

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

1. รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ
2. สำเนาหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. เรียม ศรีทอง อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาและ
การแนะแนว คณะครุศาสตร์
สถาบันราชภัฏสวนดุสิต
2. ดร.วีระ พังเมือง อุปถัมภ์ราช มณฑลจันทบุรี
โรงเรียนคาราสมุทร
3. ดร.วิจิตรพร หล่อสุวรรณกุล อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัย
ประเมินผลและการบริหารพยาบาล
มหาวิทยาลัยบูรพา



ที่ ทบ 2003/๑๔๔

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

๑๗ มกราคม 2546

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสาริด “พิบูลบำเพ็ญ”
สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวมณฑา อนุรัตน์ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อแรงจูงใจภายในการเรียนรู้
ด้วยตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาริดพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา
2545 ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขออำนาจ
ความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยผู้วิจัยจะขออนุญาต
เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 29 – 30 มกราคม 2546

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3830-3466



ที่ ทม 2003/256

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

๑๘ มกราคม 2546

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
เรียน ดร.วีระ ผังรักษ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แก้วโครงย่อวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวมณฑา อนุรัตน์ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อแรงจูงใจภายในการเรียนรู้
ด้วยตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา ในความ
ควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ
เพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี
จึงขอกความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466



ที่ ทม 2003/๘๖

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

๑๔ มกราคม 2546

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน ดร.วิจิตรพร หล่อสุวรรณกุล

สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวมณฑา อำนวยรัตน์ นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อแรงจูงใจภายในการเรียนรู้
ด้วยตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา
2545 ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้าง
เครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าว
เป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัย
ของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466



ที่ ทม 2003/226

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

๒4 มกราคม 2546

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน รองศาสตราจารย์ ดร.วิวัฒน์ ศรีทอง

สิ่งที่ส่งมาด้วย คำขอวิจัยวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวมณฑา อำนวยศรี นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้
ด้วยตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ มหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา
2545 ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.สมคิด บุญเรือง ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้าง
เครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าว
เป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ เพื่อการวิจัย
ของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ภาคผนวก ข

1. โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง
2. แบบวัดแรงจูงใจภายในฉบับนักเรียน

โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้รู้จักความสามารถของตนเอง
2. เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนรับรู้ความสามารถของตนเองและมีความภาคภูมิใจในความสามารถของตนเอง
3. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาความสามารถของนักเรียนเพื่อให้เกิดแรงงูใจภายใน

โปรแกรมพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง นี้ประกอบด้วยสามส่วนคือ

- | | |
|-----------------|--|
| ส่วนที่ 1 | ปฐมนิเทศ สร้างความคุ้นเคย |
| ส่วนที่ 2 | การจัดกิจกรรมพัฒนาความสามารถของตนเอง ซึ่งมีทั้งหมด 8 กิจกรรม |
| ส่วนที่ 3 | ปัจฉินิเทศ |
| ระยะเวลาการอบรม | จัดกิจกรรมทั้งหมด 10 ครั้ง ครั้งละประมาณ 45-60 นาที |

ส่วนที่ 1

ปฐมนิเทศ

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกทุกคนได้รับทราบจุดมุ่งหมายของการเข้าร่วมกิจกรรมและตกลงร่วมกันเกี่ยวกับกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เพื่อสร้างบรรยากาศความคุ้นเคยเป็นกันเองระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิก
3. เพื่อสร้างสัมพันธภาพและความไว้วางใจระหว่างเพื่อนสมาชิกด้วยกันเอง

เวลาที่ใช้ 30 นาที

สื่อหรืออุปกรณ์

1. กำหนดการปฏิบัติกิจกรรม ระเบียบข้อบังคับ
2. กระดาษเขียนรายละเอียดเกี่ยวกับตนเอง

สถานที่ ห้องแนะแนว

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยทักทายสมาชิกกลุ่มและแนะนำตัวผู้วิจัย
2. ผู้วิจัยบอกถึงวัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้
3. ผู้วิจัยดำเนินการชี้แจงระเบียบข้อบังคับ วิธีการ ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม
4. เข้าสู่กิจกรรม “แนะนำตัวเอง” โดยการแจกกระดาษให้สมาชิกเขียนรายละเอียดเกี่ยวกับตนเอง เช่น ชื่อ-นามสกุล ชื่อเล่น จำนวนพี่น้อง วิชาที่ชอบเรียน อาหารที่ชอบ งานอดิเรกที่ชอบทำ สิ่งประทับใจที่สุดในชีวิต กิจกรรมที่ชอบทำในยามว่าง เป็นต้น ใช้เวลาประมาณ 10 นาที
5. ให้สมาชิกทั้งหมดยืนหันหน้าเข้าหากันสองแถวๆละ 3 คน
6. ให้สมาชิกแต่ละคนแลกเปลี่ยนรายละเอียดของตนให้กันอ่าน
7. จับคู่กัน เป็น 3 คู่ ผลัดกันออกมาแนะนำเพื่อนจากรายละเอียดที่อ่านและบอกความประทับใจจนครบทุกคู่
8. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมโดยชวนให้สมาชิกกลับเข้านั่งที่เดิม
9. ผู้วิจัยซักถามถึงความรู้สึกในการเข้าร่วมกิจกรรม
10. ให้สมาชิกบอกข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม ให้สมาชิกซักถาม พร้อมแจกกำหนดการของกิจกรรมครั้งต่อไปให้สมาชิกทราบ

การประเมินผล

1. สังเกตจากการตั้งใจฟังผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ
2. สังเกตจากปฏิกิริยาของสมาชิกขณะร่วมกิจกรรม และการเสนอข้อคิดเห็น

ส่วนที่ 2

กิจกรรมเพื่อพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง ที่มีต่อแรงจูงใจภายในการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ชื่อกิจกรรม การรับรู้ความสามารถของตนเอง

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกได้สำรวจผลงานที่ตนเองประสบความสำเร็จ และภาคภูมิใจ
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกชื่นชมในความสำเร็จของกันและกัน

เวลาที่ใช้ 45 นาที

สื่อหรืออุปกรณ์

1. แบบสำรวจความสามารถของตนเอง
2. ใบงาน เอกลักษณ์ของฉัน
3. เทปเพลง
4. สมุดบันทึก

วิธีดำเนินการ

1. กล่าวทักทายสมาชิก และให้สมาชิกร่วมกันเป็นวงกลมหันหน้าเข้าหากัน แนะนำกิจกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง
2. ผู้วิจัยแจกแบบสำรวจความสามารถของตนเอง แล้วให้เขียนคำตอบลงในแบบสำรวจนั้น โดยผู้วิจัยจะเปิดเพลงเบาๆคลอไปด้วย เพื่อเป็นการผ่อนคลาย
3. แต่ละคนนำแบบสำรวจความสามารถของตนเอง ผลัดกันออกมาแนะนำ แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเอกลักษณ์ของแต่ละคน
4. สมาชิกเขียนสรุปเอกลักษณ์ของตนเองที่ได้จากแบบสำรวจตนเอง
5. ผู้วิจัยร่วมกับสมาชิกร่วมกันเสนอเอกลักษณ์ของตนเองให้เพื่อนสมาชิกทราบ
6. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรม โดยสมาชิกและผู้วิจัยช่วยกันสรุปข้อคิดเห็นที่ได้จากกิจกรรม
7. ผู้วิจัยร่วมสรุป และกระตุ้นให้สมาชิกช่วยกันเสนอข้อคิดเห็น
8. ให้สมาชิกร่วมกันบันทึกสิ่งที่ได้เรียนรู้ลงในสมุดบันทึก

การประเมินผล

สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมและอภิปรายผล

แบบสำรวจความสามารถของตนเอง

ฉันสามารถช่วยผู้อื่นในเรื่องเหล่านี้คือ

.....

.....

.....

.....

ฉันสามารถกระทำได้ต่อไปได้ด้วย

ความสามารถของฉันเอง

.....

.....

.....

.....

ฉันเคยประสบความสำเร็จและภาคภูมิใจ

ในด้าน

.....

.....

.....

.....

ฉันอยากปรับปรุงตนเองเกี่ยวกับ

.....

.....

.....

.....

สรุปแนวคิด

เราทุกคนต่างมีข้อดีและข้อที่ต้องปรับปรุง มีความต้องการ ความสามารถแต่ละคนแตกต่างกันออกไป การกระทำที่จะทำให้ตนเองประสบความสำเร็จก็แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับความสามารถแต่ละคน หากแต่เรารู้จักสำรวจตนเอง ทำให้รู้จักตนเองดีขึ้น รู้ถึงความสามารถของตนเองอย่างแท้จริง และเข้าใจในความต้องการ และความสามารถตนเอง ก็จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตตนเอง

ชื่อกิจกรรม วันนี้ของชินจัง

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกได้เข้าใจความหมาย และวิธีการสร้างแรงจูงใจภายในการเรียนรู้ด้วยตนเอง
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกพัฒนาแรงจูงใจภายในการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนานและเพลิดเพลิน

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

อุปกรณ์

1. ใบงานกิจกรรม “วันนี้ของชินจัง”
2. กรณียศึกษา “วันนี้ของชินจัง”
3. ใบบันทึกกิจกรรมกลุ่มละ 1 แผ่น

สถานที่ ห้องแนะแนว

วิธีดำเนินการ

1. กล่าวทักทายและแบ่งสมาชิกออกเป็น 2 กลุ่มๆละ 3 คน
2. แต่ละกลุ่มเลือกประธาน เลขานุการ เพื่อปฏิบัติหน้าที่จดบันทึกและอภิปรายผล
3. ให้สมาชิกอ่านกรณียศึกษาเรื่อง “วันนี้ของชินจัง”
4. แต่ละกลุ่มอภิปรายประเด็นตามใบงาน
5. ผู้วิจัยและสมาชิกช่วยกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม สรุปประเด็น ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยตนเอง
6. ให้สมาชิกบันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้ลงในสมุดบันทึกของตนเอง

การประเมินผล

1. จากปฏิกิริยาและสนใจในการทำกิจกรรม
2. การสังเกตจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม และการอภิปรายผล

กรณีศึกษา วันนี้ของชินจัง

ชินจัง เป็นเด็กต่างจังหวัดและได้เข้ามาเรียนในกรุงเทพฯ โดยเช่าห้องอยู่เพียงลำพัง ปัจจุบันชินจังประสบความสำเร็จในอาชีพนักร้อง นักดนตรี นักแต่งเพลง และเป็นผู้สร้างผลงานของตนเองทั้งหมด เป็นผู้ดูแลการผลิตให้นักร้องหลายคน และชินจัง ยังมีโรงเรียนสอนเต้นรำเพื่อสอนเยาวชนที่สนใจ

ชินจัง มีความสนใจในเรื่องดนตรีตั้งแต่เล็ก ในระยะแรกสนใจเล่นกีตาร์เพราะความสนุกและเป็นช่วงวัยรุ่นที่เด็กผู้ชายมักสนใจเล่นดนตรี โดยไม่ได้เรียนที่ไหนแต่อาศัยอ่านจากหนังสือ สอบถามจากผู้เล่นเป็นและอาศัยการฝึกฝนและเรียนรู้ด้วยตนเองมาตลอด ซึ่งในช่วงนี้คุณแม่ยังไม่ห้ามแต่ให้ตั้งใจเรียน เมื่อช่วงมัธยมศึกษาตอนปลาย ชินจังได้เล่นดนตรีตอนกลางคืนตามร้านอาหารต่างๆ ซึ่งทำให้ผลการเรียนของชินจังตกลงเมื่อคุณแม่รู้สึกไม่สนับสนุนและสั่งห้ามเล่นดนตรีอีก เพราะเกรงว่าลูกจะละทิ้งการเรียนและมั่วสุมยาเสพติด

ต่อมา ชินจัง ได้เข้าเรียนในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในคณะวิศวกรรมศาสตร์ ชินจัง ยังแอบไปเล่นดนตรีตามร้านอาหารอีกครั้ง เพราะเงินที่คุณแม่ให้ไม่พอใช้จ่าย แต่ไม่อยากขอเงินเพิ่มและอยากได้เงินไปซื้อเครื่องเล่นดนตรีด้วย ชินจัง พยายามศึกษาดนตรี การเล่นกีตาร์ด้วยตนเอง การฝึกซ้อมอย่างหนัก และการชักถามผู้อื่นให้ตนเองมีความชำนาญสูงขึ้นและเริ่มเล่นดนตรีชนิดอื่นๆ อีกหลายชนิด ในขณะที่เดียวกันก็เรียนตามปกติ จนกระทั่งจบมหาวิทยาลัยภายใน 4 ปี แต่ในขณะที่เรียนชินจัง ก็มีโอกาสดำเนินการของตนเอง จนได้รับความนิยมนจากผู้ชื่นชอบในงานของเขา ทุกวันนี้ ชินจัง ก็ยังคงศึกษาเกี่ยวกับการแต่งเพลง การทำเพลง การเต้น และพยายามพัฒนางานของตนเองให้มีคุณภาพขึ้นเรื่อยๆ

ใบงานกิจกรรม วันนี้ของชินจัง

เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรม

45 นาที

คำชี้แจง ให้ดำเนินการดังนี้

1. ให้แต่ละกลุ่มเลือกประธานและเลขานุการ เพื่อปฏิบัติหน้าที่ผู้ดำเนินการอภิปรายและเลขานุการกลุ่มเพื่อปฏิบัติหน้าที่จดบันทึกผลการอภิปรายของสมาชิกในกลุ่ม (5 นาที)
2. ให้ผู้รับการอบรมทุกคนอ่านกรณีศึกษา เรื่อง “ วันนี้ของชินจัง ”
3. สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายและบันทึกผลการอภิปราย แต่ละหัวข้อดังต่อไปนี้
 - 3.1 ทำไม ชินจัง จึงประสบความสำเร็จในด้านการเรียน และด้านดนตรีทั้งที่คุณแม่ห้ามเล่นดนตรีสืบเนื่องมาจากสาเหตุใด
 - 3.2 หาก ชินจัง ละทิ้งการเรียนแล้วมาสนใจดนตรีอย่างเดียว อนาคต ชินจังจะเป็นอย่างไร
 - 3.3 ถ้าชินจัง มุ่งเน้นเรียน โดยละทิ้งการเล่นดนตรี อนาคตชินจังจะเป็นอย่างไร
 - 3.4 จงเล่าชีวิตจริงของคุณที่เคยประสบมา หรือบุคคลที่เรารู้จัก เช่น พ่อ แม่ เพื่อนญาติพี่น้อง ที่มุ่งมั่นจนสำเร็จอย่างชินจัง คุณรู้สึกอย่างไรบ้างกับเขา (คนละ 3 นาที)
 - 3.5 คุณคิดว่าคนที่มีความสำเร็จและไม่สำเร็จในเรื่องการเรียนและการทำงาน มีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง
 - 3.6 คุณคิดว่าจะมีหนทางใดที่จะทำให้มีความตั้งใจเรียนและขยันเรียนมากขึ้น เพื่อให้เรียนสำเร็จดังที่มุ่งหมาย
4. แต่งตัวแทน 1 คน เพื่อรายงานผลการอภิปราย (กลุ่มละ 10 นาที)

แบบบันทึกผลการอภิปราย

กลุ่ม.....
ชื่อประธาน.....
ชื่อเลขานุการ.....
ชื่อผู้ออกไปอภิปรายผล.....

ผลการอภิปรายในหัวข้อดังต่อไปนี้

หลังที่คุณอ่านกรณีศึกษาแล้วคุณคิดว่า

1. ทำไม ชินจัง จึงประสบความสำเร็จในด้านการเรียน และด้านดนตรีทั้งที่คุณแม่ ห้ามเล่นดนตรี
สืบเนื่องมาจากสาเหตุใด

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

2. หาก ชินจัง ละทิ้งการเรียนแล้วมาสนใจดนตรีอย่างเดียว อนาคตชินจังจะเป็นอย่างไร

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

3. ถ้าชินจัง มุ่งเน้นเรียน โดยละทิ้งการเล่นดนตรี อนาคตชินจังจะเป็นอย่างไร

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

4. จงเล่าชีวิตจริงของคุณที่เคยประสบมา หรือบุคคลที่เรารู้จัก เช่น พ่อ แม่ เพื่อนญาติพี่น้อง ที่
มุ่งมั่นจนสำเร็จอย่างชื่นจ้ง คุณรู้สึกอย่างไรบ้างกับเขา (คนละ 3 นาที)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. คุณคิดว่าคนที่มีความสำเร็จและไม่สำเร็จในเรื่องการเรียนและการทำงาน มีสาเหตุมาจากอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. คุณคิดว่าจะมีหนทางใดที่จะทำให้มีความตั้งใจเรียนและขยันเรียนมากขึ้น เพื่อให้เรียนสำเร็จดังที่
มุ่งหมาย

.....

.....

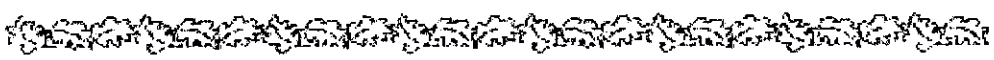
.....

.....

.....

.....

.....



ชื่อกิจกรรม เรียนเก่ง....ใครๆก็ทำได้

จุดมุ่งหมาย

1. นำเสนอตัวแบบผู้ประสบความสำเร็จให้สมาชิกได้เห็นบุคคลอื่น ในการแสดงพฤติกรรม ที่ประสบความสำเร็จในด้านการเรียนรู้ด้วยตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับความสามารถของตนเองในด้านการเรียน

เวลาที่ใช้ 45 นาที

อุปกรณ์

1. เครื่องเล่นวีดิทัศน์
2. วีดิทัศน์ เรื่อง “ เรียนเก่ง....ใครๆก็ทำได้” (จากศูนย์แนะแนวการศึกษาและอาชีพ กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ)

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายและกล่าวนำถึงเรื่องราวของวีดิทัศน์ที่จะเปิดให้สมาชิกได้ชม
2. เปิดวีดิทัศน์เรื่อง “ เรียนเก่ง....ใครๆก็ทำได้” ใช้เวลาประมาณ 25 นาที
3. หลังจากชมวีดิทัศน์แล้ว ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มอภิปรายผลสรุปเรื่องที่ได้ชม ส่งตัวแทนออกมา เล่าหน้าชั้นเรียน
4. ผู้วิจัยสรุปกิจกรรมโดยให้สมาชิกร่วมกันแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องที่ ได้ชมว่า สมาชิก มีความรู้สึกอย่างไร และความคิดเห็นอย่างไร
5. เมื่อสมาชิกมีปัญหาเกี่ยวกับการเรียน สมาชิกสามารถวิเคราะห์ปัญหาได้หรือไม่ และจะแก้ไข ปัญหาอย่างไร
6. การที่จะประสบความสำเร็จ นักเรียนจะปฏิบัติตนอย่างไร
7. ผู้วิจัยกล่าวถึงความสามารถของนักเรียนที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียนได้ เพื่อให้ สมาชิกเกิดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ที่จะประสบความสำเร็จในการเรียนได้

การประเมินผล

จากการตอบคำถาม และแสดงความคิดเห็นของสมาชิก

ชื่อกิจกรรม การวางเป้าหมายในการเรียน

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในการบรรลุความสำเร็จในการเรียน และเชื่อมั่นในการเรียนเพื่อเกิดความสำเร็จในชีวิต
2. เพื่อให้สมาชิกรู้จักการวางเป้าหมายในการเรียน

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

อุปกรณ์

1. ใบงานการวิเคราะห์ปัญหา
2. ใบงานการตั้งเป้าหมายและขั้นตอนการปฏิบัติ

วิธีดำเนินการ

1. กล่าวทักทายและแบ่งผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 3 คน ให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดเกี่ยวกับปัญหาและอุปสรรคในการเรียน โดยมีข้อคำถามดังนี้
 - 1.1 ปัญหาและอุปสรรคในการเรียนของเรามีอะไรบ้าง
 - 1.2 สาเหตุที่แท้จริงของปัญหาคืออะไร
 - 1.3 ผลของปัญหาเหล่านั้นกระทบอะไรบ้าง
2. ให้สมาชิกรวมกลุ่มอภิปรายโดยวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา แบ่งเป็นปัจจัยจากตัวเองและปัจจัยจากสิ่งแวดล้อม และนำเสนอที่ประชุม
3. ให้สมาชิกเขียนเป้าหมาย และแผนการพัฒนาศักยภาพของตนเอง หลังจากนั้นจับคู่กับเพื่อน และอ่านเป้าหมายให้เพื่อนฟัง แสดงความคิดเห็น
4. ให้อาสาสมัครออกมานำเสนอแผนการพัฒนาศักยภาพของตนเองต่อที่ประชุม
5. ให้สมาชิกเก็บแผ่นไว้ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติ การทบทวน และกระตุ้นตนเองในการปฏิบัติตามแผนพัฒนาของตนเองต่อไป
6. ผู้วิจัยกล่าวสรุป

การประเมินผล

1. สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม และอภิปรายผล
2. การวางแผนพัฒนาในการเรียน

การตั้งเป้าหมายและขั้นตอนการปฏิบัติ

คำชี้แจง ให้ท่านเขียนเป้าหมายในการพัฒนาการเรียนของตนเอง

ที่	เป้าหมายในการเรียน	ความสำคัญ	ความเป็นไปได้
		มาก ปานกลาง น้อย	มาก ปานกลาง น้อย
1			
2			
3			

คำชี้แจง เมื่อท่านเขียนเป้าหมายครบ 3 ข้อแล้ว ให้ท่านจัดลำดับความสำคัญและความเป็นไปได้ของเป้าหมาย หลังจากนั้นให้ท่านพิจารณำเป้าหมายที่มีความสำคัญมากและความเป็นไปได้อยู่ระดับปานกลางหรือน้อยมาทำแผนพัฒนาตนเอง ขึ้นต่อไปควรคำนึงถึงปัญหาอุปสรรคที่ทำให้แผนพัฒนาไม่สำเร็จ ตลอดจนวิธีการแก้ไขปัญหาจากตัวท่านเองหรือผู้อื่น

แผนพัฒนาการเรียนของฉัน คือ

.....

.....

.....

แนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหของฉัน

สาเหตุใดในตัวนักเรียนที่เป็นอุปสรรคที่ทำให้นักเรียนปฏิบัติตามแผนฯไม่สำเร็จ

1.....

2.....

3.....

สาเหตุอื่นๆที่เป็นอุปสรรคที่ทำให้นักเรียนปฏิบัติตามแผนฯไม่สำเร็จ

1.....

2.....

3.....

วิธีที่นักเรียนจะป้องกันหรือแก้ไขอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น

- 1.....
- 2.....
- 3.....

บุคคลอื่นที่สามารถช่วยให้ นักเรียนปฏิบัติตามแผนฯได้สำเร็จ

บุคคล

สิ่งที่เขาช่วยนักเรียนได้

- | | |
|--------|-------|
| 1..... | |
| 2..... | |
| 3..... | |



ชื่อกิจกรรม กำไรชีวิต

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกมีความมุ่งมั่นในการเรียนรู้ด้วยตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกประสบความสำเร็จจากความมุ่งมั่นให้ได้ตามเป้าหมาย

เวลาที่ใช้ 45 นาที

อุปกรณ์

1. บทความเรื่อง “กำไรชีวิต”
2. ใบกิจกรรมการสะสมแต้มปี

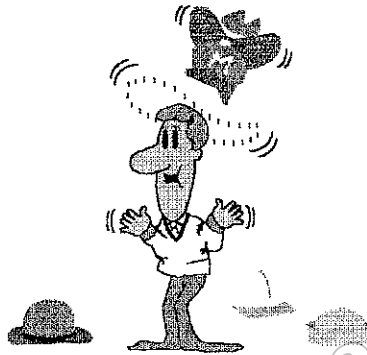
วิธีดำเนินการ

1. กล่าวทักทายและแจกภาพสะสมปี 5 ดวงให้ สมาชิกพลัดกันพิจารณารายละเอียดของภาพ
2. แจกรายละเอียดของสี่ต่างๆของสะสมปี ให้สมาชิกอ่าน
3. ให้สมาชิกตอบคำถามจากใบงานที่ผู้วิจัยแจกให้
4. แต่ละคนออกไปอภิปรายหน้าชั้นเรียน และสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมหน้าชั้นเรียน
5. ผู้วิจัยร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการทำกิจกรรม
6. ผู้วิจัยกระตุ้นให้สมาชิกเกิดความเข้าใจในการเปรียบเทียบของกิจกรรมเกี่ยวกับสี่ของสะสมปี

ประเมินผล

สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการเสนอข้อคิดเห็นของสมาชิก

กำไรชีวิต



ชีวิตเราได้มีการสะสมสิ่งต่าง ๆ ไว้ในแต่ละวันมากมาย และอาจจะมีอะไรต่อเนื่องถึงวันต่อ ๆ ไปด้วย วันที่ผ่านมามอาจเป็นวันแห่งความสุข สดชื่น และจะทำให้วันรุ่งขึ้นเป็นวันที่เราเพียบพร้อมไปด้วยความเชื่อมั่นที่จะทำสิ่งต่าง ๆ

การสะสมสะสมเปรียบเทียบกับความรู้สึกละเอียด ๆ ที่คุณสะสมไว้ ความรู้สึกที่สะสมไว้นี้ อาจมีทั้งความรู้สึกละเอียดบวกและความรู้สึกทางลบ ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่คุณได้รับ

กิจกรรมการสะสมแต้มปี

สมมติว่า ให้คุณสะสมแต้มปีหลากหลายสี โดยแต้มปีมีรายละเอียดของสีต่างๆ ดังนี้

แต้มปี
(สีแดง)

หมายถึง

อารมณ์และความรู้สึก ไม่พอใจ อารมณ์ พยาบาท
จนเกลียดจนขัง

แต้มปี
(สีน้ำเงิน)

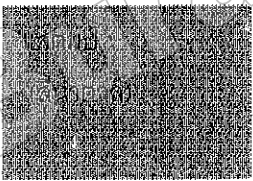
หมายถึง

อารมณ์และความรู้สึกเศร้าสร้อย ผิดหวัง ซ้ำใจ โศกสลด
รันทด น้อยเนื้อต่ำใจ

แต้มปี
(สีขาว)

หมายถึง

อารมณ์และความรู้สึกว่าตนเองดีเด่น บริสุทธิผุดผ่อง ผู้ใด
กล่าวตำหนิไม่ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เข้าไปคิดว่าถูกต้องเสมอ



หมายถึง

อารมณ์และความรู้สึกผิด จากการกระทำของตนเองต่อ
บุคคลอื่น อยากขอโทษ ขออภัย และปรับปรุงตัวให้ดีกว่านี้

แต้มปี
(สีทอง)

หมายถึง

อารมณ์และความรู้สึกพึงพอใจต่อตนเอง รู้ว่าตนเองมี
คุณค่า รู้สึกไว้วางใจตนเองและผู้อื่น เป็นความภาคภูมิใจ
มีชัยชนะ ประสบความสำเร็จ

ใน 7 วัน ผ่านมา

คุณสะสมแต้มปัสี มากที่สุด
รองลงมา คือ แสตมป์ปัสี.....
และน้อยที่สุดคือ แสตมป์ปัสี.....

คุณพบว่า

สิ่งที่คุณพอใจ จะให้เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน

คือ.....
.....

สิ่งที่คุณไม่อยากให้เกิดขึ้นกับชีวิตของคุณเลย

คือ.....
.....

สิ่งที่คุณเคยรักในอดีต

คือ.....
.....

อารมณ์และความรู้สึกใด มักจะเกิดขึ้นกับคุณบ่อยๆ

คือ.....
.....

คนที่คุณรักมากที่สุดในชีวิต

คือ.....
.....

เหตุการณ์ประทับใจที่คุณไม่เคยลืมเลย

คือ.....
.....

ชื่อกิจกรรม การมองโลกในแง่ดี

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกมองโลกในแง่ดี
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกมีกำลังใจที่จะฝ่าฟันอุปสรรคได้
3. เพื่อให้สมาชิกสามารถยอมรับข้อดี และข้อบกพร่องของตนเองและผู้อื่นได้
4. เพื่อให้สมาชิกได้รู้จักตนเอง

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

อุปกรณ์

แบบบันทึกการร่วมกิจกรรมการพัฒนากการมองโลกในแง่ดี

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายและกล่าวนำถึงการมองโลกในแง่ดี
2. ให้สมาชิกแต่ละคนออกมากล่าวถึงความหมายของการมองโลกในแง่ดี ตามความเข้าใจของสมาชิกเอง ทีละคน คนละ 3 นาที
3. แจกแบบบันทึกการร่วมกิจกรรมการพัฒนากการมองโลกในแง่ดี ให้สมาชิกปฏิบัติ ในเวลา 30 นาที
4. ผู้วิจัยและสมาชิกร่วมกันสรุปความเข้าใจเกี่ยวกับการมองโลกในแง่ดีมีผลอย่างไรกับเรา
5. ผู้วิจัยให้สมาชิกเสนอความคิดเห็นร่วมกัน

การประเมินผล

1. สังเกตจากการให้ความหมายของการมองโลกในแง่ดี ในความคิดของสมาชิก
2. สังเกตจากการตอบแบบบันทึกการร่วมกิจกรรมการพัฒนากการมองโลกในแง่ดี
3. การมีส่วนร่วมในการเสนอความคิดเห็น

แบบบันทึกการร่วมกิจกรรมการพัฒนาการมองโลกในแง่ดี

1. การมองโลกในแง่ดี เป็นองค์ประกอบหนึ่งของการพัฒนาทางอารมณ์ (EQ) ตามแนวคิดของ
เราเอง มีอะไรบ้าง

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

2. การมองโลกในแง่ดีเป็นฐานความเชื่อที่สำคัญในการสร้างพลังใจในการเรียน

.....

.....

.....

.....

3. การมองโลกในแง่ดี

- ตัวเอง.....
- เพื่อน.....
- ครอบครัว.....
- ในชั้นเรียน.....

4. การฝึกตนเองแบบง่ายๆ

- เมื่อถูกถามว่าสบายดีหรือเปล่า.....
- การมองดูน้ำครึ่งแก้ว.....
- การบอกตัวเองด้วยประโยคสั้นๆ.....
- การจินตนาการ.....

5. ปัญหาที่ต้องการคำตอบ

- จะช่วยเพื่อนที่เป็นพวกมองโลกในแง่ร้ายได้อย่างไร
-
-
-

● เมื่อตัวเราเริ่มมองโลกในแง่ร้ายจะอย่างไร

.....

.....

.....

● ทำอย่างไรจึงจะยังคงมีความคิดเชิงบวกอยู่เสมอ

.....

.....

.....

● ความคิดเชิงบวกหรือการมองโลกในแง่ดี ทำให้เราถูกเอาเปรียบหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

6. กิจกรรม

มองหาคนที่เรารักและประทับใจมาก โดยเขียนคุณลักษณะเด่นๆ มา 3 ข้อ

เหตุผล

1.	
2.	
3.	

มองดูตัวเองในลักษณะการมองในแง่ดี มา 10 ข้อ

ข้อคิดเห็น

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

มองต่อไปว่าตัวเรามีอะไรไม่ดีบ้าง มา 10 ข้อ

ข้อคิดเห็น

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ชื่อกิจกรรม ฉันทเหมือนสัตว์อะไร

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกรู้จักตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้สมาชิกรู้จักยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น
3. เพื่อส่งเสริมแรงจูงใจและความมั่นใจ

เวลาที่ใช้ 45 นาที

อุปกรณ์

1. บัตรแข็งหรือกระดาษสำหรับเขียนภาพ 5x8 นิ้ว เท่าจำนวนสมาชิก
2. ดินสอ หรือปากกาสี ที่หนีบกระดาษ

วิธีดำเนินการ

1. แจกบัตรกระดาษเปล่า ดินสอหรือปากกาสี และที่หนีบกระดาษให้สมาชิกทุกคน
2. ให้สมาชิกทุกคนเปรียบเทียบตนกับสัตว์ โดยให้สมาชิกพิจารณาจากนิสัยของตัวเองกับสัตว์ชนิดนั้นๆ หรือกิริยาท่าทาง ความเก่ง ความกลัว ความแข็งแรง ความอ่อนแอ โดยเปรียบเทียบตัวเองในขณะนี้ให้ใกล้เคียงกับสัตว์ชนิดนั้นให้มากที่สุด ใช้เวลาประมาณ 10 นาที
3. เมื่อคิดได้แล้ว ให้สมาชิกเขียนชื่อและวาดภาพของสัตว์ชนิดนั้นลงบนกระดาษที่แจกให้ แล้วหนีบกระดาษติดที่หน้าอก ผู้วิจัยต้องชักชวนให้สมาชิกเขียนเอง
4. เมื่อสมาชิกเขียนและติดไว้ที่หน้าอกเสร็จแล้ว ให้สมาชิกแต่ละคนออกมาอธิบายถึงเหตุผลว่าทำไมสมาชิกคิดว่าตนเองเป็นสัตว์นั้นๆ ผู้วิจัยใช้วิธีการหมุนเข็มทิศหาผู้โชคดีในการลุกขึ้นอธิบายเพื่อเพิ่มความสนุกสนาน
5. สมาชิกลุกขึ้นอธิบายตัวเอง ต้องบอกก่อนว่าตัวเองเหมือนกับสัตว์อะไร พร้อมทั้งบอกเหตุผลทำไมสมาชิกจึงคิดว่าเหมือนสัตว์ชนิดนั้น อาจจะอ้างถึงเหตุการณ์หรือพฤติกรรมที่แสดงออกมาบางครั้งก็ได้ จนสมาชิกสามารถสรุปข้อดี และข้อเสียของสัตว์ชนิดนั้นๆ เพื่อเปรียบเทียบกับคุณลักษณะของตัวเอง ผู้วิจัยต้องช่วยในการซักถาม และให้สมาชิกคนอื่นพิจารณาว่าเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย
6. ผู้วิจัยตั้งการให้รางวัลหรือหาผู้ชนะ โดยสังเกตจากความเหมาะสมของเหตุผล หรือสามารถบอกได้หลายเหตุผลเป็นหลัก
7. ผู้วิจัยร่วมอภิปราย โดยมีคำถามเกี่ยวกับเนื้อหาว่า
 - 7.1 สมาชิกคิดว่าตัวเองเหมือนสัตว์อะไร เพราะอะไร
 - 7.2 สัตว์ที่เลือกมีส่วนคืออย่างไร ส่วนเสียอย่างไร
 - 7.3 สมาชิกส่วนใหญ่เลือกสัตว์อะไร เพราะอะไร
 - 7.4 มีสัตว์กี่ชนิดที่สมาชิกทั้งหมดเลือกเป็น

8. ผู้วิจัยร่วมอภิปราย โดยมีคำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นส่วนตัว
 - 8.1 สมาชิกรู้จักข้อดีข้อเสียของตัวเองอย่างไร
 - 8.2 สมาชิกรู้ถึงความแตกต่างระหว่างคนกับสัตว์ อย่างไรบ้าง
 - 8.3 สมาชิกเคยสังเกตพฤติกรรมของตัวเองที่แตกต่างจากคนอื่นหรือไม่ อย่างไร
 - 8.4 ในสายตาของคนในครอบครัวมองสมาชิกอย่างไร เพราะอะไร

การประเมินผล

1. สังเกตจากการตอบคำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นส่วนตัวของสมาชิกแต่ละคน
2. ส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ข้อเสนอแนะต่างๆ

ชื่อกิจกรรม แหม่มจ๋า....

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ และเข้าใจถึงความต้องการสิ่งที่ท้าทายความสามารถของตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกยอมรับพฤติกรรมของตนเอง

เวลาที่ใช้ 45 นาที

อุปกรณ์

1. กรณีศึกษาเรื่อง “ แหม่มจ๋า ”
2. ใบงานในการตอบคำถาม

วิธีดำเนินการ

1. ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มเป็น 2 กลุ่ม
2. แจกกรณีศึกษาเรื่อง “ แหม่มจ๋า ” ให้สมาชิกทุกคนอ่าน
3. เมื่ออ่านจบ ผู้วิจัยแจกใบงานเป็นคำถาม 5 ข้อ ให้สมาชิกตอบ ใช้เวลาประมาณ 15 นาที
4. สมาชิกร่วมกันอภิปรายโดยส่งตัวแทนกลุ่มละ 1 คนอภิปรายให้เพื่อนฟัง
5. ผู้วิจัยและสมาชิกร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกรณีศึกษา

การประเมินผล

1. จากปฏิกิริยาและความสนใจในการทำกิจกรรม
2. กระตุ้นให้สมาชิกช่วยกันเสนอความคิดเห็น
3. สังเกตจากการตอบคำถามตามความเข้าใจ ในกรณีศึกษา

เรื่อง “แฮมมิ่งจ๋า”

แฮมมิ่งและนุ้ย เป็นเพื่อนรักกันมาตั้งแต่เรียนชั้นประถมศึกษา แฮมมิ่งเป็นลูกกำพร้า พ่อแม่แยกทางกัน จึงให้ยายเลี้ยงดู แม่ไปทำงานที่กรุงเทพฯ นานๆ จึงจะกลับมาเยี่ยมลูก แต่ก็สนับสนุนส่งเสริมให้ลูกสาวคนเดียวได้เล่าเรียนอย่างเต็มที่ และอุ่นใจที่แฮมมิ่งที่ได้เพื่อนอย่างนุ้ย เพราะนุ้ยเรียนเก่ง มาจากครอบครัวที่อบอุ่น พ่อของนุ้ยรับราชการทหาร แม่เป็นครู เมื่อนุ้ยและแฮมมิ่งเรียนจบชั้นประถมศึกษา ก็สอบเข้าเรียนสตรีประจำจังหวัดได้ทั้งคู่ แต่เรียนคนละห้อง ต่างเริ่มมีเพื่อนกลุ่มใหม่ นุ้ยอยู่กลุ่มวิชาการ แต่แฮมมิ่งได้กลุ่มอาชีพะ มีวิชาเลือกเป็นวิชาชีพคือ คหกรรมศาสตร์ และธุรกิจ ผลการเรียนของนุ้ยและแฮมมิ่งเริ่มแตกต่างกันพร้อมๆ กับพัฒนาการทางร่างกาย แฮมมิ่งเป็นสาวกว่า แต่งหน้าทาขี้ผึ้ง ทำผมแปลกๆ มาโรงเรียนเสมอ อาจารย์เห็นว่าไม่เหมาะสมจึงเรียกไปตักเตือน นุ้ยได้แต่มองอยู่ห่างๆ เมื่อมีโอกาสก็ซักถามเรื่องการเรียนบ้าง แฮมมิ่งรู้สึกว่าการเรียนของนุ้ยดูดีและไม่สนุกเลย จึงแสดงท่าทีเบื่อหน่ายและคอยหลบเลี่ยงเมื่อเห็นนุ้ย

เมื่อทั้งสองเรียนจบชั้น ม.3 นุ้ยเรียนต่อ ม.4 สายสามัญที่โรงเรียนเดิม และแฮมมิ่งได้มาสอบเข้าแผนกคหกรรมศาสตร์ของวิทยาลัยเทคนิค มีเพื่อนในกลุ่มมาเรียนด้วย แฮมมิ่งจึงเหมือนเป็นควาของของกลุ่มคหกรรม เวลาค้นผ่านกลุ่มเด็กช่าง (อุตสาหกรรม) มีเสียงเรียกขานชื่อแฮมมิ่งและแซวด้วยความตลกคะนอง แฮมมิ่งรู้สึกว่ามีคนสนใจเพิ่มมากขึ้น เริ่มคุยและทักทายกับเด็กช่างอย่างสนุกสนาน เมื่อมีความว่างจากการเรียน แฮมมิ่งกับเพื่อนๆ จะนัดกับเด็กกลุ่มช่างไปเดินเที่ยวห้างสรรพสินค้าและดูภาพยนตร์ บางทีมีความว่างไม่ตรงกัน แฮมมิ่งจะเริ่มโดดเรียนบางวิชา เพื่อนในกลุ่มของแฮมมิ่งจะมี แอน คัล คา และก้อย ต่างก็สนุกกับการโดดเรียน และมีแฟน

ครั้งหนึ่ง นุ้ย เพื่อนเก่า ได้พบแฮมมิ่งซ้อนท้ายรถจักรยานยนต์ เด็กหนุ่มคนหนึ่ง ไปซื้อของที่ตลาด แฮมมิ่งบอกนุ้ยว่า “พี่ศักดิ์ เป็นเพื่อนรุ่นพี่บ่าวช่างไฟฟ้า ทำงานอยู่การไฟฟ้า นุ้ยได้แค่คิดว่า ทำไมแฮมมิ่งจึง มีแฟนเร็วจัง เพิ่งอายุ 16 ปีเรียน ปวช. 2 เท่านั้น ถ้าหากเป็นอย่างนุ้ยอยู่ชั้น ม. 5 ปีหน้าอยู่ ม.6 กว่าที่จะจบมหาวิทยาลัยอีกตั้ง 4-5 ปี จึงจะมีสิทธิ์มีแฟนได้”

แฮมมิ่งกระซิบบอกนุ้ยก่อนจากกันว่า “อย่าไปบอกยายของแฮมมิ่งนะว่าแฮมมิ่งมีแฟน”

แต่แล้วเมื่อเปิดภาคเรียนที่สองไปได้ 2 สัปดาห์ แฮมมิ่งก็โทรศัพท์มาที่บ้านนุ้ยตอนสี่ทุ่มน้ำเสียงร่อนรน “นุ้ย..... ตอนนี้แฮมมิ่งอยู่ที่บุรีรัมย์ บ้านพี่ศักดิ์ แฮมมิ่งออกจากบ้านมา 5 วันแล้ว นุ้ยไปหายายทีนะ แล้วบอกว่าไม่ต้องเป็นห่วง แฮมมิ่งสบายดี พี่ศักดิ์เขาจะหาผู้ใหญ่มาขอขมา”

นุ้ยแทบช็อกกับข่าวของแฮมมิ่ง นุ้ยนำข่าวไปบอกยายทั้งน้ำตา ยายเสียใจมากร้องไห้และบอกนุ้ยว่า “แฮมมิ่งไม่รักตัวเอง แฮมมิ่งไม่รักยาย”

อนาคตของแฮมมิ่งก็คือสิ่งที่แฮมมิ่งเลือกเอง พี่ศักดิ์ทำงานเป็นคนขับรถซึ่งเป็นลูกจ้างชั่วคราว มีบ้าน พักเล็ก ๆ และขับแคบ อยู่กันหลายคน แฮมมิ่งจึงต้องพาสามีมาอยู่ที่บ้านยาย ด้วยวัยเพียง 18 ปี แฮมมิ่งมีลูกสองคนแล้ว กำลังหางานทำ

นุ้ยสอบเอ็นทรานซ์เข้ามหาวิทยาลัยในคณะที่ต้องการได้สมใจ เมื่อกลับมาที่จังหวัดภูมิลำเนา ก็มักไปเยี่ยมแฮมมิ่งและลูกเสมอ แฮมมิ่งร้องไห้ทุกครั้งที่ได้เจอนุ้ย ตั้งปณิธานไว้ว่าจะอบรมสั่งสอนให้ลูกตั้งใจเรียนหนังสือ คบเพื่อนดี ๆ และไม่ตัดสินใจผิด ๆ เหมือนแฮมมิ่งเป็นอันขาด

ใบงานตอบคำถามตามความเข้าใจ

1. จากเรื่อง “เหม่ม่จ้...” นักเรียนอ่านแล้วรู้สึกอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. นักเรียนคิดว่า อะไรคือสาเหตุให้เหม่ม่กับน้ยต้องห่างเหินกัน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. นักเรียนคิดว่า ชีวิตของเหม่ม่ที่เป็นเช่นนั้น เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. มีข้อคิดใดเป็นข้อสรุปสำหรับชีวิตของน้ยและเหม่ม่

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. นักเรียนคิดว่า เพื่อนมีบทบาทต่อแผนชีวิตของคุณหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

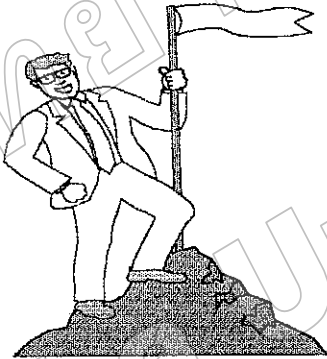
.....

.....

.....

.....

.....



ส่วนที่ 3

ปัจฉิมนิเทศ

ชื่อกิจกรรม ปัจฉิมนิเทศ

จุดมุ่งหมาย

1. เพื่อให้สมาชิกรับรู้ความสามารถของตนเองและการเรียนรู้ด้วยตนเอง
2. เพื่อให้สมาชิกสามารถสร้างแรงจูงใจภายในตนเองได้

เวลาที่ใช้ 1 ชั่วโมง

อุปกรณ์

1. ใบงาน “ ถ้วยรางวัลแห่งชีวิตของฉัน ”

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยกล่าวเกริ่นเรื่อง ความสามารถของคนเราไม่เท่ากัน (5 นาที)
2. แจกใบงานเรื่อง “ ถ้วยรางวัลแห่งชีวิตของฉัน ” ให้กับสมาชิก
3. ให้สมาชิกทำกิจกรรมตามใบงาน ใช้เวลา 20 นาที
4. โดยผู้วิจัยเปิดเพลงคลอเบา ๆ ไปด้วยในขณะที่สมาชิกทำกิจกรรม เป็นการผ่อนคลาย
5. ให้สมาชิกแต่ละคนออกมานำเสนอถ้วยรางวัลแห่งชีวิตของตนเอง หน้าชั้นเรียนให้เพื่อนฟัง
6. ให้สมาชิกแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแบบแผนชีวิตของตนเอง

การประเมินผล

สังเกตจากการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

จากปฏิกิริยาในการตอบคำถาม และการแสดงความคิดเห็น

ถ้วยรางวัลแห่งชีวิตของฉัน

สถานที่ที่นักเรียนอยากจะไป ไป
แล้วมีความสุข

- 1.....
- 2.....
- 3.....

ความสำเร็จอันยิ่งใหญ่ในชีวิต
นักเรียน

- 1.....
- 2.....
- 3.....

ให้บอกบุคคลที่นักเรียนประทับใจ
พร้อมให้เหตุผล

- 1.....
- 2.....
- 3.....

ให้โฆษณาตัวเองว่าตัวเองมี
ความสามารถอะไร

- 1.....
- 2.....
- 3.....

บอกสิ่งที่นักเรียนกระตือรือร้น
อยากจะทำ ทำแล้วมีความสุข
ทางอารมณ์

- 1.....
- 2.....
- 3.....

นักเรียนควรจะพูดให้เพื่อนเกิด
แรงจูงใจในการเรียนได้ว่าอย่างไร

- 1.....
- 2.....
- 3.....

แบบวัดแรงจูงใจภายในการเรียนรู้ด้วยตนเอง

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความที่ให้ไว้แล้วพิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่าตรงกับความรู้สึก ความคิด และตั้งใจในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักเรียนตามสภาพที่เป็นจริง มากน้อยเพียงใด โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ไม่แน่ใจ” “ค่อนข้างไม่จริง” หรือ “ไม่จริง” เพียงช่องเดียวในแต่ละข้อ

ข้อความ	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่แน่ใจ	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1. การได้ทำสิ่งที่ข้าพเจ้าสนใจไม่สำคัญเท่ากับการได้ทำสิ่งที่อาจารย์ต้องการ					
2. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าการประสบความสำเร็จจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีคุณค่าต่อข้าพเจ้ามากกว่าการได้รับรางวัลเกียรติยศ					
3. ข้าพเจ้าชอบทำงานต่างๆ ด้วยตนเองมากกว่าที่จะอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่น					
4. ข้าพเจ้าคิดและลงมือกระทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนด้วยตนเอง					
5. ข้าพเจ้าต้องการทำงานที่ง่ายมากกว่างานที่ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่					
6. ข้าพเจ้าชอบงานที่ยากเพราะว่าเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถ					
7. ข้าพเจ้าพอใจในการแก้ปัญหาด้วยตนเองเสมอๆ					
8. ข้าพเจ้าชอบทำงานที่แปลกใหม่ มากกว่างานที่ซ้ำๆ					
9. ข้าพเจ้าอยากเรียนรู้วิชาต่างๆ ด้วยตนเองอย่างเต็มที่					

ข้อความ	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่แน่ใจ	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
10. ข้าพเจ้าต้องการทำงานตามความคิดของตนเองมากกว่าตามคำสั่ง					
11. ข้าพเจ้าเรียนเพื่อให้ผ่านพ้นไปวันๆ หนึ่งก็เพียงพอแล้ว					
12. ข้าพเจ้าชอบค้นหาคำตอบของสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง					
13. โดยปกติข้าพเจ้าไม่มีการวางแผนอะไร เพราะว่าเป็นการยากสำหรับข้าพเจ้าที่จะทำตามแผนนั้น					
14. ข้าพเจ้าเชื่อว่าการทำงานด้วยความสามารถของตนเองให้ได้จะไม่มี ความหมายเลย ถ้าไม่มีใครชื่นชมยกย่อง					
15. งานใดที่ข้าพเจ้าลงมือทำโดยไม่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้าง ข้าพเจ้ารู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง					
16. ข้าพเจ้าเชื่อว่าถ้ามีความสนใจอยู่แล้ว ก็สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง					
17. ข้าพเจ้าวางแผนงานก่อนการทําส่งต่างๆ ด้วยตนเองอยู่เสมอๆ					
18. ข้าพเจ้าชอบงานที่ไม่ต้องใช้ความพยายามมากนัก					
19. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกพอใจมาก หากข้าพเจ้าเป็นคนตัดสินใจริเริ่มทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง					
20. งานที่ข้าพเจ้าพอใจทำอย่างยิ่งคือ งานที่ข้าพเจ้ามีส่วนรับผิดชอบอย่างเต็มที่					

ข้อความ	จริง	ค่อนข้าง จริง	ไม่แน่ใจ	ค่อนข้าง ไม่จริง	ไม่จริง
21. เมื่อข้าพเจ้าได้ทำงานตามความสามารถ ของตนเองอย่างเต็มที่ ข้าพเจ้ารู้สึก เพลิดเพลินมาก					
22. ข้าพเจ้ามีความกระตือรือร้นที่จะทำสิ่ง ต่างๆ ด้วยตนเอง					
23. ข้าพเจ้ามักทำสิ่งต่างๆ ด้วยความอยากรู้ อยากเห็นอยู่เสมอ					
24. ข้าพเจ้าต้องการค้นหาว่า จริงๆ แล้ว ข้าพเจ้าทำงานได้เพียงใด					
25. ข้าพเจ้าแสดงความกระตือรือร้นในการ ทำงานเพื่อให้เป็นที่ชื่นชอบของครู อาจารย์					
26. ข้าพเจ้ามักสนใจศึกษากระบวนการ ทำงานของสิ่งต่างๆ ด้วยตนเอง					
27. ข้าพเจ้าชอบกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ ข้าพเจ้าแสดงความคิดแปลกๆ ใหม่ๆ อย่างอิสระ					
28. ข้าพเจ้ามักมีข้อสงสัยอยากรู้ต่อสิ่งที่ ข้าพเจ้าได้ยิน เห็น หรืออ่านอยู่เสมอ					
29. ความสำเร็จของข้าพเจ้ามักเกิดขึ้นด้วย ความบังเอิญ					
30. เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำงานข้าพเจ้า มักวางแผนการทำงาน และจะเริ่มทำ ตามแผนที่					
31. ข้าพเจ้าเพลิดเพลินและจดจ่อในการ ค้นหาสิ่งที่ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ด้วย ตนเอง					

ข้อความ	จริง	ค่อนข้างจริง	ไม่แน่ใจ	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
32. บางครั้งข้าพเจ้าสนุกในการทำงานจนกระทั่งลืมเวลา					
33. ข้าพเจ้าชอบเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่ข้าพเจ้าสนใจ					
34. ข้าพเจ้าชอบทำงานที่ง่าย ไม่ยุ่งยากซับซ้อน					
35. ข้าพเจ้าต้องการงานที่ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะทำสำเร็จมากกว่างานที่ทำท้อความสามารถ					
36. ข้าพเจ้าต้องการให้ครูอาจารย์บอกถึงขั้นตอนทุกอย่างในการทำงาน					
37. ข้าพเจ้าชอบที่จะคิดและตัดสินใจทำงานด้วยตนเอง					
38. ยามที่ข้าพเจ้ายังเพิกเฉยกับวิชาที่เรียน ข้าพเจ้าไม่คำนึงถึงคะแนนที่ได้รับ					
39. ข้าพเจ้ายินดีที่จะค้นหาคำตอบในสิ่งที่ข้าพเจ้าไม่รู้ด้วยตนเอง ถึงแม้จะใช้เวลานาน					
40. ข้าพเจ้าคิดว่า การได้คะแนนมากๆ เป็นสิ่งสำคัญในการเรียน					
41. ข้าพเจ้าจะเรียนรู้เฉพาะสิ่งที่ครูอาจารย์กำหนดไว้เป็นสิ่งที่เพียงพอแล้ว					
42. ข้าพเจ้าพอใจงานที่มีคนตั้งเป้าหมายหรือกำหนดวิธีการไว้ให้แล้ว					