศึกษารวบรวมข้อมูลรายบุคคล บริการสนเทศ บริการให้คำปรึกษาบริการจัดวางตัวบุคคล (งานป้องกัน ส่งเสริม พัฒนาช่วยเหลือ) บริการติดตามและประเมินผล

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, กระทรวงศึกษาธิการ (2551:20) ได้ให้ความหมายกิจกรรมแนะแนวไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ว่า กิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน

โครงการยกระดับคุณภาพครูทั้งระบบตามแผนปฏิบัติการไทยเข้มแข็ง, ชุดฝึกอบรมแนะแนว (2553: 17) ได้อธิบายความหมายว่า การแนะแนว เป็นกระบวนการต่อเนื่องที่ใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ เพื่อช่วยเหลือบุคคลให้รู้จัก เข้าใจตนเองและสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจเลือกสิ่งต่างๆ ได้ด้วยตนเองอย่างฉลาด มีเหตุผล รู้จักป้องกันปัญหา วางแผนและพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพ สามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

สรุปว่ากิจกรรมแนะแนว หมายถึง กระบวนการทุกรูปแบบที่จัดขึ้นเพื่อพัฒนา ส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไขปัญหา ให้แก่ผู้เรียนตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วมเพื่อให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังช่วยให้ครู รู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งยังเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วม พัฒนาผู้เรียน

3.2 แนวคิด ทฤษฎีในการจัดกิจกรรมแนะแนว

จากธรรมชาติของมนุษย์ซึ่งประกอบด้วยจริยธรรมและการกระทำ ได้มีผู้กล่าวถึงการนำแนวคิด ทฤษฎีมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

ข้อลัดดา ขวัญเมือง (2541) ได้กล่าวถึงแนวคิดทฤษฎีที่นำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

1. แนวคิดจิตวิทยาของกลุ่มมนุษยนิยม (Humanistic psychology) มีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวมากที่สุด แอตคินสัน ได้กล่าวถึงหลักจิตวิทยาของกลุ่มมนุษยนิยม 4 ข้อ สรุปได้ดังนี้

1.1 ประสบการณ์ของแต่ละคนเป็นสิ่งแรกที่ควรสนใจ ทั้งในด้านการมองโลก การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง และการเห็นคุณค่าในตนเอง

1.2 มนุษย์มีสิทธิเลือกสร้างสรรค์และพัฒนาตนเองตามความสมัครใจ ทุกคนมีความสามารถที่จะพัฒนาศักยภาพ ความสามารถ และความสำนึกแห่งตน

1.3 ควรหาความหมายของชีวิตก่อนที่จะศึกษาถึงวัตถุประสงค์ในการเลือกปัญหาที่จะศึกษาหรือทำวิจัย

1.4 ค่านิยมสูงสุดของบุคคล คือ ความมีเกียรติ

จะเห็นได้ว่าหลักจิตวิทยาของกลุ่มมนุษยนิยมมีความสอดคล้องกับหลักการแนะแนวที่ยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลาง คำนึงถึงความเป็นมนุษย์ที่มีอารมณื ความรู้สึก และความต้องการให้นักเรียนรับรู้ตนเองและมองเห็นคุณค่าในตนเอง การจัดกิจกรรมแนะแนวจึงควรคำนึงถึงประสบการณ์ของแต่ละคนซึ่งมีความแตกต่างกัน เพื่อให้รู้จักตนเอง ตัดสินใจได้เอง และสามารถพัฒนาตนเองได้ถึงขีดสุดตามศักยภาพของตน

2. แนวคิดของโรเจอร์ส

โรเจอร์ส เชื่อว่าคนเรามีแรงจูงใจพื้นฐานที่จะก้าวไปสู่ความสำเร็จแห่งตนตามความสามารถของร่างกายซึ่งมีข้อจำกัดจากพันธุกรรม บุคคลไม่อาจรับรู้ตนเองได้อย่างชัดเจนเกี่ยวกับการกระทำที่นำไปสู่ความเจริญก้าวหน้าซึ่งเกิดจากการแสดงออกหรือการเก็บกด แต่ถ้าเขา

รับรู้ตนเองได้ชัดเจน เขาจะเลือกความก้าวหน้ามากกว่าการเก็บกด เขาเชื่อว่าการรู้จักความจริงพื้นฐานในการบำบัดโดยยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง

ในเรื่องความเป็นตน (Self) หรืออัตมโนทัศน์นั้นประกอบด้วยความคิด การรับรู้และค่านิยม ซึ่งเป็นคุณลักษณะเกี่ยวกับ ตัวฉัน หรือ ของฉัน รวมทั้งการตระหนักรู้ว่าตนเองคือใครและจะทำอะไรได้บ้าง นี่คือการรับรู้ตนเองซึ่งมีอิทธิพลต่อการรับรู้โลกของบุคคลและพฤติกรรมของเขา นอกจากนี้ โรเจอร์สได้ประเมินความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์กับอัตมโนทัศน์ว่า คนเราต้องการแสดงพฤติกรรมตามที่คิด ตามประสบการณ์ และความรู้สึกของตนเขาอาจปฏิเสธการรับรู้ของตนเอง

การนำแนวคิดของโรเจอร์สมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนว

1. มองนักเรียนในแง่ดี เพราะทุกคนต้องการที่จะพัฒนาตนเองไปในทางที่ดีเสมอ การมองนักเรียนในทางบวกจะช่วยให้ครูมีเจตคติที่ดีต่อนักเรียน ทำให้นักเรียนพร้อมที่จะมีพฤติกรรมที่ดีตามที่ครูคาดหวัง

2. ยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรมแนะแนว ทำให้นักเรียนมีบทบาทในการเรียนรู้มากกว่าครูโดยการใช้เทคนิควิธีการจัดกิจกรรมที่เน้นนักเรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้

3. ช่วยให้นักเรียนรับรู้ตนเองได้ตรงตามความเป็นจริง รู้ว่าตนเองคือใคร มีเป้าหมายของชีวิตอย่างไรทั้งในระยะสั้นและระยะยาว รู้ถึงความสามารถ ความถนัด ความสนใจ ความต้องการและค่านิยม

4. ยอมรับนักเรียนอย่างไม่มีเงื่อนไข การยอมรับนักเรียนได้อย่างไม่มีเงื่อนไขเป็นขั้นตอนแรกของการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน เพราะจะทำให้นักเรียนรู้สึกว่าคุณเองเป็นที่ยอมรับของครูไม่ว่าจะเรียนเก่งหรือไม่ก็ตาม

5. พยายามให้นักเรียนปรับตัวจริงกับตนตามที่คิดให้สอดคล้องกัน เพื่อให้สามารถปรับตนเองได้ตามสภาพความเป็นจริง เป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดี เรียนรู้อย่างมีความสุข

สรุปวิธีการนำแนวความคิดของโรเจอร์สมาใช้ โดยยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลาง กล่าวคือ สร้างความอบอุ่น ยอมรับ และมองนักเรียนในแง่ดี เน้นให้ตระหนักรู้เกี่ยวกับการคิด และความรู้สึกของตนเอง รวมทั้งเงื่อนไขที่ช่วยให้ประสบความสำเร็จ

ช่อศักดิ์ดา ขวัญเมือง (2541) การจัดกิจกรรมแนะแนวควรจัดให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการแนะแนวด้วยการจัดกิจกรรมโดยทั่วๆ ไปมีจุดมุ่งหมาย ดังนี้

1. เพื่อให้นักเรียนได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับตัวเองที่ตรงสภาพความเป็นจริง ทั้งในด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม ความต้องการ ความสามารถ ความถนัด และความสนใจ ตลอดจนค่านิยมที่นับถือ

2. เพื่อให้นักเรียนทราบข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาต่อในสถานศึกษาต่างๆ เช่น สถานทีในในสถาบันที่จะศึกษาต่อ ระเบียบการสมัคร รวมทั้ง โอกาสที่จะเข้าไปศึกษาต่อในสถาบันนั้นๆ

3. เพื่อให้นักเรียนทราบข้อมูลเกี่ยวกับ โลกกว้างทางอาชีพ การแบ่งหมวดหมู่ของอาชีพ ลักษณะของอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตนเองมากที่สุด และข้อมูลเกี่ยวกับอาชีพที่ต้องการ

4. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำข้อมูลที่ได้มาพิจารณาเลือกตัดสินใจ เกี่ยวกับแนวทางในการศึกษาต่อและประกอบอาชีพได้เหมาะสม

5. เพื่อให้นักเรียน ได้เพิ่มพูนประสบการณ์ เกี่ยวกับการศึกษาต่อหรือการประกอบอาชีพตามที่ตนสนใจในรายละเอียดเพื่อช่วยให้เกิดความมั่นใจในการวางแผนเลือกทางเดินชีวิตในอนาคต

6. เพื่อช่วยให้ครูแนะแนวได้มีโอกาสนพบปะกับนักเรียนในชั้นเรียนอย่างทั่วถึงทุกคน ช่วยให้มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำให้ครูแนะแนวได้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนที่แท้จริง อันจะส่งผลต่อความสำเร็จในการจัดบริการแนะแนวอื่นๆ

วัชรีย์ ทรัพย์มี (2531) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการจัดกิจกรรมแนะแนว ดังนี้

1. การจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคคลในทุกด้าน คือช่วยให้ผู้รับบริการมีพัฒนาการถึงขีดสุด ในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม

2. การจัดกิจกรรมแนะแนวเน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล นักแนะแนวจำเป็นต้องรู้จักนักเรียนแต่ละคนและคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยมีกลวิธีศึกษาเด็กเป็นรายกรณี เช่น ใช้การสังเกต การสัมภาษณ์ การใช้แบบทดสอบต่างๆ หรือการใช้แบบสอบถามเพื่อจะได้ช่วยเหลือนักเรียนได้เหมาะสมกับเอกลักษณ์บุคคล

3. การจัดกิจกรรมแนะแนวเกิดจากการร่วมมือ การจัดกิจกรรมแนะแนวจะมีประสิทธิภาพต้องเกิดจากความร่วมมือและความเต็มใจของผู้มาใช้บริการ และบุคลากรอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เป็นต้นว่า ผู้บริหาร โรงเรียน ครูอื่นๆ บุคลากรและสถาบันต่างๆ ในชุมชน

4. การจัดกิจกรรมแนะแนวยึดหลักสิทธิและเสรีภาพของบุคคล นักแนะแนวจะเป็นผู้ช่วยให้บุคคลรู้จักตนเองและสิ่งแวดล้อมดีขึ้น เพื่อผู้รับบริการจะได้ตัดสินใจเลือกการดำเนินชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ โดยผู้แนะแนวจะไม่เป็นผู้ทำหน้าที่ตัดสินใจให้แก่ผู้รับบริการ

5. การจัดกิจกรรมแนะแนวเป็นกระบวนการต่อเนื่อง การจัดกิจกรรมแนะแนวต้องจัดกิจกรรมต่างๆ เป็นขั้นตอน เพื่อจะได้บรรลุเป้าหมาย ฉะนั้นการจัดบริการแนะแนวต้องมีการวางแผนระยะยาว

6. การจัดกิจกรรมแนะแนวมีจุดมุ่งหมายทั้งด้านการป้องกันปัญหา การแก้ไข ปัญหา และการส่งเสริมพัฒนา

สรุปว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวต้องจัดให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ การศึกษา เน้นการป้องกัน การแก้ปัญหา และการส่งเสริมพัฒนา การจัดกิจกรรมแนะแนวต้องจัด ให้กับนักเรียนทุกคน ครูแนะแนวจะต้องประสานงานกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และต้องมีการวางแผน ทั้งระยะสั้นและระยะยาวเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้รับบริการ

3. กิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2556 เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการ โครงการ บริการวิชาการแก่สังคม) ได้กล่าวถึงกิจกรรมแนะแนว หลักการที่สำคัญของการจัดกิจกรรมแนะ แนว และวัตถุประสงค์ที่สำคัญของการแนะแนวไว้ดังนี้

ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ครูแนะแนวมี บทบาทที่สำคัญประการหนึ่งคือการจัดกิจกรรมแนะแนว โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมคาบแนะแนว เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมแนะแนว ซึ่งอยู่ในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตามหลักสูตรแกนกลาง การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 โดยกิจกรรมแนะแนวจะมีจุดเน้นและวิธีการแตกต่างจาก กิจกรรมนักเรียน (ได้แก่ กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี ยุวกาชาด นักศึกษาวิชาทหาร กิจกรรมชุมนุม ชมรม) และกิจกรรมเพื่อสังคมและสาธารณประโยชน์ ดังนั้น ครูแนะแนวควรเน้นจัดกิจกรรมให้ เป็นไปตามหลักการแนะแนว เพราะกิจกรรมแนะแนวรวมทั้งกิจกรรมคาบแนะแนว เป็นกิจกรรมที่ ส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักตนเอง รู้รักษ์สิ่งแวดล้อม สามารถคิดตัดสินใจ คิดแก้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย วางแผนชีวิตทั้งด้านการเรียนและอาชีพ สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ ยังช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจผู้เรียน ทั้งเป็นกิจกรรมที่ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาแก่ ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมพัฒนาผู้เรียน

หลักการที่สำคัญของการจัดกิจกรรมแนะแนว

ต้องส่งเสริมและสนับสนุนเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้ อันจะนำไปสู่ สมรรถนะที่สำคัญ 5 ประการ ได้แก่ 1) การสื่อสาร 2) การคิด 3) การแก้ปัญหา 4) การใช้ทักษะชีวิต และ 5) การใช้เทคโนโลยี และนำไปสู่คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 8 ประการ ได้แก่ 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้ 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รัก ความเป็นไทย และ 8) มีจิตสาธารณะ โดยนำไปบูรณาการในการจัดกิจกรรมตามแนวลักษณะของ กิจกรรมแนะแนวที่ระบุไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 อีกทั้งยัง ต้องส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะชีวิต โดยมุ่งจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับสภาพปัญหา

ความต้องการ ความสนใจ ธรรมชาติของผู้เรียน และวิสัยทัศน์ของสถานศึกษา ที่ตอบสนอง จุดมุ่งหมายหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ให้ครอบคลุมทั้งด้าน การศึกษา ด้านอาชีพ รวมทั้งด้านส่วนตัวและสังคม ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยผู้เรียนมีอิสระใน การคิดและตัดสินใจด้วยตนเอง เรียนรู้ด้วยตนเอง ด้วยการปฏิบัติจนกระทั่งเกิดทักษะชีวิต ตลอดจน ครูทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรม โดยมีครูแนะแนวเป็นที่เล็งและประสานงาน

วัตถุประสงค์ที่สำคัญของการแนะแนว

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จัก เข้าใจ รัก และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถวางแผนการเรียน อาชีพ รวมทั้งการดำเนินชีวิตและ สังคม
3. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่าง มีความสุข

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ 2552) ได้กล่าวถึงขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว บทบาทของครูแนะแนวในการจัดกิจกรรม คาบแนะแนว การประเมินกิจกรรมคาบแนะแนว การประเมินกิจกรรมคาบแนะแนว การประเมิน เพื่อตัดสินผลการเรียน การออกแบบกิจกรรมคาบแนะแนว มีดังนี้

ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว มีขอบข่ายที่สำคัญ 3 ด้าน ดังนี้

1. ด้านการศึกษา เน้นให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองในด้านการเรียนอย่างเต็ม ศักยภาพ รู้จักแสวงหาและใช้ข้อมูลประกอบการวางแผนการเรียนหรือการศึกษาต่อได้อย่างมี ประสิทธิภาพ มีนิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน มีวิธีการเรียนรู้และสามารถวางแผนการเรียนหรือการศึกษาต่อได้ อย่างเหมาะสม
2. ด้านอาชีพ เน้นให้ผู้เรียนได้รู้จักตนเองในทุกด้าน รู้และเข้าใจโลกของงาน อาชีพอย่างหลากหลาย มีเจตคติต่ออาชีพสุจริต มีการเตรียมตัวสู่อาชีพ สามารถวางแผนเพื่อ ประกอบอาชีพตามที่ตนเองมีความถนัดและสนใจ
3. ด้านส่วนตัวและสังคม เน้นให้ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็น คุณค่าของตนเองและผู้อื่น รักสิ่งแวดล้อม มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ มีเจตคติที่ดีต่อการมีชีวิตที่ดีมี คุณภาพ มีทักษะชีวิต และสามารถปรับตัว ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

บทบาทของครูแนะแนวในการจัดกิจกรรมคาบแนะแนว

1. ศึกษาวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นรายบุคคล แล้วนำข้อมูลมาใช้ในการวางแผนการ จัดการเรียนรู้ที่ท้าทายความสามารถของผู้เรียน

2. กำหนดเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดกับผู้เรียน ด้านความรู้และทักษะ กระบวนการที่เป็นความคิดรวบยอด หลักการ และความสัมพันธ์ รวมทั้งคุณลักษณะอันพึงประสงค์
 3. ออกแบบการเรียนรู้และจัดการเรียนรู้ที่ตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคลและพัฒนาการทางสมอง เพื่อนำผู้เรียนไปสู่เป้าหมาย
 4. จัดบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ และดูแลช่วยเหลือผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้
 5. จัดเตรียมและเลือกใช้สื่อให้เหมาะสมกับกิจกรรม นำภูมิปัญญาท้องถิ่น เทคโนโลยีที่เหมาะสมมาประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอน
 6. ประเมินความก้าวหน้าของผู้เรียนด้วยวิธีการที่หลากหลาย เหมาะสมกับธรรมชาติของวิชาและระดับพัฒนาการของผู้เรียน
 7. วิเคราะห์ผลการประเมินมาใช้ในการซ่อมเสริมและพัฒนาผู้เรียน รวมทั้งปรับปรุงการจัดการเรียนการสอนของตนเอง
- บทบาทของผู้เรียนในการจัดกิจกรรมคาบเนาะแนว
1. กำหนดเป้าหมาย วางแผน และรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง
 2. เสาะแสวงหาความรู้ เข้าถึงแหล่งการเรียนรู้ วิเคราะห์ สังเคราะห์ความรู้ ตั้งคำถาม คิดหาคำตอบหรือหาแนวทางแก้ปัญหาด้วยวิธีการต่างๆ
 3. ลงมือปฏิบัติจริง สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเองและนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ต่างๆ
 4. มีปฏิสัมพันธ์ ทำงาน ทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มและครู
 5. ประเมิน พัฒนาระบวนการเรียนรู้ของตนเองอย่างต่อเนื่อง
- การประเมินกิจกรรมคาบเนาะแนว
- ครูเนาะแนวมีหน้าที่จัดทำแผนการจัดกิจกรรมเนาะแนวรายชั่วโมง หรือกิจกรรมคาบเนาะแนว และดำเนินกิจกรรมเนาะแนวตามแผนการจัดกิจกรรมเนาะแนว รวมทั้งประเมินผลการจัดกิจกรรมด้วย สำหรับการประเมินกิจกรรมคาบเนาะแนวกำหนดให้ครูผู้จัดกิจกรรมเนาะแนว ผู้เรียน และผู้ปกครอง มีภารกิจที่รับผิดชอบ มีส่วนร่วมในการประเมินผลเพื่อพัฒนาผู้เรียน โดยครูผู้จัดกิจกรรมมีภารกิจในการวางแผนการประเมิน ดำเนินการประเมิน นำผลการประเมินไปพัฒนาผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง และรายงานผลการดำเนินงานให้ผู้เกี่ยวข้องทราบ ส่วนผู้เรียนอาจมีส่วนร่วมในการวางแผนการประเมิน ประเมินตนเองและเพื่อน ส่วนผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการเสนอความคิดเห็นในการประเมิน ประเมินผลการพัฒนาผู้เรียน โดยประสานความร่วมมือกับครูผู้จัดกิจกรรม ประเมิน บันทึก สรุปผลการพัฒนาและการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียน

การประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียน

ครูผู้จัดกิจกรรมตรวจสอบเวลาการเข้าร่วมกิจกรรม และประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรมด้วยวิธีการที่หลากหลาย ตัดสินผลการประเมินเป็น “ผ่าน” และ “ไม่ผ่าน” โดยตัดสินว่า “ผ่าน” เมื่อผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรม ปฏิบัติกิจกรรม และมีผลงาน/ชิ้นงาน/คุณลักษณะตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด หรือตัดสินว่า “ไม่ผ่าน” เมื่อผู้เรียนมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมไม่ครบตามเกณฑ์ ไม่ผ่านการปฏิบัติกิจกรรม หรือมีผลงาน/ชิ้นงาน/คุณลักษณะไม่เป็นไปตามที่สถานศึกษากำหนด

ทั้งครูแนะแนวและผู้เรียนจะต้องปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของตนดังกล่าว จึงจะนำไปสู่เป้าหมายตามที่หลักสูตรต้องการได้ โดยเฉพาะบทบาทของครูแนะแนวในการออกแบบและจัดการเรียนรู้ที่ตอบสนองความแตกต่างระหว่างบุคคลและพัฒนาการทางสมองเพื่อนำผู้เรียนไปสู่เป้าหมาย รวมทั้งบทบาทของผู้เรียนที่ต้องรับผิดชอบการเรียนรู้ด้วยตนเองและลงมือปฏิบัติจริง ซึ่งบทบาทของครูแนะแนวและผู้เรียนนี้มีความสอดคล้องกับบทบาทของกระบวนการและผู้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้

การออกแบบกิจกรรมคาบแนะแนว

สิ่งที่ครูแนะแนวควรทราบก่อนที่จะออกแบบกิจกรรมคาบแนะแนว ได้แก่ ความรู้ในเรื่องหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับโครงสร้างกิจกรรมคาบแนะแนวในระดับชั้นที่รับผิดชอบ ด้วยการกำหนดขอบข่ายของกิจกรรมคาบแนะแนวว่ามีกี่หน่วย เรื่องอะไรบ้าง เพื่อช่วยให้เห็นภาพรวมและความสอดคล้องเชื่อมโยงของลำดับการเรียนรู้ของคาบแนะแนวในทุกๆระดับชั้น ซึ่งมีรายละเอียดในการออกแบบกิจกรรมคาบแนะแนว ดังนี้

1. ศึกษาวิเคราะห์สภาพปัญหา ความต้องการ ความสนใจ ธรรมชาติของผู้เรียน สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ทัศนคติของสถานศึกษา และข้อมูลของผู้เรียนเป็นรายบุคคล แล้วจัดทำตารางวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อกำหนดสัดส่วนและวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมคาบแนะแนว และตารางสรุปผลการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูล

2. กำหนดสัดส่วน (ร้อยละ) เวลา (ชั่วโมง/คาบ) ในทุกระดับชั้น ว่าแต่ละด้านคิดเป็นร้อยละเท่าใด โดยดูจากตารางสรุปผลการศึกษาและการวิเคราะห์ข้อมูล

3. กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้และวัตถุประสงค์การจัดกิจกรรมคาบแนะแนวของสถานศึกษาตามมาตรฐานการเรียนรู้ ได้แก่ มาตรฐานที่ 1 รู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่น มาตรฐานที่ 2 มีความสามารถในการแสวงหาและใช้ข้อมูลสารสนเทศ มาตรฐานที่ 3 มีความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม และมาตรฐานที่ 4 มีความสามารถในการ

การปรับตัวและการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข แล้วจึงจัดทำตารางกำหนดวัตถุประสงค์ตามมาตรฐานการเรียนรู้

4. จัดทำโครงสร้างการจัดกิจกรรมคาบแนะแนวจนครบทุกชั้นปี โดยกำหนดประเด็นต่างๆ ที่เห็นว่าควรประกอบด้วยประเด็นอะไรบ้าง เลือกเฉพาะประเด็นที่มีความสำคัญต่อการวางแผนจัดกิจกรรมคาบแนะแนว เพื่อให้บรรลุเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของหลักสูตรแกนกลางและหลักสูตรของสถานศึกษาที่ได้กำหนดไว้

5. ออกแบบการจัดกิจกรรมคาบแนะแนว ตามโครงสร้างและรายละเอียดต่างๆ ที่สอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางและหลักสูตรสถานศึกษาจนครบทุกชั้นปี

6. จัดทำแผนการจัดกิจกรรมคาบแนะแนวจนครบทุกชั้นปีๆ ละ 2 ภาคเรียน ๆ ละ 16 ครั้ง ตามองค์ประกอบที่ได้กำหนดไว้ ได้แก่

ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไป เกี่ยวกับช่วงชั้นที่ ภาคเรียนที่ ชื่อกิจกรรม หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง เวลา มาตรฐานการเรียนรู้

ส่วนที่ 2 เป็นการกำหนดเกี่ยวกับ สาระสำคัญ ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง จุดประสงค์การเรียนรู้ สาระการเรียนรู้ กระบวนการจัดกิจกรรม การประเมินผล นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

ส่วนที่ 3 เป็นภาคผนวก เกี่ยวกับข้อมูลหรือรายละเอียดอื่นๆ ที่ต้องจัดทำเพิ่มเติมเพื่อใช้ในการจัดกิจกรรม เช่น เนื้อหาสาระ ใบงาน ฯลฯ

ข้อเสนอแนะในการจัดทำแผนการจัดกิจกรรมคาบแนะแนวตามองค์ประกอบต่างๆ

ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2556 เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการ โครงการบริการวิชาการแก่สังคม) ได้ให้ข้อเสนอแนะในการจัดทำแผนการจัดกิจกรรมคาบแนะแนวตามองค์ประกอบต่างๆ มีดังนี้

1. การตั้งชื่อหน่วยการเรียนรู้ ควรเป็นชื่อที่สะท้อนให้เห็นถึงสาระสำคัญ น่าสนใจ เหมาะสมกับวัย มีความหมายและสอดคล้องกับชีวิตจริงของผู้เรียน

2. การเขียนสาระสำคัญ ควรเป็นความรู้ที่เป็นแก่นสำคัญหรือหลักการของเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เกิดจากการหลอมรวมของมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัดในหน่วยนั้นๆ

3. การเขียนสาระการเรียนรู้ ควรเน้นเนื้อหาที่เป็นทั้งความรู้ ทักษะ/กระบวนการ และคุณลักษณะ

4. ประเด็นและเกณฑ์ในการประเมินผล ควรกำหนดให้ชัดเจนว่า “ผ่านหรือไม่ผ่าน” นั้นมีลักษณะอย่างไร เพื่อจะช่วยให้เห็นทิศทาง การจัดเวลา กิจกรรม วิธีการประเมินที่สอดคล้องกับมาตรฐาน/ตัวชี้วัด

5. การกำหนดภาระงานที่ผู้เรียนปฏิบัติ สามารถจัดทำได้หลากหลายประเภท ได้แก่

5.1 ประเภทชิ้นงาน เช่น งานเขียน (รายงาน เรียงความ จดหมาย โคลง กลอน หนังสือเล่มเล็ก การบรรยาย การเขียนตอบ ฯลฯ) ภาพ แผนภูมิ (แผนภาพ แผนผัง แผนภูมิ ภาพวาด กราฟ ตาราง แฟ้มสะสมงาน ฯลฯ) สิ่งประดิษฐ์ (งานประดิษฐ์ งานแสดงนิทรรศการ หุ่นจำลอง ฯลฯ)

5.2 ประเภทภาระงาน ได้แก่ การพูด การรายงานปากเปล่า การอภิปราย การอ่าน การกล่าวรายงาน โต้ว่าที่ ร้องเพลง สัมภาษณ์ บทบาทสมมติ เล่นดนตรี การเคลื่อนไหวร่างกาย

5.3 ประเภทที่เป็นทั้งชิ้นงานและภาระงาน ได้แก่ โครงการ การทดลอง การสาธิต การแสดงละคร วิทยุทัศน์ ฯลฯ

6. ในการวางแผนจัดกิจกรรมคาบแนะแนว ควรเป็นกิจกรรมที่พัฒนาผู้เรียนตามมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดชั้นปีที่กำหนดไว้ เป็นกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้เรียนและเนื้อหาสาระ สอดแทรกคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์ตามที่หลักสูตรกำหนดไว้ ช่วยให้ผู้เรียนเข้าสู่แหล่งการเรียนรู้และเครือข่ายการเรียนรู้ที่หลากหลาย และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริง

7. เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมคาบแนะแนว ควรเหมาะสมและเพียงพอกับการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนมีความสามารถตามที่ระบุไว้ในมาตรฐาน/ตัวชี้วัด ทั้งในภาพรวมและแต่ละหน่วย

3.3 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2555) ได้กล่าวถึงแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวแก่ผู้รับบริการวัยรุ่น ที่สนองธรรมชาติตามวัยปัญหาและความต้องการของผู้รับบริการไว้ดังนี้

1. ธรรมชาติตามวัยของวัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่น ต้องการการยอมรับ ความเป็นอิสระ เสรี แสวงหาเอกลักษณ์ลักษณะและบทบาท เป็นช่วงเวลาของการตัดสินใจเลือกเส้นทางชีวิตด้านการศึกษาและอาชีพ สนใจการมีอุดมการณ์แห่งชีวิต มีพลังมากทั้งทางด้านร่างกาย ความคิดและปัญญา ชอบเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ กระฉับกระเฉง ว่องไว แต่ขาดความรอบคอบ อดทนน้อยต่อการให้นั่งรับรู้หรือรับฟังนานๆ สนใจเพศตรงข้าม ใฝ่ฝันการ

พึ่งตนเอง ต้องการลวงพ้นความเป็นเด็กในสายตาผู้อื่น สนใจความแปลกใหม่ ไม่ชอบซ้ำซากจำเจ ฯลฯ

2. แนวทางการจัดกิจกรรม

2.1 จัดกิจกรรมแนะแนวแบบกลุ่มมากเป็นพิเศษ เพื่อส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ทั้งกิจกรรมระหว่างเพศเดียวกันและต่างเพศ

2.2 ฝึกทักษะสังคมด้านการยอมรับกัน และผู้แนะแนวหรือผู้ควบคุมกิจกรรมก็มุ่งเน้นให้การยอมรับผู้รับบริการด้วย

2.3 ส่งเสริมกิจกรรมประเภทที่ช่วยให้ผู้รับบริการได้แสดงออกให้มากที่สุดทั้งด้านการเป็นผู้นำ ผู้ตาม และบทบาทในสังคม เพื่อให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้เรื่องเอกลักษณ์ส่วนตัวและบทบาทนั้นๆ

2.4 เน้นส่งเสริมให้เรียนรู้ช่องทางทางการศึกษาและอาชีพของสังคมในยุคใหม่ให้มาก เพื่อเป็นแนวทางตัดสินใจเลือกวิถีชีวิตต่อไป

2.5 ให้ได้มีโอกาสศึกษา คิววิเคราะห์ ทัศนศึกษา และแนวพรรณนะของบุคคลที่น่าสนใจต่างๆ เพื่อเสริมสร้างองค์ความรู้และอุดมการณ์แห่งชีวิตของตนเอง

2.6 ควรเน้นให้กิจกรรมที่ให้ผู้รับบริการได้ลงมือปฏิบัติให้มากที่สุด หลีกเลี่ยงการให้รับฟังนานๆ และกิจกรรมควรให้รวดเร็วว่องไว เพื่อลดความน่าเบื่อหน่ายสำหรับวัยรุ่น

2.7 ใช้สื่อ เกม เพลง กระบวนการกลุ่ม ฯลฯ เข้าประกอบในการจัดกิจกรรมได้ทุกรูปแบบเช่นเดียวกับวัยเด็ก แต่ควรเลือกให้เหมาะสมกับวัยรุ่น และให้ค่อนไปทางกิจกรรมสำหรับวัยรุ่นหนุ่มสาวที่สอดคล้องตามยุคสมัย

2.8 หลีกเลี่ยงการชี้แนะหรือการผูกขาดบทบาทในการแสดงตนของผู้แนะแนวหรือผู้จัดกิจกรรม แต่พยายามสนองความต้องการพึ่งตนเองของวัยรุ่น โดยให้คิดวิเคราะห์ หาเหตุผลผลและหาทางปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2533) ได้เสนอแนะขั้นตอนการจัดกิจกรรมแนะแนว สรุปได้ดังนี้

1. ระดมสมองบุคคลที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดเนื้อหาออกเป็นหมวดใหญ่ๆ ที่ต้องการให้นักเรียนได้เรียนรู้ว่ามีอะไรบ้าง

2. สอบถามความต้องการของนักเรียน ว่าต้องการเรียนรู้ในเรื่องใดบ้าง นำข้อมูลที่ได้ไปจัดเป็นหน่วยย่อยๆ ที่สอดคล้องกับความพร้อมและความต้องการของครู

3. ตั้งเป้าหมายทางพฤติกรรมของการเรียนรู้ในแต่ละหน่วยย่อย ตามระดับของนักเรียน โดยตั้งเป้าหมายที่สามารถสังเกตเห็นได้หรือวัดได้ และควรเป็นสิ่งที่นักเรียนเป็นผู้กระทำ

ด้วยตนเองโดยถือหลักเกณฑ์ให้ทุกระดับชั้นเรียนรู้ในเรื่องเดียวกันแต่มีความลึกต่างกัน เพื่อให้ นักเรียนมีความเข้าใจในแต่ละหัวข้อมากยิ่งขึ้น

4. เลือกกระบวนการสอน ที่จะทำให้ได้ผลตามวัตถุประสงค์มากที่สุด โดยการ เลือกวิธีสอนที่ช่วยให้บรรลุตามเป้าหมาย

5. ประเมินผลการจัดหลักสูตรและแนวอย่างมีระบบ ทั้งในด้านการสอนของครู และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียน เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขโครงการให้มีประสิทธิภาพ

สรุปแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนว ควรจัดให้เหมาะสมกับเพศและวัย จัด กิจกรรมแนะแนวแบบกลุ่มมากเป็นพิเศษ ฝึกทักษะสังคมด้านการยอมรับกัน ส่งเสริมกิจกรรม ประเภทที่ช่วยให้ผู้รับบริการได้แสดงออกให้มากที่สุด เน้นส่งเสริมให้เรียนรู้ช่องทางด้านการศึกษา และอาชีพของสังคมในยุคใหม่ให้มาก ให้ได้มีโอกาสศึกษา คิววิเคราะห์กรณีศึกษา และแนว ทรรศนะของบุคคลที่น่าสนใจต่างๆ ควรเน้นให้กิจกรรมที่ให้ผู้รับบริการได้ลงมือปฏิบัติให้มากที่สุด หลีกเลี่ยงการให้รับฟังนานๆ และกิจกรรมควรให้รวดเร็วไว ใช้สื่อ เกม เพลง กระบวนการกลุ่ม ฯลฯ เข้าประกอบในการจัดกิจกรรมได้ทุกรูปแบบ หลีกเลี่ยงการชี้แนะหรือการ ผูกขาดบทบาทในการแสดงตนของผู้แนะแนวหรือผู้จัดกิจกรรม แต่พยายามสนองความต้องการ ฟังตนเองโดยให้คิดวิเคราะห์ หาเหตุผลผลและหาทางปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

3.4 การกำหนดขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนว

สมร ทองดี และปราณี รามสูต (2555) กล่าวว่า ขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนว ประกอบด้วย ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม ขั้นดำเนินกิจกรรม ขั้นสรุปกิจกรรม และขั้นประเมินผลขั้นตอน ตามที่กล่าวมานี้ มักนิยมใช้ในรูปแบบของกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน ซึ่งการแนะแนวของ ประเทศไทยนิยมใช้เป็นส่วนใหญ่ แต่ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดขั้นตอนของกิจกรรมในรูปแบบใด สิ่ง ที่ควรเน้นให้ความสำคัญเป็นพิเศษและขาดไม่ได้ คือการจัดกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการ เรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ ซึ่งในปัจจุบันเน้นจัดกิจกรรมโดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการ เรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning) และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม (Group Process Learning) ซึ่งนักการศึกษาส่วนใหญ่ยอมรับว่าการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมจะเสริมสร้างผู้รับบริการทั้งกระบวนการคิดและการปฏิบัติ (อุษา พิงธรรมและคณะ 2544:13) และเห็นว่าการเรียนรู้เชิงประสบการณ์มีบทบาทสำคัญต่อการ กำหนดขั้นตอนของการดำเนินกิจกรรม ผลการศึกษารวบรวมของ ลักเนอร์ และแนคเลอร์ (Luckner and Nudler, 1997) พบคำอธิบายที่เหมือนกันในส่วนของขั้นตอนกิจกรรมว่าประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้เป็นวงจรการเรียนรู้ (Four Phases of the Learning Cycle) ดังนี้

ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ (Experiencing) ผู้รับบริการอาจเล่นเกมบทบาทสมมติ ทำงาน ทำกิจกรรมสถานการณ์จำลอง ฟัง/อ่านกรณีศึกษา ค้นคว้า เล่าอดีต เล่าเรื่อง แบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสาระสำคัญหรือผลลัพธ์การเรียนรู้หรือจุดมุ่งหมายของกิจกรรม

ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้ (Reflecting) ผู้รับบริการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก วิเคราะห์ พิจารณาหาเหตุผลจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในขั้นที่ 1 เพื่อหาคำตอบว่า เกิดอะไรขึ้นจากขั้นที่ 1 หรือเขาตีความสิ่งนั้นว่าอย่างไร

ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต (Generalizing) ผู้รับบริการสร้างองค์ความรู้หรือสรุป สาระการเรียนรู้จากการอภิปรายสะท้อนกลับการเรียนรู้จากทฤษฎีและแนวคิดเพิ่มเติมต่อไปอีก เพื่อความสมบูรณ์ของสาระการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับชีวิต

ขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ (Applying) ผู้รับบริการทดลองประยุกต์ใช้สาระการเรียนรู้สู่ชีวิต โดยอาจทดลองแก้ปัญหาสถานการณ์จำลอง สร้างคำขวัญ วางแผนพัฒนาตน จูงใจตนเองในการปฏิบัติตามแผน

สรุปการกำหนดขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนว สิ่งที่ต้องเน้นให้ความสำคัญเป็นพิเศษและขาดไม่ได้ คือการจัดกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้รับบริการนำผลการเรียนรู้จากกิจกรรมไปใช้ประโยชน์ ซึ่งในปัจจุบันเน้นจัดกิจกรรมโดยใช้แนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) ที่เน้นการเรียนรู้เชิงประสบการณ์ (Experiential Learning) และการเรียนรู้ด้วยกระบวนการกลุ่ม (Group Process Learning) ในส่วนของขั้นตอนกิจกรรมประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้เป็นวงจรการเรียนรู้ (Four Phases of the Learning Cycle) ได้แก่ ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์ (Experiencing) ขั้นสะท้อนกลับการเรียนรู้ (Reflecting) ขั้นสรุปสาระสู่ชีวิต (Generalizing) และขั้นคิดและนำไปปฏิบัติ (Applying)

3.5 เทคนิควิธีการในการจัดกิจกรรมแนะแนว

นงลักษณ์ ประเสริฐ และคณะ (2553) ได้กล่าวไว้ว่า เทคนิควิธีการในการนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวมีหลายรูปแบบและอาจทำได้หลายวิธี ทั้งนี้ในการเลือกว่าเทคนิคหรือวิธีการใดจะเหมาะสมสำหรับนักเรียนห้องใด กลุ่มใด และจะทำให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายได้เพียงใดนั้น ครูแนะแนวจะต้องพิจารณาอย่างรอบคอบในการเลือกใช้เทคนิคต่างๆ เพื่อให้เหมาะสมกับลักษณะของนักเรียน จำนวนนักเรียนในห้อง วัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมแนะแนว ตลอดจนคุณลักษณะที่จะพัฒนาในตัวบุคคล อีกทั้งยังต้องคำนึงถึง ความชำนาญในการใช้เทคนิคหรือวิธีการดังกล่าวของครูแนะแนวเอง และสิ่งสำคัญยิ่งก็คือ เทคนิคหรือวิธีการต่างๆ ควรจะเอื้อประโยชน์ให้กับนักเรียนมากที่สุด ซึ่งเทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมแนะแนวที่ขอนำเสนอ คือ การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ พอสรุปได้ดังนี้

การจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (Student-Center)

1. ความหมายของการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

การจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญมุ่งเน้นการจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม โดยครูมีหน้าที่เป็นผู้เอื้ออำนวยในการสร้างบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ ส่งเสริม สนับสนุน ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง (เอียน สมิธ และ อนงค์ วิเศษสุวรรณ 2550)

2. ลักษณะการจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

นงลักษณ์ ประเสริฐ และคณะ (2553) ได้สรุปลักษณะการจัดกิจกรรมที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีลักษณะสำคัญดังนี้

1. Active Learning เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนเป็นผู้กระทำ หรือปฏิบัติด้วยตนเองด้วยความกระตือรือร้น เช่น ได้คิด ค้นคว้า ทดลอง รายงาน ทำโครงการ สัมภาษณ์ แก้ปัญหา เป็นต้น

2. Construct เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนได้ค้นพบสาระสำคัญหรือองค์ความรู้ใหม่ด้วยตนเอง อันเกิดจากการได้ศึกษาค้นคว้าทดลอง แลกเปลี่ยนเรียนรู้และลงมือปฏิบัติจริง

3. Resource เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียน ได้เรียนรู้จากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ที่หลากหลายทั้งบุคคลและเครื่องมือ ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน ผู้เรียนได้สัมผัสและสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

4. 2.4) Thinking เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมกระบวนการคิด ผู้เรียนได้ฝึกคิดในหลายลักษณะ เช่น คิดคล่อง คิดหลากหลาย คิดละเอียด คิดชัดเจน คิดถูกทาง คิดกว้าง คิดลึกซึ้ง คิดไกล คิดอย่างมีเหตุผล เป็นต้น

5. Happiness เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนได้เรียนอย่างมีความสุข เป็นความสุขที่เกิดจากผู้เรียนได้เรียนในสิ่งที่ตนสนใจสาระการเรียนรู้ ชวนให้สนใจใฝ่ค้นคว้าศึกษาท้าทายให้แสดงความสามารถและใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ และการมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนและระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน อย่างเป็นกัลยาณมิตร มีการช่วยเหลือ เกื้อกูลซึ่งกันและกันมีกิจกรรมร่วมด้วยช่วยกัน ทำให้ผู้เรียนรู้สึกมีความสุขและสนุกกับการเรียน

6. Participation เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนกำหนดงาน วางเป้าหมายร่วมกัน และมีโอกาสเลือกทำงาน หรือศึกษาค้นคว้าในเรื่องที่ตรงกับความสามารถ ความสนใจของตนเอง ทำให้ผู้เรียนเรียนด้วยความกระตือรือร้น มองเห็นคุณค่าของสิ่งที่เรียนและสามารถประยุกต์ความรู้นำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง

7. Individualization เป็นกิจกรรมที่ผู้สอนให้ความสำคัญแก่ผู้เรียนในความเป็นเอกลักษณ์ ผู้สอนยอมรับในความสามารถ ความคิดเห็น ความแตกต่างระหว่างบุคคลของผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพมากกว่าเปรียบเทียบแข่งขันระหว่างกัน โดยมีความเชื่อมั่นว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถในการเรียนรู้ได้ และมีวิธีการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน

8. Good Habit เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนได้พัฒนาคุณลักษณะนิสัยที่ดีงาม เช่น ความรับผิดชอบ ความเมตตา กรุณา ความมีน้ำใจ ความขยัน ความมีระเบียบวินัย ความเสียสละ เป็นต้น และลักษณะนิสัยในการทำงานอย่างเป็นกระบวนการทำงานร่วมกันกับผู้อื่น การยอมรับผู้อื่น และการเห็นคุณค่าของงาน เป็นต้น

3. เทคนิคการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

ศุภวรรณ เล็กวิไล (2544) ได้กล่าวถึงเทคนิคการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 3 ประเด็น คือ เทคนิคการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตัวเอง เทคนิคการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ดำเนินงานร่วมกับผู้อื่น และเทคนิคการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

1. เทคนิคการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตัวเอง หรือเทคนิคการสรรสร้างความรู้ (Constructivism) ประกอบด้วยเทคนิคย่อยๆ ดังนี้

1.1 เทคนิคการจัดประสบการณ์เพื่อนำเสนอข้อมูลใหม่ ต้องเป็นสิ่งที่น่าสนใจ ทำท่ายให้คิด ต้องไม่ง่ายหรือยากเกินไปสำหรับผู้เรียนที่จะทำความเข้าใจและเชื่อมโยงเข้ากับความรู้เดิมของผู้เรียนเพื่อจัดประสบการณ์อย่างเหมาะสม

1.2 เทคนิคการใช้คำถามหรือคำสั่งให้ผู้เรียนคิดหรือลงมือปฏิบัติเพื่อเชื่อมโยงความรู้/ข้อมูลในสมอง ในส่วนของใช้คำถาม ครูควรศึกษาและฝึกฝนทักษะการใช้คำถามเพื่อช่วยกระตุ้นความคิดของผู้เรียน และใช้เทคนิคที่สำคัญในขณะตั้งคำถาม เช่น การถามซ้ำให้ผู้เรียนหลายคนมีส่วนร่วมในการตอบคำถามเดียวกัน

1.3 เทคนิคการจัดระบบข้อมูลความรู้ ในกิจกรรมการสร้างความรู้ เมื่อผู้เรียนได้รับประสบการณ์ใหม่จะพยายามนำข้อมูลที่เป็นความรู้ใหม่ไปเชื่อมโยงเข้ากับโครงสร้างความรู้เดิมในกระบวนการทางสมอง อาจจะใช้แผนผังความคิด (Mind map) หรือแผนที่ความคิดในใจ (Concept map)

2. เทคนิคการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ดำเนินงานร่วมกับผู้อื่น หรือการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Cooperative Learning) เป็นวิธีหนึ่งที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ที่สัมพันธ์กับชีวิตจริง ได้รับการฝึกฝนทักษะกระบวนการแสวงหาความรู้ ทักษะการบันทึกความรู้ ทักษะการคิด ทักษะการจัดการกับความรู้ ทักษะการแสดงออก ทักษะการสร้าง

ความรู้ใหม่ และทักษะการทำงานเป็นกลุ่ม จัดว่าเป็นวิธีเรียนที่สามารถนำมาประยุกต์ให้เหมาะสมกับการเรียนการสอนที่มีคุณภาพได้อีกวิธีหนึ่ง จึงนับว่าเป็นวิธีที่ควรนำมาใช้ได้ดีกับการจัดกิจกรรม เพื่อให้การเรียนรู้ของนักเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

หลักการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมคือ กระบวนการสร้างความรู้โดยนักเรียนเป็นเจ้าของการเรียนรู้เอง เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์เดิมของนักเรียน ก่อให้เกิดความรู้ใหม่ๆ อย่างต่อเนื่อง นักเรียนสามารถกำหนดหลักการที่ได้จากการปฏิบัติและสามารถประยุกต์ใช้ทฤษฎีหรือหลักการ ได้อย่างถูกต้อง เป็นการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการทำงานเป็นกลุ่ม มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับนักเรียน และมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนด้วยกันเอง ก่อให้เกิดเครือข่ายการเรียนรู้อย่างกว้างขวาง มีการแสดงออกทั้งการเขียนและการพูด (สุเทพ อ่วมเจริญ,2549)

ลักษณะการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม จอห์นสัน และจอห์นสัน (Johnson and Johnson,1991 อ้างถึงในบัญญัติ ชำนาญกิจ 2542) กล่าวถึงลักษณะสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมไว้ 5 ประการดังนี้การสร้างความรู้สึกรักที่พึ่งพากันทางบวกให้เกิดขึ้นในกลุ่มนักเรียน (Positive Interdependence) การมีปฏิสัมพันธ์ที่ส่งเสริมกันระหว่างนักเรียน (Face-to-face promotive interaction) ความรับผิดชอบของสมาชิกแต่ละบุคคล (Individual accountability) ทักษะระหว่างบุคคลและทักษะระหว่างการทำงานกลุ่มย่อย (Interpersonal and small group skills) และกระบวนการกลุ่ม (Group process)

บัญญัติ ชำนาญกิจ (2542) กล่าวไว้ว่า เทคนิคการจัดการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม มีอยู่ 2 แบบ คือ เทคนิคที่ใช้ตลอดกิจกรรมการเรียนการสอนและเทคนิคที่ไม่ได้ใช้ตลอดกิจกรรมการเรียนการสอน โดยอาจใช้ในขั้นนำหรือจะสอดแทรกในขั้นสอนตอนใดก็ได้หรือใช้ในขั้นสรุป ขั้นทบทวน ขั้นวัดผลของคาบเรียนใดคาบเรียนหนึ่งตามที่ครูผู้สอนกำหนด เทคนิควิธีเรียนแบบมีส่วนร่วม มีลักษณะต่างๆ 24 เทคนิค ซึ่งเทคนิคที่สามารถนำมาใช้ได้ดีกับการจัดกิจกรรมแนะแนว เช่น เทคนิคการพูดเป็นคู่ (Rally robin) เทคนิคการเขียนเป็นคู่ (Rally table) คล้ายกับการพูดเป็นคู่ต่างกันเพียงแต่ละคู่ผลัดกันเขียนหรือวาดแทนการพูด เทคนิคการพูดรอบวง (Round robin) เทคนิคการเขียนรอบวง (Round table) เทคนิคคู่ตรวจสอบ (Pair check) เทคนิคร่วมกันคิด (Numbered heads together) เทคนิคการเรียงแถว (Line-ups) เป็นเทคนิคที่ง่ายๆ โดยให้นักเรียนยืนแถวเรียงลำดับภาพ คำ หรือสิ่งที่ครูกำหนดให้ เทคนิคการแก้ปัญหาค้างจิกซอ (Jigsaw problem solving) เทคนิคแบบมุมสนทนา (Corners) เป็นเทคนิควิธีที่ครูเสนอปัญหา และประกาศมุมต่างๆ ภายในห้องเรียนแทนแต่ละข้อ เทคนิคการอภิปรายเป็นคู่ (Pair discussion) เป็นเทคนิคที่ครูกำหนดหัวข้อหรือคำถาม แล้วให้สมาชิกที่นั่งใกล้กันร่วมกันคิดและอภิปรายเป็นคู่ เทคนิคเพื่อนเรียน (Partners) เป็นเทคนิคที่ให้นักเรียนในกลุ่มจับคู่เพื่อช่วยเหลือนักเรียนในบางครั้งคู่หนึ่งอาจไปขอ

คำแนะนำคำอธิบายจากผู้อื่นๆ เทคนิคการคิดเดี่ยว คิดคู่ ร่วมกันคิด (Think-pair-share) เทคนิคการทำเป็นกลุ่ม ทำเป็นคู่ และทำคนเดียว (Team-pair-solo) เทคนิคการอภิปรายเป็นทีม (Team discussion) เทคนิคสัมภาษณ์เป็นทีม (Team-interview) เทคนิคบัตรคำช่วยคำ (Color-coded co-op codes) เทคนิคการสร้างแบบ (Formations) เป็นเทคนิคที่ครูผู้สอนกำหนดวัตถุประสงค์ หรือสิ่งที่ต้องการให้นักเรียนสร้าง แล้วให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและทำงานร่วมกันเพื่อสร้างชิ้นงาน เทคนิคเกมส่งปัญหา (Send-a-problem) เป็นเทคนิคที่นักเรียนสนุกกับเกม โดยนักเรียนทุกคนในกลุ่มตั้งปัญหาด้วยตัวเองและช่วยกันหาคำตอบ

3. เทคนิคการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นการจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนแสดงความสามารถในลักษณะต่างๆ และเปิดโอกาสให้มีความหลากหลาย เพื่อตอบสนองความสามารถเฉพาะผู้เรียนแต่ละคนแตกต่างกัน ตามที่กล่าวไว้ในทฤษฎีพหุปัญญา (Multiple intelligence) ของการ์ดเนอร์ (Howard Gardner, 1983 อ้างถึงใน ทิศนา แจมมณี และคณะ 2540) ที่ว่าด้วยมนุษย์มีความสามารถในด้านต่างๆ 8 ด้าน ได้แก่ ความสามารถด้านภาษา ความสามารถด้านตรรกศาสตร์และคณิตศาสตร์ ความสามารถด้านภาพมิติสัมพันธ์ ความสามารถด้านดนตรี ความสามารถด้านมนุษยสัมพันธ์ ความสามารถในการเข้าใจตนเองและความสามารถในด้านความเข้าใจสภาพธรรมชาติ

นางลักษณ์ ประเสริฐ และคณะ (2553) ได้สรุปไว้ว่า การใช้วิธีการจัดการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความรู้ความสามารถในสถานการณ์อื่นๆ เช่น วิธีสอนโดยให้จัดนิทรรศการ และการสอนโดยใช้โครงงาน โดยครูเป็นผู้กำกับควบคุมให้ผู้เรียนทุกคนได้ร่วมกันวางแผน ดำเนินการตามแผน และร่วมกันสรุปผลงาน จะทำให้ผู้เรียนแต่ละคนได้เลือกและแสดงความสามารถที่ตนเองถนัด เพื่อให้ผลงานบรรลุเป้าหมายได้

สรุปได้ว่าเทคนิคการจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเป็นการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตัวเอง ได้ดำเนินงานร่วมกับผู้อื่น และให้ผู้เรียนนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น วิธีสอนโดยให้จัดนิทรรศการ และการสอนโดยใช้โครงงาน โดยครูเป็นผู้กำกับควบคุมให้ผู้เรียนทุกคนได้ร่วมกันวางแผน ดำเนินการตามแผน และร่วมกันสรุปผลงาน จะทำให้ผู้เรียนแต่ละคนได้เลือกและแสดงความสามารถที่ตนเองถนัด เพื่อให้ผลงานบรรลุเป้าหมายได้

4. ประโยชน์ของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ

นางลักษณ์ ประเสริฐ และคณะ (2553) ได้สรุปการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญไว้ว่า เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนได้รับประโยชน์สูงสุดจากการเรียน ได้พัฒนาเต็ม

ตามศักยภาพ ได้ประยุกต์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตได้อย่างมีความสุขและสนุกกับการเรียนรู้ ตลอดจนมีคุณลักษณะนิสัยดีงามที่สังคมพึงปรารถนา ซึ่งพอสรุปเป็นข้อๆ ดังต่อไปนี้

1. ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนการเรียนรู้
2. ผู้เรียนได้เรียนรู้ตรงกับความต้องการ ความสนใจ และความถนัดของตนเอง
3. ผู้เรียนมีโอกาสคิดอย่างสร้างสรรค์
4. ผู้เรียนมีโอกาสแสดงออกอย่างอิสระ
5. ผู้เรียนได้เป็นผู้ปฏิบัติได้ด้วยตนเอง
6. ผู้เรียนได้เรียนรู้จากสภาพจริง และได้รับประสบการณ์ตรง
7. ผู้เรียนได้สื่อต่างๆ ในการเรียนรู้
8. ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น หรือได้ทำงานเป็นกลุ่ม
9. ผู้เรียนได้เรียนรู้อย่างมีความสุข

ตัวอย่างเทคนิควิธีการจัดกิจกรรมแนะแนว

เอกสารแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวและประเมินผล โรงเรียนเศรษฐบุตร บำเพ็ญกรุงเทพมหานคร (อ้างถึงใน นางลักษณ ประเสริฐ และคณะ, 2553) ได้สรุปตัวอย่างเทคนิค วิธีการจัดกิจกรรมแนะแนว ไว้ดังนี้

1. การบรรยาย

เป็นการให้ความรู้ข้อเท็จจริงอย่างหนึ่งโดยมีวัตถุประสงค์ให้นักเรียนทราบเนื้อหาที่ศึกษาเองได้ยากหรือเรื่องราวที่ครูทราบและต้องการให้นักเรียนมีโอกาสรอบด้วยการบรรยายแบ่งเป็น 4 ลักษณะ คือ บรรยายโดยไม่มีสิ่งประกอบ บรรยายประกอบสื่อ การบรรยายประกอบการสาธิต และบรรยายประกอบการอภิปราย การบรรยายดังกล่าว จะประสบความสำเร็จได้ดีต่อเมื่อผู้บรรยายจะต้องมีการเตรียมเนื้อหาในการบรรยาย มีความแม่นยำ มีเทคนิควิธีการบรรยายที่น่าสนใจ และเว้นจังหวะให้นักเรียนซักถามหรืออภิปรายด้วย

2. การระดมสมอง

เป็นวิธีการรวบรวมความคิดเห็นจากสมาชิกกลุ่มในเวลาอันสั้น การระดมสมองเป็นวิธีการประชุมชนิดหนึ่งที่มีประสิทธิภาพมากในการเลือกสาเหตุของปัญหา และนำแนวทางในการตัดสินใจแก้ปัญหาหรือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยอาศัยความคิดเห็นของกลุ่มบุคคลเป็นเครื่องตัดสิน

3. การลงมือปฏิบัติ

เป็นการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติและลงมือกระทำจริง โดยผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวางแผนการจัดกิจกรรมต่างๆ ที่สอดคล้องกับสภาพปัญหา ความสนใจและความต้องการของผู้เรียนเพื่อนำไปสู่การพัฒนาการด้านต่างๆ และสามารถแก้ไขปัญหาผู้เรียนได้

4. การอภิปรายกลุ่ม

เป็นการสนทนาระหว่างบุคคลตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไป เกี่ยวกับหัวข้อเรื่องที่ได้เตรียมหรือคัดเลือกไว้ หรือเป็นเรื่องที่นักเรียนสนใจ ในการอภิปรายกลุ่ม มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้กลุ่มพิจารณาปัญหาเรื่องใดเรื่องหนึ่งเพื่อหาข้อยุติ สมาชิกยอมรับผลสรุปและลงมติร่วมกัน เป็นวิธีการที่นำมาใช้อย่างมากในการให้ความรู้แก่กลุ่มเป้าหมายต่างๆ สามารถช่วยให้สมาชิกพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเพื่อจะได้นำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ประโยชน์จากการอภิปรายกลุ่มช่วยให้สมาชิกทราบเรื่องราวและได้แสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้ ความคิดเห็น เกิดการเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาร่วมกันและเป็นการเสริมสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ

5. การแสดงบทบาทสมมติ

เป็นการแสดงออกโดยวิถีธรรมชาติ ซึ่งมีได้มีการซ้อมหรือเตรียมมาเกี่ยวกับเหตุการณ์ขัดแย้งกันระหว่างบุคคลซึ่งมีผู้แสดง 2 คน หรือมากกว่า แสดงบทบาทในช่วงระยะเวลาสั้นๆ มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้กลุ่มพิจารณา วิเคราะห์บทบาทนั้นๆ หรืออาจกล่าวได้ว่า การแสดงบทบาทสมมติเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้เป็นเครื่องมือในการจัดประสบการณ์เรียนรู้ เป็นการเสนอเรื่องราวของกลุ่มที่จะแสดงบทบาทสมมติให้ผู้เรียนเข้าใจ มองเห็นภาพพจน์หรือพฤติกรรมของตน สภาพปัญหา ความขัดแย้งระหว่างบุคคล ช่วยให้เกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่น

6. เกม

เป็นการจัดกิจกรรมที่ใช้เกมเป็นสื่อประกอบกิจกรรมแนะแนวซึ่งครูแนะแนวนิยมใช้กันมาก วิธีนี้จะช่วยตอบสนองพฤติกรรมที่ไม่อยู่นิ่งของนักเรียน การใช้เกมในการแนะแนวระดับชั้นมัธยมศึกษาต้องเลือกเกมที่เหมาะสมกับเวลา จุดประสงค์ และลักษณะของนักเรียน จะช่วยให้การจัดกิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียนบรรลุวัตถุประสงค์ได้ดีขึ้น ช่วยให้นักเรียนเกิดความเพลิดเพลิน พัฒนาความมีวินัย ความรับผิดชอบ และฝึกทักษะการแก้ปัญหาได้ การจัดกิจกรรมแนะแนวแบบเล่นเกมครูจะต้องวางแผนการจัดอย่างเป็นระบบ ทั้งนี้จะต้องมีการอภิปรายสรุปผลการเรียนจากเกม และนำข้อคิดที่ได้ไปประยุกต์ใช้

7. การใช้สถานการณ์จำลอง

เป็นการจัดกิจกรรมที่เสนอสถานการณ์จำลองที่อาจสมมติขึ้นหรือเรื่องจริงขึ้นมาแต่ไม่บอกแง่หรือไม่ระบุชื่อ เมื่อนักเรียนได้รับทราบสถานการณ์นั้นๆ แล้ว ตัวนักเรียนจะถูกสมมติให้เป็นผู้แก้ไขสถานการณ์หรือตัดสินใจในเหตุการณ์นั้น โดยให้เข้ากลุ่มเสนอความคิดหรือข้อตกลง วิธีนี้จะช่วยให้แต่ละบุคคลได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ความสนใจ ค่านิยม รวมทั้งแสดงบุคลิกภาพด้านอื่นๆ ออกมา ทำให้บุคคลเข้าใจตนเองและยอมรับผู้อื่น นำไปสู่การปรับตัวในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นรวมทั้งส่งเสริมให้เข้าใจในการทำงานกลุ่ม ฝึกทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ

8. การศึกษารายกรณี

เป็นวิธีการหยิบยกเอาเรื่องราวกรณีใดกรณีหนึ่ง มาร่วมกันศึกษาวิเคราะห์เนื้อหาสาระและประโยชน์จากกรณีตัวอย่างนั้นๆ ซึ่งจากตัวอย่างกรณีที่หยิบยกมานั้นจะช่วยเอื้ออำนวยให้ผู้รับการฝึกได้เข้าใจและเห็นแนวทางปฏิบัติทักษะนั้นๆ ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์จริงๆ

นอกจากนี้ เทคนิควิธีในการจัดกิจกรรมแนะแนวยังสามารถนำสื่ออื่นๆ ที่ทันสมัย เช่น ภาพยนตร์ วีดิโอ คอมพิวเตอร์ สื่อ-อุปกรณ์จริง เป็นต้น มาใช้ในการประกอบการจัดกิจกรรมแนะแนวตามเนื้อหา หรือสถานการณ์ที่เหมาะสมได้ ทั้งนี้ การเลือกใช้เทคนิควิธีการต่างๆ ในการจัดกิจกรรมแนะแนว ควรคำนึงถึงวัตถุประสงค์และเนื้อหาของการจัดกิจกรรมแนะแนวในครั้งนั้น เนื่องจากเทคนิควิธีการแนะแนวแต่ละวิธีมีลักษณะในการจัดและการตอบสนองวัตถุประสงค์ของการแนะแนวที่แตกต่างกัน การเลือกใช้เทคนิคต่างๆ ให้เหมาะสมจะทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้เรียนและบรรลุวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมแนะแนวในครั้งนั้นๆ

จากการศึกษาตัวอย่างเทคนิควิธีการจัดกิจกรรมแนะแนว จะเห็นว่ามีความสอดคล้องกับวิธีการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียนในชั้นเรียนเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้ใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียนในชั้นเรียน

3.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.6.1 งานวิจัยในประเทศ

พิศมัย ทินเต (2543: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/1 โรงเรียนแก่นนครวิทยาลัย 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียน โดยใช้รูปแบบการวิจัยเชิงปฏิบัติการของ Kemmis & McTaggart (1988) ผู้ร่วมวิจัยประกอบด้วยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/1 โรงเรียนแก่นนครวิทยาลัย 2 จังหวัดขอนแก่น จำนวน 39 คน ได้แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว 5 กิจกรรม คือ การรวบรวมข้อมูลนักเรียนเป็นรายบุคคล การให้บริการสนเทศ

การสอนวิชาแนะแนว การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม และการติดตามผล พบว่านักเรียนกลุ่มเป้าหมายหลักมีความพึงพอใจในการร่วมกิจกรรม มีพฤติกรรมที่แสดงถึงความมีวินัยในตนเองดีขึ้น นักเรียนมีคะแนนเพิ่มขึ้นจากก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ($p < .05$)

ศิริรัตน์ แสนยากุล (2546: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพระแม่มารีย์สาธุประดิษฐ์ กรุงเทพมหานครมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่ม (2) เปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและกลุ่มควบคุมภายหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนพระแม่มารีย์สาธุประดิษฐ์ กรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มและแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .95 ผลการวิจัยพบว่า (1) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อรพิน สุขแจ่ม (2546: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศรีราษฎร์ จังหวัดชุมพรมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เปรียบเทียบการประหยัดของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดและ (2) เปรียบเทียบการประหยัดของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ภายหลังการทดลอง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ของโรงเรียนศรีราษฎร์ จังหวัดชุมพร ปีการศึกษา 2545 จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัด และแบบวัดการประหยัดที่มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .82 ผลการวิจัยพบว่า (1) นักเรียนมีการประหยัดมากขึ้นหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (2) นักเรียนกลุ่มทดลองมีการประหยัดมากกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประพิมพร สันวงศ์ (2551: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างระเบียบวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านหลวง อำเภอฝางจังหวัดเชียงใหม่ ในภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2550 ได้ศึกษากลุ่มตัวอย่างจำนวน 18 คน ใช้กิจกรรมแนะแนวในการเสริมสร้างระเบียบวินัยในตนเองของนักเรียนจำนวน 8 กิจกรรม เป็นเวลา 8 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมด้านความมีวินัยก่อนและหลังทำกิจกรรม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อเปรียบเทียบความ

แตกต่างของคะแนนความมีระเบียบวินัยก่อนและหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยของความมีระเบียบวินัยในด้านความรับผิดชอบ ตรงต่อเวลา ด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่ม ห้องเรียน โรงเรียน และด้านมารยาทที่ดียิ่งเพิ่มมากขึ้น

อุมาพร สงสุวรรณ (2551: บทคัดย่อ) ได้ทำวิจัยเพื่อเปรียบเทียบการมีวินัยในตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เปรียบเทียบการมีวินัยในตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวกับกลุ่มควบคุมที่ใช้การให้ข้อเสนอก่อนการทดลอง โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยได้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนจิตรลดา โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจงและสมัครใจ จำนวน 32 คน แล้วจึงสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 16 คน กลุ่มควบคุม 16 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองได้แก่ แบบวัดความมีวินัยในตนเองของนักเรียนที่มีความเที่ยง 0.93 และชุดกิจกรรมแนะแนว การให้ข้อเสนอก่อน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของความมีวินัยในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ .01 และนักเรียนกลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนความมีวินัยในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ใช้ชุดการให้ข้อเสนอก่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

รุ่งทิภา โพธิ์ไธ (2552: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนหนองบัววิทยายน จังหวัดหนองบัวลำภู มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังการทดลอง และ (2) เปรียบเทียบผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนชาย หญิง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนหนองบัววิทยายน จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเองที่มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .78 และ โปรแกรมกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาความตระหนักรู้ในตนเอง ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเอง เพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และหลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเอง เพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เยาวณีย์ พานธวงค์ (2553: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอ่างศิลา

จังหวัดอุบลราชธานีมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรและนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้ใช้กิจกรรมแนะแนวอื่นๆและเปรียบเทียบพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีการอบรมเลี้ยงดูและ ภูมิหลังทางชีวสังคมต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ปีการศึกษา 2553 ของโรงเรียนอ่างศิลา จังหวัดอุบลราชธานี จำนวน 60 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามภูมิหลังทางชีวสังคม แบบวัดพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตร มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .84 และแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว มีค่าความเที่ยงเท่ากับ .79 ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรจำนวน 11 กิจกรรม และกิจกรรมแนะแนวอื่น ๆ จำนวน 11 กิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ภาวีนี บุญธิมา (2553: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การจัดกิจกรรมแนะแนวด้วยเทคนิคการคิดแก้ปัญหาอนาคตตามแนวคิดของทอร์เรนซ์ เพื่อส่งเสริมการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความสามารถในการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวด้วยเทคนิคการคิดแก้ปัญหาอนาคตตามแนวคิดของทอร์เรนซ์ ประชากรได้แก่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสันป่าตองวิทยาคม จำนวน 10 ห้อง จำนวนนักเรียน 392 คน กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนห้อง 2 จำนวน 49 คน ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2552 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวด้วยเทคนิคการคิดแก้ปัญหาอนาคตตามแนวคิดของทอร์เรนซ์ จำนวน 12 กิจกรรม และแบบทดสอบวัดความสามารถในการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่า ที ผลการศึกษาพบว่าคะแนนความสามารถในการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ของนักเรียน หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวด้วยเทคนิคการคิดแก้ปัญหาอนาคตตามแนวคิดของทอร์เรนซ์ ในด้านความคิดคล่องแคล่ว ความคิดยืดหยุ่น และความคิดริเริ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ระเวียง ดอนศรีชา (2554: บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวพัฒนาจิตสาธารณะก่อนและหลังการทดลอง และเพื่อเปรียบเทียบจิตสาธารณะของนักเรียนที่ได้เข้าร่วมและไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 โรงเรียนหนองสองห้องวิทยา จังหวัดขอนแก่น เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดจิตสาธารณะ จำนวน 45 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .86

และกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะมีคะแนนเฉลี่ยจิตสาธารณะหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และนักเรียนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะ มีคะแนนเฉลี่ยจิตสาธารณะสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3.6.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

แมดเซน และคณะ (Madsen and Others 1968: อ้างถึงใน อัจฉรา วิไลหงษ์ 2545) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้กฎในชั้นเรียน การใช้การไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และการใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมกับเด็กชั้นประถมศึกษาเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ จำนวน 2 ห้อง โดยช่วงแรกเริ่มจากการใช้กฎในชั้นเรียนกับเด็กห้องหนึ่งและเด็กอีกห้องหนึ่งใช้กฎในชั้นเรียนร่วมกับการใช้การไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กลดลง ต่อมาเขาจึงใช้กฎในชั้นเรียน การใช้การไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์และการใช้ตัวเสริมแรงทางสังคมกับเด็กเพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ให้แก่เด็ก โดยใช้การชมเชยเมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เช่น การทำการบ้านส่ง การตอบคำถาม การตั้งใจฟังและการยกมือถามในห้องเรียนกับเด็กทั้ง 2 ห้อง ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่เคยเกิดขึ้นโดยเฉลี่ยราวๆ 80% ของเวลาทั้งหมดลดลงเหลือ 25% ของเวลาทั้งหมด และในขณะที่เด็กมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ก็เพิ่มขึ้นอีกด้วย

บราวน์ และคณะ (Brown and Others 1972 อ้างในอัจฉรา วิไลหงษ์ 2545: 29) ได้ทำการทดลองใช้สิทธิพิเศษ คือการเล่นบาสเก็ตบอลกับครูใหญ่ตอนบ่าย เป็นตัวเสริมแรงในการปรับพฤติกรรมของเด็กชายคนหนึ่งซึ่งกำลังเรียนอยู่เกรด 3 ซึ่งมีพฤติกรรมลุกออกจากที่โดยไม่ได้รับอนุญาตจากครู คุยเสียดังเป็นการรบกวนชั้นเรียน โดยวิธีการทดลองนี้ครูใหญ่จะเรียกเข้ามาหาและให้ดูแบบบันทึกพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนาของเขาที่ครูส่งมา ครูใหญ่ให้เขาเลือกสิทธิพิเศษซึ่งจะให้เมื่อครูรายงานมาว่า ความถี่ของพฤติกรรม ไม่พึงปรารถนาของเขาลดลง เขาเลือกเล่นบาสเก็ตบอลกับครูใหญ่เป็นเวลา 15 นาทีในตอนบ่าย ผลการทดลองพบว่า พฤติกรรมของเขาเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นและมีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียนน้อยลง

ฟิชเบน และวอซิค (Fishbein and Wasik, 1981 อ้างถึงใน ปาริชาติ หมดมณฑล 2543: 37) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการลดพฤติกรรมที่ก่อความวุ่นวายของนักเรียนในระหว่างชั่วโมงเรียนการใช้ห้องสมุดของโรงเรียน กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 25 คน โดยใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มและการเสริมแรงทางบวก โดยให้นักเรียนทำงานที่ชอบ เช่น อ่านหนังสือ วาดรูป เป็นต้น ในช่วงเวลาว่างในตอนบ่ายเป็นเวลา 10 นาที โดยมีเงื่อนไขว่าตลอด

ชั่วโมงการใช้ห้องสมุดนักเรียนจะต้องตอบคำถามต่างๆ ที่ครูกำหนดให้โดยหาคำตอบจากหนังสือในห้องสมุดและห้ามส่งเสียงเอะอะหรือเล่นหยอกล้อกัน ถ้าครูเห็นใครหยอกล้อหรือส่งเสียงเอะอะจะหักเวลาออกครั้งละ 1 นาที ผลการศึกษาพบว่าการใช้การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มและการเสริมแรงทางบวกสามารถช่วยลดความถี่ของพฤติกรรมการก่อความวุ่นวายในระหว่างชั่วโมงการใช้ห้องสมุดของนักเรียน และขณะเดียวกันก็เพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้อีกด้วย

จากการศึกษางานวิจัยที่กล่าวมาทั้งหมด มีส่วนเกี่ยวข้องกับผลการใช้กิจกรรมแนะแนวที่มีประสิทธิภาพ ในการเสริมสร้างเด็กให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่พึงประสงค์ได้ โดยเฉพาะเด็กที่อยู่ในวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้านและต้องได้รับการเอาใจใส่ด้วยความอดทนจากครูอย่างใกล้ชิดอยู่เสมอ กิจกรรมแนะแนวสามารถนำมาพัฒนาและปรับพฤติกรรมของนักเรียนได้หลายด้าน เช่น พฤติกรรมในชั้นเรียน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ ความมีวินัยในตนเอง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ การประหยัด เสริมสร้างระเบียบวินัยในตนเอง ทักษะชีวิต พฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตร การคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ จิตสาธารณะ เป็นต้น



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดตามขั้นตอน ดังนี้

1. ประเภทและแบบการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือวิจัยและวิธีสร้าง
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ประเภทและแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการทดลอง (Randomized Control Group Pretest-posttest Design)

กลุ่มทดลอง	RE	O_1	X_1	O_2
กลุ่มควบคุม	RC	O_3	X_2	O_4

สัญลักษณ์ที่ใช้ในแบบแผนการทดลอง

R แทน การกำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่ม (Random Assignment)

E แทน กลุ่มทดลอง (Experimental Group)

C แทน กลุ่มควบคุม (Control Group)

X_1 แทน การจัดกระทำ (Treatment) โดยใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา

X_2 แทน การจัดกระทำ (Treatment) โดยใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ

O_1 แทน การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) ของกลุ่มทดลอง

O_2 แทน การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) ของกลุ่มทดลอง

- O₃ แทน การทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) ของกลุ่มควบคุม
 O₄ แทน การทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) ของกลุ่มควบคุม

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

2.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น ปีการศึกษา 2556 ภาคเรียนที่ 2 ที่มีคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมอยู่ในเกณฑ์ระดับสูง จำนวน 68 คน

2.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่ได้จากผู้ที่มีคะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมโดยรวมโดยนับจากคะแนนสูงสุดลงมาจำนวน 50 คน และสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน โดยการใช้แบบสังเกตพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนที่มีคะแนนมากโดยมีขั้นตอนดังนี้

2.2.1 ผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษ วิชาคณิตศาสตร์ และวิชาวิทยาศาสตร์ (วิชาละ 1 ท่าน) ทำแบบสังเกตพฤติกรรมโดยรวมในระหว่างการเรียนจำนวน 10 ข้อ จำนวน 4 ครั้ง

2.2.2 คัดเลือกนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมมาก จากแบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวมทั้ง 10 ข้อ ซึ่งได้จากการสังเกตทั้ง 4 ครั้งจากครูผู้สอนทั้ง 3 คน รวม 120 คะแนน โดยเรียงลำดับนักเรียนที่มีคะแนนสูงสุดลงมาของนักเรียน ซึ่งอยู่ในช่วงระหว่าง 81-120 คะแนน ที่ถือว่ามีความประพฤติไม่เหมาะสมมาก จากนั้นเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน

2.2.3 การแบ่งชั้นคะแนนของพฤติกรรมไม่เหมาะสม จากแบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวม คะแนนรวมเป็นรายบุคคลเป็นดังนี้

ช่วงที่ 1 นักเรียนที่ได้คะแนนระหว่าง 0-10 แสดงว่ามีพฤติกรรม ไม่เหมาะสมน้อย

ช่วงที่ 2 นักเรียนที่ได้คะแนนระหว่าง 11-30 แสดงว่ามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมปานกลาง

ช่วงที่ 3 นักเรียนที่ได้คะแนนระหว่าง 31-40 แสดงว่ามีพฤติกรรม ไม่เหมาะสมมาก

คะแนนรวมของนักเรียนแต่ละคน จากผู้สังเกตร่วม 3 ท่าน แบ่งเป็น 3 ช่วงคะแนน ดังนี้

ช่วงที่ 1 นักเรียนที่ได้คะแนนระหว่าง 0-40 แสดงว่ามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมน้อย

ช่วงที่ 2 นักเรียนที่ได้คะแนนระหว่าง 41-80 แสดงว่ามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมปานกลาง

ช่วงที่ 3 นักเรียนที่ได้คะแนนระหว่าง 81-120 แสดงว่ามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมมาก

ได้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมคละห้องกัน กลุ่มทดลองได้รับการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติ ทั้ง 2 กลุ่มใช้เวลาในการทดลองรวมทั้งสิ้น 5 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้งๆ ละ 100 นาที ณ ห้องแนะแนวโรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น

3. เครื่องมือวิจัยและวิธีสร้าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ มีดังนี้

1. แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวม
2. แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน
3. กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา
4. กิจกรรมแนะแนวปกติ

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือในการวิจัย ดังนี้

3.1 แบบสังเกตพฤติกรรมโดยรวม

ในการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมโดยรวม ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้าง ดังนี้

3.1.1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

3.1.2 สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมโดยรวมและเกณฑ์การประเมินผลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check list) แล้วนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจหาความเหมาะสม สอดคล้องของคำถามและเกณฑ์การประเมินผล แล้วทำการปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ มีค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Index of Item Objective Congruence: IOC) ของคำถาม ทั้งฉบับ เท่ากับ 0.96

3.1.3 นำแบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวมไปใช้กับนักเรียนกลุ่มเป้าหมาย โดยให้ผู้สังเกตร่วมคือครูสอนวิชา ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ และวิชาวิทยาศาสตร์ วิชาละ 1 ท่าน ได้สังเกตภายในชั่วโมงที่สอน ก่อนการทดลอง 4 ครั้ง ซึ่งในการสังเกตแต่ละครั้งนั้นจะสังเกตครั้งละ 50 นาที โดยนำคะแนน จากครูผู้สังเกตทั้ง 3 ท่าน มารวมกัน แล้วเรียงลำดับคะแนนจากมากไปหาน้อย คัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนมาก ลำดับต้นๆ จำนวน 50 คน เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ครูผู้สังเกตร่วมก็สังเกตอีก 4 ครั้ง นำคะแนน จากครูผู้สังเกตร่วมทั้ง 3 ท่าน มารวมกัน เพื่อนำไปเปรียบเทียบ ระหว่างก่อนและหลังการทดลอง เพื่อดูความเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม

3.2 แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

ในการสร้างแบบประเมินตนเองในชั้นเรียน ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้าง ดังนี้

3.2.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบประเมินตนเองในชั้นเรียน

3.2.2 สร้างแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน ให้สอดคล้องกับนิยามเชิงปฏิบัติการ ดังนี้

พฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน แบ่งพฤติกรรมออกเป็น 10 พฤติกรรมได้แก่

1) ขวนเพื่อนขณะครูสอน 2) ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนขณะครูสอน 3) พูดสอดแทรกขณะครูสอน 4) พูดจาก้าวร้าวหยาบคาย 5) แกล้งเพื่อนขณะครูสอน 6) นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน 7) ลุกเดินไปมาในชั้นเรียนโดยไม่ขออนุญาต 8) โห่เมื่อเพื่อนตอบคำถามครูไม่ถูก 9) นั่งเหม่อลอย และ 10) ไม่ปฏิบัติตามคำสั่งโดยพฤติกรรมแต่ละด้านมีข้อคำถามด้านละ 2 ข้อ ได้จำนวนข้อคำถามทั้งหมด 20 ข้อ โดยสร้างขึ้นเองและดัดแปลงมาจาก สำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ (2555)

3.3.3 นำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษา วิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความเหมาะสม ความตรงเชิงเนื้อหา (IOC) ของคำถามทั้งหมด เท่ากับ 0.97 และทำการปรับปรุงแก้ไข

3.3.4 นำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างซึ่งมีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด เพื่อนำมาคำนวณหาค่าความเที่ยงและค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบประเมินโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach อ้างใน กัลยา วานิชย์บัญชา. 2540) ซึ่งมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.7 และมีค่าอำนาจจำแนกรายข้ออยู่ระหว่าง 0.19 ถึง 0.65

3.3.5 นำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนที่ได้รับการปรับปรุงแล้วไปใช้จริง

แบบประเมินมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) แบบ 4 ระดับ คือ ประจำ บ่อยครั้ง นานๆ ครั้ง และไม่เคยเลย โดยให้นักเรียนพิจารณาข้อความในแต่ละข้อว่าตรงกับกรกระทำของนักเรียนหรือไม่

ตัวอย่างแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

พฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน	ข้อความ	ประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
- ชวนเพื่อนคุยขณะครูสอน	- ข้าพเจ้าไม่ชวนเพื่อนคุยในขณะที่เรียน				
- ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนขณะครูสอน	- ข้าพเจ้าไม่ส่งเสียงดังในขณะที่ครูสอน				
- พุดสอดแทรกขณะครูสอน	- ข้าพเจ้าไม่พุดสอดแทรกขณะครูกำลังสอน				
- พุดจก้าวร้าวยหยาบคาย	- ข้าพเจ้าเคยพุดจก้าวร้าวยหยาบคายขณะครูสอน				
- แกล้งเพื่อนขณะครูสอน	- ข้าพเจ้าเคยนำสิ่งของของเพื่อน เช่น กระเป๋า รองเท้า ฯลฯ ไปแอบซ่อนไว้				
- นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน	- ข้าพเจ้าไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะครูสอน				
- ลุกเดินไปมาในชั้นเรียน	- ก่อนลุกเดินไปหาเพื่อนข้าพเจ้าจะขอ				
- ชวนเพื่อนคุยขณะครูสอน	- ข้าพเจ้าไม่ชวนเพื่อนคุยในขณะที่เรียน				
- ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนขณะครูสอน	- ข้าพเจ้าไม่ส่งเสียงดังในขณะที่ครูสอน				

ตัวอย่างแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน (ต่อ)

พฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน	ข้อความ	ประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
<ul style="list-style-type: none"> - พูดสอดแทรกขณะครูสอน - พูดจាក้าวร้าวหยาบคาย - แกล้งเพื่อนขณะครูสอน - นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน - ลุกเดินไปมาในชั้นเรียนโดยไม่ขออนุญาต - โห่เมื่อเพื่อนตอบคำถามครูไม่ถูก - นั่งเหม่อลอย และ - ไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง 	<ul style="list-style-type: none"> - ข้าพเจ้าไม่พูดสอดแทรกขณะครูกำลังสอน - ข้าพเจ้าเคยพูดจាក้าวร้าว หยาบคายขณะครูสอน - ข้าพเจ้าเคยนำสิ่งของของเพื่อน เช่น กระเป๋ารองเท้า ฯลฯ ไปแอบซ่อนไว้ - ข้าพเจ้าไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะครูสอน - ก่อนลุกเดินไปหาเพื่อนข้าพเจ้าขออนุญาตครูก่อนเสมอ - ข้าพเจ้าเคยโห่เพื่อน เมื่อตอบคำถามครูไม่ถูก - ขณะเรียนข้าพเจ้าชอบนั่งใจลอยหรือคิดเรื่องอื่น - ขณะครูสอนข้าพเจ้าปฏิบัติตามคำสั่งของครู 				

เกณฑ์การให้คะแนน

วิธีการให้คะแนนมี 2 ลักษณะคือ การกระทำทางบวกและการกระทำทางลบ การกระทำทางบวก หมายถึง การกระทำที่สมควรกระทำ

มีข้อความทางบวก จำนวน 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 3, 4, 5, 6, 8, 12, 13, 14,16,17,19 และ 20

ผู้ตอบเลือกตอบคำว่า	ประจำ	ให้คะแนน	1	คะแนน
	บ่อยครั้ง	ให้คะแนน	2	คะแนน
	นานๆครั้ง	ให้คะแนน	3	คะแนน
	ไม่เคยเลย	ให้คะแนน	4	คะแนน

การกระทำทางลบ คือ การกระทำที่ไม่สมควรกระทำ

มีข้อความทางลบ จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 7, 9, 10, 11, 15 และ 18

ผู้ตอบเลือกตอบคำว่า	ประจำ	ให้คะแนน	4	คะแนน
	บ่อยครั้ง	ให้คะแนน	3	คะแนน
	นานๆครั้ง	ให้คะแนน	2	คะแนน
	ไม่เคยเลย	ให้คะแนน	1	คะแนน

ดังนั้นผู้ที่ได้คะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนนี้มาก แสดงว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมสูง ส่วนผู้ที่ได้คะแนนจากแบบประเมินนี้น้อย แสดงว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมต่ำ

3.3 กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญศึกษา

ในการสร้างกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

3.3.1 ศึกษาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 และ จุดหมายหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระพัฒนาผู้เรียน กิจกรรมแนะแนว ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

3.3.2 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหา และกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย

3.3.3 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมแนะแนว และเทคนิคต่างๆ ที่จะนำมาใช้ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

3.3.4 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจิตตปัญญาศึกษาและรูปแบบต่างๆ ที่จะนำมาใช้ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

3.3.5 กำหนดหัวข้อตามหัวข้อเรื่องที่สอดคล้องกับนิยามปฏิบัติการเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

3.3.6 สร้างกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสม มากำหนดเป็นหน่วยการเรียนรู้ได้แผนกิจกรรม 9 แผนใช้เวลาทำกิจกรรมแผนละ 2 ชั่วโมง รวมเวลาเรียน 18 ชั่วโมงโดยจัดกิจกรรมแนะแนวตามหัวข้อที่กำหนดตามหลักการจิตตปัญญาศึกษาโดยใช้รูปแบบ AMCR Design ของ ซอลัดคา ขวัญเมือง(เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการโครงการบริการวิชาการแก่สังคม,2556) โดยจัดกระบวนการเรียนรู้เป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การตระหนักรู้(Awareness=A) เพื่อช่วยให้เกิดการตระหนักรู้ทั้งกายและใจโดยผ่านกิจกรรมตามความเหมาะสม

ขั้นที่ 2 การฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M) เพื่อช่วยให้จิตใจสงบ มีสติและสมาธิ พร้อมทั้งจะปฏิบัติกิจกรรมด้วยใจอย่างไร้ครวญด้วยตัวเอง โดยผ่านกิจกรรมการฝึกสติและสมาธิแบบต่างๆ

ขั้นที่ 3 การคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C) เพื่อฝึกคิดอย่างใคร่ครวญจากประสบการณ์ต่างๆ ที่จัดให้ โดยผ่านการจัดกิจกรรมแบบต่างๆ ซึ่งเป็นกิจกรรมหลักของจิตตปัญญาศึกษาตามหน่วยที่กำหนด เช่น หน่วยรู้จักตน หน่วยพัฒนาตน หน่วยพัฒนางาน

ขั้นที่ 4 การสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R) เพื่อประเมินผลการจัดประสบการณ์เกี่ยวกับแง่คิดที่ได้รับจากประสบการณ์ที่จัดให้ในประเด็นต่างๆ โดยผ่านกิจกรรมหรือคำถามต่างๆ ที่จะสะท้อนให้เห็นถึงการคิด การรู้สึกของผู้เรียนที่มีต่อกิจกรรม

ขั้นที่ 5 การประยุกต์ใช้ (Application=A) เพื่อประเมินผลการนำประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันกับตนเอง ผู้อื่น และสังคม ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน การอยู่ร่วมกัน และอื่นๆ โดยผ่านกิจกรรมการเขียนบันทึกลงในสมุดประสบการณ์ การรายงานด้วยคำพูด การสังเกตพฤติกรรมในสถานการณ์จริงทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว

3.3.7 นำแผนการจัดกิจกรรมที่สร้างขึ้น เสนอกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบสอดคล้องของวัตถุประสงค์ กิจกรรมการเรียนรู้ เนื้อหา สื่อ การประเมินผล และสื่อที่ใช้แล้วทำการปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์ทั้งฉบับเท่ากับ 1.00

3.3.8 นำกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมที่ปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมกับเนื้อหา วิธีการ และระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไปต่อไป

3.4 กิจกรรมแนะแนวปกติ

ในการสร้างกิจกรรมแนะแนวปกติ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

3.4.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมไม่เหมาะสม เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหา และกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของการวิจัย

3.4.2 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อเป็นแนวทางสร้างกิจกรรมแนะแนวปกติ

3.4.3 สร้างแผนกิจกรรมแนะแนวปกติ ซึ่งประกอบด้วย 9 แผน แต่ละกิจกรรมประกอบด้วย ชื่อเรื่อง แนวคิด วัตถุประสงค์ เวลาที่ใช้ วิธีดำเนินการ เนื้อหา สื่อ และการประเมินผล

3.4.4 นำกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนที่สร้างเสร็จไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านตรวจสอบความสอดคล้องของ วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ เนื้อหา สื่อ และการประเมินผล แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์ทั้งฉบับ เท่ากับ 0.97

3.4.5 นำกิจกรรมแนะแนวปกติ ที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน

3.4.6 ปรับปรุงกิจกรรมให้เหมาะสมยิ่งขึ้น ก่อนนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนและกิจกรรมแนะแนวปกติ ประกอบด้วยแผนกิจกรรม 9 แผน มีเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนเหมือนกัน ต่างกันที่ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม ในการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ขั้นตอนดำเนินการจะใช้รูปแบบ AMCR มี 5 ขั้นตอน ประกอบด้วย การตระหนักรู้ การฝึกสติ-สมาธิ การคิดอย่างใคร่ครวญ การสะท้อนความคิด/รู้สึก และการประยุกต์ใช้ ส่วนขั้นตอนการในกิจกรรมแนะแนวปกติ ผู้วิจัยจะเป็นผู้บรรยาย ให้ผู้เรียนศึกษาจากเอกสารและทำใบงาน ขั้นตอนการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนและกิจกรรมแนะแนวปกติเปรียบเทียบได้ดังนี้

ตารางที่ 3.1 การเปรียบเทียบขั้นตอนการใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนและกิจกรรมแนะแนวปกติ

ครั้งที่/กิจกรรม	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	
	กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา (กลุ่มทดลอง)	กิจกรรมแนะแนวปกติ (กลุ่มควบคุม)
1. การปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคย	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - ผู้วิจัยแนะนำตนเอง - ให้นักเรียนทำกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย - ให้นักเรียนเขียนสะท้อนปัญหาพฤติกรรมของเพื่อนที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M) - ให้นักเรียนทำกิจกรรมแนะนำตนเอง 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - ให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน - ชม power point แนะนำการเข้าร่วมกิจกรรม - ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของการทดลอง - ให้นักเรียนฟังเพลง “จิตตปัญญาศึกษา” 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - ให้นักเรียนเขียนสะท้อนความรู้สึกที่ได้ฟังบรรยายและฟังเพลงคนละข้อ - พูดในกลุ่มใหญ่ 5. ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A) - เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม - ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ทำกิจกรรมต่อไป	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยแนะนำตนเอง - ให้นักเรียนทำกิจกรรมสร้างความคุ้นเคย 2. ขั้นดำเนินการ - ให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน - ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ และรายละเอียดของการร่วมกิจกรรม 3. ขั้นสรุป - เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม - ผู้วิจัยนัดหมาย วัน เวลา สถานที่ทำกิจกรรมต่อไป

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

ครั้งที่/กิจกรรม	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	
	กิจกรรมแนะแนวตามแนว จิตตปัญญาศึกษา (กลุ่มทดลอง)	กิจกรรมแนะแนวปกติ (กลุ่มควบคุม)
2. การรู้จักตน	<ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A) - เต้นรำจิตตปัญญา 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ Meditation=M - ให้ผู้เรียนทำกิจกรรม Common Ground 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C) - ผู้วิจัย นำเสนอ Power point การสำรวจตนเอง - กิจกรรม “สำรวจภายในใจ” 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - พุดในกลุ่มย่อย 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยกล่าวทักทายนำเข้าสู่กิจกรรม 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนศึกษาเรื่อง แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง 4 ด้าน - นักเรียนทำใบกิจกรรม สำรวจภายในใจ 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุป
3. การรู้จักตน	<ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - ทำประกอบเพลงดังดอกไม้บาน 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - ให้นักเรียนทำกิจกรรม “ปิง วัง ยม น่าน” 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - กิจกรรม “กระจกเงา” 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - เขียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ข้อ - สรุปในภาพรวม 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนทำใบกิจกรรม “กระจกเงา” - นักเรียนแลกเปลี่ยนใบกิจกรรมให้เพื่อนช่วยวิเคราะห์ นักเรียนให้ผู้สรุปกรอง และพี่หรือน้องช่วยวิเคราะห์ตัวนักเรียน 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุป

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

ครั้งที่/กิจกรรม	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	
	กิจกรรมแนะแนวตามแนว จิตตปัญญาศึกษา (กลุ่มทดลอง)	กิจกรรมแนะแนวปกติ (กลุ่มควบคุม)
4. การสำรวจ ตนเอง	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - ให้นักเรียนทำท่ากายบริหาร “ซิ้งปาต่วนจิ้น” - นักเรียนบอกความรู้สึกจากการทำกิจกรรมคน ละ 1 ประโยค 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - ให้นักเรียนทำท่าเคลื่อนไหวมือ 14 ท่า 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - “พินิจภายในตน-คนประเภทใด” 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - นักเรียนเขียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ข้อ - สรุปลงในภาพรวม 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนศึกษาเรื่อง คุณเป็นคน ประเภทใดใน 4 ประเภท - นักเรียนทำใบกิจกรรม พินิจภายใน ตน-คนประเภทใด 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและผู้เรียนร่วมกันสรุป
5. การพัฒนาตน	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - ให้นักเรียนทำท่ากายบริหาร “ค้นหาความ พอดี” - นักเรียนบอกความรู้สึกจากการทำกิจกรรมคน ละ 1 ประโยค 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - ให้นักเรียนปรบมือฝึกสติ 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - นักเรียนทำกิจกรรม “บันไดสู่ดวงดาว” 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - นักเรียนเขียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ข้อ - สรุปลงในภาพรวม 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยกล่าวทักทาย และนำเข้าสู่ บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง ตัวอย่าง แนวคิดของบุคคลที่ประสบความสำเร็จ - นักเรียนทำใบกิจกรรม ใบไคสู ดวงดาว - นักเรียนนำเสนอ 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและผู้เรียนร่วมกันสรุป

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

ครั้งที่/กิจกรรม	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	
	กิจกรรมแนะแนวตามแนว จิตตปัญญาศึกษา (กลุ่มทดลอง)	กิจกรรมแนะแนวปกติ (กลุ่มควบคุม)
6. การพัฒนาตน	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - ให้นักเรียนทำท่ากายบริหาร “ฝึกโยคะอย่างง่าย” - นักเรียนสะท้อนความรู้สึกละ 1 ประโยค 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - ให้นักเรียนนั่งสมาธิกำหนดลมหายใจเข้า-ออก - นักเรียนสะท้อนความรู้สึกละ 1 ประโยค 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - นักเรียนชมหนังสือ เรื่อง ธรรมะมารยาทใน ห้องเรียน 2 เรื่อง - นักเรียนทำใบกิจกรรม สัญญาใจในชั้นเรียน 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - นักเรียนเขียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ข้อ - สรุปในภาพรวม 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - นักเรียนเขียนสมุดบันทึกประสบการณ์	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนชมหนังสือ เรื่อง ธรรมะ มารยาทในห้องเรียน 2 เรื่อง - นักเรียนทำใบกิจกรรมสัญญาใจ 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุป
7. การพัฒนาตน	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - นักเรียนทำกิจกรรมการวาดเพื่อผ่อนคลาย 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - นักเรียนฝึกทำสมาธิเพื่อผ่อนคลาย - นักเรียนสะท้อนความรู้สึกละ 1 ประโยค 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - นักเรียนชมคลิปรายการ “ชีวิตสดใส เป้าหมายของชีวิต” - นักเรียนทำกิจกรรมข้ามเวลาหาอนาคต 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - นักเรียนเขียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ข้อ - สรุปในภาพรวม 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - นักเรียนเขียนสมุดบันทึกประสบการณ์	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนชมคลิปรายการ “ชีวิตสดใส ตอนสู่เป้าหมายของชีวิต” - นักเรียนทำใบกิจกรรม “ข้ามเวลาหา อนาคต” 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุป

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

ครั้งที่/กิจกรรม	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	
	กิจกรรมแนะแนวตามแนว จิตตปัญญาศึกษา (กลุ่มทดลอง)	กิจกรรมแนะแนวปกติ (กลุ่มควบคุม)
8. การพัฒนาตน	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - ฝึกไท้เก๊กพื้นฐาน 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - นักเรียนทำกิจกรรมการนับนิ้วมือ - นักเรียนสะท้อนความรู้สึกคนละ 1 ประโยค 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - นักเรียนชมหนังสือเรื่องเหตุเกิดในห้องเรียน และเด็กหลังห้อง แล้วสรุปข้อคิดที่ได้ 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - นักเรียนทำใบกิจกรรมวินัยดี ชีวิตมีความสุข - นักเรียนเขียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ข้อ - สรุปในภาพรวม 5. ขั้นการประยุกต์ใช้(Application=A) - นักเรียนเขียนสมุดบันทึกประสบการณ์	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - นักเรียนชมหนังสือเรื่องเหตุเกิดในห้องเรียน และเด็กหลังห้อง แล้วสรุปข้อคิดที่ได้ - นักเรียนเขียนชกตัวอย่างวินัยในครอบครัว ในห้องเรียน และในกลุ่มเพื่อน - นักเรียนทำใบกิจกรรม “วินัยดีชีวิตมีความสุข” 3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุป
9. การปัจฉิมนิเทศ	1. ขั้นการตระหนักรู้(Awareness=A) - นักเรียนเต็มรำจิตตปัญญา 2. ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ(Meditation=M) - นักเรียนทำสมาธิจากเพลงศรัทธา 3. ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ(Contemplation=C) - นักเรียนชมคลิปรายการ Thailand's Got Talent ตอนสมศักดิ์ เหมรัญ แล้วแสดงความรู้สึก - นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่องแนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข - นักเรียนทำใบกิจกรรมสาขารแห่งชีวิต 4. ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R) - เขียนสะท้อนความคิดก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมคนละ 1 ข้อ	1. ขั้นนำ - ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียน 2. ขั้นดำเนินการ - ผู้วิจัยเปิดเพลงศรัทธาเพื่อสร้างแรงบันดาลใจ 3. บันดาลใจ - ชมคลิปรายการ Thailand's Got Talent ตอนสมศักดิ์ เหมรัญ แล้วแสดงความรู้สึก - นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่องแนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข 4. นักเรียนเขียนแผนการศึกษาในอนาคต

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

ครั้งที่/กิจกรรม	ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม	
	กิจกรรมแนะแนวตามแนว จิตปัญญาศึกษา (กลุ่มทดลอง)	กิจกรรมแนะแนวปกติ (กลุ่มควบคุม)
	5. ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A) - นักเรียนเขียนถึงความตั้งใจเกี่ยวกับพฤติกรรม ของตนเองที่จะแก้ไขปรับปรุงลงในสมุดบันทึก ประสบการณ์ - ผู้วิจัยกล่าวขบใจนักเรียน และปิดกิจกรรม	3. ขั้นสรุป - ผู้วิจัยสรุปภาพรวมกิจกรรม - ผู้วิจัยกล่าวขบใจผู้เรียน และปิด กิจกรรม

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย มีดังนี้

4.1 ขั้นก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยขออนุญาตผู้อำนวยการ โรงเรียนเพื่อให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อกำหนดวัน เวลาและสถานที่ทำการทดลอง และชี้แจงนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมเพื่อขอความร่วมมือในการทดลอง ผู้วิจัยได้นำคำแนะนำจากการเลือกกลุ่มตัวอย่างมาเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

4.2 ขั้นดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลอง ทั้ง 2 กลุ่ม ใช้เวลาในการทดลอง 5 สัปดาห์ๆ ละ 2 ครั้ง ตั้งแต่วันที่ 23 มกราคม 2557 ถึงวันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2557 สถานที่ทดลองคือ ห้องแนะแนว โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม โดยให้กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ในวันจันทร์ เวลา 10.10-11.50 น. และวันอังคาร เวลา 10.10-11.50 น. ครั้งละ 100 นาที รวมทั้งสิ้น 9 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุม ให้นักเรียนได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติในวันอังคาร 1 คาบ ครั้งละ 50 นาที เวลา 13.00 น.-13.50 น. วันพุธครั้งละ 100 นาที เวลา 10.10-11.50 น. และในวันศุกร์ 1คาบ เวลา 11.00 น.-11.50 น. ครั้งละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 15 ครั้ง

4.3 ขั้นหลังการทดลอง

เมื่อทำการทดลองเสร็จทั้งระยะไว้ 2 วัน ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนอีกครั้ง นำคะแนนที่ได้ไปเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) และให้ครูผู้สอนทั้ง 3 รายวิชาช่วยสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวมอีก 4 ครั้ง

เพื่อเปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมก่อนและหลังการจัดกิจกรรม หลังจากนั้น 2 สัปดาห์ให้นักเรียนทำแบบประเมินตนเองอีกครั้งเพื่อนำคะแนนที่ได้เป็นคะแนนระยะติดตามผล เพื่อเปรียบเทียบความคงทนในการลดลงของพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

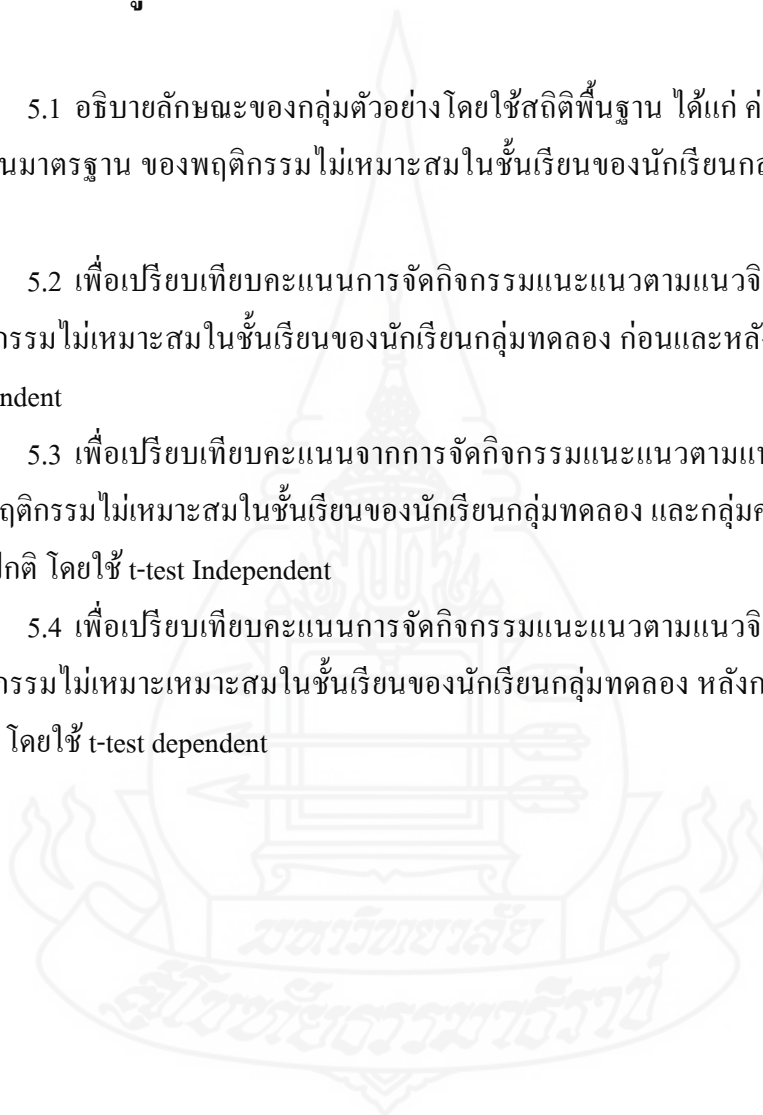
5. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

5.1 อธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม

5.2 เพื่อเปรียบเทียบคะแนนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ t-test dependent

5.3 เพื่อเปรียบเทียบคะแนนจากการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมที่จัดกิจกรรมแนะแนวปกติ โดยใช้ t-test Independent

5.4 เพื่อเปรียบเทียบคะแนนการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยใช้ t-test dependent



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น”

1. วัตถุประสงค์การวิจัย

1.1 เพื่อเปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรม

1.2 เพื่อเปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมที่จัดกิจกรรมแนะแนวปกติ

1.3 เพื่อเปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผล

2. การเสนอผลการวิจัย

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยตามลำดับ ดังต่อไปนี้

2.1 วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ 4.1

2.2 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง โดยใช้ t-test Independent ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4.2

2.3 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ t-test dependent ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4.3

2.4 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง โดยใช้ t-test Independent ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4.4

2.5 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผลโดยใช้ t-test dependent ดังแสดงผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตาราง 4.5

3. สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ที่ใช้แทนความหมายดังนี้

N	แทน	นักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา t – distribution
*	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	การทดลอง	N	\bar{X}	S.D.
กลุ่มทดลอง	ก่อน	25	51.88	4.649
	หลัง	25	41.20	8.377
กลุ่มควบคุม	ก่อน	25	51.44	6.953
	หลัง	25	46.48	7.922

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

กลุ่มตัวอย่าง	การทดลอง	N	\bar{X}	S.D.
กลุ่มทดลอง	หลัง	25	41.20	8.377
	ระยะติดตามผล	25	40.84	8.229

จากตารางที่ 4.1 พบว่าก่อนการทดลองนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานใกล้เคียงกัน ส่วนหลังการทดลองนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มมีคะแนนเฉลี่ยและความเบี่ยงเบนมาตรฐานแตกต่างกัน

4.2 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง

ตารางที่ 4.2 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมก่อนการทดลอง

กลุ่ม	N	\bar{X}	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	25	51.88	4.649	.263
กลุ่มควบคุม	25	51.44	6.953	

จากตารางที่ 4.2 พบว่าก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนไม่แตกต่างกัน

4.3 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อน และหลังการทดลอง

ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t
ก่อนการทดลอง	25	51.88	4.649	6.689*
หลังการทดลอง	25	41.20	8.377	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 4.3 พบว่า ภายหลังจากจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษา เพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

4.4 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมหลังการทดลอง

กลุ่ม	N	\bar{X}	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	25	41.20	8.377	2.29*
กลุ่มควบคุม	25	46.48	7.922	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 4.4 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

4.5 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

ตารางที่ 4.5 การเปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

กลุ่มทดลอง	N	\bar{X}	S.D.	t
หลังการทดลอง	25	41.20	8.377	1.475
ระยะติดตามผล	25	40.84	8.229	

จากตารางที่ 4.5 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษามีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนหลังการทดลองกับระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น”

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น โดย

1.1.1 เปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง

1.1.2 เปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมที่จัดกิจกรรมแนะแนวปกติ

1.1.3 เปรียบเทียบผลการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล

1.2 สมมติฐานของการวิจัย

1.2.1 นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงภายหลังการได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.2 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงมากกว่านักเรียนที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2.3 นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษา หลังการทดลองและ ระยะติดตามผล มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนไม่พบความแตกต่าง

1.3 วิธีดำเนินการวิจัย

1.3.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม ปีการศึกษา 2556 จาก จำนวน 160 คน ทำการสังเกตโดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน โดยรวม ได้นักเรียนที่มีคะแนนอยู่ในเกณฑ์ระดับสูง จำนวน 68 คน

1.3.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 50 คน ที่ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) จากประชากรที่มีคะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน โดยรวมได้คะแนนไม่เหมาะสมในชั้นเรียนอยู่ในเกณฑ์ระดับสูงแล้วใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 25 คน

1.3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีดังนี้

- 1) แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน โดยรวม
- 2) แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน
- 3) กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษา
- 4) กิจกรรมแนะแนวปกติ

1.3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย มีดังนี้

1) ขั้นก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยขออนุญาตผู้อำนวยการ โรงเรียนเพื่อให้นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อกำหนดวัน เวลาและสถานที่ทำการทดลอง และชี้แจงนักเรียนทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อขอความร่วมมือในการทดลอง ผู้วิจัยได้นำคะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมโดยรวมที่ได้จากการเลือกกลุ่มตัวอย่าง และให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม มาเก็บไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pretest)

2) **ขั้นดำเนินการทดลอง**

ผู้วิจัยได้ดำเนินการทดลอง ทั้ง 2 กลุ่ม ใช้เวลาในการทดลอง 5 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 23 มกราคม 2557 ถึงวันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2557 สถานที่ทดลองคือ ห้องแนะแนว โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม โดยให้กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา ในวันจันทร์ เวลา 10.10-11.50 น. และวันอังคาร เวลา 10.10-11.50 น. ครั้งละ 100 นาที รวมทั้งสิ้น 9 ครั้ง ส่วนกลุ่มควบคุม ให้นักเรียนได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติในวันอังคาร 1 คาบ ครั้งละ 50 นาที เวลา 13.00 น.-13.50 น. วันพุธครั้งละ 100 นาที เวลา 10.10-11.50 น. และในวันศุกร์ 1 คาบ เวลา 11.00 น.-11.50 น. ครั้งละ 50 นาที รวมทั้งสิ้น 15 ครั้ง

3) **ขั้นหลังการทดลอง**

เมื่อทำการทดลองเสร็จทิ้งระยะไว้ 2 วัน ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนอีกครั้ง และให้ครูผู้สอนวิชา วิทยาศาสตร์ วิชาคณิตศาสตร์และวิชาภาษาอังกฤษทำการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนในชั้นเรียน โดยรวมอีก 4 ครั้ง นำคะแนนที่ได้ไปเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest) และหลังจากนั้นอีก 2 สัปดาห์ ให้กลุ่มทดลองทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนอีกครั้งแล้วเก็บเป็นคะแนนใน ระยะติดตามผล

4) นำคะแนนที่ได้จากแบบสังเกตและแบบประเมินพฤติกรรมทั้ง 2 ครั้งมา วิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติต่อไป

1.3.5 **การวิเคราะห์ข้อมูล**

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1) วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทั้งก่อนและหลังการทดลอง

2) เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลอง โดยใช้ t-test Independent

3) เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้ t-test dependent

4) เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ที่จัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาและกลุ่มควบคุมที่จัดกิจกรรมแนะแนวปกติ หลังการทดลองโดยใช้ t-test Independent

5) เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผล โดยใช้ t-test dependent

1.4 ผลการวิจัย

จากการศึกษา ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1.4.1 ก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนไม่พบความแตกต่าง

1.4.2 หลังการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญา คะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ลดลงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

1.4.3 หลังการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญา นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียนลดลงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมแนะแนวปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05

1.4.4 คะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองและระยะติดตามผล ไม่แตกต่างกัน

2. อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

2.1 จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงภายหลังการได้รับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาสามารถส่งผลต่อพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนได้ ทั้งนี้เพราะกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา (ช่อลัดดา ขวัญเมือง 2556) เป็นเครื่องมือที่ทำให้ นักเรียนเกิดการตระหนักรู้ (Awareness) ทั้งกายและใจ โดยผ่านกิจกรรมการสร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังกายและจิตในรูปแบบต่างๆ ได้แก่ การเดินรำจิตตปัญญา ชีกงปาฉ้วนจั้น รำมวยไท่เก๊ก 8 ท่า นักเรียนได้ฝึกสติ-สมาธิ (Meditation) พร้อมทั้งจะปฏิบัติกิจกรรมด้วยใจอย่างใคร่ครวญด้วยตัวเอง โดยผ่านกิจกรรมการฝึกสติและสมาธิแบบต่างๆ ทำให้เกิดการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) จากประสบการณ์ต่างๆที่จัดให้ โดยผ่านการจัดกิจกรรมต่างๆ ซึ่งเป็น

กิจกรรมหลักของกระบวนการจิตตปัญญา เช่นหน่วยรู้จักตน หน่วยพัฒนาตน และหน่วยพัฒนางาน นักเรียนได้สะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection) เพื่อประเมินผลการจัดประสบการณ์เกี่ยวกับแง่คิดที่ได้จากประสบการณ์ที่จัดไว้ในประเด็นต่างๆ โดยผ่านกิจกรรมหรือคำถามต่างๆ ที่จะสะท้อนให้เห็นถึงการคิด การรู้สึกของผู้รับการฝึกที่มีต่อกิจกรรม ได้แก่ เขียนบัตรสะท้อนความคิด พุดสะท้อนความคิด และนักเรียนได้นำไปประยุกต์ใช้ (Application) เพื่อประเมินผลการนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการเรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันกับตนเอง ผู้อื่น สังคม ทั้งในด้านการเรียน การทำงาน การอยู่ร่วมกัน และอื่นๆ โดยผ่านกิจกรรมการเขียนบันทึกลงในสมุดประสบการณ์ การรายงานด้วยคำพูด การสังเกตพฤติกรรมในสถานการณ์จริงทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ โชษิตา เรืองสุข (2553) ที่ได้ศึกษาผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาตนของนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม โดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านหนองปล้อง จังหวัดชัยภูมิ พบว่าก่อนเข้าร่วมแผนการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม นักเรียนมีพฤติกรรมที่แสดงออก ได้แก่ พุดจาก้าวร้าวหยาบคาย ชวนเพื่อนคุยในชั้นเรียน โห่เมื่อเพื่อนทำผิด ลูกเดินไปมาในชั้นเรียน ไม่รวมกิจกรรมในเวลาเรียน แห่เพื่อนในชั้นเรียน ใช้งานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน พุดสอดแทรกขณะครูสอน เหม่อลอย และไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน ก่อนการให้คำปรึกษา มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมโดยรวมอยู่ในระดับมาก และหลังการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มปรากฏว่านักเรียนมีพฤติกรรมเหล่านั้นลดลง นักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมไม่เหมาะสม โดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมลดลง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กนกอร ดีบลาน (2554) ได้ ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนา ความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านแม่โถ อำเภอมะนัง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ผลการศึกษาพบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา นักเรียนมีวินัยในตนเอง ด้านความขยันหมั่นเพียร ความรับผิดชอบ และด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ.05 และจตุพร แสงหาญ (2549) ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญาที่มีต่อ พฤติกรรมชอบสังคมของเด็กปฐมวัยพบว่า พฤติกรรมชอบสังคมของเด็กปฐมวัยหลังการจัดกิจกรรมการสอนแบบจิตปัญญาสูงขึ้นกว่าก่อนการจัดกิจกรรมการสอนแบบจิตปัญญาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.2 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลงกว่านักเรียนที่ใช้กิจกรรมแนะแนวปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สามารถส่งผลต่อพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนได้ดีกว่า

กิจกรรมแนะแนวปกติ เพราะ รูปแบบการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปัญญาศึกษาเป็นแบบ “AMCRA Design” ในการปฏิบัติมี 5 ขั้นตอน เพราะทุกครั้งที่จัดกระบวนการเรียนรู้ จะเริ่มต้นด้วยการสร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้หรือการตระหนักรู้ (Awareness) มีการตื่นรำจิตตปัญญา ซึ่งป่าด้าวนจิ้น หรือรำาที่เก็ทในรูลแบบด้าวนๆ ตามความเหมาะสม จิงตามด้าวนการฝีกสติหรือทำสมาธิ (Meditation) จัดกิจกรรมให้คิดอย่างไคร์ครวญ (Contemplation) กิจกรรมการสะท้อนความรู้สีก (Reflection) และจบด้าวนการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (Application) ด้าวนการสะท้อนความคิดในท้ายช้วโมงหรือติดตามผลในคร้งด้าวนๆ ไปด้าวนเสมอ เน้นการเรียนรู้จากภายในตัวผู้เรียน เป็นการเรียนรู้ด้าวนใจอย่างไคร์ครวญและยิดผู้เรียนเป็นสำคัญ ครูเป็นเพียงผู้ที่จัดกระบวนการเรียนรู้ให้เก็ดขึ้นจากภายในของผู้เรียน ผู้เรียนเป็นผู้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ รู้จักคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น รู้สีกเป็น เขียนเป็น และพูดเป็น การเรียนรู้เรื่องในตัวทำให้เกิดความสมบูรณ์ในตัว มองเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งท้สัมพันธ์กัน มีวิสัยทัศน์ที่กว้างไกล ตรงตามความเป็นจริง ไม่เก็ดความบิบคั้นท้งในตนเองและกับผู้อื่น ทำให้ผู้เรียนเก็ดสุขภาพองคร้วม ที่สงบสุข มีความเก่ง ความดี และความงาม ช้วด้าวนให้สังคมมีความสันติสุขอย่างแท้จริง จิงทำให้การจัดกิจกรรมการเรียนรู้แตกต่างไปจากการจัดกิจกรรมแนะแนวปกติที่ประกอบด้วย ช้นนำเข้าสู่กิจกรรม ช้นดำเนินกิจกรรม ช้นสรูป และช้นประเมินผลซึ่งการจัดกิจกรรมไม่ได้มุ่งเน้นการสร้างการตื่นรู้หรือการตระหนักรู้ ตามด้าวนการฝีกสติหรือสมาธิ การคิดอย่างไคร์ครวญ การสะท้อนความรู้สีก และการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จิงทำให้ไม่เก็ดการเรียนรู้อย่างไคร์ครวญ ไม่มีการสังเกดอย่างมีสติด้อการเปลี่ยนแปลงภายในของคนที่เก็ดจากการเผชิญกับผู้อื่นและโลกภายนอกผ่านกระบวนการที่หลากหลาย ไม่มีเป้าหมายให้เก็ดการเปลี่ยนแปลงช้นพื้นฐานอย่างลึกซึ้งทางความคิดและจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและโลก จิงทำให้กิจกรรมแนะแนวปกติส่งผลด้อการประพฤติปฏิบัติที่แตกต่างไปจากการจัดกิจกรรมตามแนวคิดปัญญาศึกษา ผลการวิจัยดั่งกล่าวสอดคล้องกับผลการวิจัยของพัชรี ศิริมาก (2554:บทคววมวิจัย) ศึกษา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา จากการวิจัยเอกสาร พบว่า จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) เป็นกระบวนการจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นให้เก็ดการเปลี่ยนแปลงตนเองโดยการพัฒนาจากด้านใน ได้แก่ จิตและการคิดด้าวนการวิพากษ์ตนเองอย่างไคร์ครวญ เรียนรู้จากการฝีกปฏิบัติกิจกรรมที่หลากหลาย เป็นกระบวนการส่งเสริมการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (Transformational Learning) เป็นการบูรณาการการศึกษา ร่วมกับประสບการณ์ของบุคคล ช้วด้าวนระดับคุณค่าคววมดีงาม เสริมกระบวนการเรียนรู้ด้าวนตนเองให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีความสุข และทำให้เกิดความฉลาดในด้านด้าวนๆ ท้งทางปัญญา (IQ) ,ทางอารมณ์ (EQ) ,คววมคงทน (AQ) , คุณธรรม 7 จริยธรรม (MQ) และด้านจิตวิญญาณ (SQ) ได้ด้อไป ดั่งนั้น แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาจิงสามารถนำมาใช้เพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ได้เป็น

อย่างดียิ่ง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ วันทนี นามสวัสดิ์ (2556: บทคัดย่อ) ศึกษาผลการใช้จิตปัญญาเพื่อสร้างเสริมคุณลักษณะความเป็นครูสำหรับนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ ภาคเรียนที่ 1/2554 จำนวน 2 ห้องๆละ 50 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบกลุ่ม แล้วกำหนดโดยสุ่มให้เป็นกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา 1 กลุ่ม และเป็นกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบบรรยาย 1 กลุ่ม พบว่า (1) ความตระหนักรู้ตนเองในลักษณะความเป็นครูของนักศึกษาคณะครุศาสตร์หลังเรียนโดยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับมาก (2) ความตระหนักรู้ตนเองในคุณลักษณะความเป็นครูหลังการจัดการเรียนรู้ของนักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้โดยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาสูงกว่าของกลุ่มควบคุมที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบบรรยายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ จิรารัตน์ เรียวแรง (2553: บทความวิจัย) ซึ่งศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อพฤติกรรมการควบคุมตนเองในชั้นเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลประทานวิทยา จังหวัดนนทบุรี พบว่า (1) ภายหลังจากทดลองนักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีพฤติกรรมการควบคุมตนเองในชั้นเรียนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (2) ภายหลังจากทดลองนักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีพฤติกรรมการควบคุมตนเองในชั้นเรียนสูงเกินกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอแนะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาในระยะติดตามผล นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนไม่แตกต่างจากระยะหลังการทดลอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ เน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติจริงจนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองมากกว่าที่จะเรียนรู้จากตำราหรือจากคำสอนของครู เป็นการเกิดการเรียนรู้จากภายในตน จึงเป็นการเรียนรู้ที่แท้จริงและยั่งยืน ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ติดตามผลผู้วิจัยได้สังเกตพบว่านักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนลดลง เช่น ชวนเพื่อนคุยขณะครูสอน พูดสอดแทรกขณะครูสอน พูดจากร้าวร้าวหยาบคาย แกล้งเพื่อนขณะครูสอนนำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน ลูกเดินไปมาโดยไม่ขออนุญาต ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อน และปฏิบัติตามคำสั่งของครูอย่างตั้งใจ ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนกลุ่มทดลองเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีความคงทน ยั่งยืน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม สติปัญญา เป็นคนเก่ง คนดี และคนที่มีความสุข ช่วยให้มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ซึ่งสอดคล้องกับจุดพร แสงหาญ (2549: 69) ได้ข้อสังเกตจากการศึกษาค้นคว้าว่าการสอนแบบจิตปัญญาทำให้เด็กได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นทำให้เกิดเกิดการเรียนรู้ ที่จะปรับพฤติกรรมเดิมของตนเองให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนเพราะหลักการของการ

สอนแบบจิตปัญญาเน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ แสดงออก เรียนแบบร่วมมือ การค้นพบด้วยตนเอง และรับรู้ความก้าวหน้าของตนเอง อยู่ตลอดเวลา ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ซอลัดดาขวัญเมือง (2556) กล่าวว่าในการจัดกิจกรรมแนะแนวที่เป็นกิจกรรมที่ไม่เน้นเนื้อหาวิชาการแต่เน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองและบูรณาการให้สอดคล้องกับชีวิตจริง ช่วยให้นักเรียนเข้าใจและค้นพบตนเอง และเมื่อได้สอดคล้องกับแนวคิดจิตปัญญาศึกษา ซึ่งมีปรัชญาพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษา 2 ประการคือความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ เชื่อมั่นว่ามนุษย์มีศักยภาพ สามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง และกระบวนการที่สอดคล้องกัน คือการปฏิบัติต่อสรรพสิ่งอย่างไม่แยกส่วนจากชีวิต และตามหลัก การพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษา ที่เอื้อให้นักเรียนสามารถนำเอากระบวนการกลับไปใช้ในชีวิตอย่างต่อเนื่องภายหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ มยุรี วิสุตราสัย (2547:73) ซึ่งศึกษาเรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่านักเรียนที่ได้รับชุดกิจกรรมแนะแนวมีการตระหนักรู้ในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และในระยะหลังทดลองกับระยะติดตามผลก็แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และสอดคล้องกับการศึกษาของ ชลธิชา จันมณี (2553: บทความวิจัย) ได้ศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักศึกษาตามนโยบายสถานศึกษา 3D ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของศูนย์วิทยพัฒนามหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ยะลา พบว่า ภายหลังจากทดลองมาถึงระยะติดตามผลนักศึกษา กลุ่มทดลองที่ใช้ชุดกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักศึกษาตามนโยบายสถานศึกษา 3D มีระดับคะแนนเฉลี่ยของคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักศึกษาตามนโยบายสถานศึกษา 3D แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น จึงสรุปได้ว่าภายหลังจากทดลองมาถึงระยะติดตามผลนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา มีระดับคะแนนเฉลี่ยของพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนไม่แตกต่างกัน

3. ข้อเสนอแนะ

3.1 ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา เพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม จังหวัดขอนแก่น มีข้อเสนอแนะดังนี้

3.1.1 การจัดกิจกรรมที่เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา ควรคำนึงถึงรูปแบบกิจกรรมให้มีความเหมาะสมกับวัยและเวลาในการทำกิจกรรมในการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมเกิดประโยชน์สูงสุด

3.1.2 ควรมีการติดตามผลของพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียนหลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง ในระยะยาวเพื่อดูความคงทนของพฤติกรรมที่เป็นผลของการร่วมกิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นต้น

3.1.3 ก่อนการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ครูต้องศึกษาและวางแผนให้ละเอียด และจัดเตรียมสื่อให้พร้อมก่อนการทดลอง สื่ออุปกรณ์ต้องเพียงพอต่อเด็กถ้าสื่อไม่พร้อมจะทำให้การดำเนินกิจกรรมไปอย่างไม่ราบรื่น เพราะครูเป็นเพียงกระบวนการที่จัดกระบวนการเรียนรู้ ส่วนผู้เรียนเป็นผู้ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้

3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรนำกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียนไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ เช่น ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษา ตอนปลาย หรือในระดับอุดมศึกษาเพื่อเปรียบเทียบผลของกิจกรรม

3.2.2 ควรมีการปรับใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดจิตตปัญญา กับนักเรียนที่มีปัญหาด้านอื่นๆ เช่น ปัญหาด้านการเรียน ปัญหาการปรับตัวเพื่ออยู่ในสังคม การเบี่ยงเบนทางเพศ และสามารถนำไปใช้ในการพัฒนา การเรียนรู้กับกลุ่มเยาวชนโดยทั่วไปได้ด้วย

3.2.3 ควรมีการศึกษาการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา กับกลุ่มสาระวิชาอื่นๆ เช่น วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา พลศึกษา เป็นต้น

บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ(2552) *หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*
กรุงเทพมหานคร ชุมชนุสสรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย
- กนกอร ด้บบหลาน (2554) “การใช้กิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความมี
วินัยในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2” วิทยานิพนธ์ปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- กาญจนา นพรัตน์ (2552) “การพัฒนาการดำเนินงานเสริมสร้างวินัยในตนเองด้านความรับผิดชอบ
ของนักเรียนโรงเรียนบ้านโนนถ่อน อำเภอศีขรภูมิ จังหวัดสุรินทร์”
การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต การบริหารการศึกษา
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- กระเถก ดวงดาว (2546) “การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อ เสริมสร้างระเบียบวินัยของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านดอนมูล จังหวัดแพร่” การค้นคว้าแบบอิสระปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2537) *คู่มือการบริหารจัดการแนะแนว เล่ม1 การจัดกิจกรรม
คาบแนะแนวตามหลักสูตรมัธยมศึกษา* กรุงเทพมหานคร ม.ป.ท.
- _____. 2544. *แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช 2544* กรุงเทพมหานคร คุรุสภาลาดพร้าว
- _____. 2545. *คู่มือการบริหารจัดการแนะแนว* กรุงเทพมหานคร ม.ป.ท.
- กรมสามัญศึกษา (2539) *ระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียนในโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา
ฉบับผู้บริหาร* กรุงเทพมหานคร กรมสามัญศึกษา
- กิติมา ปรีดีดิถ (2532) *หลักการบริหารการศึกษา* กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- เครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา (2551) ““จิตตปัญญาศึกษา” คืออะไรหรือ?” ค้นคืนวันที่ 18 กรกฎาคม
2554, จาก http://jittapanya.com/index.php?option=com_content&view=article&id=58&Itemid=27
- คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ม.ป.ป.) “จิตตปัญญาศึกษา” ค้นคืนวันที่ 22 สิงหาคม
2554 จาก <http://www.edu.cmu.ac.th>

- โครงการยกระดับคุณภาพครูทั้งระบบตามแผนปฏิบัติการ ไทยเข้มแข็ง (2553) ชุดฝึกอบรมแนะแนว
 คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 จตุพร แสงหาญ (2549) “ผลของการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแบบจิตปัญญาที่มีต่อพฤติกรรม
 ชอบสังคมของเด็กปฐมวัย” ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (การศึกษาปฐมวัย)
 บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- จารุพรรณ กุลคิด (2549) “จิตตปัญญาศึกษา” ค้นคืนวันที่ 14 มิถุนายน 2554 จาก
<http://www.jitwivat.org>.
 _____ (2550) “จิตตปัญญาศึกษา” ค้นคืนวันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2553 จาก
<http://www.tilopahouse.com>
- จุมพล พูลภัทรชีวิน (2552) “ปฏิรูปการศึกษาคั้งใหม่ขอหัวใจให้จิตตปัญญาศึกษา” ค้นคืนวันที่ 1
 มิถุนายน 2553 จาก <http://www.semsikkha.org/review/content/view/681/201/>>
 _____ (2552) “ทางเลือกใหม่” ค้นคืนวันที่ 23 กันยายน 2553 จาก
<http://gotoknow.org/blog/contemplativeeducation>.
- จิตเกษม ทองนาค (2548) “การพัฒนากระบวนการวิทยาศาสตร์ของเด็กปฐมวัย โดยใช้กิจกรรมการ
 เรียนการสอนแบบจิตตปัญญาศึกษา” ปรินญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต
 (การศึกษาปฐมวัย) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- จิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร (2550) “การวิจัยและพัฒนาจิตตปัญญาศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาไทย”
 วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพัฒนศึกษา คณะครุศาสตร์
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- จิรารัตน์ เรี่ยวแรง (2553) “ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อพฤติกรรมความควบคุมตนเองในชั้น
 เรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนชลประทานวิทยา จังหวัดนนทบุรี”
 วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว
 สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- จิรวัดน์ วีรังกร (ม.ป.ป.) “บนเส้นทางการสร้างบัณฑิตที่มีคุณภาพ” ค้นคืนวันที่ 25 กรกฎาคม 2554
 จาก www.bnc.nu.ac.th/.../บนเส้นทางการสร้างบัณฑิตที่มีคุณภาพ.ppt -
- ชนิสรา ไกรสิทธิ์ (2551) “การเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าว
 ระหว่างทฤษฎีพฤติกรรมนิยมและทฤษฎีเกสตัท์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1”
 วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา)
 มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

- ชลธิชา จันมณีชัย (2553) “ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์
ของนักศึกษาตามนโยบายสถานศึกษา 3D ในเขตพื้นที่รับผิดชอบของศูนย์วิทยพัฒนา
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ยะลา”
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง (2541) *กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน* กรุงเทพมหานคร วิทยพัฒน์
_____. (2556) เอกสารประกอบการอบรมเชิงปฏิบัติการโครงการบริการแก่สังคม เรื่อง “การ
จัดกระบวนการเรียนรู้ด้วยจิตวิทยาและการแนะแนว” มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- ชลลดา ทองทวี และคณะ (2553) “จิตตปัญญาศึกษา” เอกสารอัดสำเนา
- ชลดา ทองทวี และคณะ จิตตปัญญาศึกษา (2551) *การสำรวจและสังเคราะห์ความรู้จิตตปัญญา
ศึกษาเบื้องต้น* กรุงเทพมหานคร ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล
- ชิดชงศ์ ส. นันทนานันตร (2549) *ทฤษฎีการเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่* นครปฐม คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศิลปากร
- โชษิตา เรืองสุข (2553) “ผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาตนของนักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่
เหมาะสมโดยใช้แนวคิดจิตตปัญญา” การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต (หลักสูตรและการสอน) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- ฉันท ชาติทอง (ม.ป.ป.) “รูปแบบการเรียนการสอนที่เน้นกระบวนการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา
เพื่อพัฒนาทักษะทางปัญญาตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาของประเทศ
ไทย” ค้นคืนวันที่ 29 กรกฎาคม 2554 จาก api.ning.com/files/.../file.pps
- ณัฐพล วังวิญญู และคณะ (2552) *สรุปความรู้จากการอบรม “ภาวะผู้นำทางจิตตปัญญาศึกษาสู่
มหาวิทยาลัย” หลักสูตรที่ 1 การเรียนรู้ด้วยหัวใจที่ใคร่ครวญ (Contemplative
Education)* กรุงเทพมหานคร สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา
- ณัฐพล วังวิญญู (2550) “จิตตปัญญาศึกษา...การเรียนรู้แบบเอาชีวิตรัดเข้าแลก” ค้นคืนวันที่
15 กันยายน 2553 จาก <http://contemplative-knowledge.blogspot.com>.
- คนัย เทียนพุด (2545) *ผู้บริหารธุรกิจยุคโลกาภิวัตน์* พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร ยูนิเวอร์ซิตีฟิล์ม
- ดวงเดือน พันธมนาวิน (2543) *ทฤษฎีต้นไม้อัจฉริยะธรรม: การวิจัยและการพัฒนาบุคคล*
กรุงเทพมหานคร โครงการส่งเสริมเอกสารวิชาการ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหาร
ศาสตร์
- ดวงเดือน พันธมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก (2547) *รายงานการวิจัย จริยธรรมของเยาวชน
ไทย* กรุงเทพมหานคร การศาสนา

- ทินกร มากมูล (2552) “ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5” การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ (2550) “โครงการวิจัยเพื่อพัฒนาหลักสูตรการอบรมและกระบวนการด้านจิตตปัญญาศึกษา” ค้นคืนวันที่ 15 มกราคม 2553 จาก Available <http://www.moralcenter.or.th/web/moral/th/research/detail.php?researchID=810>
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ (2551) *การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงและจิตตปัญญาศึกษา Transformative Learning and Contemplative Education ในจิตตปัญญาศึกษา: การศึกษาเพื่อ การพัฒนา มนุษย์* พิมพ์ครั้งที่ 2 นครปฐม มหาวิทยาลัยมหิดล
- นงลักษณ์ ประเสริฐ และคณะ (2553) *ชุดฝึกอบรมแนะแนวโครงการยกระดับคุณภาพครูทั้งระบบตามแผนปฏิบัติการ ไทยเข้มแข็ง กรุงเทพมหานคร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*
- นวลศิริ เปาโรหิตย์ (2533) “การจัดหลักสูตรแนะแนวอย่างมีระบบ” *วารสารแนะแนว (ธันวาคม 2532 – มกราคม 2533): 27-38*
- บัญญัติ ชำนาญกิจ (2542) *กระบวนการแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์* นครสวรรค์ สถาบันราชภัฏนครสวรรค์
- ประเทือง ภูมิภักทราคม (2540) *การปรับพฤติกรรม: ทฤษฎีและการประยุกต์* กรุงเทพมหานคร โอ.เอส.พรีนติ้งเฮาส์
- ประพิมพ์พร สันวงศ์ (2551) “การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างระเบียบวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3” การค้นคว้าแบบอิสระปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ประภาพรรณ นาคจำพันธุ์ (2537) “ผลของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก้าวร้าวในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ประเวศ ะลี (2549 ก) “จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล ปาจารย์สาร ฉบับศึกษาปริทัศน์” ค้นคืนวันที่ 19 ตุลาคม 2549 จาก http://www.semsikkha.org/paca/index.php.Option=com_contenttask&view4id=146&Item.
- _____ (2550) *การเรียนรู้ใหม่ ไปให้พ้นวิกฤติ กรุงเทพมหานคร ร่วมด้วยช่วยกัน*
- _____ (2542) *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542* ค้นคืนวันที่ 20 กันยายน 2553 จาก <http://www.moe.go.th/main2/plan/p-r-b42-01.htm>

- ประเวศ วะสี (2544) “สปรล” กับ “สุขภาพทางจิตวิญญาณ” หนังสือพิมพ์มติชนรายวัน วันที่ 24 กรกฎาคม 2544
- ปาริชาติ หอมฉมณฑิต (2543) “การศึกษาพฤติกรรมก่อนวัยเรียนและโครงการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมเพื่อลดพฤติกรรมก่อนวัยเรียน ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5” ปรินญาการศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาและการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ปราณี รามสุต (ม.ป.ป.) “ทักษะการจัดกิจกรรมแนะแนวในคาบเรียน” ใน เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาประสบการณ์วิชาชีพการแนะแนว หน่วยที่ 1-8 นนทบุรี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
- ปรีชา วิหคโต (2554) “ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม” ใน *ประมวลสาระชุดวิชา แนวคิดทางการแนะแนวและทฤษฎีการปรึกษาเชิงจิตวิทยา* หน่วยที่ 11 หน้า 5-22 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- ปัญญา เจริญวงศ์ (2537) “ปัญหาและสาเหตุของความประพฤติกที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน” *วารสารวิชาการ* 1,5 (มกราคม): 14
- พัชรี ศิริมาก (2554) “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา” บทความวิจัยได้นำเสนอในงาน “วันการศึกษานอกโรงเรียน ประจำปี 2554” ภายใต้หัวข้อ “การเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อการพัฒนาคนและสังคม” สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียนภาควิชาการศึกษาดูแลชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในวันพฤหัสบดีที่ 8 สิงหาคม 2554
- พนม ล้อมอารีย์ (2533) *การแนะแนวเบื้องต้น* กรุงเทพมหานคร โอเดียนสโตร์
- พงษ์ธร ดันติฤทธิศักดิ์ และคณะ (2551) *การวิจัยเชิงปฏิบัติการจิตตปัญญาศึกษา: กรณีศึกษาสองชั้นเรียน* กรุงเทพมหานคร ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล
- พงษ์ธร ดันติฤทธิศักดิ์ และคณะ (2552) *รายงานผลการดำเนินงานฉบับสมบูรณ์โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการจิตตปัญญา กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ กรุงเทพมหานคร ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล*
- พรทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2549) *ทฤษฎีจิตวิทยาพัฒนาการ* กรุงเทพมหานคร แอคทีฟ พรินท์
- พรณี ชูชัย เจนจิต (2538) *จิตวิทยาการเรียนการสอน* กรุงเทพมหานคร คอมแพคท์พรีนซ์
- พิสมัย ทินเด (2543) “ศึกษาเรื่องการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2/1 โรงเรียนแก่นนครวิทยาลัย 2” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น

- มนฤดี ธรรมสอน (2553) “การใช้กิจกรรมเสนอตัวแบบเพื่อ ส่งเสริมระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนคอยเต่าวิทยาคม อำเภอดอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่” การค้นคว้าแบบอิสระ
ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาการเรียนรู้ (2551) *หลักสูตรพัฒนาครูจิตวิทยาแนะแนว โมดูล 4 บริการแนะแนวและเครื่องมือทางจิตวิทยา* กรุงเทพมหานคร เจเอ็นที
- ยุวนา ไชว์พันธ์ (2555) “การศึกษาพฤติกรรมอยู่ไม่นิ่งของเด็กที่มีความสามารถพิเศษที่มีภาวะสมาธิสั้นจากการใช้โปรแกรมการปรับพฤติกรรมโดยใช้เทคนิคการบำบัดพฤติกรรมทางปัญญา (CBT)” วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (สาขาการศึกษาพิเศษ)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- เยาวณีย์ พานธวงศ์ (2553) “ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมความเป็นกัลยาณมิตรของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนอ่างศิลา จังหวัดชลบุรีราชธานี” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- ระเวียง ดอนศรีธา (2554) “การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4” วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- รุ่งทิพย์ ยอดประคู่ (2537) “การศึกษารายกรณีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีพฤติกรรมก่อกวนในชั้นเรียน” วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต
(วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- รุ่งทิวา จักรกร (2526) *การมัธยมศึกษา* กรุงเทพมหานคร ภาควิชาหลักสูตรและการสอนคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
- รุ่งทิวา โพธิ์ใต้ (2552) “ผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านความตระหนักรู้ในตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6” วิทยานิพนธ์ปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- วัชรีย์ ทรัพย์มี (2531) *การแนะแนวในโรงเรียน* พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร ไทยวัฒนาพานิช
- วันทณีย์ นามสวัสดิ์ (2556) “ผลการใช้จิตตปัญญาศึกษาเพื่อสร้างเสริมคุณลักษณะความเป็นครูสำหรับนักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ”วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ 11,1 (มกราคม-มิถุนายน)
- วิจักขณ์ พานิช (2549) *การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เอกสารประกอบการประชุมวิชาการระดับชาติเพื่อการพัฒนาบัณฑิตไทย* พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพมหานคร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- _____ (2550) *กล้าที่จะเจ็บ* กรุงเทพมหานคร โพสต์ทูเดย์

- วิจักขณ์ พานิช (2550) *เรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การศึกษาดั่งเส้นทางแสวงหาทางวิญญาณ*
กรุงเทพมหานคร ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา
- วิชาน ฐานะวาทย์ (2549) *จิตตปัญญาศึกษากับคลื่นสมอง* กรุงเทพมหานคร มติชนรายวัน
วิชาการดอทคอม (ม.ป.ป.) “จิตตปัญญาศึกษา การศึกษาเพื่อการพัฒนามนุษย์” ค้นคืนวันที่ 1
สิงหาคม 2554 จาก www.vcharkarn.com/varticle38633
- ศิริรัตน์ แสนยากุล (2546) “ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวโดยกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนา
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพระแม่มาลีสาธุ
ประดิษฐ์ กรุงเทพมหานคร” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนง
วิชาการแนะแนว สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ศรีตลา ตุลเดมีย์ (2540) “การลดพฤติกรรมก่อนในชั้นเรียนของนักเรียนที่มีความบกพร่องทาง
สติปัญญาในระดับเรียนได้ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ด้วยวิธีการเสริมแรงแบบดีอาร์เอ ใน
การทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์” วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต
(วิชาเอกการศึกษาพิเศษ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ศรีเรือน แก้วกังวาน (2540) *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2* กรุงเทพมหานคร
ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ศุภวรรณ เล็กวิไล (2544) *การเรียนรู้แบบร่วมมือ: รูปแบบต่างๆ ในเอกสารประกอบการฝึกอบรมเชิง
ปฏิบัติการเรื่องนวัตกรรมเพื่อการเรียนการสอน นครราชสีมา สำนักงานคณะกรรมการ
พัฒนาบุคลากรและวิเทศสัมพันธ์ สถาบันราชภัฏนครราชสีมา*
- สถิต วงศ์สุวรรณ (2531) *จิตวิทยาแนะแนว พิมพ์ครั้งที่ 4* กรุงเทพมหานคร บำรุงสาส์น
- สนิท สัตโยภาส (2554) *การใช้กระบวนการวิชาจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Studies) หมวดวิชา
ศึกษาทั่วไปพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์แก่นักศึกษาระดับ
ปริญญาตรี เชียงใหม่* มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่
- สมร ทองดี และปราณี रामสูต (2545) “แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว” ใน *ประมวลสาระ
ชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว* หน่วยที่ 9 นนทบุรี
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
_____. (2555) “แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว” ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนา
เครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1* หน่วยที่ 9 นนทบุรี
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช สาขาวิชาศึกษาศาสตร์
- สุเทพ อ่วมเจริญ (2549) “การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม” ค้นคืนวันที่ 28 ธันวาคม 2556 จาก
<http://cddweb.cdd.go.th>

- สุรสิทธิ์ สุวรรณไตร (2552) “ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเหตุผลและอารมณ์ต่อพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3” การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต จิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- สุรางค์ โค้วตระกูล (2550) จิตวิทยาการศึกษา พิมพ์ครั้งที่ 7 กรุงเทพมหานคร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สลักจิต ตรีธเนศวร (2553) การศึกษาผลการพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา รายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู นักศึกษาโปรแกรมวิชาวิทยาศาสตร์ทั่วไป คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2536) ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม กรุงเทพมหานคร ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- _____. (2541) ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม กรุงเทพมหานคร ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สมหมาย ภิญญิต (2552) “การเสริมสร้างวินัยในตนเองของนักเรียนโรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัยอำเภอเมืองชัยภูมิ จังหวัดชัยภูมิ” การศึกษาค้นคว้าอิสระปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต การบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- หทัยรัตน์ ทรวดทรง (2550) “การศึกษาความสามารถทางพหุปัญญาของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมแบบจิตปัญญา” ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- อัจฉรา วิไลหงส์ (2545) “การเปรียบเทียบผลของการควบคุมตนเองและการปรับเปลี่ยน” ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- อนุชาติ พวงสำลี (2550) จิตตปัญญาคืออะไร ม.ป.ท.
- อุษา พิงธรรม และคณะ (ม.ป.ป.) คู่มือการฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วม กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข กรุงเทพมหานคร วงศ์กมลโปรดักชัน
- อรพิน สุขแจ่ม (2546) “ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนศรีวิทยา จังหวัดชุมพร” วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- เอียน สมิธ และอนงค์ วิเศษสุวรรณ (2550) “การเรียนรู้แบบเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ” วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 18,2
- Brown, R (2005). “The five Qualities” Online January 15 2010 Discussion Retrieved.
<http://www.Contemplative_mind.org/practices>

Corey, Gerold. (1996). *Theory and Practice of Counselling and Psychotherapy*. 5th ed.

Brook/Cole.

Hart, T (2004) "Opening the Contemplative Mind in Classroom," *Journal of Transformative*

Education. 2,1 (January) :29-30.

Mikulus, William L. (1978). *Behavior Modification*. New York: Harper and Row.





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัย

สกลนครราชภัฏ

ภาคผนวก ก

ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ

1. ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ นายวิไลศักดิ์ วรรณศรี
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
สถานที่ทำงาน โรงเรียน โลกโพธิ์ชัยศึกษา อำเภอเมืองจัตุมะ จังหวัดขอนแก่น
ประสบการณ์ในการทำงาน ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างานแนะแนวเป็นเวลา 15 ปี
2. ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ นางสาววิเชียร คำมา
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียน
สถานที่ทำงาน โรงเรียนหัวห้วยหัวฝาย ตำบลนาข่า อำเภอเมืองจัตุมะ จังหวัดขอนแก่น
ประสบการณ์ในการทำงาน ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างานแนะแนวเป็นเวลา 10 ปี
3. ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ นางสุจิตา บุญทัน
ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ
สถานที่ทำงาน โรงเรียนจตุรมิตรวิทยาคาร ตำบลนาเพียง อำเภอชุมแพ จังหวัดขอนแก่น
ประสบการณ์ในการทำงาน ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างานแนะแนวเป็นเวลา 20 ปี
4. ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ นางสาวทิพวรรณ สุภักดี
ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ
สถานที่ทำงาน โรงเรียนนาจานศึกษา ตำบลนาจาน อำเภอสีชมพู จังหวัดขอนแก่น
ประสบการณ์ในการทำงาน ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างานแนะแนวเป็นเวลา 7 ปี
5. ชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ นายสุริยา เขวมาตย์
ตำแหน่ง ครูชำนาญการพิเศษ
สถานที่ทำงาน โรงเรียนโนนสะอาดวิทยาคาร อำเภอเวียงใหญ่ จังหวัดขอนแก่น
ประสบการณ์ในการทำงาน ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้างานแนะแนวเป็นเวลา 10 ปี

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวม

คำชี้แจง

พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียนในชั้นเรียน หมายถึง การกระทำที่นักเรียนแสดงออกมาแล้ว ทำให้รบกวนนักเรียนคนอื่นในขณะที่กำลังเรียน หรือขณะครูกำลังทำการสอน เกิดความรำคาญ ความไม่สงบในชั้นเรียนและเป็นอุปสรรคต่อการเรียนการสอน เช่น ชวนเพื่อนคุยขณะผู้วิจัยสอน ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนขณะผู้วิจัยสอน พูดสอดแทรกขณะผู้วิจัยสอน พูดจากร้าวร้าวหยาบคาย แกล้งเพื่อนขณะผู้วิจัยสอน นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน ลุกเดินไปมาในชั้นเรียน โดยไม่ขออนุญาต โท้เมื่อเพื่อนตอบคำถามผิด นิ่งเหม่อลอย และไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง

เกณฑ์การให้คะแนน

ในช่วงเวลาที่สังเกต ถ้านักเรียนแสดงพฤติกรรมใด ถ้าแสดง ให้ 1 ครั้ง/คะแนน ลงในช่องตรงกับพฤติกรรมนั้นๆ แต่ถ้านักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมนั้นๆ ในช่วงเวลาดังกล่าวให้ใส่ เลข 0 ลงในช่องตรงกับพฤติกรรมที่นักเรียนไม่แสดง



แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

คำชี้แจง

1. แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนของนักเรียน เป็นการประเมินเกี่ยวกับการปฏิบัติตนในชั้นเรียน เช่น ลุกเดินไปมา นั่งใจลอย ขวนเพื่อนคุย นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะผู้วิจัยสอน โห่เพื่อนเมื่อตอบคำถามผิด ส่งเสียงดังขณะเรียน แกล้งเพื่อน พุดจก้าวร้าว ไม่ปฏิบัติตามคำสั่งของผู้วิจัย พุดสอดแทรกขณะครูสอน และหยิบสิ่งของของเพื่อนโดยไม่ขออนุญาต

2. โปรดตอบแบบประเมินตามสภาพความเป็นจริงและครบทุกข้อโดยใช้เกณฑ์ระดับคุณภาพจากระดับคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนดให้ การตอบแบบสอบถามครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบต่อตัวนักเรียนแต่อย่างใด คำตอบของนักเรียนจะไม่นำไปเปิดเผยในที่ใดๆ โดยมุ่งนำข้อมูลมาใช้ประโยชน์เฉพาะการศึกษาวิจัยเท่านั้น

3. แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนฉบับนี้ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแนวคิดของลิเคิร์ต (Likert) 4 ระดับ จำนวน 20 ข้อ ข้อความในแต่ละข้อจะกำหนดสถานการณ์หรือเหตุการณ์ต่างๆ ในชั้นเรียน ให้นักเรียนอ่านและทำความเข้าใจเกี่ยวกับข้อความนั้นๆ โดยให้นักเรียนทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่องที่ตรงกับข้อเท็จจริงหรือการปฏิบัติของนักเรียนที่สุด เพียงช่องเดียว และ กรุณาตอบทุกข้อ ในการตัดสินใจตอบ ขอให้นักเรียนพิจารณาตามเกณฑ์ ต่อไปนี้

ประจำ	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงหรือการปฏิบัติของนักเรียนเป็นประจำ
บ่อยครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงหรือการปฏิบัติของนักเรียนบ่อยครั้ง
นานๆครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงหรือการปฏิบัติของนักเรียนนานๆ ครั้ง
ไม่เคยเลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับข้อเท็จจริงหรือการปฏิบัติของนักเรียน

ขอขอบคุณในความร่วมมืออย่างยิ่ง

ผู้วิจัย

แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

ข้อคำถาม	ระดับการปฏิบัติ			
	ประจำ	บ่อยครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย
1. ข้าพเจ้าไม่ชวนเพื่อนคุยในขณะที่เรียน				
2. ในขณะที่เรียนข้าพเจ้าถูกครูเรียกชื่อตักเตือนบ่อยครั้ง				
3. ข้าพเจ้าไม่ส่งเสียงดังในขณะที่ครูสอน				
4. ข้าพเจ้าระมัดระวังไม่ทำให้เกิดเสียงดังในขณะที่กำลังเรียน				
5. ข้าพเจ้าไม่พูดสอดแทรกขณะครูกำลังสอน				
6. ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกๆวิชา				
7. ข้าพเจ้าเคยพูดจาก้าวร้าว หยาบคายขณะครูสอน				
8. ข้าพเจ้าพูดจาไพเราะกับเพื่อนและครูเสมอ				
9. ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อได้แหย่หรือแกล้งเพื่อนในขณะที่เรียน				
10. ข้าพเจ้าเคยนำสิ่งของของเพื่อนเช่น กระเป๋ารองเท้า ฯลฯ ไปแอบซ่อนไว้				
11. ขณะครูสอน ถ้ายังมีงานอื่นค้างอยู่ ข้าพเจ้าจะนำงานนั้นขึ้นมาทำด้วย				
12. ข้าพเจ้าไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะครูสอน				
13. ข้าพเจ้าเคารพกฎ กติกา ของห้องเรียนเสมอ				
14. ก่อนลุกเดินไปหาเพื่อนข้าพเจ้าขออนุญาตก่อนเสมอ				
15. ข้าพเจ้าเคยโหน่แซวหรือล้อเลียนเพื่อน เมื่อตอบคำถามครูไม่ถูก				
16. ข้าพเจ้าไม่เคยตำหนิ หรือทำให้เพื่อนเสียใจ น้อยใจเมื่อตอบคำถามครูไม่ถูก				
17. ขณะครูสอนข้าพเจ้าตั้งใจฟังผู้วิจัยอธิบายอย่างสม่ำเสมอ				
18. ขณะเรียนข้าพเจ้าชอบนั่งใจลอยหรือคิดเรื่องอื่น				
19. ขณะครูสอนข้าพเจ้าจะปฏิบัติตามคำสั่งของผู้วิจัย				
20. เมื่อครูสั่งงานในชั่วโมงเรียนข้าพเจ้าจะตั้งใจทำงานเสร็จ				

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 การปฐมนิเทศ

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม สายธารแห่งชีวิต

เวลา 50 นาที

สาระสำคัญ

การปฐมนิเทศเป็นการสร้างความรู้จักคุ้นเคยกันระหว่างผู้วิจัยและนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับทราบ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับจุดประสงค์ในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม ได้เข้าใจถึงบทบาทหน้าที่ วัตถุประสงค์ และทราบถึงวัน เวลา สถานที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งต่อไป

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนว วัตถุประสงค์ ขั้นตอน บทบาทและหน้าที่ และข้อตกลงเบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อสร้างความคุ้นเคย ระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน และเตรียมความพร้อม บอก วัตถุประสงค์ บทบาทและข้อตกลงเบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมและปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้ให้นักเรียนทราบความหมายของจิตตปัญญา และขั้นตอนการจัดกิจกรรมตามแนวคิดปัญญาศึกษา

สาระการเรียนรู้

1. วัตถุประสงค์ บทบาทและข้อตกลงเบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว
2. ความหมายของจิตตปัญญาศึกษาและขั้นตอนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A) (15 นาที)

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียนเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย เช่น วันนี้ นักเรียนได้พบกับครูที่ปรึกษา หรือยังมีปัญหาในการเดินทางมาโรงเรียนหรือไม่ มีวิชาใดบ้างที่เข้าเรียนแล้วมีปัญหา และในชั่วโมงเรียนพบปัญหาใดบ้าง

2. นักเรียนเขียนสะท้อนปัญหาที่พบในชั้นเรียนคนละ 1 ข้อ สุ่มนักเรียนอ่านปัญหาให้เพื่อนฟัง 8-10 คน และผู้วิจัยร่วมสรุปปัญหาที่นักเรียนเสนอ

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

3. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม หันหน้าเข้าหากัน สุ่มให้นักเรียนประมาณ 5-6 คน ซึ่งเพื่อนที่อยู่ตรงข้ามกับตัวเอง แล้วให้แนะนำตนเองบอกชื่อจริงและชื่อเล่นของเพื่อน ถ้านักเรียนไม่สามารถบอกชื่อเพื่อนได้ ให้เพื่อนคนที่ถูกชี้แนะนำตนเอง โดยบอกชื่อ-สกุล ชื่อเล่น และบอกชื่อโรงเรียนเดิม และชื่อหมู่บ้าน

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมของตนเองในชั้นเรียน

5. เปิด Power Point แนะนำ แฉงวัตถุประสงค์ของการร่วมกิจกรรมพร้อมทั้งชี้แจงทำความเข้าใจเกี่ยวกับขั้นตอนการทำกิจกรรมแนะนำที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และความหมายของจิตตปัญญาศึกษา

6. ผู้วิจัยเปิดวิดีโอเพลง “จิตตปัญญาศึกษา” ให้นักเรียนฟัง

7. ผู้วิจัยให้นักเรียนสรุปถึงการจัดกิจกรรมในครั้งนี้ เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน ระหว่างนักเรียนกับนักเรียน รวมถึงการรู้และเข้าใจแนวปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะนำ

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

8. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนสะท้อนความคิดที่นักเรียนได้จากการบรรยาย และฟังเพลง แล้วตอบคนละข้อ

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

9. ผู้วิจัยให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยและข้อเสนอแนะ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามระเบียบของชุดกิจกรรมแนะนำ และขั้นตอนกิจกรรมต่างๆ

10. ผู้วิจัยนัดหมายกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อไป

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อนความคิด	-บัตรสะท้อนความคิดเห็น	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	-สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. ดีวีดีเพลง “จิตตปัญญาศึกษา” คาวอร์โหลดจาก Youtube
2. แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน
3. สมุดบันทึกประสบการณ์
4. Power Point แนะนำขั้นตอนการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา

Power Point

ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ครั้งที่1 การปฐมนิเทศ

การจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนว
จิตตปัญญาศึกษา

ความหมายของจิตตปัญญาศึกษา

- เป็นการศึกษาที่ใช้การฟังพิจารณาหรือใคร่ครวญด้วยใจ เพื่อทำความเข้าใจตนเอง เข้าถึงความจริง ความดี ความงามของชีวิตและสรรพสิ่ง ก่อให้เกิดการค้นพบแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ตั้งงาม มีความสมดุลของชีวิต ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- เน้นการพัฒนาด้านในเพื่อให้เกิดปัญญาแห่งตน
- เป็นการพัฒนาชีวิตแบบองค์รวม
- เชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล
- เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง
- เน้นการเรียนรู้จากการปฏิบัติ การทำกิจกรรม และการสะท้อนพิจารณา

การสะท้อนคิดพิจารณา

- ย้อนพินิจ พิจารณาประสบการณ์ กิจกรรม (What happened?)
- น้อมนำสู่ใจ (How do I feel?)
- ใคร่ครวญด้วยใจ (What does it mean?)
- นำไปพัฒนาให้ดีขึ้น (How can I perform better?)

วัตถุประสงค์ของจิตตปัญญาศึกษา

- เชื่อมโยงการเรียนรู้ด้านวิชาการ วิชาชีพและมิติจิตใจ
- รู้จักตนเอง รู้เป้าหมายของชีวิต
- เข้าใจศาสตร์ที่ศึกษาอย่างลึกซึ้ง
- จิตตื่นรู้ สูการเปลี่ยนแปลงตนเอง
- มีปัญญาแห่งตน
- มีความสุข

ทักษะการเรียนรู้การสอน

- ใช้หลัก
- ความรัก ความเมตตา
 - ตื่นรู้

วัตถุประสงค์ของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

- 1. เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน และได้แสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่น
- 2. เพื่อให้นักเรียนได้มุมมองความคิดที่หลากหลายจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
- 3. เพื่อให้นักเรียนได้พัฒนาตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นบุคคลที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียนมากขึ้น

กำหนดการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

- กำหนดการจัดกิจกรรมทั้งหมด 18 คาบ คาบละ 50 นาที
- โดยใช้รูปแบบ **AMCRA Design**
- ขั้นตอนของกิจกรรมแนะแนวประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้
 1. ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)
 2. ขั้นฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)
 3. ขั้นคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)
 4. ขั้นสะท้อน(Reflection=R)
 5. ขั้นประยุกต์ใช้ (Application=A)

กำหนดการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวจิตตปัญญาศึกษา โดยใช้รูปแบบ AMCRA Design

กิจกรรมที่	ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)	ขั้นฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)	ขั้นคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)	ขั้นสะท้อน (Reflection=R)	ขั้นประยุกต์ใช้ (Application=A)
1. การปฐมฤกษ์	-สำรวจความคิดเห็นเบื้องต้น -สะท้อนปัญหาที่เผชิญในชีวิตจริง	-แนะนำนั่งสมาธิ	-ระบบประเมินพฤติกรรมตนเองในจุดในคุณในผู้	-เขียนสะท้อน	-เขียนสรุปบันทึกบันทึกประสบการณ์
2. การรู้จักตน	-ค้นหาค้นหา	-กิจกรรม Communal Good	-สำรวจจิตใจ	-จุดในคุณในผู้	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์
3. การรู้จักตน	-ทำประโยชน์ของสังคม	-กิจกรรม มี วิญญาณ	-ระดมความคิด	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์
4. การสำรวจตน	-ตั้งเป้าหมายชีวิต	-กิจกรรมจิตอาสา	-กิจกรรมในแบบสหประชาชาติ	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์

กำหนดการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวจิตตปัญญาศึกษา โดยใช้รูปแบบ AMCRA Design (ต่อ)

กิจกรรมที่	ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)	ขั้นฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)	ขั้นคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)	ขั้นสะท้อน (Reflection=R)	ขั้นประยุกต์ใช้ (Application=A)
5. การพัฒนาตน	-สำรวจบริหาร	-ปฏิบัติสติ	บันทึกใจ	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์
6. การพัฒนาตน	-จิตอาสา	-ปฏิบัติสติ	-เขียนสรุปบันทึก	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์
7. การพัฒนาตน	-การนำเสนอ	-ปฏิบัติสติ	-เขียนสรุปบันทึก	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์
8. การพัฒนาตน	-จิตอาสา	-ปฏิบัติสติ	-เขียนสรุปบันทึก	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์
9. การพัฒนาตน	-จิตอาสา	-ปฏิบัติสติ	-เขียนสรุปบันทึก	สรุปภาพรวม	-เขียนสรุปบันทึกประสบการณ์

แนวปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

1. นักเรียนเปิดใจตนเองและกล้าแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ๆ เพื่อประโยชน์ของตนเองและสมาชิกกลุ่ม
2. รับฟังผู้อื่นด้วยความตั้งใจ ไม่หยอกล้อ หรือพูดคุยในเรื่องอื่น ๆ ขณะเข้าร่วมกิจกรรม
3. ติดตามการจัดกิจกรรมแต่ละขั้นตอนให้ทัน หากไม่เข้าใจหรือสับสนควรจะถาม
4. นักเรียนต้องเคารพและให้เกียรติในการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเสมอ ควรให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ในทุกกิจกรรม
5. นักเรียนควรให้ความสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง ซึ่งแต่ละกิจกรรมมีประโยชน์และคุณค่าในการนำมาใช้ปรับพฤติกรรมตนเอง

ประโยชน์ที่จะได้รับในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

1. นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน และได้แสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่น
2. การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียน ได้มุมมองความคิดที่หลากหลายจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมมากขึ้น

เพลงจิตตปัญญา



เนื้อร้อง ผศ.ดร. จุมพล พูลภัทรชีวีต

ขับร้อง อจ. วัฒนะ เมฆพัฒนา

ทำนอง-ดนตรี อจ.ทศพร จันทรหอม

จัดทำ-เผยแพร่ รศ.ดร. ช่อลัดดา ขวัญเมือง

จิตอันโยนด้วยความรัก

ใจพุ่มพักด้วยเมตตา

ไปเรียนรู้แสวงหา

เพื่อค้นหาคำภายใน

สงบนิ่งกับตนเอง

เรียนรู้เพลงของจิตใจ

สุนทรียะจะโลมได้

โอบอุ้มใจไปรงใสเบา

ตั้งใจฟังอย่างลึกซึ้ง

จะเข้าถึงซึ่งใจเขา

จะเข้าใจตัวตนเรา

หลอมรวมเข้าคลละเคล้ากัน

เรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ

ทบทวนด้วยใจไม่หุนหัน

แลกเปลี่ยนด้วยใจให้ใจกัน

รู้เท่ารู้ทันความเป็นมา

จากจิตเล็กๆจิตใหญ่

จากกายสู่ใจไปปัญญา

ความงามดีจริงเจิดแจ่มจ้า

จิตตปัญญาเจิดแจ่มใจ

ใบกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวจิตตปัญญาศึกษาโดยใช้รูปแบบ AMCRA Design

กำหนดการจัดกิจกรรมทั้งหมด 9 ครั้ง ครั้งละ 100 นาที

สถานที่ห้องแนะแนว โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม อำเภอโนนศิลา จังหวัดขอนแก่น

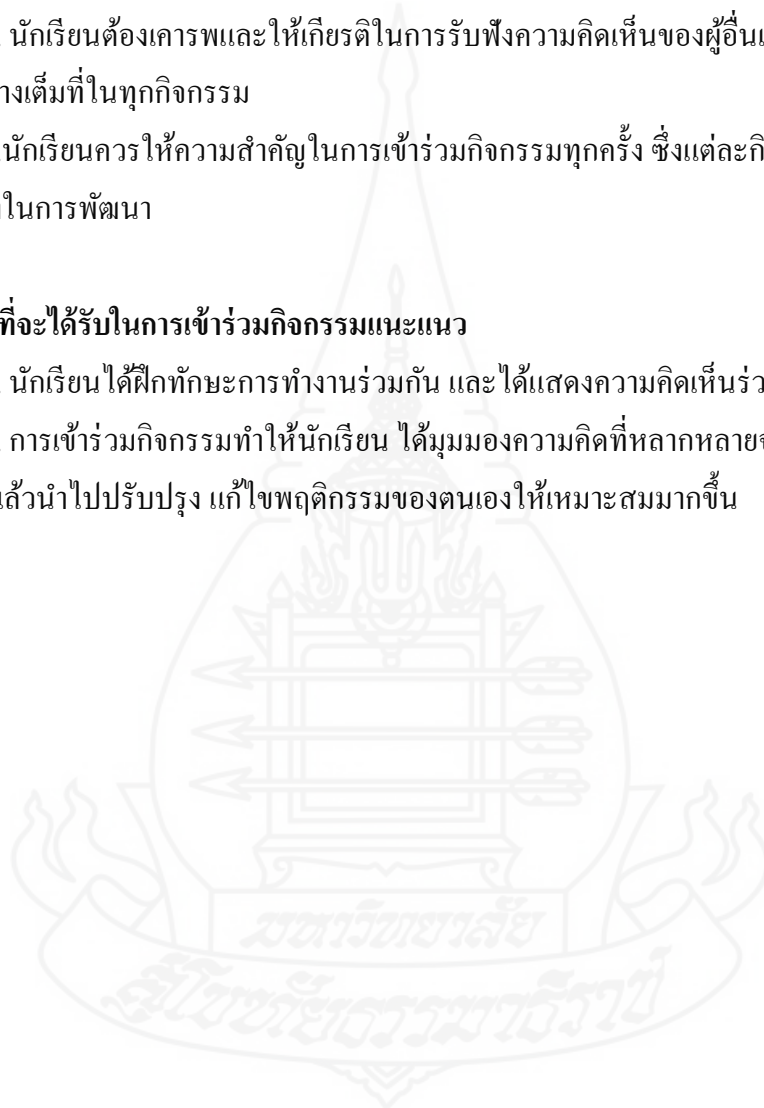
แผนการจัดกิจกรรมที่	ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)	ขั้นฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)	ขั้นคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)	ขั้นสะท้อน (Reflection=R)	ขั้นประยุกต์ใช้ (Application=A)
1.การปฐมนิเทศ	- สร้างความคุ้นเคยกับนักเรียน - สะท้อนปัญหาที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน	- แนะนำตนเอง	- แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน - ชม power point แนะนำการเข้าร่วมกิจกรรม	- เขียนสะท้อน - พุดในกลุ่มใหญ่	- เขียนสมุดบันทึกบันทึกประสบการณ์
2. การรู้จักตน	เดินรำจิตตปัญญา	- กิจกรรม Common Groud	- สสำรวจกายใจ	- พุดในกลุ่มย่อย	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
3.การรู้จักตน	- ทำประกอบเพลงดั่งดอกไม้บาน	- กิจกรรม ปิง ว่าง ยม น่าน	- กระจกเงา	สรุปในภาพรวม	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
4.การสำรวจตน	- ชั่งกปาตวันจีน	- ทำสมาธิท่าเคลื่อนไหวมือ 14 ท่า	- พินิจภายในตน-คนประเภทใด	สรุปภาพรวม	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
5.การพัฒนาตน	- ทำกายบริหารสั้นหาความพอดี	ปรบมือฝึกสติ	บันไดสู่ดวงดาว	สรุปภาพรวม	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
6. การพัฒนาตน	- ฝึกโยคะอย่างง่าย	- ทำสมาธิกำหนดลมหายใจเข้า-ออก	- สัญญาใจในชั้นเรียน	- สรุปภาพรวม	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
7.การพัฒนาตน	- การนวดเพื่อผ่อนคลาย	- ฝึกสมาธิสำรวจความรู้สึกของตนเอง	- ชั่วโมงหาอนาคต	- สรุปภาพรวม	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
8.การพัฒนาตน	- ฝึกไท่เก๊กพื้นฐาน	- การนับนิ้วมือ - ปรบมือฝึกสติ	- วินัยดี ชีวิตมีสุข - โอกาสที่ได้ระบายความรู้สึก	- สรุปภาพรวม	- เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์
9.การปัจฉิมนิเทศ	เดินรำจิตตปัญญา	ทำสมาธิกับเพลงสรรเสริญ	- สายธารแห่งชีวิต	สรุปภาพรวมกิจกรรม	-เขียนสมุดบันทึกประสบการณ์

แนวปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

1. นักเรียนเปิดเผยตนเองและกล้าแสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนกับเพื่อนๆ เพื่อประโยชน์ของตนเองและสมาชิกกลุ่ม
2. รับฟังผู้อื่นด้วยความตั้งใจ ไม่หยอกล้อ หรือพูดคุยในเรื่องอื่นๆ ขณะเข้าร่วมกิจกรรม
3. ติดตามการจัดกิจกรรมแต่ละขั้นตอนให้ทัน หากไม่เข้าใจหรือสับสนควรจะถาม
4. นักเรียนต้องเคารพและให้เกียรติในการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นเสมอ ควรให้ความร่วมมืออย่างเต็มที่ในทุกกิจกรรม
5. นักเรียนควรให้ความสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง ซึ่งแต่ละกิจกรรมมีประโยชน์และคุณค่าในการพัฒนา

ประโยชน์ที่จะได้รับในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

1. นักเรียนได้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน และได้แสดงความคิดเห็นร่วมกับผู้อื่น
2. การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียน ได้มุมมองความคิดที่หลากหลายจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น แล้วนำไปปรับปรุง แก้ไขพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมมากขึ้น



กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 การรู้จักตน

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม สสำรวจกายใจ

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1 รู้จัก เข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

นักเรียนควรจะทราบว่าตนเองมีลักษณะอย่างไร มีข้อดีข้อบกพร่องอย่างไร เพื่อจะได้ปรับปรุงหรือพัฒนาตนเองให้เหมาะสม เป็นที่ชื่นชมแก่ผู้พบเห็น และเป็นที่ยอมรับของสังคม ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพที่เด่นชัดของตนเอง
2. นักเรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ให้นักเรียนสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง
2. เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น

สาระการเรียนรู้

1. แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง
2. ความหมายการสำรวจตนเอง
3. วิธีการสำรวจตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. สร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังกายและจิตด้วยการเดินรำจิตตปัญญา ตามวิธีดี รับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมด้วย
2. บอกความคิด ความรู้สึกจากการออกกำลังกายและจิต คนละ 1 ประโยค

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

3. ให้นักเรียนยืนเป็นวงกลมใหญ่ โดยใช้กิจกรรม Common Ground ด้วยการให้นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะนำตนเอง 3 รอบ รอบที่ 1 เกี่ยวกับความจริง รอบที่ 2 ความดี/ความงาม รอบที่ 3 อื่นๆ ที่เกี่ยวกับตนเอง โดยผู้วิจัยสาธิตให้ดู เช่น รอบที่ 1 เกี่ยวกับความจริง ผู้วิจัยเดินก้าวเข้าไปในวง 2 ก้าว แล้วพูดว่า “เป็นลูกคนโต” ใครที่เป็นลูกคนโตเหมือนผู้วิจัยให้ก้าวเข้ามาในวง 2 ก้าว ใคร

ที่ไม่ใช่ให้ยืนอยู่กับที่ เป็นต้น ให้ทุกคนพยายามสังเกตพฤติกรรมเพื่อทำความรู้จักกัน สักครูหนึ่ง แล้วถอยไปยืนที่เดิม ต่อไปผู้วิจัยแนะนำความจริงของตนในเรื่องอื่นๆ ใครที่มีลักษณะเหมือนกันก็จะก้าวเข้ามา และกลับไปยืนที่เดิม เมื่อสมาชิกเข้าใจแล้ว ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แนะนำตนเอง

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนชม Power Point เรื่อง “แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง 4 ด้าน” ได้แก่ 1) การสำรวจเกี่ยวกับสภาพทางกาย 2) การสำรวจเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจ 3) การสำรวจเกี่ยวกับพัฒนาการทางสังคม 4) การสำรวจเกี่ยวกับสติปัญญา ไข่มุมของห้องเรียงตามลำดับ

5. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม โดยการนับ 1- 5 แล้วแยกกลุ่มตามหมายเลขที่ตัวเองนับ ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรม การสำรวจกายใจให้กับนักเรียนทุกคนคนละ 1 ใบ แล้วให้อ่านความหมายและวิธีการสำรวจตนเองแล้วบันทึกในใบกิจกรรม “การสำรวจกายใจ”

6. ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลการสำรวจตนเองอย่างน้อย 1 ด้าน

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

7. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปภาพรวมที่ได้รับ และสิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

8. ผู้วิจัยสรุปตามประเด็นที่นักเรียนบอก และอาจบอกถึงประโยชน์อื่นๆ ของใบงาน

สำรวจตนเอง

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

9. ให้การบ้านนักเรียนทบทวนตนเองอีกครั้งแล้วบันทึกลงในสมุดบันทึกประสบการณ์ของตนเอง

10. ผู้วิจัยตรวจสอบสมุดบันทึกประสบการณ์ของนักเรียน และสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนในชีวิตจริง

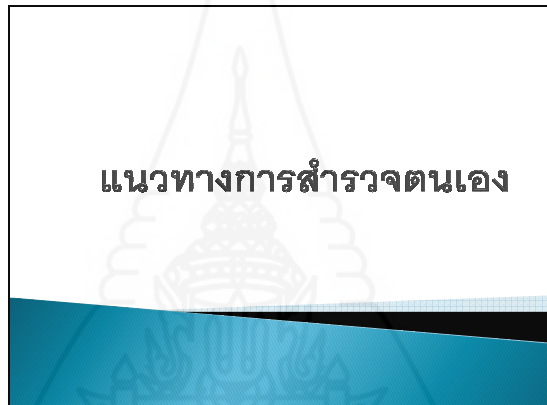
การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
-สังเกตจากการสะท้อนความคิด -ตรวจจากใบกิจกรรมเรื่องการสำรวจกายใจ	- Power Point เรื่อง “แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง” -ใบกิจกรรม สำรวจกายใจ	นักเรียนสามารถเขียนสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	-สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. ดีวีดีเพลง “จิตตปัญญาศึกษา” คาวน์โหลดจาก Youtube
2. ใบกิจกรรมที่ 1 สำรวจกายใจ
3. Power Point เรื่อง “แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง”
4. สมุดบันทึกประสบการณ์

Power Point เรื่อง “แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง”



ความหมายของการสำรวจตนเอง

- ▶ หมายถึง การรับรู้สภาพตนเองว่าปัจจุบันอยู่ในลักษณะใด เช่น มีความลำบากกาย ลำบากใจ มีความสับสน วุ่นวายใจ หรือ มีความต้องการสิ่งใดบ้าง

๑. การสำรวจเกี่ยวกับสภาพทางกาย

- ๑.๑ สุขภาพร่างกาย เป็นการพิจารณาว่า
 - ▶ สุขภาพร่างกายมีความสมบูรณ์มีเพียงใด
 - ▶ อวัยวะทุกส่วนทำงานประสานกันได้เพียงใด
 - ▶ ส่วนสูงและน้ำหนักสัมพันธ์กันตามมาตรฐานหรือไม่
 - ▶ มีโรคประจำตัวอะไรบ้าง

การสำรวจสุขภาพร่างกายบางเรื่องสามารถทำได้ด้วยตนเอง บางเรื่องต้องอาศัยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ

๑. การสำรวจเกี่ยวกับสภาพทางกาย

๑.๒ กิริยาท่าทาง เป็นการพิจารณาว่า

- ▶ ลักษณะการแสดงออกทางกายทางกายที่เหมาะสมหรือไม่เหมาะสม
- ▶ ท่าทางเป็นมิตรหรือไม่เป็นมิตรกับผู้อื่น
- ▶ กิริยาท่าทางมีส่วนเกี่ยวข้องกับการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ซึ่งมีผลต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม และการประกอบอาชีพ หากพบว่าตนเองมีกิริยาท่าทางที่ไม่เหมาะสม ควรจะปรับปรุง

๑. การสำรวจเกี่ยวกับสภาพทางกาย

๑.๓ บุคลิกภาพโดยรวม เป็นการพิจารณา

- บุคลิกภาพโดยรวมของตนเองว่า เป็นแบบใด เช่น
- ▶ เป็นคนกล้าแสดงออกหรือเก็บตัว
 - ▶ ชอบเป็นผู้นำหรือยินดีจะเป็นผู้ตาม
 - ▶ ร่าเริงหรือเชื่องซึม เป็นต้น

๒. การสำรวจเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจ

๒.๑ สุขภาพจิต เป็นการพิจารณาเกี่ยวกับ

- ▶ การปรับตัว
 - ▶ ความอดทนต่อปัญหา หรือความผิดหวังมากน้อยเพียงใด
 - ▶ หรือเมื่อพบกับอุปสรรคจะยังคงมีกำลังใจไม่ทอดถอย หรือเกิดความคับข้องใจ
 - ▶ เมื่อมีการแก้ปัญหาด้วยตนเองวิธีการแก้ปัญหานั้นเป็นเชิงสร้างสรรค์หรือทำลาย
- ซึ่งแต่ละคนสามารถประเมินตนเองได้ระดับหนึ่ง

๒. การสำรวจเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจ

๒.๒ อุบนิสัยใจคอ หมายถึง

- ▶ การสำรวจความประพฤติของตนเองที่กระทำๆ ติดต่อกันมาเป็นเวลานาน ทั้งที่
- ▶ เหมาะสมและไม่เหมาะสม
- ▶ มีความละเอียดรอบคอบ หรือสะเพร่า
- ▶ เป็นคนตรงต่อเวลาหรือผัดวัน
- ▶ เป็นคนทำงานทันทีหรือผัดวันประกันพรุ่ง
- ▶ เป็นคนขยันหรือเกียจคร้าน

๒. การสำรวจเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจ

๒.๓ การควบคุมตนเอง เป็นการสำรวจ

- ▶ ความมีวินัยในตนเอง
 - ▶ สามารถควบคุมตนเองให้กระทำในสิ่งที่ต้องการได้ตามเป้าหมายหรือไม่
 - ▶ เป็นคนทำอะไรตามใจตนเองหรือมักคล้อยตามผู้อื่น
- สิ่งเหล่านี้แสดงถึงระดับความเข้มแข็งของจิตใจ ผู้ที่ควบคุมตนเองได้จะพัฒนานานได้เสมอ

๓. การสำรวจเกี่ยวกับพัฒนาการทางสังคม

เป็นการสำรวจตนเองเกี่ยวกับ

- ▶ ความสามารถทั่วไปในการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น
 - ▶ ความสามารถในการติดต่อสื่อสาร
- และพิจารณาเกี่ยวกับ
- ▶ การทำงานหรือทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่นว่าเป็นไปได้ด้วยดี หรือมีความขัดแย้ง

๕. การสำรวจเกี่ยวกับสติปัญญา

๕.๑ ความรู้ทั่วไป เป็นการสำรวจเกี่ยวกับ

- ▶ การนำความรู้มาอ้างอิงประกอบการเรียนรู้ หรือประกอบการทำงานของตนได้มากเพียงใด
- ▶ สามารถแสวงหาความรู้จากการอ่าน การฟัง การสนทนากับบุคคลอื่น
- ▶ หรือสามารถหาแหล่งความรู้เพื่อเป็นประโยชน์แก่ชีวิตได้มากน้อยเพียงใด

๕. การสำรวจเกี่ยวกับสติปัญญา

๕.๒ การตัดสินใจและการแก้ปัญหา เป็นการพิจารณาเกี่ยวกับ

- ▶ การตัดสินใจเรื่องต่างๆ โดยใช้ข้อมูลอย่างละเอียดรอบคอบหรือทำตามอารมณ์
- ▶ การแก้ปัญหาเป็นการสร้างสรรค์หรือเกิดผลดีต่อผู้เกี่ยวข้อง

๕.๓ การบริหารเวลา เป็นการกำหนดลำดับความสำคัญ และความเร่งด่วนของเรื่องที่จะต้องทำ หรือตัดสินใจได้เหมาะสมเพียงใด

๕.๔ ความสามารถพิเศษ เป็นการสำรวจตนเองว่ามีความสามารถพิเศษด้านใดบ้าง เช่น ดนตรีไทย ดนตรีสากล กีฬา เป็นต้น




 ใบกิจกรรมที่ 1

การสำรวจภายใน

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนเขียนชื่อและวาดภาพที่แสดงถึงลักษณะของตนเองลงในกรอบสี่เหลี่ยมที่กำหนดให้ พร้อมทั้งเขียนบรรยายประกอบด้วย
- นักเรียนสำรวจตนเองแล้วเขียนลักษณะพฤติกรรมของตนเองลงในตารางที่กำหนดให้ให้ได้มากที่สุด

ฉันชื่อ ชื่อเล่นของฉัน

ลักษณะของฉัน

1. ด้านร่างกาย

- สุขภาพ
- กิริยาท่าทาง
- บุคลิกภาพโดยรวม

2. อารมณ์และจิตใจ

- สุขภาพจิต
- อุปนิสัยใจคอ
- การควบคุมตนเอง

3. สังคม

- ที่บ้าน
- ที่โรงเรียน

4. สติปัญญา

- ความรู้ทั่วไป
- การตัดสินใจและการแก้ปัญหา
- การบริหารเวลา
- ความสามารถพิเศษ

ความคิดเห็นของเพื่อนเพิ่มเติม

.....

.....

.....

.....

.....



กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 การสำรวจตนเอง

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม กระจอกเงา

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1 รู้จัก เข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การสำรวจตนเอง หรือวิเคราะห์ตนเอง เป็นการมองตนเองเพียงด้านเดียว ซึ่งบางครั้งอาจมีความลำเอียงเข้าข้างตนเอง หรือมองตนเองผิดไป คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง จึงควรให้บุคคลในครอบครัว หรือเพื่อนในชั้นเรียน ช่วยกันประเมิน เพื่อนำผลมาเปรียบเทียบกัน

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. นักเรียนวิเคราะห์พฤติกรรมตนเองได้
2. นักเรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้วิเคราะห์พฤติกรรมตนเองและเพื่อนได้
2. เพื่อให้บุคคลในครอบครัวและเพื่อนร่วมชั้นเรียนได้ช่วยวิเคราะห์พฤติกรรมของนักเรียน
3. เพื่อให้ให้นักเรียนสรุปผลการวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และข้อควรพัฒนาของตัวนักเรียน

สาระการเรียนรู้

การวิเคราะห์พฤติกรรมตนเองและเพื่อน

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. สร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังกายและจิตด้วยการทำท่าประกอบเพลง “ตั้งดอกไม้นาน” ตามคีวีดี รับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมด้วย
2. บอกความคิด ความรู้สึกจากการออกกำลังกายและจิต คนละ 1 ประโยค

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

3. ให้นักเรียนยืนเป็นวงกลมใหญ่ คล้องแขนกันทำกิจกรรม ปิง วัง ยม น่าน โดยผู้วิจัยจะพูดคำว่า “ปิง วัง ยม น่าน” เช่น ถ้าพูดคำว่า “ปิง” ทุกคนจะต้องกระโดดไปทางซ้าย ถ้าพูดคำว่า “วัง”

จะต้องกระโดดไปทางขวา ถ้าพูดคำว่า “ขม” กระโดดไปข้างหน้า ถ้าพูดคำว่า “น่าน” กระโดดไปข้างหลัง (ผู้วิจัยอาจพูดแต่ละคำซ้ำๆ เช่น ปิง ปิง วัง วัง ได้)

4. สะท้อนแง่คิดที่ได้จากกิจกรรม ปิง วัง ขม และน่าน เช่น คนเราต้องมีสติในการดำรงชีวิต
ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

5. ให้นักเรียนจับคู่กัน ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรมกระจกเงา โดยให้เติมข้อความลงในกิจกรรมเมื่อครบกำหนดเวลาแลกเปลี่ยนใบกิจกรรมกับเพื่อนที่จับคู่กันช่วยเติมข้อความ

6. ให้นักเรียนในครอบครัวเติมข้อความ โดยทำนอกเวลา

7. ให้นักเรียนเขียนสรุปผลการวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และข้อควรพัฒนาลงในตารางสุดท้าย

ในใบกิจกรรม

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้ลึก (Reflection=R)

8. ผู้วิจัยกระตุ้นให้นักเรียนสรุปในภาพรวมเกี่ยวกับสิ่งที่ได้รับ

9. ผู้วิจัยสรุปตามประเด็นที่นักเรียนบอก และบอกถึงประโยชน์ของใบกิจกรรม

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

10. ให้นักเรียนเขียนลงในสมุดบันทึกประสบการณ์ บอกแนวทางที่จะปรับปรุงพัฒนาข้อเสียของตนเอง

11. ผู้วิจัยตรวจสอบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียน และสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนในชีวิตจริง

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อนความคิด	- ใบกิจกรรม กระจกเงา	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	- สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

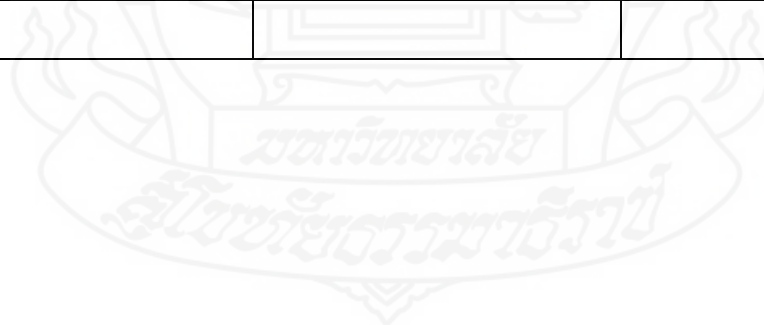
1. ดีวีดีเพลง “ดั่งดอกไม้บาน” คาวี โหลด จาก Youtube
2. ใบกิจกรรมที่ 2 กระจกเงา
3. สมุดบันทึกประสบการณ์

ตารางที่ 3 ผู้ปกครองวิเคราะห์นักเรียน

ความดีของฉันทัน	ข้อเสียของฉันทัน	ข้อควรพัฒนา

ตารางที่ 4 พี่หรือน้องวิเคราะห์นักเรียน

ความดีของฉันทัน	ข้อเสียของฉันทัน	ข้อควรพัฒนา



กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 การสำรวจตน

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม พินิจภายในตน -คนประเภทใด

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. รู้จัก เข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การตรวจสอบตนเอง หรือการพินิจภายใน (Introspection) เป็นวิธีการให้บุคคลสำรวจ ตรวจสอบตนเอง ด้วยการย้อนทบทวนการกระทำและความรู้สึกนึกคิดของตนเองในอดีตที่ผ่านมา แล้วบอกความรู้สึกออกมา โดยการอธิบายถึงสาเหตุและผลของการกระทำในเรื่องต่างๆ จึงจะทำให้หาแนวทางในการช่วยเหลือแก้ไขพฤติกรรมได้ ในการสำรวจตนเองจะทำให้ทราบว่าตนเองมีบุคลิกภาพและพฤติกรรมอย่างไร หากพบว่าตนเองมีพฤติกรรมที่ดีแล้ว ก็ควรจะพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นไป หากพบว่าตนเองมีสิ่งที่ยังต้องปรับปรุงก็ควรจะปรับปรุงให้ดีขึ้นเพื่อความสุขของตนเอง ในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติ

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียนรู้จักบุคลิกภาพและพฤติกรรมของตนเองหากพบว่าตนเองมีพฤติกรรมที่ดีแล้ว ก็ควรจะพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นไป หากพบว่าตนเองมีสิ่งที่ยังต้องปรับปรุงก็ควรจะปรับปรุงให้ดีขึ้นเพื่อความสุขของตนเองและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจบุคลิกภาพของตนเอง ตามลักษณะของคนประเภทต่างๆ
2. นักเรียนได้สำรวจวิเคราะห์พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน
3. นักเรียนอธิบายถึงผลเสียหรือผลกระทบ และแนวทางแก้ไข ปรับปรุงพฤติกรรมไม่เหมาะสมของตนเอง

สาระการเรียนรู้

1. คนประเภทต่างๆ
2. การวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเอง และแนวทางแก้ไข ปรับปรุงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. สร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังและจิตด้วยซึ่งงาตัววันจันตามดีวิถี และรับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมด้วย
2. บอกความคิด ความรู้สึกจากการออกกำลังกายและจิตด้วยซึ่งงาตัววันจัน คนละ 1 ประโยค

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

3. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม ในท่าที่สบายและผ่อนคลาย แล้วให้สร้างลมปราณ 5 ครั้ง เจริญสติด้วยการเคลื่อนไหวด้วยกระบวนท่า 14 ท่าตามรูปแบบของหลวงพ่อเทียนวัดป่าสุคะโต อำเภอแก่งค้อ จังหวัดชัยภูมิ อย่างน้อย 5 นาที

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

4. ผู้วิจัยติดป้าย “คุณเป็นคนประเภทใด” 4 ประเภท มุมของห้องเรียงตามลำดับ ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรม พินิจภายในตน-คนประเภทใด ให้กับนักเรียนทุกคนคนละ 1 ใบ
5. แบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่มโดยวิธีนับ 1-4 ใครนับอะไรก็ให้อยู่กลุ่มตามหมายเลขนั้น ไปไหนไปกันทั้งกลุ่ม เปลี่ยนกลุ่มตามสัญญาณระฆัง โดยกลุ่มที่ 1 ให้ไปที่ ป้าย ประเภทที่ 1 ฉันทิ-คนอื่นดี กลุ่มที่ 2 3 และ 4 ไปที่ป้าย ประเภทที่ 2 ฉันทิ-คนอื่นแย่ ประเภท 3 ฉันทิ-คนอื่นดี ประเภท 4 ฉันทิ-คนอื่นแย่ เมื่อยืนที่ป้ายแต่ละประเภท ให้อ่านลักษณะของคนแต่ละประเภท และพิจารณาว่าตรงกับลักษณะของตนเองหรือไม่ อย่างไร ส่วนไหนตรง ส่วนไหนไม่ตรง บันทึกลงในใบกิจกรรม
6. เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณระฆัง ให้เปลี่ยนไปยังป้ายถัดไปทางขวามือ (ตามเข็มนาฬิกา) ทำเช่นเดียวกับป้ายแรก และทำเช่นนี้จนครบ 4 ป้าย
7. ให้ตัดสินใจว่า ลักษณะของตนเองตรงกับประเภทใดมากที่สุด อันดับ 1 2 3 ที่คิดว่าสอดคล้องกับตนเองมากที่สุด
8. ให้สลายกลุ่มไปยืนอยู่ตรงป้ายที่เป็นอักษรอันดับที่ 1 ของตน แล้วนั่งรวมกันเป็นกลุ่ม 4 กลุ่ม
9. ให้แต่ละกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน โดยใช้สุนทรียสนทนา พูดว่าเพราะอะไรจึงเลือกกลุ่มนี้เป็นอันดับ 1 เป็นคนที่มีลักษณะอย่างไร และแก้ไขปรับปรุงอย่างไร
10. ช่วยกันสรุปว่า “คนในกลุ่มนี้มีลักษณะอย่างไร น่าจะแก้ไขปรับปรุงอย่างไรจึงจะอยู่ได้อย่างมีความสุข

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก(Reflection=R)

11. ให้นักเรียนกลับมาตั้งเป็นวงกลมกลุ่มใหญ่อีกครั้งแล้วร่วมกันสรุปภาพรวมที่ได้รับและสิ่งที่น่าสนใจไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
12. ผู้วิจัยสรุปตามประเด็นที่นักเรียนบอก และอาจบอกถึงประโยชน์อื่นๆ ของใบงานสำรวจตนเอง

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)


13. ให้นักเรียนทบทวนตนเองอีกครั้งแล้วบันทึกสิ่งที่จะต้องปรับปรุงพัฒนาตนเองลงในสมุดของตนเองทบทวนเป็นระยะๆ ผู้ศึกษาในครั้งถัดไป
14. ผู้วิจัยตรวจสอบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียน และสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนในชีวิตจริง

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อนความคิด	-ใบกิจกรรม “พินิจภายในตน-คนประเภทใด”	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	-สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. ดีวีดีเพลง “ปาตัวนจีน”
2. ป้ายฉันทน์เป็นคนประเภทใด
3. ใบกิจกรรมที่ 3 พินิจภายในตน-คนประเภทใด
4. สมุดบันทึกประสบการณ์


 ใบกิจกรรม 4

ฉันชื่อ ชื่อเล่นของฉัน ชั้น..... เลขที่.....
--

พินิจภายในตน-คนประเภทใด

คำชี้แจง

- ให้นักเรียนเขียนชื่อในกรอบสี่เหลี่ยมที่กำหนดให้
- นักเรียนสำรวจวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองแล้วเขียนลงในตารางที่กำหนดให้ให้

ได้มากที่สุด

- ข้าพเจ้าเป็นบุคคลประเภทใด

- เหตุผลที่ทำให้ข้าพเจ้าคิดเช่นนั้น

- ผลเสียหรือผลกระทบที่เกิดขึ้นเมื่อมีพฤติกรรมต่อไปนี้

พฤติกรรม	ต่อตนเอง	ต่อเพื่อน ในชั้นเรียน	ต่อผู้วิจัผู้สอน	วิธีการแก้ไข/ ปรับปรุง
1.ชวนเพื่อนคุยขณะที่ ผู้วิจัสอน				
2.ส่งเสียงดังรบกวน เพื่อนขณะที่ผู้วิจัสอน				
3.พูดสอดแทรกขณะ ผู้วิจัสอน				
4.พูดจาก้าวร้าวหยาบ คาย				

พฤติกรรม	ต่อตนเอง	ต่อเพื่อน ในชั้นเรียน	ต่อผู้วิจัย/ผู้สอน	วิธีการแก้ไข/ ปรับปรุง
5. แกล้งเพื่อนขณะผู้วิจัย สอน				
6. นำงานอื่นขึ้นมาทำ ขณะเรียน				
7. ลุกเดินไปมาในชั้น เรียน โดยไม่ขออนุญาต				
8. โห่แซวหรือล้อเลียน เมื่อเพื่อนตอบคำถาม ผู้วิจัยไม่ถูก				
9. นิ่งเหม่อลอย				
10. ไม่ปฏิบัติตามคำสั่ง				

4. เมื่อข้าพเจ้าปรับปรุงตนเองแล้ว ข้าพเจ้าจะเป็นบุคคลประเภทใด

.....

.....

แผ่นป้ายความรู้คุณเป็นคนประเภทใด

คนประเภทที่ ๑
“ฉันดี – คนอื่นดี”

คนประเภทนี้มีลักษณะเชื่อมั่นในตนเองสูงและเชื่อมั่นความสามารถของคนอื่นด้วย จึงให้ความไว้วางใจคนอื่นโดยปราศจากอคติ สามารถเป็นได้ทั้งผู้รับและผู้ให้ ให้คำชมผู้อื่นอย่างจริงใจ

ขณะเดียวกันก็สามารถรับฟังคำติชมข้อบกพร่องของตนเองจากผู้อื่นได้ด้วย

คนประเภทนี้จะมีความสุขในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น สามารถทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และเต็มไปด้วยรอยยิ้ม มีความร่วมมือ ปราศจากความอึดอัด ในแง่ของการทำงานจะทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ มีการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบ เนื่องจากเปิดโอกาสให้ผู้อื่นได้แสดงความสามารถจึงทำให้เกิดผลดีในการทำงาน

คนประเภทที่ ๒
“ฉันดี – คนอื่นแยء”

คนประเภทนี้รู้สึกว่าคุณดีและเหนือกว่าคนอื่นมักแสดงออกในลักษณะที่ถูกคนอื่น หรือบางครั้งแสดงออกในลักษณะตรงกันข้ามกับความรู้สึกที่แท้จริง เช่น แสดงออกว่าเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น แต่จริงๆ แล้วไม่ได้เข้าใจผู้อื่นเลย แม้แต่น้อย การไม่เชื่อในความสามารถของบุคคลอื่น จึงทำให้คนประเภทนี้ต้องเหนื่อยกับการทำงานเนื่องจากไม่ไว้วางใจคนอื่น ต้องทำงานทั้งหมดด้วยตนเองเพียงคนเดียว

คนประเภทนี้จะมีเพื่อนน้อยเพราะไม่มีคนอยากเข้าใกล้ มักจะรู้สึกโดดเดี่ยว และหากไม่ปรับปรุงตนเองก็จะหมดความภูมิใจและความมั่นใจในตนเอง

คนประเภทที่ ๓
“ฉันแย่ – คนอื่นดี”

คนประเภทนี้มักชอบดูถูกตนเอง คิดว่าตนเองไม่เก่ง ไม่มีความสามารถ ไม่ดี ผู้คนอื่นไม่ได้ จึงทำให้ไม่กล้าคิด ไม่กล้าตัดสินใจ ไม่กล้าแสดงออกถึงความสามารถที่มีอยู่ หากมีคนอื่นมาชม จะเกิดการระแวงว่าบุคคลนั้นจริงใจหรือไม่

คนประเภทนี้จะเกิดความกังวลใจ และเกิดความเครียดได้ง่ายเมื่อได้รับมอบหมายให้ทำงานที่สำคัญ ผู้ที่มีลักษณะเช่นนี้ ควรรู้จักชื่นชมตนเอง มองตนเองในด้านดีบ้าง ระลึกเสมอว่าทุกคนมีทั้งด้านดีและไม่ดี ลองหาข้อดีของตนเอง ซึ่งแม้จะเป็นเพียงเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็จะทำให้ตนเองมีความสุขและความมั่นใจ

คนประเภทที่ ๔
“ฉันแย่ – คนอื่นแย่”

คนประเภทนี้มาจากครอบครัวที่แตกแยก ขาดความรัก ความอบอุ่น ไม่มี ความผูกพันกับใครอย่างจริงจัง จึงมองตนเองว่าไม่มีค่า ขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่ไว้วางใจใคร ไม่รู้จักการให้และการรับจากใคร จึงเป็นคนที่ไม่หาเพื่อนยาก ทำอะไรอย่างไรจุดหมายคอยระแวงคนที่เข้ามาในชีวิตอยู่ตลอดเวลา คนที่มีลักษณะเช่นนี้ จะต้องแก้ไขตนเอง มิฉะนั้นแล้วจะหาความสุขในชีวิตได้ยาก

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 การพัฒนาตน

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม ทัศนคติในชั้นเรียน

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การสำรวจเป้าหมาย ความต้องการของตนเองในอนาคต ในด้านการศึกษา อาชีพ ครอบครัว การทำประโยชน์เพื่อชุมชน สังคม การเห็นคุณค่าของตนเอง บุคคลล้วนต้องการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ จึงต้องมีการพัฒนาตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการ หรืออย่างน้อยต้องการให้ตนเองมีชีวิตที่เป็นสุขในสังคม

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้รู้จักความต้องการของตนเอง
2. เพื่อให้รู้จักสร้างคุณภาพภูมิใจในตนเอง
3. เพื่อให้เกิดความคิดในการพัฒนาตนเอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ให้นักเรียนสำรวจเป้าหมาย และความต้องการของตนเองในอนาคต
2. เพื่อสร้างแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเอง

สาระการเรียนรู้

ความสำคัญของการพัฒนาตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. สร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังกายและจิตด้วยการทำท่ากายบริหารค้นหาความพอดีตามชีวิต รับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมด้วย มีขั้นตอนดังนี้
 - 1.1 ให้นักเรียนแต่ละคนยืนหาพื้นที่ว่างที่สามารถเคลื่อนที่ได้สะดวก โดยไม่ชนกับคนอื่น เปิดเพลงบรรเลงเบาๆ เริ่มโดยการให้แต่ละคนหาจุดศูนย์กลางของร่างกายด้วยวิธีการค่อยๆ เอนตัวไปข้างหน้า ข้างหลัง ข้างซ้าย ข้างขวา เพื่อหาจุดสมดุลของร่างกายที่สามารถกลับมาสู่ความเป็นปกติได้ทุกครั้งที่เคลื่อนไหวไปในจุดต่างๆ

1.2 จากนั้น จึงขอให้แต่ละคนลองหาจุดที่เกินสมดุล ซึ่งอาจเป็นจุดที่ร่างกายไม่สามารถอยู่นิ่งๆ ได้หรืออาจล้มได้ง่าย ไม่ว่าจะเป็นการยืน หรือนั่งก็ตาม ในขณะที่ทำกิจกรรมให้สำรวจสภาวะจิตใจของตนเองที่จะต้องเสียสมดุล รวมทั้งลองเปิดโอกาสให้ตนเองได้เคลื่อนไหวเกินจุดที่ตนเองคิดว่าสมดุลแล้วเพื่อทดสอบดูว่าจริงๆ แล้วจุดที่เราคิดว่าสมดุลแล้ว เราอาจจะไปได้มากกว่านั้นอีก อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยได้เน้นให้นักเรียนดูแลความปลอดภัยของตนเองเป็นสำคัญ

1.3 ต่อมาให้จับคู่ 2 คนและลองค้นหาท่าทางการเคลื่อนไหวที่ทั้งสองคนต้องพึ่งพาซึ่งกันและกัน หากขาดคนใดคนหนึ่ง จะไม่สามารถยืนหรือทรงตัวอยู่ได้ ทำไปสักระยะก็เพิ่มจำนวนเป็น 3 คน และ 6 คน ตามลำดับ

1.4 ผู้วิจัยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม ว่าชอบช่วงใดด้วยเหตุผลอย่างไร สะท้อนคิดในแง่มุมต่างๆ ของตนเอง โดยเชื่อมโยงไปกับการความรู้สึกอื่นๆ หรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นในชีวิตที่อาจสอดคล้องสัมพันธ์กัน

2. บอกความคิด ความรู้สึกจากการออกกำลังกายและจิต คนละ 1 ประโยค

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

3. นักเรียนขึ้นเป็นวงกลมใหญ่ ให้สามารถมองเห็นหน้ากันได้ทุกคน ปรบมือฝึกสติทำสมาธิ ประมาณ 5 นาที

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

4. นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง ความสำคัญของการพัฒนาตนเองและ แนวคิดของบุคคลที่ประสบความสำเร็จ ว่ามีลักษณะการดำเนินชีวิตอย่างไร หลังจากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนแสดงความคิดเห็น โดยใช้สัญลักษณ์ คือ ปากกา ถ้าใครหยิบปากกา ถืออยู่ในมือจะได้เป็นผู้พูดแสดงความคิดเห็น คนอื่นๆ นั่งฟังอย่างตั้งใจ คิดตาม โดยไม่มีการซักถามขัดจังหวะ

5. ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรม บันไดสู่ดวงดาว เขียนคำบรรยายลงในใบกิจกรรมให้ครบตามรายการที่กำหนด

6. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน เล่าเรื่อง “บันไดสู่ดวงดาว” ให้เพื่อนฟังจนครบทุกคน

7. ผู้วิจัยให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มสรุปข้อคิดที่ได้จากการจัดกิจกรรม

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

8. ให้นักเรียนรวมกลุ่มใหญ่อีกครั้ง เพื่อสะท้อนข้อคิดจากกิจกรรม

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

9. ผู้วิจัยมอบการบ้านเขียนสะท้อนคิดและแนวคิดที่ได้จากกิจกรรมในครั้งนีลงในสมุดบันทึกประสบการณ์

10. ผู้วิจัยตรวจสอบสมุดบันทึกประสบการณ์

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อน ความคิด	- ใบกิจกรรม บันไดสู่ ดวงดาว	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึง ความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	- สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้

นวัตกรม/สื่อการเรียนรู้

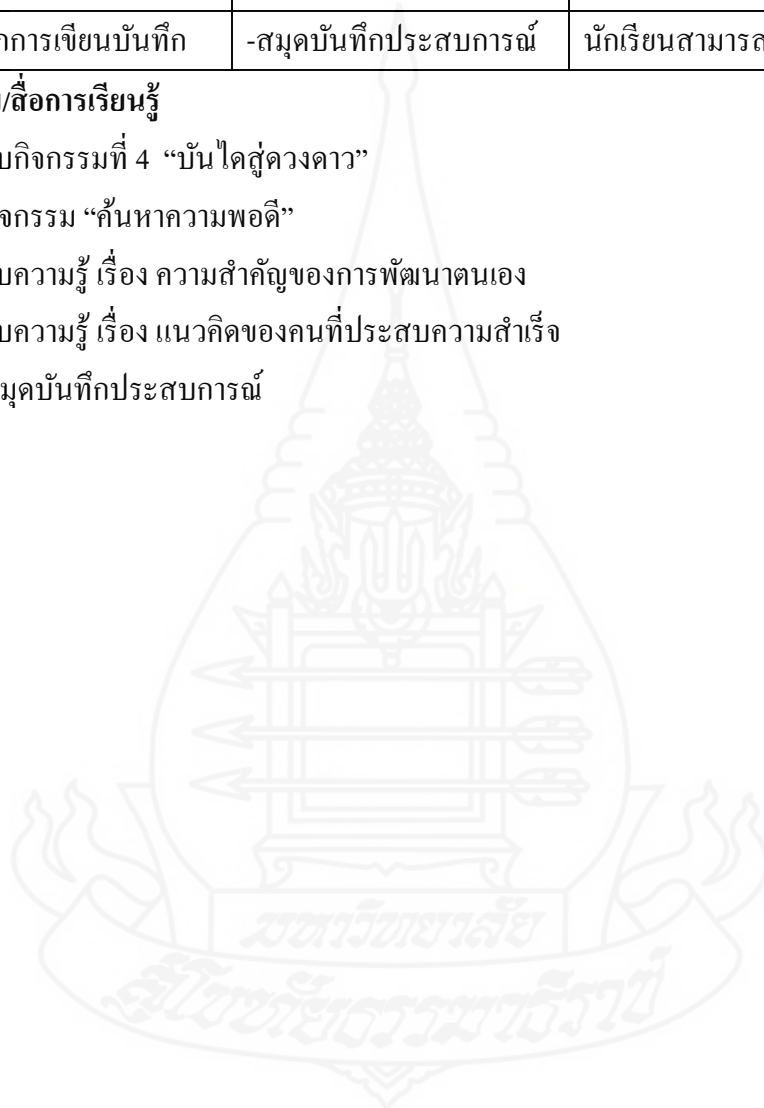
ใบกิจกรรมที่ 4 “บันไดสู่ดวงดาว”

กิจกรรม “ค้นหาความพอดี”

ใบความรู้ เรื่อง ความสำคัญของการพัฒนาตนเอง

ใบความรู้ เรื่อง แนวคิดของคนที่ประสบความสำเร็จ

สมุดบันทึกประสบการณ์




 ใบความรู้

เรื่อง “ความสำคัญของการพัฒนาตนเอง”

บุคคลล้วนต้องการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์จึงต้องมีการพัฒนาตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการ หรืออย่างน้อยต้องการให้ตนเองมีชีวิตที่เป็นสุขในสังคม


ความสำคัญของการพัฒนาตนเอง แบ่งออกได้ดังนี้

1. ความสำคัญต่อตนเอง การปรับปรุงสิ่งที่บกพร่องของตนเอง และพัฒนาพฤติกรรมให้มีเหมาะสม ขจัดคุณลักษณะที่ไม่พึงประสงค์ออกจากตนเอง และเสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการด้วย ส่งผลให้ตนเองมีความพร้อมด้านต่างๆ

2. ความสำคัญต่อบุคคลอื่น เนื่องจากบุคคลต้องสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นๆ ในสังคม การพัฒนาตนเองจึงส่งผลต่อบุคคลด้วย การปรับปรุงตนเองเป็นการเตรียมตนเองให้เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีของผู้อื่นในสังคม สามารถเป็นตัวอย่างที่ดี หรือเป็นที่อ้างอิงให้เกิดการพัฒนาในบุคคลอื่นๆ ต่อไป นอกจากนี้ผู้ที่มีการพัฒนาตนเองย่อมสามารถอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างมีความสุขด้วย

3. ความสำคัญต่อส่วนรวม แต่ละหน่วยงานในสังคม ต้องอาศัยบุคคลเป็นผู้ปฏิบัติงาน การที่ผู้ปฏิบัติงานแต่ละคน ได้มีการพัฒนาและปรับปรุงตนเองให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งในเรื่องของรูปแบบการทำงาน และเทคโนโลยี มีการพัฒนาเทคนิควิธี หรือวิถีคิดและทักษะใหม่ๆ ที่จำเป็นต่อการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและคุณภาพของผลผลิต ทำให้หน่วยงานนั้นสามารถแข่งขันเชิงคุณภาพและประสิทธิภาพกับสังคมอื่นได้สูงขึ้น ส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจของประเทศได้




 ใบความรู้

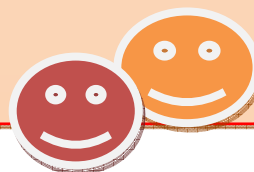
วิธีคิดของคนที่ประสบความสำเร็จ

ไม่มีคำว่าสายสำหรับการเริ่มต้นที่จะเปลี่ยนแปลง ไม่ทราบท่านเคยสังเกตบ้างหรือไม่ว่าคนบางคนไม่มีอะไรแตกต่างกันมากไม่ว่าจะเป็นพื้นฐานความรู้ หรือ พื้นฐานครอบครัว แต่ประสบความสำเร็จไม่เท่ากัน บางคนประสบความสำเร็จในหลายๆ เรื่องที่เขาทำ แต่หลายคนทำอะไรก็ไม่สำเร็จสักเรื่อง แตกต่างกันที่วิธีคิด ทำไมในงานลักษณะเดียวกัน บางคนสามารถทำได้ประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี ตรงกันข้ามกับบางคนไม่สามารถทำให้ประสบความสำเร็จได้ปัจจัยสำคัญ คือ วิธีคิด ที่ไม่เหมือนกัน หลายคนชอบโทษโชคชะตาว่าทำไมเกิดมาไม่รวยเหมือนคนอื่นเขาบ้างแต่ถ้าลองศึกษาดีๆ จะพบว่ามหาเศรษฐีส่วนใหญ่ไม่มีใครรวยมาแต่กำเนิดล้วนแล้วแต่ต้องสร้างขึ้นมานั้นั้น หลายคนเริ่มมาจากเลื้อยฝันหอมอบใจจนประสบความสำเร็จเป็นบุคคลระดับชาติหรือผู้นำขององค์กรสำคัญต่างๆ เขามีวิธีคิดหรือการดำเนินชีวิตอย่างไร คิดอย่างเป็นระบบ มีการวางแผนและกำหนดเป้าหมายชัดเจนในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดไม่ว่าในการดำเนินชีวิต หรือ การทำงานจะมีการวางแผนและกำหนดเป้าหมายชัดเจนทั้งระยะสั้นระยะปานกลางและระยะยาว โดยมองครอบคลุมทุกด้าน และประสาทไวต่อสัญญาณต่างๆ ที่จะมากระทบที่ ทำให้การทำงานไม่เป็นไปตามแผน มีความเป็นผู้นำและเป็นผู้นำทีมทั้ง EQ และ IQ คือมีจิตใจที่ดีและเก่ง หลายคนเก่งแต่จิตใจไม่ดี ความรู้ความสามารถ พัฒนาและเรียนรู้กันได้หากมีความสนใจใฝ่รู้ แต่จิตใจที่ดีบางครั้งพัฒนายาก เพราะเป็นสิ่งถูกปลูกฝังมาแต่กำเนิดเพราะฉะนั้นการเลือกคนมาทำงานอย่ามองแต่เก่งอย่างเดียวจิตใจต้องดีด้วย คิดในแง่บวกมองทุกอย่างเป็น โอกาสเรียนรู้ได้ทุกสถานการณ์ ไม่ว่าจะในงานใหญ่งานน้อยที่ได้รับมอบหมายจะทำอย่างเต็มความสามารถและถือเป็น โอกาสในการเรียนรู้มีความคิดสร้างสรรค์ มีวินัยในการทำงาน มีความอดทนสูง รู้จักจัดลำดับความสำคัญก่อนหลังในการทำงาน รู้ว่าอะไรควรทำอะไรไม่ควรทำ ซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น คิดดีทำดี ไม่หลอกลวงตัวเองและผู้อื่น

ด้วย**วิธีคิดและทัศนคติที่แตกต่างกัน**มีผลทำให้ชีวิตและการประสบความสำเร็จของคนเราต่างกัน แต่ไม่มีคำว่าสายสำหรับการเริ่มต้นที่จะเปลี่ยนแปลงสมบอบพนักงานอยู่เสมอ คือในโลกนี้ไม่มีคนไหนเก่งไปตลอดกาลวันนี้คุณอาจเก่ง แต่พรุ่งนี้ อาจมีคนเก่งกว่าคุณเพราะฉะนั้น คนใดก็ตามทงุมิใจว่าตนเองเก่งจงจำเอาไว้ได้โดยว่า ความหยวนะใกล้มาถึงตัวคุณแล้ว

ความโง่คือปลานมาใกล้ตัวคุณแล้ว

----- ษนินท์ เจียรนนท์ -----

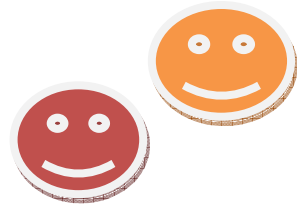


ผม พร้อม จะเป็นน้ำนิ่ง อาจมีเขื่อนมาขวางหน้า แต่ถ้าวันใด
ที่เขื่อนนั้นเปราะบางและโอกาสแห่งการสำแดงพลังมาถึง
ผมก็พร้อมจะกลายเป็นกระแสน้ำที่เชี่ยวกราก
โหมกระหน่ำใส่ทุกสิ่งขวางกั้น
แม้กระทั่ง เขื่อนที่ครั้งหนึ่งผมเคยสยบยอมก็ตาม
----- เจริญ สิริวัฒนภักดี -----

ถ้าคุณอดทน เพื่อจะทำอะไรสักอย่างให้สำเร็จ
คุณจำเป็นอย่างมากที่จะต้องลงมือศึกษาเรื่องนั้นๆ
อย่างเป็นจริงเป็นจัง แต่ถ้าคุณไม่อดทน
โอกาสที่คุณจะผิดพลาดก็ย่อมมีสูงเช่นกัน
----- อนันต์ กาญจนพานิช -----

ในการทำงานใดๆ ไม่ว่าจะปลุกจ้าง หรือ
นายจ้างควรจะรับฟังความคิดของผู้ร่วมงานเสมอ
การเปิดใจรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น คือ
เป็นการเพิ่ม ประสบการณ์อื่น เป็นความรู้
นอกเหนือจากที่ได้รับมาจาก
การเอาเปรียบผู้อื่น ไม่ใช่ความสำเร็จที่แท้จริง
----- โทธีพงษ์ ลำซำ -----

จงเดินไปหาภูเขา อย่าให้ภูเขาเดินมา
หาเรา เพราะผมคิดว่า ปกติผู้บริหาร
ทั่วไปมักจะเรียกพนักงานมาประชุม
กับเรานั้นเหมือนเราย้ายพนักงานทั้ง
กองทัพมาหาเราแต่สำหรับผมผมจะ
เดินไปหาเขาผมบอกลูกน้องของผมว่า
เราต้องเดินไปหาลูกค้า อย่าให้ลูกค้ามา
หาเรา
----- พรเทพ พรประภา -----



ใบกิจกรรมที่ 5

“บันไดสู่ดวงดาว”

ชื่อ ชั้น..... เลขที่

การทำประโยชน์ให้แก่สังคม
.....
.....
.....

อาชีพในอนาคต
.....

การศึกษาที่คาดหวัง
.....

ความภาคภูมิใจในตนเอง
.....

คติพจน์ของตนเอง
.....

จำนวนพี่น้อง.....
อาชีพครอบครัว.....

วัน เดือน ปีเกิด
สถานที่เกิด

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 การพัฒนาตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม ทัศนศึกษาในชั้นเรียน

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

เมื่อต้องเติบโตและมีชีวิตอยู่ในสังคมที่กว้างขึ้นกว่าเดิม นักเรียนจะต้องปรับตนเองให้เหมาะสม เป็นที่ยอมรับของสังคม เพื่อจะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยพิจารณาว่าตนเองมีข้อดีหรือข้อบกพร่องอย่างไร เมื่อพบว่าตนเองมีข้อบกพร่อง ต้องรีบปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เป็นที่ชื่นชมและยอมรับของกลุ่มคนในสังคม

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนที่มีความพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการปฏิบัติตนให้เป็นคนที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสมให้ประสบความสำเร็จ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน
2. บอกผลที่จะเกิดขึ้นตามมาเมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม
3. บอกวิธีการปฏิบัติตนให้มีพฤติกรรมเหมาะสม

สาระการเรียนรู้

หลักการพัฒนาตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. ผู้วิจัยเปิดวิดีโอเพลงรักเมืองไทยให้นักเรียนทำกายบริหารอย่างง่าย
2. นักเรียนสะท้อนความคิดคนละ 1 ประโยค

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

1. นักเรียนนั่งเป็นแถว 4 แถว ทำสมาธิโดยการนั่งลงในท่าที่เลือกแล้วว่าสบายและมั่นคง เริ่มสงบใจ มุ่งความสนใจสำรวจไปให้ทั่วทีละส่วนของร่างกาย สังเกตดูว่ามีส่วนไหนตึงเครียดอยู่หรือเปล่า แล้วผ่อนคลายมันเสียนักเรียนอาจจะหลับตาลงหรือจะทอดสายตาดูหรือจะทอดสายตา

ไปยังจุดหนึ่งบนพื้นที่ห่างจากตัวออกไปประมาณ 1 เมตร เมื่อนักเรียนหายใจเข้าให้พูดในใจว่า “หนึ่ง” เมื่อหายใจออกให้พูดในใจว่า “สอง” แล้วทำซ้ำต่อไปเรื่อยๆ สังเกตติดตามลมหายใจไปเรื่อยๆ

2. ผู้วิจัยพูดคุยกับนักเรียนว่ารู้สึกอย่างไรหลังทำสมาธิ ให้บอกคนละ 1 ประโยค และพูดคุยกระตุ้นให้ทำบ่อยๆ

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

3. แบ่งนักเรียนเป็น 4 กลุ่ม นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง หลักการพัฒนาตนเอง เลื่อนนำเสนอหลักหลักปฏิบัติในการพัฒนาตนเองหน้าชั้น กลุ่มละ 1 วิธี

4. นักเรียนร่วมชมคลิปวิดีโอ เรื่อง “รณรงค์มารยาทในห้อง” “Fed Fe มารยาทในห้องเรียน” (ตอนละประมาณ 10 นาที)

5. นักเรียนทำใบกิจกรรม สัญญาใจในชั้นเรียน

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

6. รวมกลุ่มใหญ่ทั้งห้อง ให้นักเรียนเล่าความรู้สึก ข้อคิด จากการชมหนังสือ และกิจกรรม แล้วเชื่อมโยงกับตัวนักเรียนได้อย่างไร ตามความสมัครใจ

7. ผู้วิจัยให้นักเรียนพูดเสนอสัญญาใจในชั้นเรียน อย่างน้อย 1 ข้อ

8. นักเรียนพูดสะท้อนคิดสิ่งที่ได้เรียนรู้ในวันนี้และเขียนสะท้อนคิดจากกิจกรรม

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

9. ให้แต่ละคนเสนอแนวคิดที่ได้รับจากกิจกรรมครั้งนี้จากสัญญาใจของตนเอง และการปฏิบัติตนในชั้นเรียนให้ถูกต้องเหมาะสมต่อไป

10. นักเรียนบันทึกข้อคิดหรือสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมลงในสมุดบันทึกประสบการณ์

11. ผู้วิจัยตรวจสอบสมุดบันทึกประสบการณ์

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อนความคิด	-หนังสือ รณรงค์มารยาทในห้องเรียน -ใบกิจกรรม สัญญาใจ	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	-สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือ เรื่อง ธรณรงค์มารยาทในห้องเรียน (ดาวน์โหลดจาก Youtube)
2. หนังสือ เรื่อง Fed'Fe มารยาทในห้องเรียน(ดาวน์โหลดจาก Youtube)
3. ใบกิจกรรมที่ 5 สัญญาใจในชั้นเรียน
4. ใบความรู้ เรื่อง หลักการพัฒนาตนเอง





เรื่อง หลักการพัฒนาตนเอง


การพัฒนาตนเองช่วยให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้ที่อยู่ร่วมกันในสังคม และส่งผลถึงผลดีต่อประเทศชาติได้ การพัฒนาตนเองควรรยึดหลักปฏิบัติดังนี้

1. ควบคุมตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลใช้วิธีการใดวิธีการหนึ่ง หรือหลายวิธีร่วมกัน เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองจากพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยบุคคลจะต้องสำรวจตนเองเสียก่อนว่าพฤติกรรมใดของตนเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เพื่อจะได้ควบคุมพฤติกรรมเหล่านั้นไม่ให้ปรากฏออกมา หรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเหล่านั้นให้ดีขึ้น

2. ทำสัญญากับตนเอง การทำสัญญากับตนเอง ช่วยให้เกิดพลังต่อการก้าวไปสู่ความสำเร็จ การทำสัญญากับตนเองอาจเขียนเป็นลายลักษณ์อักษร ระบุถึงขั้นตอนที่ดำเนินการ และเมื่อบรรลุเป้าหมายแล้วจะให้รางวัลกับตนเองอย่างไร และควรระบุเวลาของการเปลี่ยนแปลงตนเองด้วย

3. กำกับตนเอง เมื่อทราบพฤติกรรมใดของตนเป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ บุคคลจะต้องกำกับตนเองเพื่อไม่ให้แสดงพฤติกรรมเหล่านั้นออกมา และจะต้องกำกับตนเองซ้ำๆ จนกว่าจะได้มาตรฐานหรือเกิดเป็นกิจนิสัยที่ดี

4. การปรับปรุงตนเอง การปรับปรุงตนเองจะกระทำได้อำนาจนั้น บุคคลจะต้องรู้จักตนเอง และมีการวางแผนในการปรับปรุงตนเอง ระหว่างการดำเนินการอาจมีสิ่งยั่วยวนเข้ามาเป็นอุปสรรค ทำให้การปรับปรุงตนเองมีความยากขึ้นจนถึงล้มเลิกความตั้งใจในการเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองให้ดีขึ้น ดังนั้นบุคคลจึงต้องใช้ความพยายามอย่างเต็มที่ มุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองอย่างจริงจังตามที่ทำสัญญาไว้กับตนเอง


 ใบกิจกรรมที่ 5

สัญญาใจในชั้นเรียน

ชื่อ ชั้น เลขที่

นักเรียน จมจมองตนในลักษณะที่นักเรียนเป็น ทำอะไรในสิ่งที่นักเรียนอยากทำ แล้วเขียน
ในสิ่งที่คิดนั้นไว้ในช่องว่างต่อไปนี้

 1. ข้าพเจ้ามาเรียนหนังสือเพราะ.....

 2. ข้าพเจ้าขอให้สัญญาว่า ต่อไปนี้จะไม่ประพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ได้แก่

 3. ข้าพเจ้าคิดว่า ถ้ามีพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียนแล้ว จะทำให้เกิดผลดี ได้แก่

 4. วิธีการที่ข้าพเจ้าคิดว่าจะทำให้ตนเองมีพฤติกรรมที่ดีขึ้น ได้แก่

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปรัชญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 การพัฒนาตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม ข้ามเวลาหอนาคต

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จและมีความสุขในการประกอบอาชีพ จะต้องมีการวางแผนเพื่อพัฒนาตนเองและการศึกษาต่อเพื่อเข้าไปสู่อาชีพที่ตนเลือกไว้ ดังนั้นนักเรียนต้องรู้จักกำหนดเป้าหมายในการพัฒนาตนเองพร้อมฝึกฝนตนเองให้มีความรู้และทักษะเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ควรมีการประเมินตนเองจากการที่ได้ปฏิบัติตามวิธีการว่าเป็นอย่างไร อันจะบรรลุเป้าหมายที่แต่ละคนได้วางไว้

การที่คนเราจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้นั้นจะต้องรู้จักสร้างภาพความฝันของตนเองเพื่อเป็นเป้าหมายในชีวิต ซึ่งภาพความฝันนี้จะทำให้เรามีอำนาจ มีพลังที่จะดำเนินชีวิตไปตามทิศทางเป้าหมายที่ตนเองต้องการได้ โดยให้คิดเสมอว่าตนเองเป็นคนเก่ง มีความสามารถ และพยายามคิดถึงแต่ภาพที่ดี วาดภาพว่าตัวเองมีอำนาจ มีพลังพิเศษที่จะทำให้ตนได้ในสิ่งที่ต้องการ โดยแสวงหาแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเองจากบุคคลรอบข้างหรือจากบุคคลที่มีชื่อเสียงที่เรารู้จัก

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้ทบทวนตนเองและวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคตได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถแสวงหาแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเองได้

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนตั้งเป้าหมายชีวิตในอนาคต
2. นักเรียนเขียนบรรยายภาพความฝัน และแสวงหาแบบอย่างที่ดีของตนเองในอนาคต

สาระการเรียนรู้

1. สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้การกำหนดเป้าหมายชัดเจนและเป็นรูปธรรม
2. การแบ่งระดับเป้าหมาย
3. การกำหนดเป้าหมายที่ดี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. ให้นักเรียนนวดตัวเองเพื่อผ่อนคลายดังนี้

- วิธีการนวดแก้ปวดศีรษะ

- 1) คลึงขมับ โดยใช้นิ้วโป้งสองมือกดคลึงบริเวณแฉ่งไว้เล็กๆ บริเวณขมับ
- 2) นวดเหนือคิ้ว โดยใช้มือสองมือกดที่จุดกึ่งกลางระหว่างคิ้วทั้งสองข้าง ลากมือออกไปพร้อมออกแรงกดด้วย ไปทางหางคิ้ว ทำซ้ำกันหลายๆ ครั้ง
- 3) นวดหน้าผาก โดยใช้นิ้วมือแยกออกจากกันพอสมควร เริ่มจากหน้าผากกดและดันขึ้นไปทางไรผม ทำซ้ำหลายครั้ง
- 4) นวดกระหม่อม โดยใช้มือสองข้าง ใช้นิ้วมือแยกออกจากกันพอสมควรเริ่มนวดจากไรผม กดและดัน ขึ้นไปทางกระหม่อมเรื่อยลงไปจนถึงแอ่งใต้กระดูกท้ายทอยทำซ้ำหลายๆ ครั้ง

- วิธีการนวดปวดคอและไหล่

- 1) กดคลึงต้นคอ โดยประสานมือสองข้างเข้าด้วยกันบริเวณท้ายทอย แล้วใช้นิ้วมือสองข้างกดคลึงที่จุดบริเวณเป็นแอ่งบุ่มเล็กๆ ตรงด้านนอกของต้นคอต่ำกว่ากระดูกท้ายทอยเล็กน้อย ไล่ลงมาจากใต้ต้นผมจนถึงบริเวณระหว่างคอกับบ่า
- 2) ขยำคอด้านหลัง โดยใช้วิธีขยำบ่านวดคอด้านหลังบริเวณตั้งแต่ใต้ไรผมจนถึงบริเวณระหว่างคอกับบ่า
- 3) บีบและกดหัวไหล่ โดยใช้นิ้วกลางและนิ้วนางของมือกดและบีบบริเวณบ่าด้านตรงข้าม ทำสลับกันไป

2. นักเรียนบอกความรู้ที่เกิดขึ้นคนละ 1 ข้อ

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

3. นักเรียนนั่งเป็นแถว 5 แถว บอกให้นักเรียนเตรียมตัวเพื่อสมาธิดังนี้

- 3.1 เลือกทำนั่งในท่าใดท่าหนึ่งที่เหมาะสมมากที่สุด วางมือบนตักในท่าเป็นธรรมชาติมากที่สุด ให้ฝ่ามือหงายขึ้น ข้างขวาทับข้างซ้ายนิ้วหัวแม่มือแตะกันเบาๆ ไม่เกร็งมือและแขน
- 3.2 เตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับการฝึกสมาธิโดยมุ่งความสนใจ ไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกายทีละส่วนและผ่อนคลายไปเป็นลำดับ ดังนี้

- ขยับนิ้วเท้า หมุนเท้าไปมาเป็นวงกลมแล้วผ่อนคลายบริเวณนั้น
- สังเกตว่ามีความตึงบริเวณน่องหรือเปล่า แล้วผ่อนคลาย

- สังเกตความรู้สึกบริเวณบั้นเอว สะโพก กระดูกเชิงกราน และบริเวณต้นขา แล้ว
ผ่อนคลายให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

- สูดลมหายใจลึกๆ สองสามครั้ง หายใจเข้าและออกช้าๆ ผ่อนคลายมากขึ้นเรื่อยๆ

- กลืนน้ำลายสองสามครั้ง สังเกตว่ามีอาการเจ็บหรือเกร็งในลำคอหรือไม่ หมุน
ศีรษะช้าๆ เป็นวงกลมตามเข็มนาฬิกาและทวนเข็มนาฬิกาสองสามรอบ เพื่อให้กล้ามเนื้อที่คอคลาย
ออก

- เลื่อนความสนใจไปยังบริเวณศีรษะช้าๆ แล้วสำรวจดูว่าบริเวณไหนที่มีความตึง
เครียดอยู่บ้างไหม เช่น บริเวณส่วนบนของศีรษะ ขมับ รอบๆ ดวงตาหรือข้างในกระบอกตา

- บริเวณขากรรไกรสังเกตดูว่ากำลังกัดฟันหรือเม้มปากอยู่หรือเปล่า สังเกตบริเวณใบ
หูแล้วสำรวจรอบๆ บริเวณศีรษะทั้งหมดอีกครั้งให้แน่ใจว่าผ่อนคลายทุกส่วน

3.3 เริ่มฝึกสมาธิ

- เมื่อเริ่มมีความคิดมารบกวน ลองให้นักเรียนสังเกตดูเงียบๆ ปล่อยให้ได้สัมผัสกับ
ทุกอย่างที่เข้ามาในใจขณะนั้น ความรู้สึก เสียง กลิ่น อารมณ์ ความรู้สึกทางกายภาพจากอดีต ฯลฯ
ปล่อยให้ล่องลอยไปอย่างอิสระ อย่างบังคับ อย่าตัดสินว่าดี เลว หรือยึดติดกับอันใดอันหนึ่ง ให้
ความสนใจกับทุกอย่างเท่ากันหมด บอกตัวเองว่า “ฉันรู้สึกถึงเสียงต่างๆ ที่อยู่รอบๆ ตัวฉัน....
ขณะนี้”

- ให้นักเรียนสังเกตให้เห็นว่าใจของเราเป็นที่มาของความคิดต่างๆ และเราสามารถที่
จะเอาตัวถอยออกมาจากความคิดเหล่านั้น และสังเกตมันอย่างเป็นกลาง โดยไม่ตกอยู่ในอิทธิพล
ของมัน

- ให้นักเรียนบอกกับตัวเองว่า “ฉันรู้ถึงความคิดของตนเอง การรับรู้สภาพแวดล้อม
ร่างกาย และความรู้สึกของนั่นเองที่มีขณะนี้ ฉันมีชีวิตของตนเองและขณะนี้ฉันกำลังเผชิญกับมัน
อยู่

- ให้นักเรียนอยู่กับการรับความคิดและความรู้สึกต่างๆ ที่เป็นกลางอย่างนี้ไปอีก 10
นาที

3.4 ให้นักเรียนลองสำรวจทบทวนประสบการณ์นี้ดูว่า มักคิดถึงเรื่องอะไรมากที่สุด
ความคิดเรื่องอะไรที่เกิดขึ้น ความคิดเรื่องอะไรที่บ่งบอกว่านักเรียนเป็นคนอย่างไร อะไรที่นักเรียน
ทำได้หรือทำไม่ได้ อะไรที่นักเรียนควรทำไม่ควรทำ ฯลฯ พยายามระลึกไว้เสมอว่านักเรียนคือใคร

3.5 ผู้วิจัยพูดคุยกับนักเรียนว่า รู้สึกอย่างไรหลังทำสมาธิและกระตุ้นให้นักเรียนได้ฝึกใช้
การทำสมาธิเพื่อผ่อนคลายบ่อยๆ

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

4. นักเรียนทำกิจกรรมใช้เวลาหอนาคต มีขั้นตอนดังนี้

4.1 นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง เป้าหมายดี ชีวิตสำเร็จ

4.2 นักเรียนคูคลิปรายการชีวิตสดใส ตอนสู่เป้าหมายของชีวิต

4.3 ให้นักเรียนร่วมกันสรุปความรู้/ข้อคิดที่จากใบความรู้และคลิป หลังจากนั้นผู้วิจัย

อธิบายและให้ข้อเสนอแนะ

4.4 ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรม ใช้เวลาหอนาคตให้นักเรียนเขียนบรรยายภาพความฝันของตนเองในอีก 20 ปีข้างหน้า

4.5 ให้นักเรียนจับคู่กัน แล้วบรรยายแลกเปลี่ยนภาพความฝันกันให้เสร็จในเวลาที่กำหนด

4.6 ให้นักเรียนทบทวนตนเองกับภาพความฝันที่สร้างขึ้น พิจารณาการสร้างสรรค์ ตกแต่งอย่างไรบ้าง ที่เป็นการสะท้อนให้เห็นตัวตนปรากฏสู่ภายนอกได้อย่างไรสิ่งใด ตรงไหนที่สื่อถึงตัวตนของนักเรียนได้อย่างชัดเจน

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

5. กลับมานั่งกลุ่มใหญ่สะท้อนคิดแลกเปลี่ยนประสบการณ์ โดยเลือกตัวแทนนำเสนอภาพความฝันที่สร้างขึ้น แล้วให้เพื่อนๆ ลองบอกเล่าลักษณะของบทบาทหน้าที่ ที่ตนมองเห็นจากภาพความฝันของคนอื่นๆเขียนกันตามความสมัครใจในการพูด แล้วตนเองกลับมาใคร่ครวญถึงสิ่งที่เพื่อนพูดว่ามีผลอย่างไรต่อตนเอง แล้วส่งผลต่อผู้อื่นอย่างไร

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

6. ให้นักเรียนซักถาม ทบทวนตนเอง ใคร่ครวญ เชื่อมโยงนำไปใช้จริงได้อย่างไร

7. นักเรียนบันทึกสะท้อนคิดในสมุดบันทึกประสบการณ์ของตนเอง

8. ผู้วิจัยตรวจสมุดบันทึกประสบการณ์

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อนความคิด	- ใบกิจกรรมใช้เวลาหอนาคต	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	- สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. ใบความรู้ เรื่อง เป้าหมายดี ชีวิตสำเร็จ
2. ใบกิจกรรมที่ 6 ชั่วโมงมหานาค
3. กระดาษ/สี/ดินสอ/ยางลบ
4. คลิปวิดีโอ “รายการชีวิตสดใส ตอน คู่เป้าหมายของชีวิต” คำนัน์ โหลดจาก Youtube




 ใบความรู้

เรื่อง เป้าหมายดี ชีวิตสำเร็จ

การดำเนินชีวิตโดยปราศจากเป้าหมายที่ชัดเจนเปรียบเสมือนการขับรถท่ามกลางหมอกหนา ทึบไม่ว่ารถของเราจะมีประสิทธิภาพดีเพียงใดก็ตาม และแม้จะขับบนถนนที่เรียบที่สุด เราก็ยังต้องขับช้าๆ อย่างหวาดกลัว ส่วนการดำเนินชีวิตที่มีเป้าหมายชัดเจนนั้น เปรียบเสมือนการขับรถที่ปราศจากหมอกควันทามบดบังจึงสามารถเหยียบคันเร่งแห่งชีวิตให้ทะยานไปข้างหน้าเพื่อมุ่งไปสู่ความสำเร็จได้อย่างรวดเร็วและมั่นคง

เป้าหมายในชีวิต (Life Goals) หมายถึงสิ่งที่เราให้ความสำคัญ และปรารถนาจะให้เกิดขึ้นในอนาคตและเป็นแรงจูงใจให้คนเรามีพลังมุ่งไปสู่อนาคต

“ชีวิตเรา เราเป็นผู้เลือกที่จะลิขิตหรือเลือกเส้นทางในการดำเนินชีวิต” นั้นหมายความว่า เราต้องเริ่มต้นค้นหาว่าเราต้องการอะไร ต้องการมีอะไร กำลังมุ่งหน้าทำสิ่งใด และอยากเป็นอะไรในอนาคต เช่น บางคนอยากมีความสุข บางคนอยากประสบความสำเร็จในการทำงาน บางคนอยากมีบ้านเล็กของตนเอง เมื่อเราตระหนักรู้แล้วว่าเป้าหมายสิ่งที่เราต้องการนั้นคืออะไร เราควรสำรวจว่าสิ่งที่ทำให้เป้าหมายหรือฝันของเราเป็นจริงได้คืออะไร เราควรสำรวจว่าสิ่งที่ทำให้เป้าหมายหรือฝันของเราเป็นจริงได้คืออะไร เช่น อยากมีความสุขแล้วความสุขจะเกิดขึ้นได้จากอะไร และอะไรเป็นตัวสนับสนุนให้ไปถึงเป้าหมายนั้น เป็นต้น

การมีเป้าหมายในชีวิตจะช่วยให้คนเราใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย มีความหวัง และมีทิศทาง โดยเราจะแบ่งเป้าหมายออกเป็น 3 ระดับ คือ

1. เป้าหมายระยะสั้น เป็นเป้าหมายที่มีระยะเวลาไม่นานนัก อาจเป็นแค่ 1 วันหรือ 1 สัปดาห์ และเป็นเป้าหมายที่ทำได้ง่าย
2. เป้าหมายระยะกลาง เป็นเป้าหมายที่มีช่วงเวลา 1-3 ปีข้างหน้า และต้องกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจ
3. เป้าหมายระยะยาว เป็นเป้าหมายที่มีช่วงเวลา 3-5 ปีข้างหน้า ผู้ที่ประสบความสำเร็จมักมีเป้าหมายระยะยาว แม้ว่าบางครั้งอาจไม่ประสบความสำเร็จก็ตาม แต่ถ้าไม่มีการวางเป้าหมายโอกาสที่จะประสบความสำเร็จจะเป็นไปไม่ได้เลย


 ใบความรู้

เรื่อง เป้าหมายดี ชีวิตสำเร็จ

ตั้งเป้าหมายอย่างไรให้ได้ผล

ถามตัวเองว่า เราสนใจในการเรียนและอาชีพอะไรบ้าง และลงมือกระทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้โดย

1. มีการเขียนหรือบันทึกเป้าหมายของเราให้ชัดเจน ไม่กว้างหรือเลื่อนลอยเกินไป เช่น อาจทำเป็นตาราง แผนผังไว้
2. เป็นเป้าหมายที่เราทำได้จริง ไม่ง่ายหรือยากจนเกินไป
3. เป้าหมายที่มีความท้าทาย อาจต้องใช้ความสามารถและความพยายามอย่างมาก
4. อย่าตั้งเป้าหมายที่มีระยะสั้นหรือยาวเกินไป เพราะมันจะทำให้เราหมดความสนใจ
5. ควรทบทวนเป้าหมายของเราบ่อยๆ และทบทวนผลลัพธ์ที่ได้
6. จินตนาการตัวเองว่าได้รับในสิ่งที่เราตั้งเป้าหมายเอาไว้
7. เป็นเป้าหมายที่มีประโยชน์ต่อเราในด้านการเรียนหรืออาชีพ
8. หาข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ให้มากที่สุด

ชื่อ.....
ชั้น.....เลขที่.....

ใบกิจกรรมที่ 6

ข้ามเวลาหาอนาคต

1. ให้นักเรียนบรรยายภาพความฝันของตนเองในอีก 20 ปีข้างหน้า เขียนอธิบายลงในภาพที่กำหนดให้

ครอบครัว	อาชีพ
วิถีชีวิต ความเป็นอยู่	ฐานะทางการเงิน ทรัพย์สิน

2. ให้นักเรียนวาดภาพในกรอบที่กำหนดเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ต่อไปนี้
- รูปของฉันในอีก 20 ปีข้างหน้าที่บ้าน มีรูปบ้าน พ่อแม่ พี่น้อง และสิ่งของที่คิดว่าจำเป็นต้องใช้ในชีวิตประจำวัน

- รูปของฉันในอีก 20 ปีข้างหน้าที่ทำงาน มีรูปสถานที่ทำงาน เพื่อนร่วมงาน ลักษณะหน้าที่
การทำงานในอาชีพของตน



กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 8 การพัฒนาตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม วินัยดี ชีวิตมีสุข

เวลา 2 ชั่วโมง

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

หลังจากที่เราได้สร้างวินัยให้กับตนเองแล้ว เมื่อผู้เรียนต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ก็ควรสร้างวินัยด้านการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยเช่นกัน เพื่อก่อให้เกิดความสงบในสังคม และทำให้คนในสังคมนั้นมีความสุขด้วย

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของหน้าที่ การปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัยและข้อกำหนด
2. เพื่อฝึกให้นักเรียนปฏิบัติตามข้อตกลง กฎกติกา ระเบียบ ของกลุ่มได้ด้วยตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนปรับตัวและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนยกตัวอย่างการสร้างวินัยด้านครอบครัว ด้านการอยู่ร่วมกันในห้องเรียน และด้านการอยู่ร่วมกันในกลุ่มเพื่อน
2. นักเรียนบอกความสำคัญของการปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัยและข้อกำหนด
3. นักเรียนบอกผลที่จะเกิดขึ้นเมื่อ ไม่ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัย

สาระการเรียนรู้

1. ระเบียบวินัย
2. การสร้างวินัยให้ตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. สร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังกายและจิตด้วยการฝึกไปแก้พื้นฐาน ให้รับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมด้วย

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

1. นักเรียนนั่งเป็นวงกลมใหญ่ ทำสมาธิโดยการนับนิ้วมือตนเอง (ใช้ปลายนิ้วมือทั้งสองข้างแตะกันเป็นคู่ๆ เรียงจากหัวแม่มือ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง และนิ้วก้อย วนขึ้นมาใหม่ ไปเรื่อยๆ) ประมาณ 5 นาที แล้วสนทนาถึงความรู้สึกขณะที่ทำการนับนิ้วมือ ว่ารู้สึกอย่างไร ผลการนับเป็นอย่างไร มีปัญหา อุปสรรคในการนับอย่างไรบ้าง

2. ใช้กิจกรรม “ปรบมือฝึกสติ” โดยจะช่วยกันนับ 1-100 ให้ได้ โดยเริ่มจากผู้วิจัยไปทางขวามือ แต่มีกติกาว่า คนที่นับเลข 3 และ 7 อยู่ด้วยนั้น ห้ามพูด ใช้การปรบมือ ถ้ามีคนที่นั่งนับผิด ต้องเริ่มนับ 1 ใหม่ จนกว่าจะได้ 100 หรือหมดเวลา

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

3. นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง ระเบียบวินัย และ การสร้างวินัยให้ตนเอง
4. ให้นักเรียนดูหนังสือ เรื่อง “เหตุเกิดในห้องเรียน” และ “เด็กหลังห้อง”
5. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิด/พฤติกรรมที่ได้ดูจากหนังสือว่า พฤติกรรมใดควรทำและไม่ควรทำ
6. ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรม วินัยดี ชีวิตมีสุข จากนั้นให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มจับฉลากเพื่อร่วมกันแสดงความคิดเห็นและนำเสนอในเรื่องต่อไปนี้

- 1) วินัยในครอบครัว
- 2) วินัยในห้องเรียน
- 3) วินัยในกลุ่มเพื่อน

7. แต่ละกลุ่มผลัดกันออกมานำเสนอหน้าห้องเรียน
8. นักเรียนบันทึกวินัยด้านต่างๆ ลงในใบกิจกรรม วินัยดี ชีวิตมีสุข

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

9. นักเรียนกลับเข้าสู่กลุ่มใหญ่อีกครั้ง ร่วมแสดงความคิดเห็น สะท้อนความคิดต่อสิ่งที่ได้รับรู้ เรียนรู้จากการร่วมทำกิจกรรมของแต่ละคนและเชื่อมโยงเข้าหาวินัยของตนเอง ซึ่งการมีวินัยจะเป็นการควบคุมความประพฤติให้ถูกต้องและเหมาะสม ปฏิบัติตามข้อตกลง ข้อบังคับ ระเบียบ แบบแผน และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม

10. นักเรียนทำใบกิจกรรม โอกาสที่ได้ระบายความรู้สึก

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

11. ร่วมกันสรุปกิจกรรม ข้อคิด แนวปฏิบัติที่ได้จากการสนทนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากเพื่อน และจากการแสดงบทบาทสมมุติ นักเรียนสรุปจากกิจกรรมในครั้งนี้ได้เรียนรู้เรื่องใดบ้าง อย่างใคร่ครวญและเขียนลงในสมุดบันทึกประสบการณ์

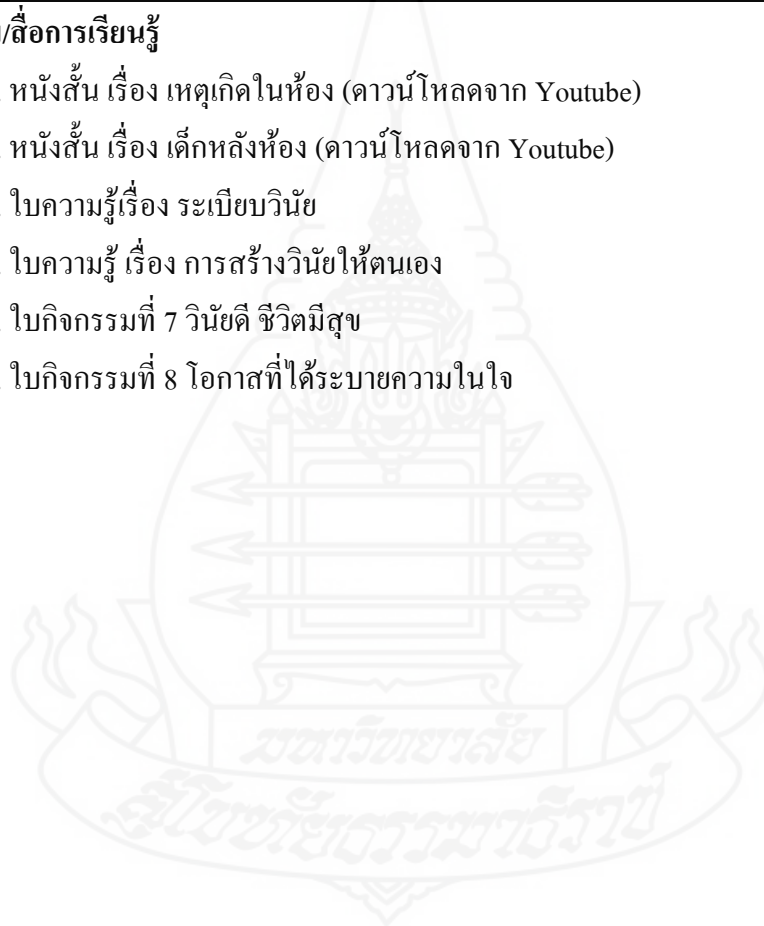
12. ผู้วิจัยตรวจสอบบันทึกประสบการณ์

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
สังเกตจากการสะท้อน ความคิด	- ใบกิจกรรมวินัยดี ชีวิตมีสุข - ใบกิจกรรมโอกาสที่ได้ ระบายความในใจ	นักเรียนสามารถบอกสะท้อนถึง ความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	- สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. หนังสือ เรื่อง เหตุเกิดในห้อง (ดาวน์โหลดจาก Youtube)
2. หนังสือ เรื่อง เด็กหลังห้อง (ดาวน์โหลดจาก Youtube)
3. ใบความรู้เรื่อง ระเบียบวินัย
4. ใบความรู้ เรื่อง การสร้างวินัยให้ตนเอง
5. ใบกิจกรรมที่ 7 วินัยดี ชีวิตมีสุข
6. ใบกิจกรรมที่ 8 โอกาสที่ได้ระบายความในใจ





เรื่อง ระเบียบวินัย

ความมีระเบียบวินัย หมายถึง การควบคุมความประพฤติให้ถูกต้องและเหมาะสม ปฏิบัติตามข้อตกลง ข้อบังคับ ระเบียบ แบบแผน และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม

การสร้างวินัย คือการสร้างระเบียบสำหรับปฏิบัติเพื่อให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายได้ง่ายขึ้น การสร้างวินัยต้องเริ่มที่ตนเองก่อนเป็นอันดับแรก หากเราเป็นผู้ที่มีวินัยชีวิตย่อมมีระเบียบ และสามารถไปถึงจุดหมายปลายทางของชีวิตที่มุ่งหวังไว้ ดังนั้นจึงต้องรู้จักสร้างวินัยให้ตัวเองในด้านของการดำเนินชีวิตทุกๆ ไป เพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบ เช่น การสร้างวินัยด้านการเรียน การมีวินัยต่อการปฏิบัติตนในโรงเรียน เป็นต้น

กฎและระเบียบวินัย คือ การปฏิบัติตามระเบียบของโรงเรียน ทำให้การอยู่ร่วมกันของคนหมู่มากเป็นไปด้วยความเรียบร้อย สมาชิกในสังคมต้องยอมรับกฎระเบียบที่ตั้งขึ้น เพื่อความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เพื่อความเป็นระเบียบ พร้อมเพรียง และเพื่อความสามัคคี

กฎระเบียบเป็นสิ่งจำเป็น ช่วยทำให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่จะช่วยทำให้การเรียนการสอนมีคุณภาพ ถ้าต้องการให้เกิดการเรียนการสอน ควรใช้กฎระเบียบและวิธีปฏิบัติเป็นเครื่องนำทาง และควบคุมพฤติกรรมของนักเรียนในชั้นเรียน การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการสร้างกฎระเบียบและวิธีปฏิบัติเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง



การสร้างวินัยให้ตนเอง

การสร้างวินัย เป็นการจัดสรรโอกาสเพื่อให้ชีวิตมีความเป็นระเบียบมากขึ้น ทำให้การดำเนินชีวิต หรือมีความคล่องตัวมากขึ้น ตัวอย่างที่สามารถมองเห็นได้ง่ายๆ เกี่ยวกับเรื่องของการสร้างวินัย เช่น ในบ้านมีสิ่งของวางอยู่มากมาย หากมีการสร้างวินัยจัดให้สิ่งของเหล่านั้นอยู่ในที่ควรอยู่ เป็นหมวดหมู่ เมื่อถึงเวลาจะหยิบใช้ก็สามารถหยิบได้อย่างสะดวก รวดเร็ว ทันเวลา นอกจากนี้แล้วการสร้างวินัยให้ของอยู่เป็นที่ เป็นทาง ยังสร้างความสะดวกในการเดินภายในบ้าน ไม่มีสิ่งใดมากีดขวางในทางตรงกันข้ามหากไม่มีการจัดวินัย ให้สิ่งของเหล่านั้น นอกจากหาไม่พบเมื่อเวลาจะหยิบใช้แล้ว สิ่งของนั้นอาจเป็นสิ่งกีดขวาง รกรุงรังเวลาเดินผ่านอาจสะดุด ลื่นหกล้ม ทำให้เกิดอุบัติเหตุหรือทำให้สิ่งของเหล่านั้นเสียหายได้

การมีวินัยในสังคมเป็นเรื่องสำคัญ หากสังคมไม่มีการจัดวินัยไว้ สังคมจะมีแต่ความวุ่นวาย มีโจร มีขโมย ออกมาทำร้ายผู้คน ผู้คนไม่กล้าออกจากบ้าน เพราะเกรงอันตราย จึงกล่าวได้ว่าวินัยช่วยทำให้เกิดระบบและระเบียบในชีวิตและสังคมมากขึ้น ทำให้เกิดความคล่องตัว สามารถบรรลุผลตามที่ตั้งไว้ได้ง่ายขึ้น

ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า **การสร้างวินัย** คือ การสร้างระเบียบสำหรับปฏิบัติเพื่อให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายได้ง่ายขึ้น เช่น หากต้องการประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพจะต้องสร้างระเบียบปฏิบัติให้กับตนเองก่อน เช่น จะต้องเป็นคนขยัน จะต้องเป็นคนซื่อสัตย์ จากนั้นจึงพิจารณาอีกครั้งว่าการเป็นคนขยันจะต้องปฏิบัติอย่างไร หรือการเป็นคนซื่อสัตย์จะต้องปฏิบัติอย่างไรบ้าง

การสร้างวินัยต้องเริ่มที่ตนเองก่อนเป็นอันดับแรก หากเราเป็นผู้มีวินัย ชีวิตย่อมมีระเบียบ และสามารถไปถึงจุดหมายปลายทางของชีวิตที่มุ่งหวังไว้ ดังนั้นจึงต้องรู้จักสร้างวินัยให้ตัวเอง ในด้านของการดำเนินชีวิตทุกๆ ไป เพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบ เช่น การสร้างวินัยด้านการเรียน การมีวินัยต่อการปฏิบัติตนในโรงเรียน การมีวินัยในชั้นเรียน การมีวินัยด้านการปฏิบัติตนต่อคนในครอบครัว เป็นต้น

ชื่อ.....	
ชั้น.....	เลขที่.....

ใบกิจกรรมที่ 7

วินัยดี ชีวิตมีสุข

วินัยในครอบครัว มีดังนี้

.....

.....

.....

วินัยในห้องเรียน มีดังนี้

.....

.....

.....

วินัยในกลุ่มเพื่อน มีดังนี้

.....

.....

.....

ยกตัวอย่างวินัยที่นักเรียนสามารถทำได้

.....

.....

.....

.....

ชื่อ
ชั้น เลขที่

ใบกิจกรรมที่ 8

โอกาสที่ไ้ระบายความในใจ

ให้นักเรียนเขียนข้อความระบายความรู้สึกที่ตนเองได้แสดงพฤติกรรมที่เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองในชั้นเรียน และผลของพฤติกรรมนั้นส่งผลกระทบต่อบุคคลหรือสิ่งอื่นอย่างไรบ้าง

1. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรที่ตนเองได้แสดงพฤติกรรมที่เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

2. การแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ของนักเรียนเกิดผลอย่างไร

3. จากการสำรวจตนเอง ข้าพเจ้า เคย ไม่เคย ปฏิบัติตนผิดกฎ ระเบียบข้อบังคับของห้องเรียน โรงเรียน อย่างไรบ้าง ถ้าเคยได้ปฏิบัติผิดระเบียบ ข้อบังคับ เป็นประจําานานๆ ครั้ง

4. พฤติกรรมที่ข้าพเจ้าเคยปฏิบัติผิดกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ ได้แก่

.....

.....

.....

5. ผลที่ข้าพเจ้าได้รับจากการปฏิบัติผิดกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ ได้แก่

.....

.....

.....



กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีการศึกษา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 9 การปัจฉิมนิเทศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม สายธารแห่งชีวิต

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 3. ผู้เรียน รู้และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงของสังคมสามารถปรับตัวได้อย่าง

สาระสำคัญ

มนุษย์จำเป็นต้องใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคม ทำให้ต้องมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันในด้านต่างๆ เมื่อเติบโตขึ้นต้องศึกษาเล่าเรียนใน โรงเรียน ได้พบกับเพื่อนร่วมชั้นเรียน พบกับผู้วิจัย และบุคคลอื่นๆ อีกมากมาย หลังจากจบการศึกษา นักเรียนจะต้องเข้าทำงานในองค์กร สถาบันต่างๆ จะได้พบกับอีกสังคมหนึ่งที่ประกอบด้วยเพื่อนร่วมงาน ผู้บังคับบัญชา และบุคคลอื่นๆ ดังนั้นจะเห็นว่ามนุษย์ต้องอยู่ร่วมกันในสังคมตลอดเวลา การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา จึงจำเป็นต้องเรียนรู้วิธีการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยการรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ให้เกียรติกัน มีความเอื้ออาทรห่วงใยกัน ก็จะทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมมีความหมายและเกิดประโยชน์สุขร่วมกัน

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้ นักเรียนเป็นผู้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายแนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขได้
2. นักเรียนมีทักษะในการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
3. ให้นักเรียนใคร่ครวญเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองในชั้นเรียน

เหมาะสมของตนเองในชั้นเรียน

สาระการเรียนรู้

การอยู่ร่วมกับผู้อื่น

1. แนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
2. วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
3. การใคร่ครวญถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาที่ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของตนเอง

เหมาะสมในชั้นเรียนของตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นการตระหนักรู้ (Awareness=A)

1. สร้างมณฑลแห่งการตื่นรู้ด้วยการออกกำลังกายตื่นรำจิตตปัญญา ตามตีวีดี รับรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเองในขณะที่ปฏิบัติกิจกรรมด้วย

ขั้นการฝึกสติ-สมาธิ (Meditation=M)

2. นักเรียนนั่งเป็นวงกลมใหญ่ ผู้วิจัยเปิดคลิปเพลง สรัทธาของโรงเรียนหนองหินวิทยาคม แล้วให้นักเรียนทำสมาธิจากเพลงที่ฟังอย่างตั้งใจ ประมาณ 5 นาที

3. สนทนาถึงความรู้สึกที่นักเรียนสัมผัสได้จากเพลงสรัทธา แล้วเชื่อมโยงไปถึงการทำแผนพัฒนาตนเองของนักเรียนในครั้งก่อน ว่านักเรียนได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของนักเรียน หรือไม่อย่างไรเกิดเหตุการณ์ใดขึ้นบ้าง ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมอยู่นอกวงกลมอย่างเงียบๆ

ขั้นการคิดอย่างใคร่ครวญ (Contemplation=C)

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนชมคลิปรายการ Thailand's Got Talent ตอน สมศักดิ์ เหมรัญ แล้วร่วมกันแสดงความรู้สึกของตนเอง

5. นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง แนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และวิถีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข แล้วร่วมกันสรุป

6. ให้นักเรียนทำกิจกรรมสายธารชีวิต มีขั้นตอนดังนี้

6.1 ผู้วิจัยชี้แจงกิจกรรมให้นักเรียน นั่งในท่าที่สบาย ผ่อนคลาย หลับตาลง ฝึาคูความคิดจิตใจของตนเอง ณ ปัจจุบัน ปล่อยใจให้ว่าง พร้อมทั้งจะบอกเล่าเรื่องราวความรู้สึกนึกคิดของตัวเอง ออกมาโดยไม่ต้องสั่ง เพียงแต่ใคร่ครวญ ตั้งคำถามย้อนไปมองชีวิตที่ผ่านมา ว่ามีเรื่องใด สิ่งใดที่มีอิทธิพลต่อชีวิตเรา ทั้งในทางที่ดีและในทางที่เจ็บปวด แล้วถ่ายทอดความรู้สึกเหล่านั้นเป็นภาพวาด หรือเขียนเล่าเรื่องราวขึ้น

6.2 ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 คน เล่าเรื่องสายธารชีวิตจากภาพวาดหรือเรื่องที่เขียนของแต่ละคนให้เพื่อนๆ ในกลุ่มฟังอย่างเปิดใจและเคารพกันทั้งผู้พูดและผู้ฟัง โดยการไม่นำเรื่องราวทั้งหมดออกไปพูดต่อที่อื่นอีก

6.3 จากนั้นให้นักเรียนอยู่กับตนเอง ทบทวนใคร่ครวญเรื่องที่ได้พูด ได้ฟัง สังเกตความไว้วางใจจากเพื่อนๆ และสำรวจผลกระทบที่เกิดขึ้นในตัวเราจากการฟังเรื่องราวของเพื่อนและการเล่าเรื่องราวของตนเอง เป็นการเปิดโอกาสให้มองเรื่องเก่าในมุมมองใหม่

6.4 เปิดโอกาสให้นักเรียนทบทวนตนเองอีกครั้งจากการฟังเพื่อนพูดและซักถามในกลุ่ม

ขั้นการสะท้อนความคิด/รู้สึก (Reflection=R)

7. ให้นักเรียนเล่าถึงการศึกษาในอนาคตของตนเองว่ามีความสนใจ ชอบที่จะศึกษาด้านใด และจะมีวิธีการในการศึกษาอย่างไร ต้องการความช่วยเหลือด้านใด อย่างไรบ้าง

ขั้นการประยุกต์ใช้ (Application=A)

8. ผู้วิจัยสรุปภาพรวมกิจกรรมทั้งหมด การใคร่ครวญ คิดตรึกตรองเป็นการทบทวนตนเอง ทำให้เราทราบว่าการเปลี่ยนแปลงอย่างไรในแต่ละวัน เราใช้เวลาอย่างไร เกิดประโยชน์หรือไม่อย่างไร รู้ข้อบกพร่องเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงตนเอง นักเรียนร่วมกันสรุปผลที่เกิดขึ้นกับตนเอง อย่างไรและส่งผลต่อคนอื่น ๆ อย่างไร

9. นักเรียนเขียนสะท้อนคิดจากกิจกรรมสุดท้ายและเชื่อมโยงกิจกรรม กับประสบการณ์ ชีวิตของนักเรียน แล้วทบทวน อย่างลึกซึ้งว่าตนเองได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างไรบ้าง

10. ผู้วิจัยกล่าวขบใจนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือและตั้งใจเข้าร่วมกิจกรรม และปิดกิจกรรมหลังจากนั้นนัดหมาย วัน เวลา ให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนอีกครั้ง (ชุดเดียวกับที่ทำในครั้งแรก)

การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์การประเมิน
- สังเกตจากการสะท้อนความคิด ความรู้สึก - ตรวจสอบกิจกรรมสายธารชีวิต	- คลิปเพลง “ศรัทธา” ของโรงเรียนหนองหินวิทยาคม3--คลิปวีดีโอรายการ Thailand’s Got Talent ตอน สมศักดิ์ เหมรัมย์ - ใบความรู้เรื่อง แนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข - ใบความรู้ เรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข - ใบกิจกรรมที่ 9 กิจกรรมสายธารชีวิต	- เขียนสามารถบอกสะท้อนถึงความคิด ความรู้สึกที่ได้รับจริงๆ จากกิจกรรมในครั้งนี้ - เขียนตอบคำถามในใบกิจกรรมได้
ตรวจจากการเขียนบันทึก	-สมุดบันทึกประสบการณ์	นักเรียนสามารถสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ของตนเอง

นวัตกรรม/สื่อการเรียนรู้

1. เพลงจิตตปัญญา
2. คลิปเพลง “ศรัทธา” ของโรงเรียนหนองหินวิทยาคม
3. คลิปวีดีโอรายการ Thailand's Got Talent ตอน สมศักดิ์ เหมรัมย์
4. ใบความรู้เรื่อง แนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
5. ใบความรู้ เรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
6. ใบกิจกรรมที่ 9 สายธารแห่งชีวิต





เรื่อง แนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

เมื่อเราเข้าใจถึงพฤติกรรมมนุษย์ ก็จะเข้าใจถึงพฤติกรรมที่แต่ละคนแสดงออกทั้งโดยส่วนตัวและขณะอยู่ในกลุ่ม ซึ่งในชีวิตประจำวันจะต้องการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และต้องพยายามทำความเข้าใจพฤติกรรมที่เกิดขึ้นระหว่างกัน

วิธีการที่ทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีดังนี้

1. การยอมรับในความแตกต่างของมนุษย์ ทุกคนย่อมมีเอกลักษณ์ของตนเอง และมีความแตกต่างกันทั้งสถานภาพ ภูมิหลัง ค่านิยม และการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว หากทุกคนยอมรับหลักการข้อนี้ได้ จะทำให้การคาดหวังให้ผู้อื่นเป็นอย่างที่ต้องการมีน้อยลง

2. การยอมรับในความสามารถของผู้อื่น ทุกคนพยายามพัฒนาตนเองให้มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นเสมอ แต่บางครั้งขาดโอกาส ความรู้ และแรงกระตุ้น ดังนั้นถ้ามีการให้โอกาสกันให้ทุกคนแสดงความคิดเห็น กระตุ้นให้ทุกคนเกิดการเรียนรู้ ก็จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อกลุ่มเป็นอย่างมาก

3. การยอมรับในศักดิ์ศรีและความเท่าเทียมของคน ทุกคนมีความภาคภูมิใจในตนเองเป็นพื้นฐาน หากต้องการเปลี่ยนแปลงความคิดหรือการกระทำใดๆ จะต้องเริ่มขึ้นจากความต้องการของคนนั้นเป็นสำคัญ โดยจะต้องตระหนักและเกิดการตัดสินใจด้วยตนเอง หากต้องการให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ควรเริ่มต้นจากการยอมรับในศักดิ์ศรี ไม่ใช่คำพูดหรือแสดงกิริยาในอันที่จะลดคุณค่าหรือศักดิ์ศรีของผู้อื่น



เรื่อง วิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องอาศัยความมีน้ำใจไมตรีที่ดีต่อกัน ดังนั้นบุคคลจะต้องสร้างความมีน้ำใจให้แก่สังคม ซึ่งสามารถปฏิบัติได้ดังนี้

1. รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา การแสดงออกแต่ละครั้งควรคำนึงจิตใจของผู้อื่น หากแสดงต่อผู้อื่นเหมือนกับที่ต้องการให้ผู้อื่นแสดงต่อตนเอง ก็จะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งรู้สึกเป็นสุข รวมถึงทำดีโดยไม่หวังผลตอบแทน ไม่ว่าจะความดีนั้นจะเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อยหรือเรื่องใหญ่ก็ตาม

2. ควรเป็นผู้ให้มากกว่าผู้รับ โดยไม่หวังว่าผู้อื่นจะต้องให้ตนเองอยู่เสมอ

3. ควรแสดงน้ำใจกับคนรอบข้าง เช่น หากมีโอกาสได้ไปเที่ยวในที่ต่างๆ นักเรียนอาจมีของเล็กๆ น้อยๆ มาฝากเพื่อนหรือคนที่รู้จัก เพื่อแสดงถึงความมีน้ำใจไมตรีต่อกัน หรือช่วยกันทำงานและแสดงความคิดเห็นเล็กๆ น้อยๆ ก็ถือว่าเป็นผู้มีน้ำใจ

4. ควรเสียสละกำลังกาย กำลังทรัพย์ สติปัญญา ให้แก่ผู้ที่กำลังเดือดร้อน เช่น บริจาคทรัพย์และสิ่งของแก่เด็กกำพร้า คนชรา คนยากจน ผู้ประสบอุทกภัย อัคคีภัย ด้วยความเต็มใจเท่าที่จะสามารถกระทำได้ และโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน

5. ควรมีนิสัยเอื้อเฟื้อเกื้อกูลต่อเพื่อน ซึ่งอาจเป็นเพื่อนร่วมชั้นเรียน หรือเพื่อนบ้าน เช่น การให้ความร่วมมือกับแผนการจัดกิจกรรมที่เพื่อนจัดขึ้น หากคนรอบข้างเห็นว่าเราเป็นผู้ที่มีน้ำใจ ก็จะสามารถเชื่อมไมตรีจิตต่อกันได้

6. ควรให้ความรักแก่คนอื่นๆ หรือให้ความร่วมมือเมื่อเขาต้องการความช่วยเหลือ

ชื่อ.....

ชั้น.....

เลขที่.....

ใบกิจกรรมที่ 9

ให้นักเรียนใคร่ครวญถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาที่ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของตนเอง ตั้งคำถามย้อนไปมองชีวิตที่ผ่านมา ว่ามีเรื่องใด สิ่งใดที่มีอิทธิพลต่อชีวิตเรา ทั้งในทางที่ดีและในทางที่เจ็บปวด แล้วถ่ายทอดความรู้สึกเหล่านั้นเป็นภาพวาดหรือเขียนเล่าเรื่องราวนั้น

1. เหตุการณ์หรือเรื่องใดที่ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมของตนเองในชั้นเรียนทั้งในทางที่ดีและในทางที่เจ็บปวด (ให้นักเรียนวาดภาพหรือเขียนเล่าเรื่องราวนั้น)

2. ให้นักเรียนเขียนแผนการศึกษาในอนาคตของตนเองว่า

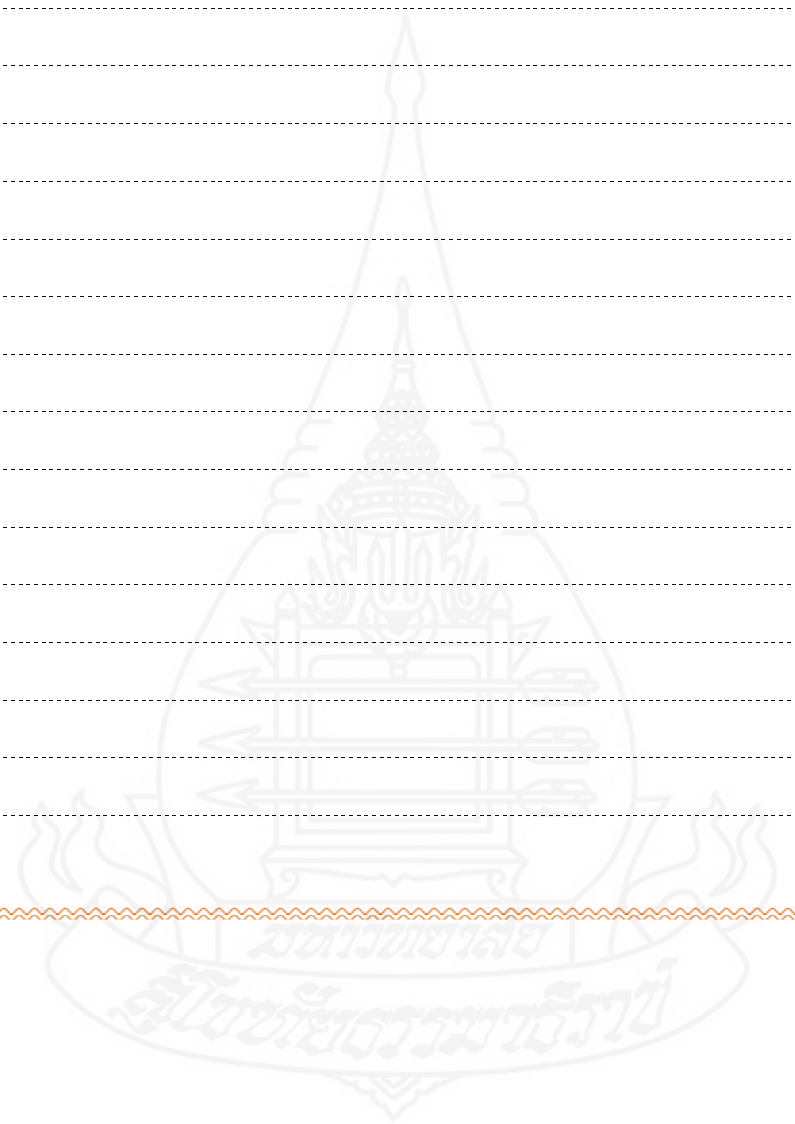
- ความสนใจด้าน.....

- ชอบที่จะศึกษาด้าน.....

- และจะมีวิธีการในการศึกษาดังนี้.....

- ต้องการความช่วยเหลือด้านใด อย่างไรบ้าง

3. ถ้านักเรียนได้เข้าไปทำงานในองค์กรหรือหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งแล้ว นักเรียนจะมีวิธีการ/ปฏิบัติอย่างไรที่ทำให้ตนเองอยู่ร่วมกับเพื่อนร่วมงานอย่างมีความสุข



The writing area consists of horizontal dashed lines for text entry. The watermark is a light gray outline of the Rajabhat Buriram logo, which includes a traditional Thai spire (prang) and a banner with the university's name in Thai script: 'มหาวิทยาลัยราชภัฏบรีรัมย์' and 'มหาวิทยาลัย'.

กิจกรรมแนะแนวปกติ
แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 การปฐมนิเทศ

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม การปฐมนิเทศ

เวลา 50 นาที

สาระสำคัญ

การปฐมนิเทศเป็นการสร้างความรู้จักคุ้นเคยกันระหว่างผู้วิจัยผู้สอนและนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับทราบ และทำความเข้าใจเกี่ยวกับจุดประสงค์ในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตปัญญาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน โนนศิลาวิทยาคม ได้เข้าใจถึงบทบาทหน้าที่วัตถุประสงค์ และทราบถึงวัน เวลา สถานที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งต่อไป

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนว วัตถุประสงค์ ขั้นตอน บทบาทและหน้าที่และข้อตกลงเบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

จุดประสงค์การเรียนรู้

เพื่อสร้างความคุ้นเคย ระหว่างผู้วิจัยกับนักเรียน และเตรียมความพร้อม บอกรัฐประสงค์ บทบาทและข้อตกลงเบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมและปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

สาระการเรียนรู้

วัตถุประสงค์ บทบาทและข้อตกลงเบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

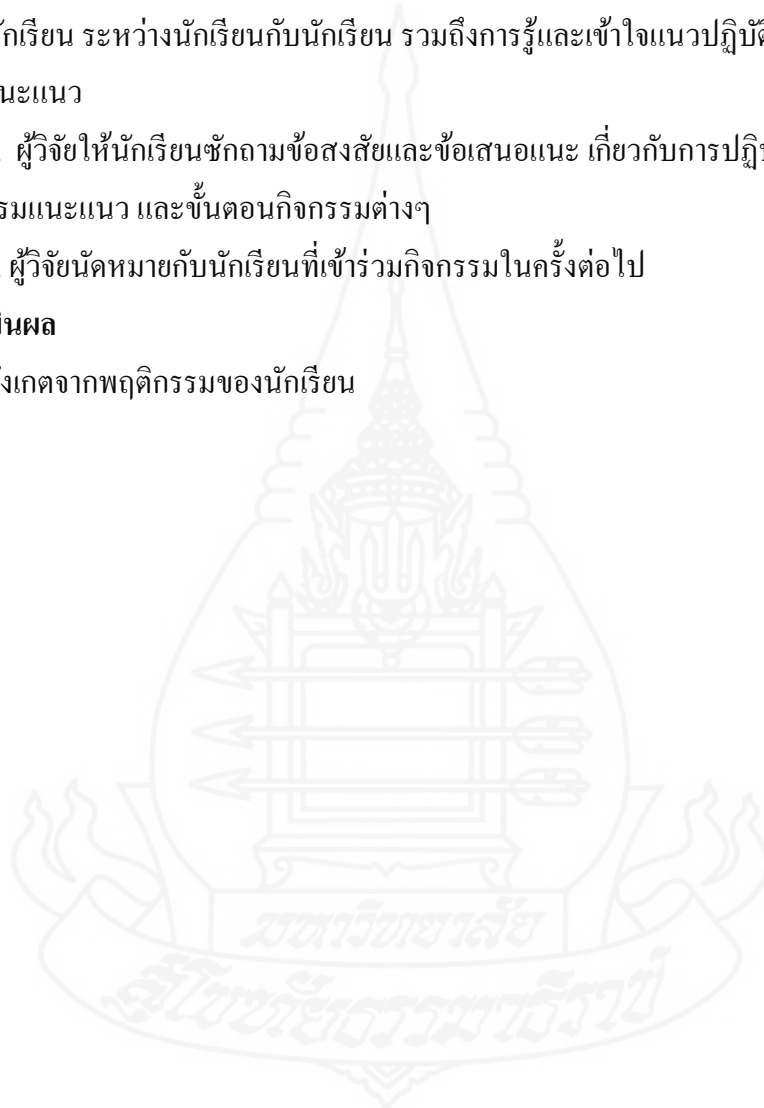
ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียนและแนะนำตนเองเพื่อให้เกิดความคุ้นเคย เช่น วันนี้นักเรียนได้พบกับผู้วิจัยที่ปรึกษาหรือยัง มีปัญหาในการเดินทางมาโรงเรียนหรือไม่ มีวิชาใดบ้างที่เข้าเรียนแล้วมีปัญหา และในชั่วโมงเรียนพบปัญหาใดบ้าง

ขั้นดำเนินการ

2. ให้นักเรียนจับคู่ กับเพื่อน แล้วให้แนะนำตนเองบอกชื่อจริงและชื่อเล่นของเพื่อน ถ้านักเรียนไม่สามารถบอกชื่อเพื่อนได้ ให้เพื่อนคนที่ถูกชี้แนะนำตนเอง โดยบอกชื่อ-สกุล ชื่อเล่น และบอกชื่อโรงเรียนเดิม และชื่อหมู่บ้าน ประมาณ 10 นาที

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนปัญหาพฤติกรรมของเพื่อนๆที่พบในชั้นเรียนคนละ 10 ข้อ
คู่มักเรียนอ่านปัญหาให้เพื่อนฟัง 8-10 คน และผู้วิจัยร่วมสรุปปัญหาที่นักเรียนเสนอ
 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน
ขั้นสรุป
 5. ผู้วิจัยสรุปประโยชน์ของการจัดกิจกรรมในครั้งนี้ว่า เพื่อให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่าง
ผู้วิจัยกับนักเรียน ระหว่างนักเรียนกับนักเรียน รวมถึงการรู้และเข้าใจแนวปฏิบัติในการเข้าร่วม
กิจกรรมแนะแนว
 6. ผู้วิจัยให้นักเรียนซักถามข้อสงสัยและข้อเสนอแนะ เกี่ยวกับการปฏิบัติตนตามระเบียบ
ของกิจกรรมแนะแนว และขั้นตอนกิจกรรมต่างๆ
 7. ผู้วิจัยนัดหมายกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อไป
- การประเมินผล**
- สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียน



กิจกรรมแนะแนวปกติ

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 การรู้จักตน

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม สสำรวจกายใจ

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. รู้จัก เข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

บุคลิกภาพของแต่ละคนจะเป็นสิ่งประจำตัวของคนคนนั้น ที่ทำให้แตกต่างจากคนอื่น และมีหลายสิ่งหลายอย่างที่จะประกอบกัน ทำให้คนแต่ละคนมีบุคลิกภาพเป็นของตัวเองที่ขึ้นอยู่กับพันธุกรรมและประสบการณ์ที่ได้รับจากสิ่งแวดล้อม บุคลิกภาพมีความสำคัญต่อชีวิตเราอย่างยิ่ง ทำให้เรารู้สึกถึงความสำคัญของตัวเอง ดังนั้นนักเรียนควรจะทราบว่าตนเองมีลักษณะอย่างไร มีข้อดี ข้อบกพร่องอย่างไร เพื่อจะได้ปรับปรุงหรือพัฒนาตนเองให้เหมาะสม เป็นที่ชื่นชมแก่ผู้พบเห็น และเป็นที่ยอมรับของสังคม

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพที่เด่นชัดของตนเอง
2. นักเรียนรู้ว่าบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงได้ และบุคลิกภาพใดต้องปรับปรุง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. บอกความหมายของคำว่า บุคลิกภาพ ได้
2. นักเรียนได้สำรวจบุคลิกภาพของตนเอง
3. เห็นด้วยว่าบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงได้
4. บอกสิ่งที่จะคงไว้และสิ่งที่ต้องปรับปรุงเกี่ยวกับบุคลิกภาพของตนเอง

สาระการเรียนรู้

แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง

วิธีดำเนินการ

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยกล่าวต้อนรับ ทักทายนักเรียนพร้อมทั้งแจ้งจุดประสงค์และขั้นตอนของการเข้าร่วมกิจกรรมในการปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมในชั้นเรียนในครั้งนี้

2. ผู้วิจัยนำเข้าสู่บทเรียนทบทวนสิ่งที่นักเรียนได้จากการทำกิจกรรมที่ผ่านมา แล้วสนทนาซักถามว่า ตัวนักเรียนเคยมีพฤติกรรมเช่นนั้นหรือไม่ และนักเรียนควรจะทำอย่างไรถ้าตนเองมีลักษณะอย่างไร มีข้อดีข้อบกพร่องอย่างไร เพื่อนำเข้าสู่แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง

ขั้นดำเนินการ

3. ผู้วิจัยแจกใบความรู้ เรื่อง “แนวทางการสำรวจบุคลิกภาพของตนเอง 4 ด้าน” ได้แก่
1) การสำรวจเกี่ยวกับสภาพทางกาย 2) การสำรวจเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจ 3) การสำรวจเกี่ยวกับพัฒนาการทางสังคม 4) การสำรวจเกี่ยวกับสติปัญญา

4. ผู้วิจัยสุ่มเลือกตัวแทน 4 คนนำเสนอหน้าชั้นเรียนคนละ 1 ด้านไม่ให้ซ้ำกัน

5. ผู้วิจัยให้ความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับ ความหมายและวิธีการสำรวจตนเองแล้วบันทึกในใบกิจกรรม “การสำรวจตนเอง”

6. ให้นักเรียนบอกประโยชน์ที่ได้รับ และสิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

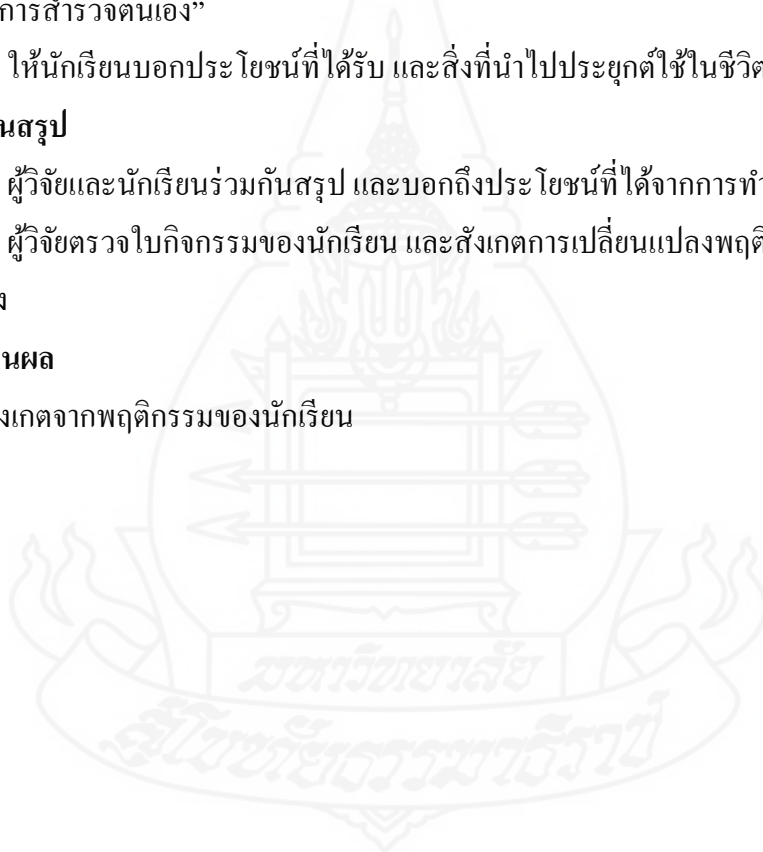
ขั้นสรุป

7. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุป และบอกถึงประโยชน์ที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้เพิ่มเติม

8. ผู้วิจัยตรวจใบกิจกรรมของนักเรียน และสังเกตการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียนในชีวิตจริง

การประเมินผล

สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียน



กิจกรรมแนะแนวปกติ
แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 สสำรวจตนเอง

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2

ชื่อกิจกรรม กระจกเงา

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. รู้จัก เข้าใจและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การสำรวจตนเอง หรือวิเคราะห์ตนเอง เป็นการมองตนเองเพียงด้านเดียว ซึ่งบางครั้งอาจมีความลำเอียงเข้าข้างตนเอง หรือมองตนเองผิดไป คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง จึงควรให้บุคคลในครอบครัว หรือเพื่อนในชั้นเรียน ช่วยกันประเมิน เพื่อนำผลมาเปรียบเทียบกัน

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. นักเรียนวิเคราะห์ตนเองได้
2. นักเรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้วิเคราะห์ตนเองได้
2. เพื่อให้บุคคลในครอบครัวและเพื่อนร่วมชั้นเรียนได้ช่วยวิเคราะห์นักเรียน
3. เพื่อให้นักเรียนสรุปผลการวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และข้อควรพัฒนาของตัวนักเรียน

สาระการเรียนรู้

การวิเคราะห์ตนเอง

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยทบทวนบทเรียนที่ผ่านมา และถามนำว่าการสำรวจตนเองจะทำให้เราทราบถึงอะไร และมีประโยชน์อย่างไรกับตัวเรา

ขั้นดำเนินการ

2. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม และจับคู่กัน ผู้วิจัยแจกใบกิจกรรมกระจกเงา โดยให้เติมข้อความลงในกิจกรรม เมื่อครบกำหนดเวลาแลกเปลี่ยนใบกิจกรรมกับเพื่อนที่จับคู่กันช่วยเติมข้อความ

3. ให้บุคคลในครอบครัวเติมข้อความ โดยทำนอกเวลา

ขั้นสรุป

4. ให้นักเรียนเขียนสรุปผลการวิเคราะห์ข้อดี ข้อเสีย และข้อควรพัฒนาลงในตารางสุดท้าย
ในใบกิจกรรม

5. ให้นักเรียนสรุปในภาพรวมเกี่ยวกับสิ่งที่ได้รับและผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียน



กิจกรรมแนะแนวปกติ

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 การสำรวจตนเอง

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม บันไดสู่ดวงดาว

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การสำรวจตนเอง ทำให้ทราบว่าตนเองมีบุคลิกภาพและลักษณะนิสัยอย่างไร หากพบว่าตนเองมีลักษณะนิสัยที่ดีแล้ว ก็ควรจะพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นไป หากพบว่าตนเองมีสิ่งที่ยังต้องปรับปรุงก็ควรจะปรับปรุงให้ดีขึ้นเพื่อความสุขของตนเองในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติ

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

นักเรียนรู้จักความสามารถและจุดเด่นของตนเอง ซึ่งจะเน้นจุดเด่นของตนเองต่อการปรับตัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ให้นักเรียนได้สำรวจบุคลิกภาพของตนเอง ตามลักษณะของคนประเภทต่างๆ
2. เพื่อให้ให้นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพที่เด่นชัดของตนเอง

สาระการเรียนรู้

ลักษณะของคนประเภทต่างๆ

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยซักทายนักเรียนและสนทนาบทบทเรียนที่ผ่านมา พร้อมกับถามนำว่านักเรียนทราบหรือไม่ว่านักเรียนเป็นคนประเภทใด เพื่อนำเข้าสู่เรื่องลักษณะของคนประเภทต่างๆ

ขั้นดำเนินการ

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ “คุณเป็นคนประเภทใด” 4 ประเภท ให้อ่านลักษณะของคนแต่ละประเภท และพิจารณาว่าตรงกับลักษณะของตนเองหรือไม่ อย่างไร ส่วนไหนตรงส่วนไหนไม่ตรง และผู้วิจัยให้ความรู้เพิ่มเติม แล้วบันทึกลงในใบกิจกรรม “พินิจภายในตน-คนประเภทใด”

3. นักเรียนทำใบกิจกรรม การสำรวจตนเอง ให้ตัดสินใจว่า ลักษณะของตนเองตรงกับประเภทใดมากที่สุด อันดับ 1 2 3 ที่คิดว่าสอดคล้องกับตนเองมากที่สุด

4. ช่วยกันสรุปว่า “คนในกลุ่มนี้มีลักษณะอย่างไร น่าจะแก้ไขปรับปรุงอย่างไรจึงจะอยู่ได้
อย่างมีความสุข

ขั้นสรุป

5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปภาพรวมที่ได้รับ และสิ่งที่นำไปประยุกต์ใช้ใน
ชีวิตประจำวัน

การประเมินผล

สังเกตจากการสะท้อนความคิด และพฤติกรรมของนักเรียน



กิจกรรมแนะแนวปกติ

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 การพัฒนาตน

ช่วงชั้นที่ 2 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม บันไดสู่ดวงดาว

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

การสำรวจเป้าหมาย ความต้องการของตนเองในอนาคต ในด้านการศึกษา อาชีพ ครอบครัวยุติธรรม การทำประโยชน์เพื่อชุมชน สังคม การเห็นคุณค่าของตนเอง

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้รู้จักความต้องการของตนเอง
2. เพื่อให้รู้จักสร้างคุณภาพภูมิใจในตนเอง
3. เพื่อให้เกิดความคิดในการพัฒนาตนเอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ให้นักเรียนสำรวจเป้าหมาย และความต้องการของตนเองในอนาคต
2. เพื่อสร้างแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเอง

สาระการเรียนรู้

การสำรวจเป้าหมาย และความต้องการของตนเองในอนาคต

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียนและสนทนาบทเรียนที่ผ่านมา และถามนำว่านักเรียนมีเป้าหมายและความต้องการในอนาคตไว้อย่างไร เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน

ขั้นดำเนินการ

2. ผู้วิจัยแจกใบความรู้ เรื่อง ตัวอย่างแนวคิดของบุคคลที่ประสบความสำเร็จ เพื่อศึกษาว่าบุคคลเหล่านั้นมีลักษณะการดำเนินชีวิตอย่างไร และแจกใบกิจกรรมที่ 4 บันไดสู่ดวงดาว ให้เขียนคำบรรยายลงในใบกิจกรรมให้ครบตามรายการที่กำหนด

3. ผู้วิจัยสุ่มให้นักเรียน 5 คน เล่าเรื่อง “บันไดสู่ดวงดาว” ให้เพื่อนฟัง

ขั้นสรุป

4. ผู้วิจัยให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มสรุปข้อคิดที่ได้จากการจัดกิจกรรม

การประเมินผล

สังเกตจากพฤติกรรมและตรวจจากใบกิจกรรม



กิจกรรมแนะแนวปกติ
แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 การพัฒนาตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม **สัญญาใจในชั้นเรียน**

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

เมื่อต้องเติบโตและมีชีวิตอยู่ในสังคมที่กว้างขึ้นกว่าเดิม นักเรียนจะต้องปรับตนเองให้เหมาะสม เป็นที่ยอมรับของสังคม เพื่อจะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

โดยพิจารณาว่าตนเองมีข้อดี หรือข้อบกพร่องอย่างไร เมื่อพบว่าตนเองมีข้อบกพร่อง ต้องรีบปรับปรุงแก้ไขเพื่อ使自己เป็นที่ชื่นชม และยอมรับของกลุ่มคนในสังคม

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนที่มีความพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการปฏิบัติตนให้เป็นคนที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสมให้

ประสบความสำเร็จ

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน
2. บอกผลที่จะเกิดขึ้นตามมาเมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสม
3. บอกวิธีการปฏิบัติตนให้มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม

สาระการเรียนรู้

การปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในชั้นเรียน ได้แก่ ขวนเพื่อนคุยขณะผู้วิจัยสอน ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อน พูดสอดแทรกขณะผู้วิจัยสอน พูดจากร้าวร้าวหยาบคาย แกล้งเพื่อน นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะผู้วิจัยสอน ลุกเดิน ไปมาในชั้นเรียน โห่เพื่อนเมื่อตอบคำถามไม่ถูก นั่งเหม่อลอย และไม่ปฏิบัติตามคำสั่งผู้วิจัย

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายและสนทนาซักถามบทเรียนที่ผ่านมา และถามนำว่านักเรียนเคยแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างไรบ้างในชั้นเรียน เพื่อนำเข้าสู่บทเรียนเรื่องการปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

ขั้นตอนการ

2. ให้นักเรียนชมหนังสือ เรื่อง วรรณคดีพุทธกรรมในห้องเรียนคลิป์วิดีโอ เรื่อง “วรรณคดีมารยาทในห้อง” “Fed Fe มารยาทในห้องเรียน” (ตอนละประมาณ 10 นาที)

3. นักเรียนทำใบกิจกรรม สำคัญาใจในชั้นเรียน และให้นักเรียนพูดเสนอสำคัญาใจในชั้นเรียน อย่างน้อย 1 ข้อ

ขั้นสรุป

4. นักเรียนพูดสะท้อนคิดสิ่งที่ได้เรียนรู้ในวันนี้และเขียนสรุปสิ่งที่ได้ในครั้งนี้

การประเมินผล

สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียน



กิจกรรมแนะแนวปกติ
แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 การพัฒนาตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม ข้ามเวลาหอนาคต

เวลา 100 นาที

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

ภาพความฝันเป็นเสมือนตัวแทนแห่งเป้าหมายที่เราต้องการจะให้เกิดขึ้นกับชีวิตจริงของตนเองในอนาคต การตั้งเป้าหมายให้ตนเองเกี่ยวกับชีวิตครอบครัว อาชีพการงาน วิถีชีวิต ความเป็นอยู่ ทรัพย์สินเงินทอง ฐานะทางการเงิน จะช่วยให้เราแสวงหาต้นแบบที่ดีและเหมาะสมที่จะเป็นแบบอย่างให้กับตนเองและปฏิบัติได้จริง

การที่คนเราจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้นั้นจะต้องรู้จักสร้างภาพความฝันของตนเองเพื่อเป็นเป้าหมายในชีวิต ซึ่งภาพความฝันนี้จะทำให้เรามีอำนาจ มีพลังที่จะดำเนินชีวิตไปตามทิศทางเป้าหมายที่ตนเองต้องการได้ โดยให้คิดเสมอว่าตนเองเป็นคนเก่ง มีความสามารถ และพยายามคิดถึงแต่ภาพที่ดี วาดภาพว่าตัวเองมีอำนาจ มีพลังพิเศษที่จะทำให้ตนได้ในสิ่งที่ต้องการ โดยแสวงหาแบบอย่างที่ดีและเหมาะสมกับตนเองจากบุคคลรอบข้างหรือจากบุคคลที่มีชื่อเสียงที่เรารู้จัก

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้ให้นักเรียน ได้ทบทวนตนเองและวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคตได้
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนและเคารพสิทธิผู้อื่น

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนตั้งเป้าหมายชีวิตในอนาคต
2. นักเรียนเขียนบรรยายภาพความฝัน และแสวงหาแบบอย่างที่ดีของตนเองในอนาคต

สาระการเรียนรู้

การตั้งเป้าหมายชีวิตในอนาคต

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียนและถามทบทวนบทเรียนที่ผ่านมา และถามนำว่า ในอนาคตนักเรียนตั้งเป้าหมายชีวิตไว้อย่างไร

ขั้นตอนการ

2. นักเรียนคูคิปรายการ “ชีวิตสดใส ตอนสู่เป้าหมายของชีวิต” แล้วเขียนข้อคิดที่ได้จากชม นำเสนอคนละ1 ข้อ
 3. ผู้วิจัยสรุปข้อคิดที่ได้เพิ่มเติม แล้วแจกใบกิจกรรม ช้าเวลาหอนาคตให้นักเรียนเขียนบรรยายภาพความฝันของตนเองในอีก 20 ปีข้างหน้า
 4. ให้นักเรียนจับคู่กัน แล้วบรรยายแลกเปลี่ยนภาพความฝันกันให้เสร็จในเวลาที่กำหนด
- ขั้นสรุป**
5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายสรุปสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมเพิ่มเติม

การประเมินผล

สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียน



กิจกรรมแนะแนวปกติ
แผนการจัดกิจกรรมที่ 8 การพัฒนาตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม วินัยดี ชีวิตมีสุข

เวลา 2 ชั่วโมง

มาตรฐานที่ 1. ผู้เรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

สาระสำคัญ

ความมีระเบียบวินัย หมายถึง การควบคุมความประพฤติให้ถูกต้องและเหมาะสม ปฏิบัติตามข้อตกลง ข้อบังคับ ระเบียบ แบบแผน และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม

การสร้างวินัย คือการสร้างระเบียบสำหรับปฏิบัติเพื่อให้สามารถบรรลุจุดหมายได้ง่ายขึ้น การสร้างวินัยต้องเริ่มที่ตนเองก่อนเป็นอันดับแรก หากเราเป็นผู้ที่มีวินัยชีวิตย่อมมีระเบียบ และสามารถไปถึงจุดหมายปลายทางของชีวิตที่มุ่งหวังไว้ ดังนั้นจึงต้องรู้จักสร้างวินัยให้ตัวเองในด้านของการดำเนินชีวิตต่างๆ ไป เพื่อให้เกิดความเป็นระเบียบ เช่น การสร้างวินัยด้านการเรียน การมีวินัยต่อการปฏิบัติตนในโรงเรียน เป็นต้น

กฎระเบียบเป็นสิ่งจำเป็น ช่วยทำให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่จะช่วยทำให้การเรียนการสอนมีคุณภาพ ถ้าต้องการให้เกิดการเรียนการสอน ควรใช้กฎระเบียบและวิธีปฏิบัติเป็นเครื่องนำทาง และควบคุมพฤติกรรมของนักเรียนในชั้นเรียน การให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการสร้างกฎระเบียบและวิธีปฏิบัติเป็นสิ่งที่มิใช่ว่าจะง่าย

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของหน้าที่ การปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัยและข้อกำหนด
2. เพื่อฝึกให้นักเรียนปฏิบัติตามข้อตกลง กฎกติกา ระเบียบ ของกลุ่มได้ด้วยตนเอง

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. นักเรียนยกตัวอย่างการสร้างวินัยด้านครอบครัว ด้านการอยู่ร่วมกันในห้องเรียน และด้านการอยู่ร่วมกันในกลุ่มเพื่อน
2. นักเรียนบอกความสำคัญของการปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัยและข้อกำหนด
3. นักเรียนบอกผลที่จะเกิดขึ้นเมื่อ ไม่ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัย

สาระการเรียนรู้

กฎและระเบียบวินัย การสร้างระเบียบวินัย

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยพูดทักทายนักเรียน และถามทบทวนบทเรียนที่ผ่านมา และถามนำว่า ระเบียบวินัยคืออะไร ทำไม ในโรงเรียนหรือห้องเรียนของเราต้องมีการกำหนดระเบียบต่างๆ ขึ้น เพื่ออะไร

ขั้นดำเนินการ

2. ให้นักเรียนดูหนังสือ เรื่อง “ เหตุเกิดในห้องเรียน” และ “เด็กหลังห้อง”

3. ให้นักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิด/พฤติกรรมที่ได้จากหนังสือว่า พฤติกรรมใดควรทำและไม่ควรทำ

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนยกตัวอย่างวินัยตามหัวข้อ ๆ ละ 3 ข้อ พร้อมนำเสนอหน้าห้องเรียน

1) วินัยในครอบครัว

2) วินัยในห้องเรียน

3) วินัยในกลุ่มเพื่อน

5. ให้นักเรียนบันทึกวินัยด้านต่างๆ ลงในใบกิจกรรม วินัยดี ชีวิตมีความสุข

ขั้นสรุป

6. นักเรียน ร่วมแสดงความคิดเห็น ต่อสิ่งที่ได้ เรียนรู้จากการร่วมทำกิจกรรมของแต่ละคน และเชื่อมโยงเข้าหากการเป็นคนมีระเบียบวินัยได้อย่างไรบ้าง

7. ผู้วิจัยสรุปความหมาย คุณค่าของการมีพฤติกรรมที่เหมาะสมที่มีต่อชีวิตของเราและสังคม

8. นักเรียนสรุปจากกิจกรรมในครั้งนี้ได้เรียนรู้เรื่องใดบ้าง

การประเมินผล

สังเกตจากพฤติกรรมของนักเรียน

กิจกรรมแนะแนวปกติ
กิจกรรมที่ 9 การปัจฉิมนิเทศ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556

ชื่อกิจกรรม สายธารแห่งชีวิต

เวลา 2 ชั่วโมง

มาตรฐานที่ 3. ผู้เรียน รู้และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงของสังคมสามารถปรับตัวได้อย่าง

สาระสำคัญ

การพัฒนาตนเองช่วยให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้ที่อยู่ร่วมกันในสังคม และส่งผลถึงผลดีต่อประเทศชาติได้

ผลการเรียนรู้ที่คาดหวัง

1. เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนเป็นผู้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. ให้นักเรียนใคร่ครวญเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการปรับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของตนเองในชั้นเรียน
2. นักเรียนสามารถปฏิบัติตนตามกฎระเบียบวินัยในชั้นเรียนและปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

สาระการเรียนรู้

การสร้างแรงบันดาลใจในการปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมของตนเองในชั้นเรียนและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ผู้วิจัยสนทนาซักถามทบทวนบทเรียนที่ผ่านมา และถามนำว่านักเรียนพบเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันอะไรบ้าง ที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจในการพัฒนาพฤติกรรมตนเองให้เหมาะสม

ขั้นดำเนินการ

2. ผู้วิจัยเปิดคลิปเพลง “ศรัทธา” ของ โรงเรียนหนองหินวิทยาคม เพื่อสร้างแรงบันดาลใจแก่นักเรียนแล้วให้นักเรียนแสดงความรู้สึก

3. ให้นักเรียนชมคลิปรายการ Thailand's Got Talent ตอน สมศักดิ์ เหมรัญ แล้วร่วมกัน แสดงความรู้สึกรู้สึกของตนเอง

4. นักเรียนศึกษาใบความรู้ เรื่อง แนวความคิดเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และวิธีปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข แล้วร่วมกันสรุป

5. ผู้วิจัยแจกกระดาษเปล่า ให้นักเรียนเขียนแผนการศึกษาในอนาคตของตนเองว่ามีความ สนใจ ชอบที่จะศึกษาด้านใด และจะมีวิธีการในการศึกษาอย่างไร ต้องการความช่วยเหลือด้านใด อย่างไรบ้าง

ขั้นสรุป

6. ผู้วิจัยสรุปภาพรวมกิจกรรมทั้งหมด การใคร่ครวญ คิดตรึกตรองเป็นการทบทวนตนเอง ทำให้เราทราบว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างไรในแต่ละวัน เราใช้เวลาอย่างไร เกิดประโยชน์หรือไม่ อย่างไร รู้ข้อบกพร่องเพื่อนำมาแก้ไขปรับปรุงตนเอง

7. นักเรียนร่วมกันสรุปผลที่เกิดขึ้นกับตนเองอย่างไรและส่งผลต่อคนอื่นๆอย่างไร ตนเอง ได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างไรบ้าง

8. ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ตั้งใจและให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมใน ครั้งนี้ พร้อมกับนัดหมายวัน เวลา การให้นักเรียนทำแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนอีก ครั้ง (ชุดเดียวกับที่ทำในครั้งแรก)

การประเมินผล

สังเกตจากการสะท้อนความคิด และพฤติกรรมของนักเรียน



ภาคผนวก ค

คะแนนดิบของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม



1. ตารางแสดงคะแนนจากการสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียนกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุม หลังการจัดกิจกรรมแนะแนว

คู่ที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	28	50
2	20	56
3	14	54
4	10	60
5	14	54
6	12	39
7	17	43
8	7	59
9	25	36
10	20	49
11	34	50
12	29	62
13	6	62
14	16	47
15	20	36
16	4	54
17	18	53
18	14	42
19	15	39
20	15	43
21	21	55
22	25	58
23	12	47
24	12	62
25	24	58
รวม	432	1268
\bar{X}	17.2800	50.7200
S.D.	7.42473	8.31925

2. ตารางแสดงคะแนนจากการสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวมของนักเรียน

กลุ่มทดลองก่อน-หลัง หลังการจัดกิจกรรมแนะแนว

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	95	28
2	89	20
3	90	14
4	88	10
5	88	14
6	81	12
7	88	17
8	71	7
9	95	25
10	98	20
11	99	34
12	90	29
13	86	6
14	97	16
15	87	20
16	86	4
17	89	18
18	95	14
19	93	15
20	91	15
21	85	21
22	88	25
23	83	12
24	83	12
25	86	24
รวม	2221	432
\bar{X}	88.8400	17.2800
S.D.	6.03771	7.42473

3. ตารางแสดงคะแนนจากการประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและ
กลุ่มควบคุม หลังการจัดกิจกรรมแนะแนว

คู่ที่	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
1	58	35
2	39	62
3	32	54
4	40	44
5	49	30
6	55	37
7	41	51
8	33	50
9	32	54
10	35	43
11	49	54
12	36	46
13	25	51
14	30	49
15	36	42
16	42	42
17	33	51
18	45	30
19	40	38
20	42	48
21	50	48
22	48	46
23	51	50
24	40	52
25	49	55
รวม	1030	1162
\bar{X}	41.20	46.48
S.D.	8.377	7.922

4. ตารางแสดงคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนของนักเรียน

กลุ่มทดลองก่อน-หลัง การจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญญาศึกษา

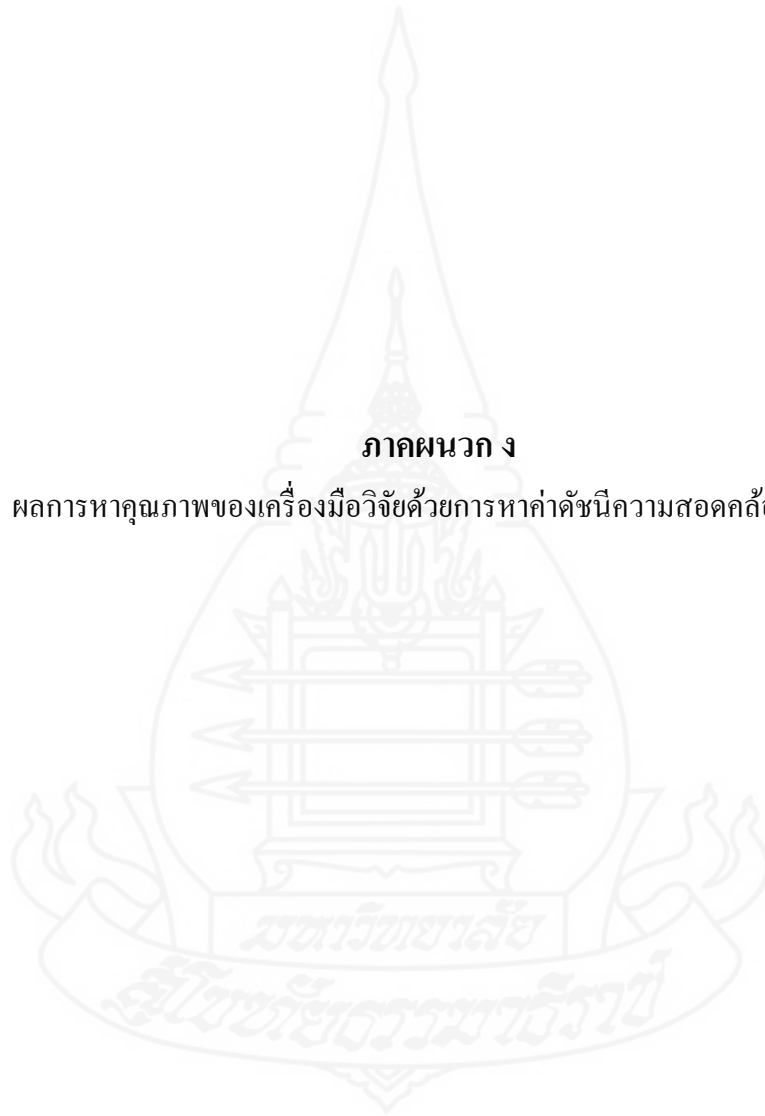
คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	63	58
2	43	39
3	47	32
4	43	40
5	55	49
6	53	55
7	57	41
8	50	33
9	55	32
10	51	35
11	53	49
12	48	36
13	51	25
14	51	30
15	52	36
16	53	42
17	49	33
18	54	45
19	59	40
20	53	42
21	45	50
22	49	48
23	56	51
24	54	40
25	53	49
รวม	1297	1030
\bar{X}	51.88	41.20
S.D.	4.649	8.377

5. ตารางแสดงคะแนนจากแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังการทดลอง-ระยะติดตามผล หลังการจัดกิจกรรมแนะแนวตามแนวจิตตปัญญาศึกษา

คนที่	หลังการทดลอง	ระยะติดตามผล
1	58	57
2	39	40
3	32	30
4	40	39
5	49	48
6	55	56
7	41	42
8	33	32
9	32	32
10	35	34
11	49	48
12	36	35
13	25	28
14	30	29
15	36	35
16	42	42
17	33	34
18	45	44
19	40	41
20	42	40
21	50	48
22	48	48
23	51	50
24	40	39
25	49	50
รวม	1030	1021
\bar{X}	41.20	40.84
S.D.	8.377	8.229

ภาคผนวก ง

ผลการหาคุณภาพของเครื่องมือวิจัยด้วยการหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC)



ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

(Index of Item Objective Congruence: IOC)

แบบสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียนโดยรวม

รายการพิจารณา	ค่าดัชนี ความสอดคล้อง	ความหมาย
1. แบบสังเกตมีเนื้อหาที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ของงานวิจัย	1.00	มีความสอดคล้อง
2. แบบสังเกตมีข้อความที่ชัดเจน เข้าใจง่าย	1.00	มีความสอดคล้อง
3. แบบสังเกตใช้ภาษาที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัยของผู้ ประเมิน	1.00	มีความสอดคล้อง
4. แบบสังเกตมีจำนวนข้อที่เหมาะสมในการวัด พฤติกรรม	1.00	มีความสอดคล้อง
5. แบบสังเกตสามารถวัดพฤติกรรมของผู้ประเมินได้ ตรงตามสภาพ	0.8	มีความสอดคล้อง
รวม	0.96	

ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

(Index of Item Objective Congruence: IOC)

แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

องค์ประกอบของ พฤติกรรมไม่ เหมาะสม	รายการพิจารณา	ค่าดัชนี ความสอดคล้อง	ความหมาย
1.ชวนเพื่อนคุยขณะ ครูสอน	1. ข้าพเจ้าไม่ชวนเพื่อนคุยในขณะที่เรียน	1.00	มีความสอดคล้อง
	2. ในขณะที่เรียนข้าพเจ้าถูกครูเรียกชื่อตักเตือนบ่อยครั้ง	1.00	มีความสอดคล้อง
2. ส่งเสียงดังรบกวน เพื่อนขณะครูสอน	3. ข้าพเจ้าไม่ส่งเสียงดังในขณะที่ครูสอน	1.00	มีความสอดคล้อง
	4. ข้าพเจ้าระมัดระวังไม่ทำให้เกิดเสียงดังในขณะที่กำลังเรียน	1.00	มีความสอดคล้อง
3. พูดสอดแทรก ขณะครูสอน	5. ข้าพเจ้าไม่พูดสอดแทรกขณะครูกำลังสอน	1.00	มีความสอดคล้อง
	6. ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกๆวิชา	0.8	มีความสอดคล้อง
4. พูดจាក้าวร้าวหยาบ คาย	7.ข้าพเจ้าเคยพูดจាក้าวร้าว หยาบคายขณะครูสอน	1.00	มีความสอดคล้อง
	8.ข้าพเจ้าพูดจาไพเราะกับเพื่อนและครูเสมอ	1.00	มีความสอดคล้อง
5. แกล้งเพื่อนขณะ ครูสอน	9.ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อได้แหย่หรือแกล้งเพื่อนในขณะที่เรียน	1.00	มีความสอดคล้อง
	10.ข้าพเจ้าเคยนำสิ่งของของเพื่อน เช่น กระเป๋ารองเท้า ฯลฯ ไปแอบซ่อนไว้	1.00	มีความสอดคล้อง
6. นำงานอื่นขึ้นมา ทำขณะเรียน	11. ขณะครูสอน ถ้ายังมีงานอื่นค้างอยู่ ข้าพเจ้านำงานนั้นขึ้นมาทำด้วย	1.00	มีความสอดคล้อง
	12. ข้าพเจ้าไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะครูสอน	1.00	มีความสอดคล้อง

ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

(Index of Item Objective Congruence: IOC)

แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

องค์ประกอบของ พฤติกรรมไม่ เหมาะสม	รายการพิจารณา	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	ความหมาย
7. ลูกเดินไปมาใน ชั้น โดยไม่ขอ อนุญาต	13. ข้าพเจ้าเคารพกฎ กติกา ของ ห้องเรียนเสมอ	1.00	มีความสอดคล้อง
	14. ก่อนลูกเดินไปหาเพื่อนข้าพเจ้าจะ ขออนุญาตครูก่อนเสมอ	1.00	มีความสอดคล้อง
8. โห่เมื่อเพื่อนตอบ คำถามครูไม่ถูก	15. ข้าพเจ้าเคยโห่แซว หรือล้อเลียน เพื่อน เมื่อตอบคำถามครูไม่ถูก	0.8	มีความสอดคล้อง
	16. ข้าพเจ้าไม่เคยตำหนิ หรือทำให้ เพื่อนเสียใจ น้อยใจเมื่อตอบคำถาม ครูไม่ถูก	1.00	มีความสอดคล้อง
9. นั่งเหม่อลอย	17. ขณะครูสอนข้าพเจ้าตั้งใจฟังครู อธิบายอย่างสม่ำเสมอ	0.8	มีความสอดคล้อง
	18. ขณะเรียนข้าพเจ้าชอบนั่งใจลอย หรือคิดเรื่องอื่น	1.00	มีความสอดคล้อง
10. ไม่ปฏิบัติตาม คำสั่ง	19. ขณะครูสอนข้าพเจ้าปฏิบัติตาม คำสั่งของครู	1.00	มีความสอดคล้อง
	20. เมื่อครูสั่งงานในชั่วโมงเรียน ข้าพเจ้าจะตั้งใจทำงานเสร็จ	1.00	มีความสอดคล้อง
รวม		0.97	

ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

(Index of Item Objective Congruence: IOC)

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

รายการประเมินความสอดคล้ององค์ประกอบ ของแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	ความหมาย
<p>แผนกิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศ วัตถุประสงค์</p> <p>- เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกิจกรรมแนะ แนว วัตถุประสงค์ ขั้นตอน บทบาทและหน้าที่ และข้อตกลง เบื้องต้นของการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหา ศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1</p>	1.00	มีความสอดคล้อง
<p>แผนกิจกรรมที่ 2 การรู้จักตน ชื่อกิจกรรม สสำรวจกายใจ วัตถุประสงค์</p> <p>1. นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพที่เด่นชัดของ ตนเอง 2. นักเรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น</p>	1.00	มีความสอดคล้อง
<p>แผนกิจกรรมที่ 3 การรู้จักตน ชื่อกิจกรรม กระเจ๊กเงา วัตถุประสงค์</p> <p>1. นักเรียนวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองได้ 2. นักเรียนรู้จัก เข้าใจ และเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น</p>	1.00	มีความสอดคล้อง
<p>แผนกิจกรรมที่ 4 การสำรวจตน ชื่อกิจกรรม พินิจภายในตน-คนประเภทใด วัตถุประสงค์</p> <p>1. นักเรียนได้สำรวจวิเคราะห์พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของ ตนเองที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน 2. นักเรียนอธิบายถึงผลเสียหรือผลกระทบ และแนวทาง แก้ไข ปรับปรุงพฤติกรรมไม่เหมาะสมของตนเอง</p>	1.00	มีความสอดคล้อง

ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

(Index of Item Objective Congruence: IOC)

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทฤษฎีการศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

รายการประเมินความสอดคล้ององค์ประกอบ ของแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	ความหมาย
<p>แผนกิจกรรมที่ 5 การพัฒนาตน</p> <p>ชื่อกิจกรรม บันไดสู่ดวงดาว</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้รู้จักความต้องการของตนเอง 2. เพื่อให้รู้จักสร้างคุณภาพภูมิใจในตนเอง 3. เพื่อให้เกิดความคิดในการพัฒนาตนเอง 	1.00	มีความสอดคล้อง
<p>แผนกิจกรรมที่ 6 การพัฒนาตน</p> <p>ชื่อกิจกรรม สัญญาใจในชั้นเรียน</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนที่มียุติธรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการปฏิบัติตนให้เป็นคนที่มีพฤติกรรมที่เหมาะสมให้ประสบความสำเร็จ 	1.00	มีความสอดคล้อง
<p>แผนกิจกรรมที่ 7 การพัฒนาตน</p> <p>ชื่อกิจกรรม ข้ามเวลาหาอนาคต</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนได้ทบทวนตนเองและวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคตได้ 2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนและเคารพสิทธิผู้อื่น 	1.00	มีความสอดคล้อง

ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

(Index of Item Objective Congruence: IOC)

กิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดปัญหาศึกษาเพื่อปรับพฤติกรรมไม่เหมาะสมในชั้นเรียน

รายการประเมินความสอดคล้ององค์ประกอบ ของแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	ความหมาย
<p>แผนกิจกรรมที่ 8 การพัฒนาตน</p> <p>ชื่อกิจกรรม “วินัยดี ชีวิตมีสุข” “โอกาสที่ได้ระบายความรู้สึก”</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของหน้าที่ การปฏิบัติตามกฎ ระเบียบวินัยและข้อกำหนด 2. เพื่อฝึกให้นักเรียนปฏิบัติตามข้อตกลง กฎกติกา ระเบียบของสังคมได้ด้วยตนเอง 	1.00	มีความสอดคล้อง
<p>แผนกิจกรรมที่ 9 ปัจฉิมนิเทศ</p> <p>ชื่อกิจกรรม สายธารแห่งชีวิต</p> <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนเป็นผู้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม 2. เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข 	1.00	มีความสอดคล้อง
รวม	1.00	

ตารางแสดงการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์

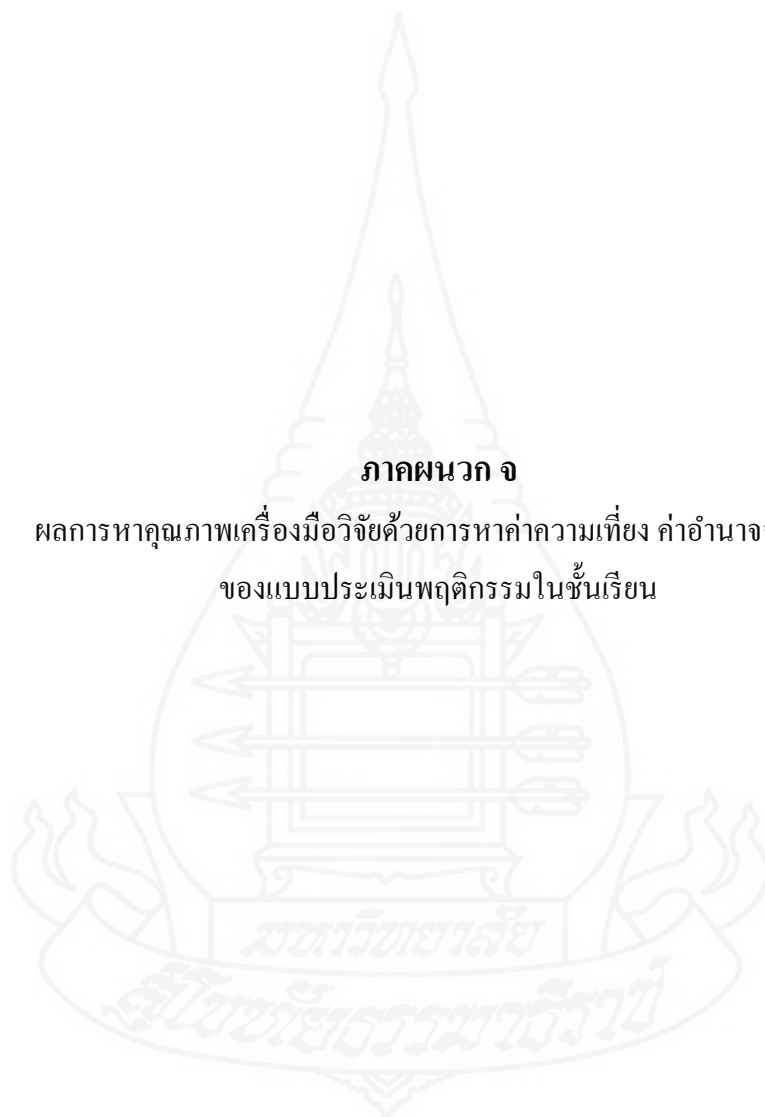
(Index of Item Objective Congruence : IOC)

กิจกรรมแนะแนวปกติ

รายการพิจารณา	ค่าดัชนีความ สอดคล้อง	ความหมาย
1. วัตถุประสงค์สอดคล้องกับแผนการจัดกิจกรรม	1.00	มีความสอดคล้อง
2. สื่ออุปกรณ์มีความเหมาะสมกับวิธีดำเนินการ	1.00	มีความสอดคล้อง
3. เวลาที่ใช้มีความเหมาะสม	1.00	มีความสอดคล้อง
4. วิธีดำเนินการแต่ละขั้นตอนมีความเหมาะสม	1.00	มีความสอดคล้อง
5. การใช้ภาษาในการเขียนแผนมีความเหมาะสม	0.8	มีความสอดคล้อง
6. สร้างแรงจูงใจให้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน	1.00	มีความสอดคล้อง
7. มีความเหมาะสมกับผู้รับบริการ	1.00	มีความสอดคล้อง
8. บรรลุตามวัตถุประสงค์	1.00	มีความสอดคล้อง
9. มีการประเมินเหมาะสม	1.00	มีความสอดคล้อง
รวม	0.97	

ภาคผนวก จ

ผลการหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้วยการหาค่าความเที่ยง ค่าอำนาจจำแนก
ของแบบประเมินพฤติกรรมในชั้นเรียน



การหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตารางที่ 1 แสดงการหาค่าความเที่ยงรวมทั้งฉบับของแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

ชื่อแบบวัด	จำนวนข้อที่ใช้	ค่า r	ค่า α
แบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน	20 ข้อ	จาก .19	.71
		ถึง .65	

ตารางที่ 2 แสดงการหาคุณภาพรายข้อของเครื่องมือด้วยค่าอำนาจจำแนกของแบบประเมินพฤติกรรมตนเองในชั้นเรียน

องค์ประกอบของพฤติกรรมในชั้นเรียน	รายการพิจารณา	ค่าอำนาจจำแนก	ความหมาย
1.ชวนเพื่อนคุยขณะครูสอน	1. ข้าพเจ้าไม่ชวนเพื่อนคุยในขณะที่เรียน	.233	พอใช้ได้
	2. ในขณะที่เรียนข้าพเจ้าถูกครูเรียกชื่อตักเตือนบ่อยครั้ง	.285	พอใช้ได้
2. ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนขณะครูสอน	3. ข้าพเจ้าไม่ส่งเสียงดังในขณะที่ครูสอน	.655	ดีมาก
	4. ข้าพเจ้าระมัดระวังไม่ทำให้เกิดเสียงดังในขณะที่กำลังเรียน	.444	ดีมาก
3. พูดสอดแทรกขณะครูสอน	5. ข้าพเจ้าไม่พูดสอดแทรกขณะครูกำลังสอน	.432	ดีมาก
	6. ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกๆวิชา	.344	ดี
4. พูดจាក้าวร้าวหยาบคาย	7. ข้าพเจ้าเคยพูดจាក้าวร้าว หยาบคายขณะครูสอน	.194	พอใช้
	8. ข้าพเจ้าพูดจาไพเราะกับเพื่อนและครูเสมอ	.489	ดีมาก
5. แกล้งเพื่อนขณะครูสอน	9. ข้าพเจ้ามีความสุขเมื่อได้แหย่หรือแกล้งเพื่อนในขณะที่เรียน	.351	ดี
	10. ข้าพเจ้าเคยนำสิ่งของของเพื่อนเช่น กระเป๋ารองเท้า ฯลฯ ไปแอบซ่อนไว้	.256	พอใช้ได้
6. นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะเรียน	11. ขณะครูสอน ถ้ายังมีงานอื่นค้างอยู่ ข้าพเจ้านำงานนั้นขึ้นมาทำด้วย	.195	พอใช้ได้
	12. ข้าพเจ้าไม่นำงานอื่นขึ้นมาทำขณะครูสอน	.312	ดี

องค์ประกอบ ของพฤติกรรม ในชั้นเรียน	รายการพิจารณา	ค่าอำนาจ จำแนก	ความหมาย
7. ลูกเดินไปมาใน ชั้นโดยไม่ขอ อนุญาต	13. ข้าพเจ้าเคารพกฎ กติกา ของห้องเรียนเสมอ	.560	ดีมาก
	14. ก่อนลูกเดินไปหาเพื่อนข้าพเจ้าขออนุญาตครู ก่อนเสมอ	.399	ดี
8. โห้เมื่อเพื่อน ตอบคำถามครูไม่ ถูก	15. ข้าพเจ้าเคยโห้แซว หรือล้อเลียนเพื่อน เมื่อตอบ คำถามครูไม่ถูก	.428	ดีมาก
	16. ข้าพเจ้าไม่เคยตำหนิ หรือทำให้เพื่อนเสียใจ น้อยใจเมื่อตอบคำถามครูไม่ถูก	.455	ดีมาก
9. นั่งเหม่อลอย	17. ขณะครูสอนข้าพเจ้าตั้งใจฟังครูอธิบายอย่าง สม่ำเสมอ	.456	ดีมาก
	18. ขณะเรียนข้าพเจ้าชอบนั่งใจลอยหรือคิดเรื่องอื่น	.199	พอใช้ได้
10. ไม่ปฏิบัติตาม คำสั่ง	19. ขณะครูสอนข้าพเจ้าจะปฏิบัติตามคำสั่งของครู	.336	ดี
	20. เมื่อครูสั่งงานในชั่วโมงเรียนข้าพเจ้าตั้งใจทำงาน เสร็จ	.305	ดี



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	นางรัตมณี หมั่นแก้ว
วันเดือนปีเกิด	25 มิถุนายน 2510
สถานที่เกิด	จังหวัดขอนแก่น
ประวัติการศึกษา	ครุศาสตรบัณฑิต วิชาเอกวิทยาศาสตร์ทั่วไป วิทยาลัยครูมหาสารคาม พ.ศ. 2533 ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนวและ การปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช พ.ศ. 2556
สถานที่ทำงาน	โรงเรียนโนนศิลาวิทยาคม จ.ขอนแก่น
ตำแหน่ง	ครู วิทยฐานะ ครูชำนาญการพิเศษ

