

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ อย่างรวดเร็วตามกระแสของความเจริญในยุคโลกาภิวัตน์ ทำให้สังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปตามความเจริญเหล่านั้น สถานะของสังคมมีความยุ่งยากซับซ้อนมากขึ้น ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของทุกคน โดยเฉพาะเด็กที่กำลังอยู่ในวัยแห่งการเรียนรู้และพัฒนาในทุกๆ ด้าน ซึ่งพบว่าพฤติกรรมที่เสี่ยงในการเกิดปัญหาทางด้านอารมณ์ ด้านความประพฤติ/ เกร ด้านพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง/ สมาธิสั้น ด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน และด้านสัมพันธภาพทางสังคม มักเกิดในช่วงวัยรุ่น เพราะช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงที่อยู่ในวัยปรับเปลี่ยน เป็นวัยค้นหาตนเอง ต้องการการยอมรับ ตลอดจนเพื่อนมีอิทธิพลสูง เนื่องจากลักษณะเฉพาะตัวของวัยรุ่น ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของร่างกาย การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ การต้องการความเป็นอิสระ ความต้องการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ต้องการยอมรับในสังคม การที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสังคมและสิ่งแวดล้อมใหม่ สิ่งเหล่านี้อาจเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหา และในบรรดาพฤติกรรมที่ขัดกับสังคมของเด็กและเยาวชนซึ่งอยู่ในวัยเรียนนั้น มีพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดปัญหามากมาย อาทิเช่น พฤติกรรมก้าวร้าว เกร พุดจาไม่เหมาะสม ขาดความยับยั้งชั่งใจ เป็นต้น ดังนั้นควรให้ความสนใจศึกษาและหาวิธีป้องกันแก้ไขก่อนที่จะเป็นปัญหาใหญ่ที่หาทางแก้ไขได้ยากเพื่อช่วยให้เด็กและเยาวชนเหล่านั้นสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ลักษณะปัญหาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจะมีความรุนแรง เนื่องจากพัฒนาการตามวัยและสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544, หน้า 16) และมักแสดงความคิดเห็นที่เป็นอคติ มองโลกเป็นสีเทาและสีดำ หรือผิดถูกอย่างเด่นชัด ทำให้บางครั้งวัยรุ่นจะเกิดพฤติกรรมต่อต้านอย่างรุนแรง (วิลาสินี เแดงมะแจ้ง, 2545, หน้า 45) ตลอดจนปัญหาทางเศรษฐกิจสังคมและการจัดการศึกษาที่ทำให้นักเรียนส่วนหนึ่งต้องออกกลางคันเพราะเรียนไม่ได้ ไม่พร้อม มีปัญหาส่วนตัว เช่น ดิคาเสพย์ติด เกร หรือไม่สนใจเรียน (วิทยากร เชียงกูร, 2545, หน้า 16) พฤติกรรมที่เป็นปัญหาเหล่านี้ ล้วนก่อให้เกิดการสูญเสียเด็กและเยาวชนที่มีคุณภาพของสังคมไทยต่อไปในอนาคตอย่างน่าเสียดาย เพราะเยาวชนเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ ซึ่งสอดคล้องกับ ไคคัล (Craig, 1980, pp. 149-161 citing Erikson, 1950) ที่กล่าวว่า

ช่วงอายุ 12 – 17 ปี เป็นระยะที่เด็กเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น เด็กต้องการเป็นตัวของตัวเอง แต่ถ้าเด็กไม่ได้รับการพัฒนาที่เต็มที่ เด็กจะรู้สึกสับสนในบทบาท และไม่สามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับบทบาทของตนเองได้ถูกต้อง ดังที่ ลาซาลัส (Lazarus, 1969, pp. 17–21) กล่าวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัวและพฤติกรรมของตนเองให้สอดคล้องกับความต้องการภายในของตนเอง และสภาพแวดล้อมทางสังคม ดังนั้นการเตรียมเยาวชนเพื่อให้พร้อมสำหรับอนาคต จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อเยาวชนจะได้รู้จักคิด วางแผน และตัดสินใจเลือกได้อย่างฉลาด มีแนวทางในการดำเนินชีวิต สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้เหมาะสม เพราะฉะนั้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ถือว่าเป็นกระบวนการที่สำคัญที่สุด เนื่องจากเป็นกระบวนการที่เปิดทางให้ทุกคนได้มีโอกาสเรียนรู้ เติบโตทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งทำให้ทุกคนได้พัฒนาชีวิตเพื่อสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข และสร้างความเจริญแก่สังคมและประเทศชาติ การจัดประสบการณ์ การเรียนรู้หรือ จัดการศึกษาเพื่อเตรียมเด็กสู่โลกอนาคต สู่สภาพสังคมและ สภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและซับซ้อนมากขึ้นนั้น วิธีการก็คือ การจัดการเรียนการสอนให้เด็กมีส่วนร่วม และเป็นผู้กระทำมากที่สุดตามหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) ซึ่งมุ่งให้นักเรียนเป็นผู้ที่สามารถคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาด้วยตนเอง กล่าวพูด กล่าวทำ กล่าวแสดงความคิดเห็น รู้จักการแสวงหาความจริงและตัดสินใจอย่างมี เหตุผล (กรมวิชาการ, 2539, หน้า 1 – 4) จะช่วยให้เด็กและเยาวชนได้ค้นพบตัวเอง หลีกเลียงจากพฤติกรรมเสี่ยงในด้าน ต่างๆ ที่ก่อให้เกิดปัญหาต่อตนเองและสังคมเพราะเด็กที่อยู่ในกลุ่มพฤติกรรมเหล่านี้ มีแนวโน้มจะมีปัญหามากขึ้น ซึ่งมีปัจจัยที่เป็นเหตุของพฤติกรรมที่เสี่ยง เช่น ครอบครัวแตกแยก มาอยู่หอพัก อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีปัญหามาก การเรียนไม่ดี ฯลฯ หรือเริ่มมีพฤติกรรมที่นำไปสู่การมีปัญหา เช่น เก็บตัว ไม่สนใจเรียน ทำตัวเด่นดัง ฯลฯ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2544, หน้า 21) การส่งเสริมให้เด็กและเยาวชน ได้เรียนรู้ทักษะทางสังคมและกิจกรรมการกระจำง่านนิยมจะช่วยให้เด็กและเยาวชนนำศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้อย่างเต็มที่และมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถปรับตัวและแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม สามารถอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างมีความสุข ดังที่ วอคเกอร์ และคณะ (Walker et al., 1995, p. 203) ได้ศึกษาพบว่า เด็กและเยาวชนที่มีพฤติกรรมที่เสี่ยงในด้านต่าง ๆ เหล่านี้ เช่น ความก้าวร้าว มีความรู้สึกไม่สบายใจกับข้อใจ มีความยุ่งยากลำบากในการจัดการกับความโกรธ และมักใช้วิธีในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นไม่เหมาะสม โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมเป็นเครื่องมือทางการแนะแนวประเภทหนึ่งในการส่งเสริมให้นักเรียนมีประสบการณ์ในการเรียนรู้ถึงพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม และเป็น การช่วยให้ นักเรียนปรับตัวได้สอดคล้องกับบุคคลและสถานการณ์ เมื่อนักเรียนได้รับการฝึกทักษะทางสังคมและสามารถแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมแล้ว จะทำให้นักเรียนได้รับการยอมรับทาง

สังคมและได้รับแรงเสริมทางสังคม ซึ่งอาจส่งผลให้นักเรียนประพฤตินที่ห่างไกลจากพฤติกรรมที่นำไปสู่ปัญหาในด้านต่าง ๆ ได้ ดังที่ ละเอียค ชูประยูร (2523, หน้า 47) กล่าวว่า การฝึกทักษะทางสังคม (social skills training) คือ การนำเทคนิคแม่แบบต่าง ๆ เพื่อช่วยให้ผู้ที่มีปัญหาด้านการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นหรือผู้ที่มีความยากลำบากในการปฏิสัมพันธ์ในสังคมได้อย่างเหมาะสม และยังช่วยให้บุคคลมีประสบการณ์ด้วยตนเองโดยตรง ซึ่ง จอห์นสัน (Johnson, 1980 อ้างถึงใน สมใจ ลักษณ์, 2529, หน้า 15) กล่าวว่า ทักษะทางสังคมหมายถึง ความสามารถในการสื่อสาร ทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน การรู้จักทำงานร่วมกันและการยอมรับนับถือกันเป็นรากฐานของการสร้างบุคลิกภาพให้เกิดความมุ่งมั่นในการปรับตัวได้ทุกโอกาส และมีความสำเร็จสูง ทั้งในปัจจุบันและการทำงานในอนาคต ดังที่ งานวิจัยของ ھرรษา แก้วพูลปกรณ์ (2541, หน้า 55) ที่กล่าวว่า ผลจากการฝึกทักษะทางสังคมให้กับนักศึกษาพบว่า ช่วยลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ นอกจากนี้ กิจกรรมการกระจ่ายค่านิยมก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่สามารถช่วยให้บุคคลที่มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหาด้านต่าง ๆ ได้รู้จักคิด และกล้าตัดสินใจเลือกแนวทางในการปฏิบัติที่เหมาะสม อันเป็นสิ่งที่ทำให้เขาได้แสดงพฤติกรรมที่สังคมยอมรับ ซึ่งสอดคล้องกับ อุบลรัตน์ ภูประสพพร (2530, หน้า 5) ที่ให้ความเห็นว่า การสอนหรือการจัดกิจกรรมด้วยวิธีการกระจ่ายค่านิยมมีจุดมุ่งหมายให้ผู้เรียนได้ค้นพบตัวเอง และยึดหลักการประพฤตินที่ถูกค้ดอง โดยแสดงออกมาในรูปของความเชื่อ เจตคติ และพฤติกรรมที่เหมาะสมตามความต้องการของสังคมได้ ดังที่ กรมวิชาการ (2539, หน้า 36) ศึกษาพบว่า การใช้กิจกรรมการกระจ่ายค่านิยมพื้นฐานเพื่อพัฒนาชีวิตและอาชีพสามารถสร้างคุณลักษณะที่พึงประสงค์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุดา จันทรสุขโข (2536, หน้า 107) ที่ว่ากิจกรรมการกระจ่ายค่านิยม ทำให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้ เนื่องจากผู้เข้าร่วมกิจกรรมการกระจ่ายค่านิยมได้มีโอกาสแสดงความคิด ซึ่งตรงกับงานวิจัยของ เสาวรส สาริยะ (2540, หน้า 117) ที่กล่าวว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมการกระจ่ายค่านิยมสามารถปรับตัวได้ดีขึ้นเพราะนักเรียนมีระยะเวลาในการนำเอาค่านิยมในการคบเพื่อน ไปปฏิบัติจนเกิดเป็นนิสัย และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น ทั้งโปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมและกิจกรรมการกระจ่ายค่านิยมมีขั้นตอนหรือวิธีการในการจัดกิจกรรมที่จะช่วยลดพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาในด้านอารมณ์ ด้านพฤติกรรม / เกร ด้านพฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง / สมาธิสั้น ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และด้านสัมพันธภาพทางสังคมได้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทดลองนำวิธีการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมและกิจกรรมการกระจ่ายค่านิยมมาใช้ในการลดพฤติกรรมที่เสี่ยงในด้านต่าง ๆ เหล่านี้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนคาราสุมุทร อำเภอกีรราช จังหวัดชลบุรี เพื่อช่วยให้นักเรียนเหล่านี้อยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมและกิจกรรมการกระจำง่าน ค่านิยมที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีปัญหานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนคาราสุมุท อำเภอสรีราชา จังหวัดชลบุรี

สมมติฐานของการวิจัย

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับช่วงเวลาของการทดลอง
2. นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม และกิจกรรมการกระจำง่าน ค่านิยม และกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะหลังการทดลองแตกต่างกัน
3. นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม กิจกรรมการกระจำง่าน ค่านิยม และกลุ่มควบคุม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะติดตามผลแตกต่างกัน
4. นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะหลังการทดลองต่ำกว่าในระะยะก่อนการทดลอง
5. นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะติดตามผลต่ำกว่าระะยะก่อนการทดลอง
6. นักเรียนที่ได้รับการใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะหลังการทดลองและระะยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน
7. นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมการกระจำง่านค่านิยม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะหลังการทดลองต่ำกว่าระะยะก่อนการทดลอง
8. นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมการกระจำง่านค่านิยม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะติดตามผลต่ำกว่าระะยะก่อนการทดลอง
9. นักเรียนที่ได้รับการฝึกกิจกรรมการกระจำง่านค่านิยม มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานในระะยะหลังการทดลองและระะยะติดตามผลไม่แตกต่างกัน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. นักเรียนมีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหานลดลงและสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข
2. เป็นประโยชน์แก่ครู อาจารย์ และบุคคลที่เกี่ยวข้อง จะได้พิจารณาและวิเคราะห์โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมและกิจกรรมการกระจำง่านค่านิยมก่อนที่จะนำไปใช้ตามความ

เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อใช้ในการลดพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหาของนักเรียนในระดับ
ชั้นต่าง ๆ ต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
โรงเรียนคาราสุมุท อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 ที่มีพฤติกรรมที่
เสี่ยงต่อการมีปัญหา

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน
คาราสุมุท อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี ที่มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหา จำนวน 28 คน
สอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมการทดลอง ได้ผู้ที่สมัครใจจำนวน 18 คน สุ่มอย่างง่ายมา
18 คน หลังจากนั้นสุ่มอย่างง่ายอีกครั้งเพื่อแบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มละ 6 คน กลุ่มทดลองที่ 1
ใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม กลุ่มทดลองที่ 2 ใช้กิจกรรมการกระจำคำนิยาม และกลุ่มที่ 3
เป็นกลุ่มควบคุมที่ได้รับกิจกรรมตามปกติซึ่งไม่ได้ใช้โปรแกรมทักษะทางสังคมและกิจกรรม
การกระจำคำนิยาม

2. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า มี 2 ตัว คือ

2.1 ตัวแปรอิสระ (independent variable)

2.1.1 วิธีการทดลองลดพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหาของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 2 แบ่งออกเป็น 3 วิธี ได้แก่

2.1.1.1 โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม

2.1.1.2 กิจกรรมการกระจำคำนิยาม

2.1.1.3 กิจกรรมปกติ

2.1.2 ช่วงเวลาในการวัดพฤติกรรมเสี่ยง แบ่งออกเป็น 3 ช่วง ได้แก่

2.1.2.1 ระยะเวลาก่อนการทดลอง

2.1.2.2 ระยะเวลาทดลอง

2.1.2.3 ระยะเวลาหลังการทดลอง

2.2 ตัวแปรตาม (dependent variable) คือ พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหา

นิยามศัพท์เฉพาะ

พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการมีปัญหา คือ พฤติกรรมที่นักเรียนประพฤติเบี่ยงเบนไปจากปกติ ที่ก่อให้เกิดปัญหาในชีวิตประจำวัน และไม่สามารถอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างปกติสุข โดยวิเคราะห์ตามแบบประเมินตนเองเอส ดี คิว SDQ (พฤติกรรมเสี่ยงต่อการมีปัญหา) ซึ่งแพทย์หญิงพรรณพิมล หล่อตระกูล ได้แบ่ง ออกเป็น 5 ด้าน ดังนี้

1. พฤติกรรมด้านอารมณ์ เช่น เครียด ขาดความมั่นใจในตนเอง มีความกังวลใจ ไม่มีความสุข ท้อแท้ หวาดกลัว มีอาการบ่นปวดศีรษะ ปวดท้อง
2. พฤติกรรมเกร / ความประพฤติ เช่น อาละวาด โมโหง่าย ก้าวร้าว ขุนเขี้ยว ทะเลาะวิวาท โกหก ไม่เชื่อฟัง ชอบขโมย
3. พฤติกรรมอยู่ไม่นิ่ง / สมาธิสั้น เช่น วอกแวกง่าย ก่อกวนเพื่อนในชั้นเรียน ถูกจากห้องบ่อย อยู่ไม่สุข ไม่ค่อยคิดก่อนที่จะตัดสินใจทำอะไร ไม่มีความตั้งใจในการทำงาน
4. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน เช่น ชอบแยกตัวอยู่คนเดียว ไม่มีเพื่อนที่สนิท ถูกเพื่อนรังแก ถูกเพื่อนล้อเลียน เข้ากับใครไม่ค่อยได้
5. พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพกับสังคม เช่น ไม่ชอบสูงส่งกับใคร ไม่สนใจความรู้สึกของผู้อื่น ยึดตนเองเป็นหลัก ขาดเหตุผล

โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคม (Social Skills Training Program หรือ SST) หมายถึง วิธีการฝึกปฏิบัติในการแสดงออก ซึ่งประกอบด้วย การฝึกทักษะในการพูด การฝึกทักษะการสื่อสาร การฝึกทักษะภาษาท่าทางที่เหมาะสมเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มากระตุ้น การฝึกทักษะการทำงานร่วมกันและการยอมรับนับถือกันเพื่อช่วยผู้รับการฝึกได้แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในสังคม โดยใช้โปรแกรมการฝึกทักษะทางสังคมของ โกลด์สไตน์ และคณะ (Goldstein et al., 1980) ดัดแปลงมาจากทฤษฎี แก้วพุลปกรณ์ ปี 2541 ซึ่งกิจกรรมในโปรแกรมประกอบด้วย การแสดงบทบาทสมมติ การใช้ตัวแบบ การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการฝึกทำซ้ำ ๆ

กิจกรรมการระจ่างค่านิยม หมายถึง กระบวนการพัฒนาค่านิยมด้วยตนเอง เน้นที่ความรู้สึกรู้สึก คิดเห็นในการสำรวจค่านิยมของตนภายใต้สถานการณ์ที่กำหนดมี การฟัง การซักถามซึ่งกันและกันจากคำถามนำความคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมด้านอารมณ์ ด้านพฤติกรรม / เกร พฤติกรรมไม่อยู่นิ่ง / สมาธิสั้น พฤติกรรมด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และพฤติกรรมด้านสัมพันธภาพกับสังคม โดยครูมีหน้าที่ในการปลูกฝังค่านิยม คือ การชี้แนะ หรือการจัดการให้มีการชี้แนะโดยการตั้งคำถามเพื่อให้นักเรียนนึกคิดขึ้นมาได้เองว่า ความเชื่อ ทศนคติ พฤติกรรมและ ความรู้สึกของตนที่มีต่อสิ่งหนึ่ง ๆ โดยผู้เรียนเข้ากลุ่มอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น โดยการ

เปรียบเทียบ ข้อดี ข้อเสียของเหตุและผล ตลอดจนผลลัพธ์จากพฤติกรรม ด้วยการพัฒนาคำนิยมตามขั้นตอน ซึ่งจะนำไปตามกระบวนการ 3 กระบวนการ แบ่งเป็นเกณฑ์ 7 ขั้นตอน ของ แรธส์ฮาร์มิน และไซมอน โดย นาคยา ปิรันธนานนท์ ปี 2528 คือ

1. ช่วยให้นักเรียนมีโอกาสเลือกทางเลือกต่าง ๆ โดยเสรี
2. ช่วยให้นักเรียนค้นพบและไตร่ตรองทางเลือกต่าง ๆ เมื่อถึงคราวต้องเลือก
3. ช่วยให้นักเรียนได้พิจารณาผลกระทบของทางเลือกแต่ละทางเลือกโดยรอบคอบ
4. สนับสนุนให้นักเรียน ได้ตระหนักว่า ตนเองชอบและเห็นคุณค่าในสิ่งใด
5. ส่งเสริมให้นักเรียนได้เปิดเผยทางเลือกของตนเองให้คนอื่น ๆ ได้ทราบ
6. ส่งเสริมให้นักเรียนได้กระทำให้สอดคล้องกับทางเลือกที่เลือกแล้ว
7. ช่วยให้นักเรียนได้กระทำให้สอดคล้องกับทางเลือกที่เลือกแล้ว จนกลายเป็นแบบ

แผนในการดำเนินชีวิต