

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

รายงานผลการวิจัย
การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
Using Group Dynamics for Developing Self-concept of
Secondary School Students

คณะผู้วิจัย

คุณทลี จริยาปยุกต์เลิศ

วิชชุดา ฐิติโชติรัตน

สายใจ พัวพันธ์

อุบล สาทิตะกร

อทิทยา พรชัยเกตุ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ทุนสนับสนุนการวิจัยจาก สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ

พ.ศ. 2540

ISBN 974-573-443-8

คณะผู้ช่วยนักวิจัย

- | | |
|--------------------|-------------|
| 1. นางสาวศิริรัตน์ | ไกรสังข์ |
| 2. นายสาโรจน์ | ไชยธรรม |
| 3. นางนิจิพร | ห่มชูจันทร์ |
| 4. นายชาติชาย | สุโข |
| 5. นายสมภพ | คาสติชัย |
| 6. นายคมสัน | พยุวงษ์ |
| 7. นางสมพร | ดอกไม้กลิ่น |
| 8. นางศรีสรรค์ | คูพัฒน์ |
| 9. นางสาววารุณี | สุรังสี |
| 10. นางขวัญยืน | การะกิจ |
| 11. นายอัมพล | สุขสร |
| 12. นายสุเมธ | คงสวัสดิ์ |

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
สารบัญภาพ	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	4
สมมติฐาน.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
ขอบเขตการวิจัย.....	7
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	8
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	11
แนวคิดเกี่ยวกับมโนภาพแห่งตน.....	11
การพัฒนาการรู้จักตนเอง.....	19
แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์.....	26
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	42

	หน้า
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	45
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	45
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	47
การดำเนินการทดลอง.....	54
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล	57
ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	58
ตอนที่ 2	
2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนมโนภาพแห่งตนของ นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่ม สัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน.....	60
2.2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนมโนภาพแห่งตนของ นักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมการ เรียนตามสภาพปกติของโรงเรียน.....	63
ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย ต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน การอภิปรายผล	65
การอภิปรายผล	75
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ.....	78
สรุปผลการวิจัย.....	78
ข้อเสนอแนะ.....	80
บรรณานุกรม.....	82

ภาคผนวก ก.	ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12	85
ภาคผนวก ข.	โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง การใช้ชุดกิจกรรม กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียน มัธยมศึกษาตอนต้น	125
	แบบสังเกตการฝึกปฏิบัติการกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์.....	130
	แบบสำรวจมโนภาพแห่งตน.....	131
	แบบประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์.....	135
	รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ.....	136
	ประวัติผู้วิจัย	137

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
3.1	แสดงจำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนพณิชยการ โรงเรียนแสนสุข และ โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์.....	46
3.2	แสดงลำดับ ชื่อ และวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนานโยบายแห่งตน	52
4.1	ร้อยละของนักเรียนกลุ่มควบคุมจำแนกตามเพศ โรงเรียน และ ชั้นปีที่ศึกษา.....	58
4.2	ร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองจำแนกตามเพศ โรงเรียนและ ชั้นปีที่ศึกษา.....	59
4.3	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนน นโยบายแห่งตนก่อนและหลัง การร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานโยบายแห่งตนของ นักเรียน โรงเรียนพณิชยการ จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา.....	60
4.4	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนน นโยบายแห่งตนก่อนและหลัง การร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานโยบายแห่งตนของ นักเรียน โรงเรียนแสนสุข จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา.....	62
4.5	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนน นโยบายแห่งตนก่อนและหลัง การร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานโยบายแห่งตนของ นักเรียน โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา....	63
4.6	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนน นโยบายแห่งตนก่อนและหลัง การร่วมกิจกรรมการเรียนการสอนตามสภาพปกติในโรงเรียน ของนักเรียนกลุ่มควบคุม โรงเรียนพณิชยการ โรงเรียน แสนสุข และ โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ จำแนกตามชั้นปี ที่ศึกษา	64

ตาราง

หน้า

4.7	แสดงค่าเฉลี่ยการประเมินผลของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการจัด กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12..	66
4.8	ปัญหาที่พบของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12.....	67
4.9	ข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12	70
4.10	ความคิดเห็นของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการร่วมโครงการวิจัย การใช้ ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน	73

สารบัญภาพประกอบ

หน้า

ภาพ ก. แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย	6
---------------------------------------	---

ชื่อเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

ผู้วิจัย กุณฑล จรียาปยุกต์เลิศ
 วิชชุดา จูติโชติรัตนนา
 สายใจ พัวพันธ์
 อุบล สาทิตะกร
 อทิทยา พรชัยเกตุ

ปีที่ทำวิจัย 2538

ทุนสนับสนุนการวิจัย งบประมาณแผ่นดิน สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบมโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ศึกษาความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยที่มีต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ใช้เวลาในการทดลอง 12 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ จำนวนทั้งสิ้น 348 คน ผลการวิเคราะห์ค่าที (t-test) พบว่า คะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้ง 3 โรงเรียน หลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนสูงกว่าคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน จำนวน 12 กิจกรรม ของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย พบว่า บรรลุวัตถุประสงค์ในระดับมาก-มากที่สุด ปัญหาสำคัญที่พบได้แก่ การร่วมกลุ่มมีการแบ่งแยกเพศ ส่วนข้อเสนอแนะ ได้แก่ การแบ่งกลุ่มให้คละนักเรียนในแต่ละกลุ่ม ให้มีนักเรียนหญิงมากกว่าหนึ่งคน และผู้ทำกิจกรรมสามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมและยกตัวอย่างประกอบเพิ่มเติมได้ตามความเหมาะสม อาจารย์ไม่ควรกล่าวตำหนิหรือวิพากษ์วิจารณ์นักเรียนในแง่ลบ นอกจากนี้อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยให้ความคิดเห็นต่อการร่วมโครงการวิจัยนี้ที่สำคัญได้แก่ การ

ร่วมโครงการทำให้อาจารย์มีโลกทัศน์กว้างขึ้น ลดความเข้มนวดกับนักเรียนทำให้อาจารย์และนักเรียนยอมรับซึ่งกันและกัน ส่วนนักเรียนได้รู้จักและเข้าใจตนเอง สามารถนำประสบการณ์ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

TITLE : Using Group Dynamics for Developing Self-concepts of Secondary School Student

RESEARCHERS : Kuntalee Jariyapayukiert

Widchuda Titichotratana

Saichai Paupan

Ubol Sathitakorn

Atittaya Pornchaikate

YEAR : 1996

FUNDED BY : National Budget

Abstract

This research is aimed to compare self concept in Secondary School Students before and after participating in self concept developing of group dynamic activities. Survey and evaluation have been carried out in order to find out teacher assistants' opinion toward using of group dynamic activity package for developing Self concept. It took 12 weeks on experiment. The sample groups were Secondary School Students of Panatpittayakarn School, Saensuk School and Nongreemongkolsuksawat School, all together 348 students. The result of T-test analysis found that the scores of self concepts of all three school students after joining the group dynamic activities were statistical significant higher than those did not at 0.05 level.

The evaluation of group dynamic activity package by teacher assistants were found that objective achievement is at a high-very high level. However, the major problem was group joining has been classified by sex.

Suggestions and recommendation : focus should give on group setting. A combination of boys and girls in each group was more than one girl. Teachers were able to adjust their activities or add more instruments and give additional examples (if needed). Teachers should not attack or criticize students. In addition, teacher assistants

share their opinion that participatings on this research have opened up their world view and reduced their strictness which resulted to mutual acceptance. For the students, they learned to understand themselves and able to apply these experiences in their daily lives.

กิติกรรมประกาศ

งานวิจัยชิ้นนี้สำเร็จลุล่วงดีก็ด้วยความร่วมมือจากหลายฝ่าย ขอขอบคุณ หัวหน้าหน่วยศึกษานิเทศก์ และอาจารย์ชดช้อย สุวรรณพิศ ศึกษาานิเทศก์ เขตการศึกษา 12 กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ที่ได้ประสานงานเพื่อดำเนินการวิจัยเป็นอย่างดี ขอขอบคุณ อาจารย์ชัยศักดิ์ ปกพันธ์ ผู้อำนวยการโรงเรียนพนัสพิทยาคาร อาจารย์ปรีดา เชื้อตระกูล ผู้อำนวยการโรงเรียนแสนสุข และอาจารย์พรณี หมั่นศรี ผู้ช่วยผู้อำนวยการโรงเรียนแสนสุข อาจารย์อำนาจ เวียงพล อาจารย์ใหญ่โรงเรียนหนองริมมงคลสุขสวัสดิ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ อำนวยความสะดวกต่าง ๆ สนับสนุนให้การดำเนินการทดลองภายในโรงเรียนเป็นไปด้วยดี

ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.พวงรัตน์ บุญญานุรักษ์ คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ให้การสนับสนุนการวิจัย และขอขอบคุณ อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยทุกท่านและนักเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคน ที่ได้มีส่วนร่วมกับการวิจัยมาโดยตลอด รวมทั้งได้แบ่งปันประสบการณ์อันมีค่าซึ่งถือเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้การวิจัยนี้บรรลุเป้าหมาย คณะผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งประทับใจ

คณะผู้วิจัย

มกราคม 2540

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา

มนุษย์เป็นระบบชีวิตที่มีการจัดระเบียบซับซ้อน มีส่วนประกอบคือ ระบบต่าง ๆ ในร่างกายเป็นระบบย่อย มีความสัมพันธ์เป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างแยกออกจากกันไม่ได้ มนุษย์จึงต้องปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมตลอดเวลา ทั้งที่เป็นสิ่งเร้าจากภายในและภายนอก ปฏิกริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าอาจเป็นปฏิกริยาจากหน่วยเล็ก ๆ หน่วยหนึ่ง หรือในหน่วยที่ใหญ่ขึ้น คือ พฤติกรรมของมนุษย์เพื่อปรับหรือต่อสู้กับสิ่งเร้า เป็นผลรวมของการตอบสนองร่วมกันทั้งร่างกายและจิตใจของบุคคล ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมที่บุคคลอาศัยอยู่ เนื่องจากร่างกายและจิตใจไม่ได้เป็นอิสระจากกันและกัน แยกออกจากกันไม่ได้ ผลที่เกิดขึ้นกับร่างกายจะมีผลไปถึงจิตใจและสิ่งที่กระทบกระเทือนบุคคลจะมีผลไปถึงส่วนประกอบคือทั้งร่างกายทุกส่วนและจิตใจได้ ดังนั้น จึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับบุคคลที่จะต้องรักษาภาวะสมดุลไว้ เพื่อจะได้ปฏิบัติการกิจของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสุขในชีวิต และมีคุณภาพชีวิตที่ดี บุคคลที่อยู่ในวัยเรียน โดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้น หรือเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อจากเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ เป็นช่วงแห่งการเจริญเติบโต มีสมรรถภาพในการเรียนรู้เพิ่มขึ้น เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงและเกิดสิ่งใหม่ ๆ ขึ้นในชีวิต นั่นคือ มีสิ่งเร้าทั้งจาก ภายในและภายนอกมากมายมากระทบ ดังนั้นผู้ใหญ่ ครู และผู้เกี่ยวข้องควรจะได้ศึกษาเด็กในวัยนี้ให้เข้าใจ เพื่อสั่งสอน ส่งเสริมให้สามารถปฏิบัติการกิจทั้งด้านการเรียนและส่วนตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมได้อย่างกลมกลืน มีมโนภาพแห่งคนในด้านดี มีภาวะสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ สามารถรักษาภาวะสมดุลของระบบชีวิตไว้ได้ด้วยวิธีการที่แยบยล

จากการระดมความคิดเห็นของเด็กและเยาวชน กลุ่มเด็กนักเรียนในระบบการศึกษาในการประชุมระดมความคิดเห็นเรื่อง “เวทีสิทธิเด็ก” ในวันที่ 25 มกราคม 2534 ซึ่งจัดโดยสภาองค์การพัฒนาลูกและเยาวชน ได้ความเห็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาในระบบการศึกษาดังนี้ (2534 : 75-78)

1. สภาพสังคมไม่เอื้ออำนวยให้นักเรียนได้แสดงบทบาทสิทธิและหน้าที่อันพึงมีได้แก่ ส่งเสริมค่านิยมแก่งแย่งแข่งขัน เพื่อให้ผลการเรียนดี สังคมไม่ค่อยยอมรับฟังความคิดเห็นของนักเรียน สังคมยังปล่อยให้สิ่งที่ไม่เหมาะสมกับเด็กเกิดขึ้นมากมาย (เช่น สถานเริงรมย์ รายการวิทยุ โทรทัศน์ สิ่งพิมพ์ ฯลฯ เป็นต้น)

2. ระบบการศึกษาไม่เอื้อต่อการพัฒนาและไม่สอดคล้องกับชุมชน สร้างความตึงเครียดให้กับนักเรียนมุ่งเน้นการเรียนการสอนเพื่อเป็นเจ้าคนนายคน สอนให้นักเรียนเอาตัวรอด มุ่งผลิตคนเพื่อป้อนสู่ระบบทุนนิยม ครูไม่มีประสิทธิภาพ บางคนมีค่านิยมเผด็จการทางความคิดระบบการศึกษาไม่ส่งเสริมความเป็นประชาธิปไตยในโรงเรียน การแนะแนวการศึกษาไม่เพียงพอ และขาดประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ มัลลิกา นิตยาพร (2534 : 8-9) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ความนึกคิดของเด็กไทยยุคพัฒนา” โครงการการติดตามนักเรียนที่จบประถมศึกษาปีที่ 6 รุ่นแรกของหลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 ในระดับมัธยมศึกษา พบว่า นักเรียนที่มีโอกาสเรียนต่อมัธยมศึกษาตอนต้น รู้สึกว่าการเรียนระดับประถมศึกษากับมัธยมศึกษามีความแตกต่างกันมาก ทั้งวิธีการเรียนและการปฏิบัติของครูต่อนักเรียน นักเรียนต้องปรับตัวอย่างมาก ครูปฏิบัติต่อกลุ่มนักเรียนที่เรียนเก่ง กับกลุ่มที่เรียนไม่เก่งแตกต่างกันมาก ทำให้นักเรียนบางคนเกิดความรู้สึกท้อถอยไม่อยากเรียน สำหรับกลุ่มนักเรียนที่จบมัธยมศึกษาปีที่ 3 แล้วเข้าทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมให้ความคิดเห็นจากประสบการณ์ตรงของตนเองคือ ความรู้พื้นฐานที่ได้รับจากโรงเรียนไม่เพียงพอทำให้การขวนขวายเรียนด้วยตนเองยากลำบากมากขึ้นและมีปัญหาในการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลหลาย ๆ ระดับ จึงให้ข้อเสนอแนะไว้ว่า โรงเรียนควรจะเป็นแหล่งความรู้ทั่วไปมีข่าวสารเกี่ยวกับตลาดแรงงานไว้ด้วย และควรจัดกิจกรรมกลุ่มให้มากขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนมีประสบการณ์ในการปรับตัวให้เข้ากับคนอื่น ๆ ซึ่งมีความจำเป็นมาก

จากที่กล่าวมาข้างต้นสะท้อนให้เห็นข้อเรียกร้องต้องการของเด็กนักเรียน ซึ่งหากไม่ได้รับการแก้ไขก็อาจส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การปรับตัวทั้งในชีวิตการเรียนการทำงานและส่วนตัวของเด็กและอนาคตของเด็กได้เนื่องจากครูเป็นบุคคลที่มีเวลาใกล้ชิดกับนักเรียนไม่ต่ำกว่า 180 วัน/ปี จำเป็นจะต้องพัฒนาบทบาทด้านการพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนให้สอดคล้องกับสภาพการณ์ดังกล่าว ในวงการศึกษามีการปฏิรูปการศึกษาจากหลักของคิวอี้ (John Dewey) ที่ว่าโรงเรียนควรมีหน้าที่ในการเตรียมเด็กให้สามารถเผชิญชีวิตในสังคมได้ ไม่ใช่แต่เพียงการถ่ายทอดความรู้เท่านั้น และจากคำพูดที่สำคัญของคิวอี้ คือ

Learning by doing ได้กลายมาเป็นหลักในการจัดการศึกษาที่เน้นการรวมกลุ่มเพื่อการเรียนรู้ การรวมกลุ่มเพื่อการทำงาน การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตร การให้นักเรียนปกครองตนเอง เป็นต้น นั่นคือ กระบวนการกลุ่ม หรือกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะช่วยครูให้ส่งเสริมผู้เรียนในการฝึกทักษะการทำงานร่วมกัน เช่น ความร่วมมือในการเป็นผู้ให้และผู้รับ การควบคุมตัวเอง การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม การยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่น การรู้จักสิทธิของตนเองและผู้อื่น ฝึกทักษะทางปัญญา เช่น การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าการคิดอย่างมีเหตุผล ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ผลของการใช้กระบวนการกลุ่มจะส่งผลให้บุคคลพัฒนาโมโนภาพแห่งตนไปในด้านดี นั่นคือ บุคคลจะมีภาวะสุขภาพจิตดีด้วย ดังนั้นหากเด็ก ๆ ได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนและได้รับการฝึกอบรมให้รู้จักการอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกันในโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอในรูปแบบกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อเตรียมตัวสำหรับการทำงานที่ดียิ่งขึ้นในอนาคต ก็จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสังคมไทยอย่างกว้างขวาง

บุคคลในวัยรุ่นตอนต้น หรือเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นบุคคลที่อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อจากวัยเด็ก ไปสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่เด็กเริ่มวางแผนการใช้ชีวิตในอนาคตของตนเอง การพัฒนาเยาวชนของชาติจึงนับว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง การส่งเสริมให้เด็กเกิดมโนภาพแห่งตนในทางที่ดี จะช่วยเสริมสร้างให้เด็กมีบุคลิกภาพที่ดี มีพฤติกรรมที่เหมาะสม มีความสามารถในการปรับตัว มีความเชื่อมั่นในตนเอง ตระหนักในคุณค่าและยอมรับในความสามารถของตนเอง มโนภาพแห่งตนในด้านดีจะส่งผลให้เด็กเป็นผู้มีประสิทธิภาพในการเรียนการทำงานและการดำรงชีวิตในสังคม ตลอดจนช่วยพัฒนาศักยภาพในการคิด การตัดสินใจ และการแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วย อันจะส่งผลให้เด็กมีความเชื่อมั่นที่จะก้าวเข้าสู่วัยต่าง ๆ ได้อย่างมั่นคง มีความสมบูรณ์ทางอารมณ์และจิตใจ ในทางตรงกันข้ามเด็กที่มีมโนภาพแห่งตนในด้านไม่ดีก็จะเกิดความรู้สึกเป็นปมด้อย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มีความวิตกกังวลในเรื่องต่าง ๆ ได้ง่าย ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ ความสามารถในการปรับตัว และการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นไม่ดีเท่าที่ควร ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตตามมา ดังการศึกษาของ คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1959 : 87-92) ซึ่งได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมโนภาพแห่งตนกับความกังวลใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 จำนวน 102 คน พบว่า นักเรียนที่มีมโนภาพแห่งตนในทางที่ดี จะมีความกังวลใจน้อยกว่านักเรียนที่มีมโนภาพแห่งตนในทางไม่ดี ซึ่งมักจะถอยหนีเก็บตัวและหมกมุ่นกับความคิดของตน และสอดคล้องกับการศึกษาของ ฮาเมด (Hamed, 1967 : 225-239) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมโน

ภาพแห่งตนกับการปรับตัวของวัยรุ่น จำนวน 170 คน พบว่า วัยรุ่นที่มีมโนภาพแห่งตนในทางดีจะสามารถปรับตัวในเรื่องต่างๆ ได้ดีกว่าวัยรุ่นที่มีมโนภาพแห่งตนในทางที่ไม่ดี งานด้านการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชนั้นมีทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาทางจิต การดูแลผู้เจ็บป่วยทางจิตและการฟื้นฟูสุขภาพจิต ดังนั้นบทบาทหนึ่งของพยาบาลจิตเวชคือการส่งเสริมสุขภาพจิตให้แก่บุคคล ครอบครัว ชุมชน ให้สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างปกติสุข คณะผู้วิจัยจึงได้ทำการวิจัยเรื่องการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยเอื้อให้ครูอาจารย์ในโรงเรียน ได้นำไปใช้ในการเสริมสร้างสมรรถนะในการปรับตัวของนักเรียน ให้เป็นเยาวชนที่มีคุณภาพ อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาประเทศต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบมโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2, 3 ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน แยกแต่ละชั้นปีการศึกษา และขนาดของโรงเรียน
2. เพื่อศึกษาความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยที่มีต่อชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

1. เป็นแนวทางในการส่งเสริมและปรับปรุงกิจกรรมการเรียนการสอนของโรงเรียน เพื่อเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนและวุฒิภาวะทางอารมณ์ของนักเรียน
2. เป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักเรียนตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น
3. เป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองสำหรับนักเรียน เพื่อให้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น

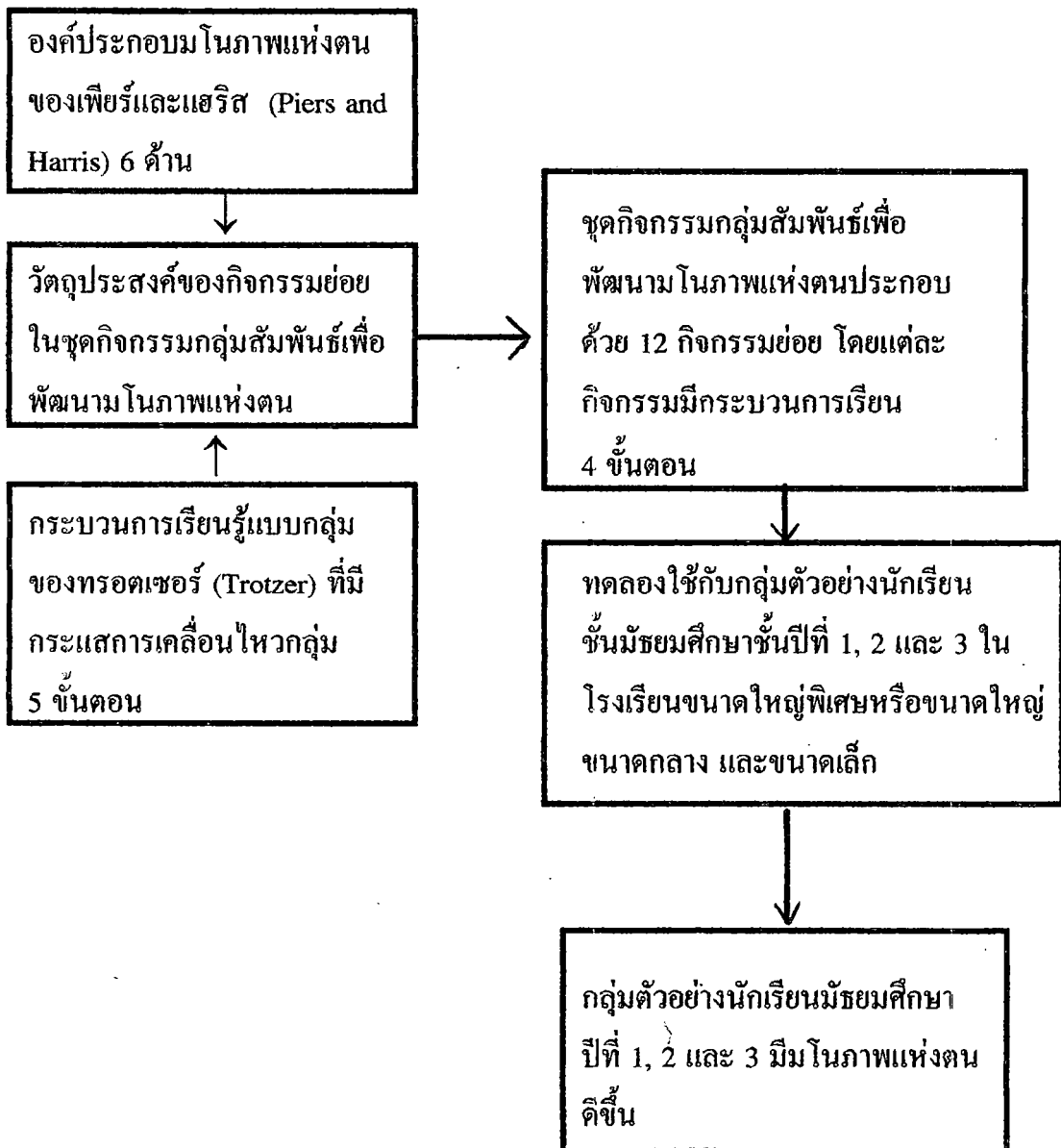
สมมติฐาน

1. มโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยจึงได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้

ภาพ ก. แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย



ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 ของโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก ได้แก่ โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ ที่ศึกษาในภาคต้น ประจำปีการศึกษา 2538 ชั้นปีละ 40 คน

2. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

2.1 ตัวแปรต้น คือ ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ชั้นปีที่ศึกษา และขนาดของโรงเรียน

2.2 ตัวแปรตาม คือ คะแนนมโนภาพแห่งตน

3. เวลาที่ใช้ในการทดลองครั้งนี้ ใช้เวลาในคาบอิสระหรือคาบกิจกรรมชุมนุมหรือคาบแนะแนว สัปดาห์ละ 1 คาบ รวมทั้งสิ้น 12 สัปดาห์

4. ครู อาจารย์ ที่ร่วมการทดลองใช้กิจกรรม ได้แก่ อาจารย์ผู้สอนวิชา วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ สังคมศึกษา อุตสาหกรรม ลูกเสือ และแนะแนว

5. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองคือ ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้องค์ประกอบตามแบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส (Piers & Harris Children's Self-concept Scale) ผนวกกับกระบวนการเรียนรู้โดยกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotzer) ซึ่งมีกระแสดการเปลี่ยนแปลงที่เลื่อนไหลอย่างต่อเนื่อง 5 ระยะเวลากระบวนการกลุ่มในแต่ละกิจกรรมย่อยมีองค์ประกอบ 4 ขั้นตอน คือ ชี้นำเข้าสู่การเรียนรู้ โดยการกระตุ้นความรู้ความเข้าใจจากประสบการณ์เดิม ขั้นกระบวนการกลุ่ม ขั้นสรุปความคิดรวบยอด และขั้นการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ชุดกิจกรรมนี้มี 12 กิจกรรม คือ

- | | |
|--------------|--------------------------------------|
| กิจกรรมที่ 1 | มารู้จักกันเถอะ |
| กิจกรรมที่ 2 | สิ่งที่ฉันเป็น |
| กิจกรรมที่ 3 | ยังจำได้ไหม |
| กิจกรรมที่ 4 | เราจะไปด้วยกันนะ (ไปคนเดียวไม่เอาละ) |
| กิจกรรมที่ 5 | คุณเลือกได้ |
| กิจกรรมที่ 6 | กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้ |

กิจกรรมที่ 7	ไม้หลายแบบ
กิจกรรมที่ 8	มันอยู่ที่ใจ
กิจกรรมที่ 9	ชีวิตเป็นสุข
กิจกรรมที่ 10	ผู้นำที่แท้
กิจกรรมที่ 11	แผ่นพับความดี
กิจกรรมที่ 12	อยากขบใจสักครั้ง

ข้อตกลงเบื้องต้น

การทดลองครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างได้จากนักเรียนซึ่งอาสาสมัครเข้าร่วม โครงการกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนที่จัดขึ้นในคาบกิจกรรมชุมนุม หรือคาบอิสระ หรือคาบแนะแนว การทดลองครั้งนี้ดำเนินการให้สอดคล้องกับ โปรแกรมการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนในสภาพการณ์ที่เป็นจริง จึงทำให้มีข้อจำกัดในการคัดเลือกกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมให้มีคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนการทดลองใกล้เคียงกันได้

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. มโนภาพแห่งตน (Self concept) หมายถึง การรับรู้ที่บุคคลมีต่อตนเอง เกี่ยวกับรูปร่างลักษณะ ความสามารถ สมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ตลอดจนความรู้สึกลึกซึ้ง ความเชื่อ ค่านิยม เจตคติ และความคาดหวังที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะพัฒนาขึ้นจากประสบการณ์ การเรียนรู้ และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสิ่งแวดล้อม ซึ่งสามารถวัดได้โดยใช้แบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส (The Piers-Harris Children's Self-concept Scale) ซึ่งมีองค์ประกอบ 7 ด้าน คือ

1. ด้านพฤติกรรม (behavior) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับการแสดงออกของตนเอง
2. ด้านสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน (intellectual and school Status) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้อย่างแม่นยำและความสามารถที่จะจดจำและระลึกถึงสิ่งที่ผ่านมาได้ และสภาพชีวิตในโรงเรียน

3. ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ (physical appearance and attributes) หมายถึงรูปร่าง หน้าตา ลักษณะทั่วไป และการแสดงออกของแต่ละบุคคลที่มีรูปแบบเฉพาะ และแสดงออกเป็นประจำเสมอ ๆ

4. ด้านความวิตกกังวล (anxiety) หมายถึง สภาวะความรู้สึกที่รบกวนความรู้สึกนึกคิดตลอดเวลา ทำให้เกิดความกังวลเป็นทุกข์หรือมีปัญหา

5. ด้านความเป็นคนที่น่าสนใจ (popularity) หมายถึง เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อนฝูง คนรู้จัก

6. ด้านความสุขความพอใจ (happiness and satisfaction) หมายถึง มีความสุขในความคิดหรือการกระทำในสิ่งต่าง ๆ

7. ด้านลักษณะรวม (total scores) หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดต่อตนเองรวมทั้ง 6 องค์ประกอบที่กล่าวมา

เนื่องจากคำว่า "Self concept" เป็นคำที่มีการใช้ต่างกัน เช่น อัตมโนทัศน์ มโนภาพแห่งตน ความคิดเกี่ยวกับตนเอง ภาพลักษณ์ของตน เป็นต้น สำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้คำว่า "มโนภาพแห่งตน" แทนความหมายของคำว่า "Self concept"

2. กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงของกลุ่มจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งความสัมพันธ์ของสมาชิกแต่ละคนภายในกลุ่มนั้นก่อให้เกิดอารมณ์ที่ดึงดูดให้สมาชิกกลุ่มเกิดความเข้าใจตนเอง และผู้อื่น นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และพฤติกรรมได้ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์นี้สร้างขึ้นโดยใช้อุปกรณ์ประกอบ 6 ด้านจากแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองของเพียร์และแฮร์ริส (Peirs and Harris) คือ ด้านพฤติกรรม ด้านสภาพทางสติปัญญา และสถานภาพในโรงเรียน ด้านรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ ด้านความวิตกกังวล ด้านความเป็นคนที่น่าสนใจ และด้านความสุขความพอใจ ผนวกกับกระบวนการเรียนรู้โดยกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotzer, 1977) ซึ่งมีกระแสดการเปลี่ยนแปลงที่เคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่อง 5 ระยะ ได้แก่ ระยะสร้างความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ระยะการยอมรับ ระยะการรับผิดชอบ ระยะการแก้ไขเปลี่ยนแปลง และระยะยุติกลุ่มผนวกกับกระบวนการเรียนในแต่ละกิจกรรมซึ่งจะต้องประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 การนำเข้าสู่การเรียนโดยการกระตุ้นความรู้ความเข้าใจจากประสบการณ์เดิม

ขั้นที่ 2 กระบวนการกลุ่ม

ขั้นที่ 3 การสรุปความคิดรวบยอด

ขั้นที่ 4 การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

3. นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก ได้แก่ โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ ตามลำดับ ศึกษาในภาคต้นปีการศึกษา 2538

4. ขนาดโรงเรียน หมายถึง การจัดแบ่งโรงเรียนของกรมสามัญศึกษาโดยถือจำนวนนักเรียนเป็นเกณฑ์ดังนี้

4.1 โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ คือโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1,500 คนขึ้นไป

4.2 โรงเรียนขนาดกลาง คือโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 500-1,499 คน

4.3 โรงเรียนขนาดเล็ก คือโรงเรียนที่มีจำนวนนักเรียนตั้งแต่ 1-499 คน

5. อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย หมายถึง อาจารย์ประจำที่สอนสาขาวิชาใดก็ได้ในโรงเรียนที่คัดเลือกสำหรับการทดลองโดยเป็นผู้อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

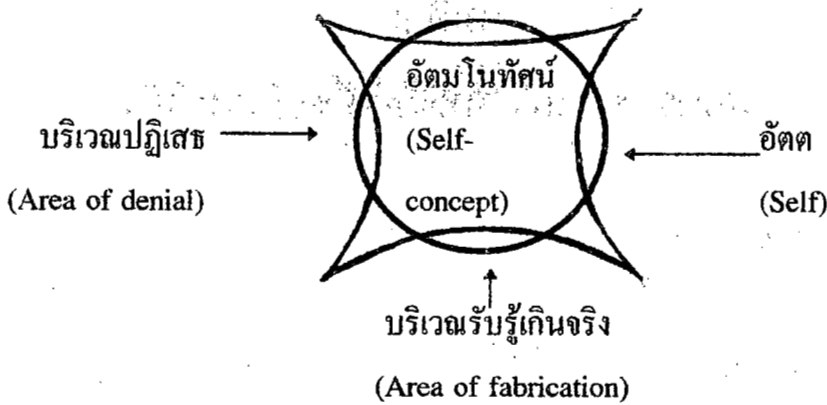
แนวคิดเกี่ยวกับมโนภาพแห่งตน

ความหมาย

จากการศึกษาเกี่ยวกับมโนภาพแห่งตน (Self concept) ได้มีผู้ให้ความหมายไว้คล้ายคลึงกัน ดังจะยกมากล่าวพอสังเขปดังนี้

โรเจอร์ (Roger. 1951 อ้างถึงใน พรรณวิภา ทวารประเสริฐ. 2532 : 16) ได้อธิบายว่า มโนภาพแห่งตน คือ โครงสร้างของการรับรู้ที่บุคคลมีต่อตนเองเกี่ยวกับบุคลิกภาพ ความสามารถ การรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างตนกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม การรับรู้เกี่ยวกับคุณค่าของตน โดยมโนภาพแห่งตนนั้นจะพัฒนาขึ้นมาจากผลของการที่บุคคลได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะจากการที่บุคคลได้รับการประเมินจากบุคคลอื่น

แมคเดวิด และฮารารี (McDavid and Harari. 1969, อ้างถึงใน อรอนงค์ นิยมธรรม. 2531 : 6) ได้อธิบายถึงความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองหรือมโนภาพแห่งตนว่า หมายถึง โครงสร้างของความรู้ความเข้าใจที่จัดระบบระเบียบแล้ว ซึ่งได้มาจากประสบการณ์ของบุคคลที่มีต่อ "อัตต" ของตนเอง เนื่องจากว่าบุคคลอาจจะแสดงการรับรู้อย่างผิด ๆ และบิดเบือนที่จะเข้าใจเกี่ยวกับตนเองได้ เช่นเดียวกับที่บุคคลอาจจะรับรู้อย่างผิด ๆ หรือบิดเบือนการรับรู้ที่มีต่อผู้อื่นด้วย ดังนั้น ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง จึงไม่จำเป็นที่จะต้องตรงกับความเป็นจริงของ "อัตต" ทุกประการ ซึ่งแมคเดวิดและฮารารีได้อธิบายถึงความแตกต่างและความเกี่ยวข้องระหว่างอัตต และอัตมโนทัศน์หรือความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองไว้อย่างชัดเจนโดยแผนภูมิที่เรียกว่า ชีส เบอร์เกอร์ (Cheese burger) ดังนี้



อัตต คือ ส่วนรวมทั้งหมดของร่างกาย พฤติกรรม ความรู้สึกของบุคคลตามวิถีทางที่บุคคลนั้นเป็น แทนด้วยวงกลมทั้งหมด

อัตมโนทัศน์ คือ ระบบโครงสร้างของการรับรู้ที่บุคคลมีต่อ อัตต ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์ทั้งในอดีตและปัจจุบัน แทนด้วยสี่เหลี่ยมที่คลุมทับวงกลม

บริเวณปฏิเสธ คือ ส่วนของ อัตต ที่อัตมโนทัศน์รับรู้ไม่ได้ หรือไม่ยอมรับ อาจเป็นได้ทั้งในลักษณะที่ดีและไม่ดี

บริเวณรับรู้เกินจริง คือ ส่วนของอัตมโนทัศน์ที่รับรู้ได้เกินที่ อัตต เป็นจริงอาจเป็นได้ทั้งในลักษณะที่ดีและไม่ดี

เฮอร์ล็อก (Hurlock. 1978 : 525-526) กล่าวว่า มโนภาพแห่งตนเป็นความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ด้านร่างกาย ได้แก่ ความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปร่าง หน้าตา ความเหมาะสมทางเพศ และด้านจิตใจ ได้แก่ ความสามารถ การมีคุณค่า ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น

รอย (Roy. 1989, อ้างถึงใน สุจิตรา เหลืองอมรเลิศ. 2537 : 268) อธิบายว่า มโนภาพแห่งตน หมายถึง ความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเอง อันเกิดจากประสบการณ์และการเรียนรู้ ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสิ่งแวดล้อม ซึ่งการรับรู้ที่ประกอบด้วยความรู้สึก ความนึกคิด ความเชื่อ เจตคติ ค่านิยม และการยอมรับเกี่ยวกับตนเอง 2 ส่วน คือ

1. อัตมโนทัศน์ หรือมโนภาพแห่งตนทางด้านร่างกาย (physical self) หมายถึง ภาพลักษณ์ซึ่งเป็นการรับรู้เกี่ยวกับรูปร่างลักษณะ บุคลิกภาพและสมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ รวมถึงสมรรถภาพทางเพศ

2. อัตมโนทัศน์ หรือมโนภาพแห่งตนส่วนบุคคล (personal self) เป็นการรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อ ค่านิยม คุณค่า อุดมคติ ความคาดหวัง ปณิธาน และความมั่นคงภายในตนเอง ซึ่งมโนภาพแห่งตนทั้ง 2 ส่วนนี้ จะมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยมีความเห็นว่ามโนภาพแห่งตน (Self concept) นั้น คือ การรับรู้ที่บุคคลมีต่อตนเอง เกี่ยวกับ รูปร่างลักษณะ ความสามารถ สมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ตลอดจนความรู้สึกนึกคิด ความเชื่อค่านิยม เจตคติ และความคาดหวังที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะพัฒนาขึ้นจากประสบการณ์การเรียนรู้ และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสิ่งแวดล้อม

พัฒนาการของมโนภาพแห่งตน มโนภาพแห่งตนเริ่มพัฒนามาตั้งแต่วัยทารก เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต โรเจอร์ (Rogers, 1967) กล่าวว่า ขณะที่ทารกเริ่มมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและสิ่งแวดล้อม มโนภาพแห่งตนซึ่งได้รับจากประสบการณ์จะเกิดขึ้น แม้ในขณะที่ยังไม่สามารถใช้ภาษาพูด ทารกจะเริ่มรู้จักว่าสิ่งใดคือฉัน สิ่งใดเป็นฉัน ในระยะแรกๆ ของชีวิต กระบวนการแยกตัวเองเป็นไปได้ช้า ต่อมาเมื่อเริ่มพูดได้ การใช้ภาษาจะช่วยให้มโนภาพแห่งตนพัฒนาได้ชัดเจนขึ้น ในระยะนี้ทารกเริ่มแบ่งแยกสิ่งที่ตนชอบหรือไม่ชอบและให้ค่านิยมตามประสบการณ์ที่ได้รับ ประสบการณ์ที่ดีจะส่งเสริมคนให้ค่านิยมในทางบวก ประสบการณ์ที่ไม่ดีให้ค่านิยมในทางลบ ประสบการณ์เกี่ยวกับคนที่สำคัญในวัยทารก ได้แก่ การได้รับความรัก หรือเป็นที่รักของบิดามารดา ซึ่งการเล็งดูเอาใจใส่ ความรัก ความอบอุ่น การทะนุถนอมที่ได้รับเป็นประสบการณ์ที่สร้างความพึงพอใจและมีอิทธิพลต่อมโนภาพแห่งตน เพราะสิ่งเหล่านี้บอกให้รู้ว่าตนเป็นที่ต้องการและมีคุณค่า มีความผูกพันในสัมพันธภาพกับบิดา มารดา ต่อมาเมื่อบุคคลเริ่มรับรู้การประเมินผลเกี่ยวกับพฤติกรรมและคุณลักษณะของตนจากบุคคลที่ใกล้ชิด โดยเฉพาะบุคคลที่มีความสำคัญ ทำให้ได้ขยายการรับรู้เกี่ยวกับตนเองเพิ่มมากขึ้น จึงกล่าวได้ว่าในระยะแรกนั้น บิดา มารดา เป็นบุคคลสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนามโนภาพแห่งตนของเด็ก และเมื่อเด็กเติบโตขึ้นก็มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ ประสบการณ์และการประเมินผลทางสังคมที่ได้รับ จะทำให้เด็กได้รู้จักตนเองมากขึ้นเรื่อย ๆ ในขณะเดียวกันวัฒนธรรมและแบบแผนทางสังคมก็มีส่วนอย่างมากต่อการพัฒนามโนภาพแห่งตนและบุคลิกภาพของบุคคล

ดังได้กล่าวแล้วว่ามโนภาพแห่งตนพัฒนาจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม รวมทั้งประสบการณ์ที่บุคคลรับรู้โดยการแปลผลจากบุคคลผู้เป็นเจ้าของ บุคคลจึง

มักสนใจที่จะเปรียบเทียบแนวความคิดเกี่ยวกับตนเองต่อมาตรฐานที่ยึดถือในสังคม บุคคลจะรับรู้ว่าคุณเป็นคนเช่นไร จากความคิดเห็นของบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง มโนภาพแห่งตนจึงพัฒนาตามวัยและวุฒิภาวะจากประสบการณ์ และสามารถพัฒนาไปในทางที่ดีหรือไม่ดีก็ได้ ขึ้นกับการเรียนรู้และประสบการณ์เหล่านั้น มโนภาพแห่งตนจะมีการพัฒนาไปได้เรื่อย ๆ ตามระดับวุฒิภาวะและสิ่งแวดล้อม ไม่มีการจำกัดเวลา และขอบเขต

บุคคลที่มีมโนภาพแห่งตนที่อ่อนแอ หรือมีความรู้สึกเกี่ยวกับตนไปในทางลบ มักจะขาดความเชื่อมั่นตัวเอง การรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ มักจะอยู่ในวงแคบ และมักจะเบี่ยงเบนไปจากความเป็นจริง มักจะหวั่นไหวง่าย ระดับความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว และมักจะสร้างเกราะป้องกันตนเองสูง ตรงกันข้ามกับบุคคลที่มีอัตมโนทัศน์ที่เข้มแข็ง หรือมีความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองไปในทางบวก มักเป็นผู้ที่เปิดเผยและน่าเชื่อถือ ทั้งนี้เพราะมีพื้นฐานของประสบการณ์ซึ่งได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ประสบความสำเร็จในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น มโนภาพแห่งตนในทางที่ดีเป็นผลให้เกิดการรับรู้ที่ถูกต้อง

พัฒนาการของมโนภาพแห่งตนในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงของวัยเรียนต่อกับวัยรุ่น

วัยเข้าเรียน เป็นช่วงอายุ 6-9 ปี เด็กวัยนี้จะมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมกว้างขวางมากขึ้น จากครอบครัว เครื่องญาติ มาสู่สังคมภายนอก เด็กจะต้องปรับตัวและมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและครูที่โรงเรียนมากขึ้น โรงเรียนจะเป็นแหล่งเรียนรู้และสร้างรูปแบบให้เด็กมากขึ้น เด็กจะต้องพึ่งพาตนเองมากขึ้น เนื่องจากไม่มีผู้ใดคอยดูแลใกล้ชิดเช่นเดียวกับภายในบ้าน เด็กจะเรียนรู้กับการรับและการให้ ความสำเร็จในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนการสอน การได้รับการยอมรับจากเพื่อน ๆ จะทำให้เด็กรู้สึกถึงความสามารถของตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำหรับภาพลักษณ์ที่ดี แต่เด็กบางคนที่มีความบกพร่องบางประการเกิดขึ้น หรือเกิดเจ็บป่วย เช่น การมีปัญหากับสายตา การพูดที่ไม่ชัด เด็กที่เหนื่อยง่ายไม่แข็งแรง อาจทำให้เด็กเกิดความรู้สึกแตกต่างไปจากเพื่อน เกิดมีปมด้อยซึ่งจะเป็นต้นเหตุของการสร้างภาพลักษณ์ในทางลบได้

นอกจากนี้เด็กวัย 10-11 ปี ร่างกายจะเริ่มเปลี่ยนแปลงที่จะเห็นคุณลักษณะของความเป็นชายเป็นหญิงที่ชัดเจนขึ้น เนื่องจากการเจริญเติบโตของร่างกายที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว เด็กจะให้ความสนใจต่อร่างกายตนเอง และพัฒนาการรับรู้เกี่ยวกับตนเอง (self conscious)

และผู้อื่น ในระยะนี้เด็กจึงต้องการข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับตนเองที่ถูกต้องและเหมาะสม เพื่อที่จะช่วยพัฒนาภาพลักษณ์ของตนในทางบวก

วัยรุ่น เป็นช่วงอายุระหว่าง 11-18 ปี เด็กวัยรุ่นจะพบกับการเปลี่ยนแปลงค่อนข้างมากเกี่ยวกับรูปร่าง ขนาด ความสูงและน้ำหนัก นอกจากนี้ยังมีการเปลี่ยนแปลงที่แสดงถึงความสมบูรณ์ของการทำงานของระบบสืบพันธุ์ต่าง ๆ เช่นในเด็กหญิงจะมีประจำเดือน เต้านมมีขนาดใหญ่ขึ้น มีขนบริเวณอวัยวะเพศ เป็นต้น ถ้าเด็กไม่เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลง ส่วนนี้หรือได้ข้อมูลย้อนกลับที่ไม่เหมาะสม เด็กหญิงอาจมีความรู้สึกลำบากใจ อับอายต่อการเปลี่ยนแปลงรูปร่างและหน้าที่ต่าง ๆ ทำให้เกิดความไม่มั่นใจตนเองทำให้เกิดภาพลักษณ์ในทางไม่ดี

นอกจากนี้วัยรุ่นมักจะคบเพื่อนและรวมตัวเป็นกลุ่ม อิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนต่อการรับรู้ตนเองจะมีค่อนข้างสูง กลุ่มวัยรุ่นสนใจต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายทั้งความสมบูรณ์และความสวยงามของกันและกันและให้เด็กวัยรุ่นไม่อยากแตกต่างไปจากกลุ่มเพื่อน เด็กวัยรุ่นในสังคมเมืองจะนิยมภาพพจน์ของคาราวีรุ่น ทั้งการแต่งกายทรงผม การพูดจาและการวางตัว จึงแตกต่างจากเด็กวัยรุ่นในสังคมชนบท ซึ่งมีความเรียบง่ายกว่า วัยรุ่นจึงนับเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยที่สร้างภาพพจน์ให้แก่ตนเองทั้งในด้านเจตคติค่านิยม และการวางตัวให้เหมาะสมในสังคม ดังนั้น ถ้าเด็กวัยรุ่นสามารถปรับตัวให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้ก็จะสามารถสร้างภาพลักษณ์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ส่วนประกอบของมโนภาพแห่งตน นักจิตวิทยาได้อธิบายส่วนประกอบของมโนภาพแห่งตนไว้หลายลักษณะด้วยกัน

ฮอลล์และลินด์เซย์ (Hall & Lindzey) อธิบายส่วนประกอบของมโนภาพแห่งตนไว้เป็น 2 ลักษณะ คือ

1. อัตตาในแง่วัตถุ (self as object) หมายถึง ทักษะคติ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ทั้งหมดที่บุคคลมีต่อรูปร่างลักษณะ พฤติกรรม คุณค่าของตนเองในฐานะที่เป็นบุคคลหนึ่ง
2. อัตตาในแง่กระบวนการ (self as process) หมายถึง อัตตาในฐานะผู้กระทำการต่าง ๆ ได้แก่ การคิด การพิจารณารับรู้ และการจัดการกับสิ่งแวดล้อม

เจมส์ (James) แบ่งมโนภาพแห่งตนออกเป็น

1. มโนภาพแห่งทางวัตถุ (material me) เป็นประสบการณ์ของบุคคลซึ่งรวมถึงการเป็นเจ้าของในร่างกายของตน บ้าน ครอบครัวย และสิ่งของของตนเอง

2. มโนภาพแห่งตนทางสังคม (social me) เป็นการรับรู้ของบุคคลต่อชื่อเสียงของเขาหรือเอกลักษณ์แห่งตนในสายตาของบุคคลอื่น

3. มโนภาพแห่งตนทางจิตใจ (spiritual me) เป็นการรับรู้ของแต่ละบุคคลต่อกระบวนการทางจิต เช่น ความคิด ความรู้สึกของตนเอง

ไคโรเวอร์ (Driever) ได้แบ่งมโนภาพแห่งตนออกเป็น 2 ด้าน คือ มโนภาพแห่งตนด้านร่างกาย (physical self) และมโนภาพแห่งตนด้านส่วนตัว (personal self)

1. มโนภาพแห่งตนด้านร่างกาย (physical self) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับร่างกายของตนเองซึ่งอธิบายได้ใน 2 ลักษณะ คือ ความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และความสามารถในการควบคุมการทำหน้าที่ของร่างกายให้เหมาะสมกับเวลาและสถานที่ การรับรู้เกี่ยวกับร่างกายของตนเองยังครอบคลุมไปถึงการรู้จักตนเองในทางสรีรภาพตามความเป็นจริงที่ตนเป็น เช่น ฉันเป็นคนสูง เตี้ย ดำ ขาว อ้วน ผอม ตามลักษณะที่เป็นอยู่และตนเองรับรู้

2. มโนภาพแห่งตนส่วนบุคคล (personal self) หมายถึง การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับคุณค่าของตนเอง เป็นความรู้สึกที่เป็นส่วนตัวที่บุคคลมีเกี่ยวกับตนเอง ทั้งในด้านความเชื่อ ค่านิยม อุดมคติ ความคาดหวังและปณิธานในชีวิต สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีผลต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล ความเชื่อมั่น และความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง มโนภาพแห่งตนส่วนบุคคลนี้รวมถึงลักษณะทางด้านร่างกาย หากแต่เป็นนามธรรมซึ่งมองได้ไม่ชัดเจน ต้องใช้การสังเกต และพบได้บ่อยที่ผู้อื่นมองอาจไม่ตรงกับที่เจ้าตัวมองตนเอง มโนภาพแห่งตนส่วนบุคคลนี้แบ่งออกได้เป็น

2.1 มโนภาพแห่งตนด้านศีลธรรมจรรยา (moral-ethical self) เป็นการรับรู้เกี่ยวกับความถูกต้อง ดีเลว ที่บุคคลประเมินตนเอง อันเกิดจากการกระทำหรือความประพฤติที่ฝ่าฝืนค่านิยมทางศีลธรรมจรรยาที่ตนเองยอมรับและยึดถืออยู่ในใจ

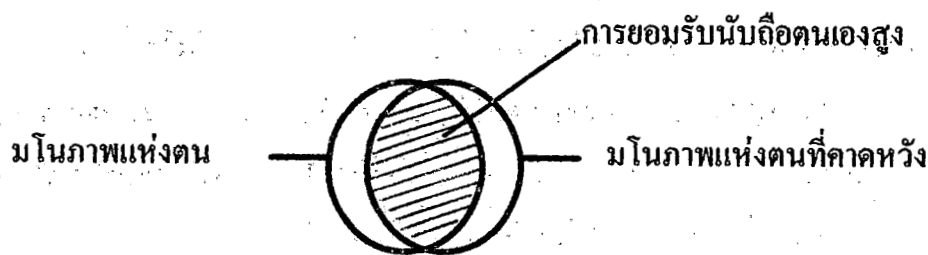
2.2 มโนภาพแห่งตนด้านความสม่ำเสมอแห่งตน (self-consistency) เป็นความรู้สึกเกี่ยวกับตนเองในลักษณะประจำตัวซึ่งคงที่บางประการของเราเอง เช่น เรารู้จักตนเองว่าเป็นคนใจคอเยือกเย็น หนักแน่น ซึ่งคุณสมบัตินี้เรารู้ว่าเรามีอยู่มานานแล้ว จนกระทั่งขณะนี้เราก็กังหันความรู้สึกเช่นเดิมที่มีต่อตนเองว่าเรามีลักษณะ ใจคอเยือกเย็น หนักแน่น หรือเรียกว่า เป็นความสม่ำเสมอแห่งความเป็นเรา

ความเจ็บป่วยจะก่อให้เกิดความสม่ำเสมอในบุคคลเสียไป ทำให้เกิดความวิตกกังวล ซึ่งมีผลกระทบต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และกรปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของบุคคลอีกด้วย

2.3 มโนภาพแห่งตนด้านปณิธานหรือความคาดหวัง (self ideal or self expectation) เป็นความรู้สึกนึกคิด ที่สนใจเกี่ยวกับตนเองตามที่บุคคลนั้นปรารถนาจะเป็น บุคคลจะตั้งความคาดหวังเอาไว้ว่าตนจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ และจะพยายามเปลี่ยนแปลงตนเองให้เป็นอย่างที่ตั้งปณิธานเอาไว้ หากทำได้ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อตนเองจะดีขึ้น มีความมั่นใจขึ้น แต่หากทำไม่ได้ความรู้สึกที่มีต่อตนเองจะลดลง คือ รู้สึกท้อถอยและไร้คุณค่า บทบาทในสังคมเป็นสิ่งที่มิอิทธิพลต่อมโนภาพแห่งตนด้านปณิธานหรือความคาดหวัง ทำให้มนุษย์มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสังคมไปในทางที่สังคมส่วนใหญ่ยอมรับ

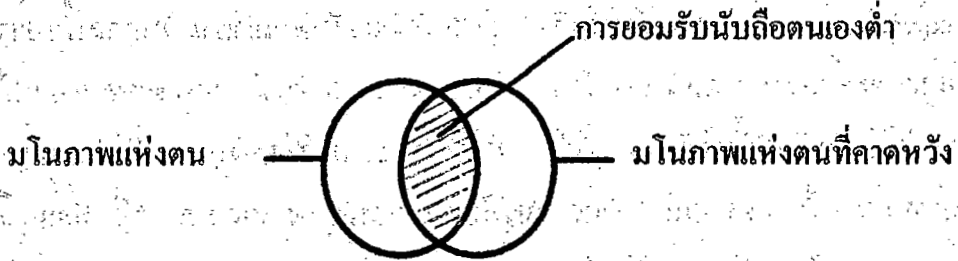
ความเจ็บป่วยมีผลกระทบโดยตรงต่อการปฏิบัติตามบทบาทหน้าที่ของบุคคลในหลายโอกาสที่ความเจ็บป่วยเป็นสาเหตุให้บุคคลไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ทางสังคมตามบทบาทที่ตนเคยปฏิบัติตามปกติได้ ก่อให้เกิดความผิดหวัง และอาจเกิดความเศร้าใจได้หากการเสียบทบาทหน้าที่นั้นเป็นไปอย่างถาวร

2.4 มโนภาพแห่งตนด้านการยอมรับนับถือตนเอง (self esteem) เป็นความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวกับตนเองในคุณค่าหลาย ๆ ด้านที่ตนเองมีอยู่ โดยตนเองเป็นผู้ประเมินจากคุณค่าที่ตนมองเห็นว่าตนมีอยู่หรือเป็นอยู่ โดยเปรียบเทียบกับคุณค่าที่ตนเองปรารถนาอยากจะเป็น (self ideal) หากตนมองเห็นว่าลักษณะที่ตนเป็นอยู่นั้นคล้ายคลึงหรือเหมือนกับลักษณะที่ตนอยากจะทำให้เป็น บุคคลจะเกิดความพึงพอใจในความเป็นตนเอง ในสถานการณ์เช่นนี้บุคคลนั้นจะมีระดับของการยอมรับนับถือตนเองสูง



ภาพแสดงระดับการยอมรับนับถือตนเองสูง

ในทางตรงกันข้ามหากบุคคลมองเห็นว่าลักษณะที่ตนเป็นอยู่นั้นแตกต่างหรือห่างไกลจากที่ตนปรารถนาจะเป็น บุคคลจะไม่พึงพอใจในตนเอง ระดับการยอมรับนับถือตนเองจะมีน้อยขาดความมั่นใจ



ภาพแสดงระดับการยอมรับนับถือตนเองต่ำ

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อภาพลักษณ์ของบุคคล

ปัจจัยที่ส่งผลต่อภาพลักษณ์ของบุคคลย่อมส่งผลกระทบต่อมโนภาพแห่งตน โดยรวมของบุคคลนั้น เพราะภาพลักษณ์เป็นมโนทัศน์ด้านหนึ่งของบุคคล

ภาพลักษณ์เป็นความคิดและการรับรู้เกี่ยวกับร่างกายของบุคคลจะเกิดขึ้นจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมซึ่งเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาภาพลักษณ์ได้แก่

1. การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในระยะพัฒนาการและการเจริญเติบโต ภาพลักษณ์จะพัฒนาขึ้นในแต่ละวันตามกระบวนการปกติ ซึ่งขึ้นอยู่กับ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างหน้าที่ของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายและยังขึ้นกับการรับรู้ และความนึกคิดของบุคคลเกี่ยวกับร่างกายของตนเอง เช่น เด็กวัยรุ่น ที่อ้วน หรือเตี้ยเกินไป ก็จะมีผลกระทบต่อ การรับรู้ของตนเอง ทำให้เกิดปมด้อย และสร้างภาพลักษณ์ของตนเองไปในทางลบได้

2. ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรม จะมีอิทธิพลต่อคุณลักษณะทางด้านกายภาพ และบุคลิกภาพของบุคคลนั้น ซึ่งจะแตกต่างกันไปในกลุ่มต่าง ๆ หรือแม้จะเป็นกลุ่มเดียวกัน ก็ยังมีคุณลักษณะที่ยอมรับได้ในสังคมหลากหลายกันไป

3. ปฏิกริยากับบุคคลอื่น การพัฒนาภาพลักษณ์ของบุคคล จะได้รับอิทธิพลโดยตรงจากปฏิกริยาของคนอื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งบุคคลสำคัญในชีวิต ได้แก่ บิดา มารดา คู่สมรส เพื่อนสนิท และกลุ่มสังคมที่เข้าไปมีส่วนร่วมอย่างใกล้ชิด ทัศนคติที่บุคคลสำคัญเหล่านี้

นี้จะถูกถ่ายทอดไปยังบุคคลในระหว่างการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ทำให้บุคคลมีการรับรู้และเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองชัดเจนขึ้น บุคคลจะประเมินตนเองจากความคาดหวังที่มีต่อตนเองกับข้อมูลที่ได้รับจากปฏิกิริยาของคนอื่นที่รับรู้และคิดว่าเราเป็นคนเช่นไร ดังนั้นถ้าบุคคลได้รับทราบว่าคนสำคัญ ส่วนใหญ่มองเห็นว่าเราเป็นคนดี บุคคลจะมีแนวโน้มในการพัฒนาภาพลักษณ์และความรู้สึกที่มีต่อตนเองไปในทางที่ดี

ดังนั้นความคิดเห็นของบุคคลอื่นที่มีต่อตัวบุคคล จึงมีความสำคัญที่ทำให้บุคคลนั้นต้องตอบสนอง ไม่ว่าความคิดเห็นนั้นจะเป็นด้านบวกหรือด้านลบ เอสเบอร์เกอร์ (Esberger. 1978) กล่าวว่า โดยทั่วไปแล้วคนเราจะแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งออกมานั้นก็เพราะคิดหรือเข้าใจว่าคนอื่นคิดว่าเราเป็นเช่นนั้น ในขณะที่เดียวกันก็เป็นการสะท้อนให้บุคคลอื่นได้เห็นถึงภาพลักษณ์ของตนเองด้วย

4. ปัจจัยภายในของบุคคล เป็นความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในร่างกายจากการตอบสนองของร่างกายในระบบต่าง ๆ เช่น การเผาผลาญอาหาร การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะมีผลต่อภาพลักษณ์ของบุคคล นอกจากนั้นยังขึ้นกับความคิด ความรู้สึก และความคาดหวังที่บุคคลมีต่อตนเองว่าบุคคลอยากเห็นตนเป็นบุคคลเช่นไร ก็จะพยายามปรับตนเองให้เป็นไปตามนั้น ฉะนั้นภาพลักษณ์หรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อคุณค่าของตนก็เปลี่ยนแปลงไป

การพัฒนาการรู้จักตนเอง

การพัฒนาการรู้จักตนเอง คือ ความพยายามที่บุคคลจะทำให้การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง (Self perception) หรือที่เรียกว่า “มโนภาพแห่งตน” ตรงกับความเป็นจริงตามธรรมชาติที่บุคคลนั้นเป็นอยู่ คือตรงกับ “อัตตา” ของบุคคลนั้นนั่นเอง การพัฒนาการรู้จักตนเองจึงสามารถกระทำได้โดยการพัฒนาความตระหนักในตนเอง หรือความมีสติในตนเอง

การรู้จักตนเองจะมีได้มากหรือน้อย หรือตรงตามความเป็นจริงแค่ไหนนั้นขึ้นอยู่กับระดับของความตระหนักหรือการรู้สติในตนเองที่บุคคลนั้นมีอยู่ ความตระหนักในตนเองจึงเป็นความจำเป็นอย่างยิ่งที่บุคคลจะต้องทำความเข้าใจ และหาคำตอบว่าตรงส่วนไหนในความเป็นเราเองที่เรายังไม่ตระหนัก ทั้งนี้การตระหนักในตนเองจะทำให้บุคคลได้เข้าใจตนเอง และทำให้มนุษย์อยู่ในโลกนี้ได้อย่างมีความสุข

ขอบเขตของความตระหนักในตนเองของบุคคล

ชีวิตมนุษย์เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลง เมื่อชีวิตดำเนินไป มนุษย์มีประสบการณ์มากขึ้น การเรียนรู้เพิ่มขึ้น ความเป็น “ตนเอง” หรืออัตตาของบุคคลจะค่อย ๆ เปลี่ยนไปด้วย และมนุษย์แต่ละคนรู้จักตนเอง และมีความตระหนักในความเป็นตนเองในขอบเขตที่ไม่เท่ากัน บางคนตระหนักในตนเองได้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงและในขอบเขตที่กว้าง ในขณะที่บางคนตระหนักในตนเองแตกต่างจากความเป็นจริงโดยธรรมชาติและยังรู้จักตนเองเพียงนิดเดียวหรือในขอบเขตที่แคบอีกด้วย

โจเซฟ ลัฟท์ และแฮรี อินแกรม (Joseph Luft and Harry Ingham, 1970) นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน ซึ่งได้ศึกษาเกี่ยวกับความตระหนักในตนเองในบุคคล และอธิบายแนวคิดที่ว่าความตระหนักในตนเองจะเป็นไปได้หรือไม่เพียงใดนั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลแต่เพียงฝ่ายเดียว หากขึ้นอยู่กับบุคคลอื่นที่บุคคลนั้นมีปฏิสัมพันธ์ด้วยในกระบวนการดำเนินชีวิต หากจะเปรียบ “ตนเอง” ในธรรมชาติทั้งหมดของบุคคลหนึ่งโดยสัมพันธ์กับความตระหนักที่บุคคลจะพึงมีต่อความเป็นตนเอง แบ่งได้เป็น 4 ส่วน ดังภาพ

	ตนเองรู้	ตนเองไม่รู้
ผู้อื่นรู้	บริเวณเปิดเผย (1) public self	บริเวณจุดบอด (2) semi public self
ผู้อื่นไม่รู้	บริเวณความลับ (3) private self	บริเวณอวิชชา (4) inner self

ภาพแสดงบริเวณเปิดเผยและไม่เปิดเผยของบุคคล

ส่วนที่ 1 บริเวณเปิดเผย (open area) อัตตาในส่วนนี้เป็นส่วนที่เปิดเผย ตนเองตระหนักในความเป็นตนเองอย่างดี และบุคคลอื่นก็เห็นด้วย และรู้จักเราตรงตามที่เราเป็นอยู่ว่าเราเป็นบุคคลลักษณะไหน (public self) และตรงกับที่เรารู้จักตนเองด้วย ทั้งด้านความคิด

ความรู้สึก หรือการกระทำ เช่นเรารู้จักตนเองดีว่าเราเป็นคนใจร้อน โกรธง่าย และคนอื่น ๆ ใกล้ชิดเรารู้จักเรตรงตามความจริงที่ว่าเราเป็นคนใจร้อน และโกรธง่าย เป็นต้น

ตนเองในส่วนนี้จึงเป็นความตระหนักในตนเองที่บุคคลมีอยู่ และเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม ความตระหนักในตนเองมิได้มากเท่าใด ก็จะเกิดประโยชน์ต่อบุคคลนั้นมากเท่านั้น กล่าวคือบุคคลจะปราศจากการเสแสร้ง ปกปิด แต่จะจริงใจและเป็นธรรมชาติ การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นจะเป็นไปได้โดยง่าย

ส่วนที่ 2 บริเวณจุดบอด (blind area) เป็นอัตรตาในส่วนที่ผู้อื่นมองเห็นอยู่ว่า เราเป็นคนอย่างไร แต่เจ้าตัวคือเราเอง ไม่รู้หรือไม่ได้ตระหนักว่าเราเป็นดังเช่นที่ผู้อื่นมอง ทั้งด้านความคิด ความรู้สึก หรือการกระทำ บริเวณนี้จึงเป็นจุดบอด (semi public area) เช่น เราเป็นคนอกดี เห็นแก่ตัว และเอาเปรียบผู้อื่น แต่เราไม่เคยตระหนักในธรรมชาติส่วนนี้เลย หากแต่ผู้อื่นได้มองเห็นในสิ่งเหล่านี้อย่างชัดเจน เป็นต้น

ความตระหนักในตนเองในส่วนนี้จะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อบุคคลได้รับทราบจากการบอกกล่าวของบุคคลอื่น โดยที่เจ้าตัวจะต้องรับฟัง พิจารณา และยอมรับ

ส่วนที่ 3 บริเวณความลับ (hidden area) ธรรมชาติของความเป็นตนเอง บางส่วนของเรา เราซึ่งเป็นเจ้าของตระหนักเป็นอย่างดี หากแต่บุคคลอื่นไม่รู้ ไม่เคยรับทราบ และเราก็ตพยายามปกปิดไม่ให้ผู้อื่นรู้ เพราะความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมบางอย่างไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม เจ้าตัวจึงปิดไว้เป็นความลับ (private self) เช่น เจ้าตัวตระหนักดีว่าเราเป็นคนชอบอิจฉาริษยา แต่เราพยายามปกปิดความรู้สึกเช่นนั้นไว้อย่างมิดชิด ไม่ให้ผู้อื่นรู้ เพราะความรู้สึกดังกล่าวเป็นสิ่งที่สังคมไม่นิยมยกย่อง เป็นต้น

บุคคลที่มีอัตรตาในส่วนนี้มากจะเป็นคนเข้าใจยากและลึบลมคมใน มีสิ่งซ่อนเร้นปกปิด การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นก็เกิดขึ้นได้ยาก อัตรตาในส่วนนี้จะเป็นที่เปิดเผยต่อผู้อื่นก็ต่อเมื่อเจ้าตัวบอกให้ผู้อื่นทราบ

ส่วนที่ 4 บริเวณอวิชชา (unknown area) เป็นอัตรตาที่อยู่ในส่วนลึกของบุคคลที่เรียกว่า inner self เป็นส่วนประกอบของธรรมชาติส่วนที่เป็นพื้นฐานเดิมซึ่งยังซ่อนเร้นอยู่ในส่วนลึกตัวเองก็ไม่รู้ และบุคคลอื่นก็ไม่รู้ อาจจะปรากฏออกมาให้เห็นได้โดยที่เจ้าตัวไม่ได้ตระหนัก เช่น พฤติกรรมหรือสัญชาตญาณดั้งเดิมที่บุคคลมีอยู่ในระดับจิตใต้สำนึก เป็นต้น

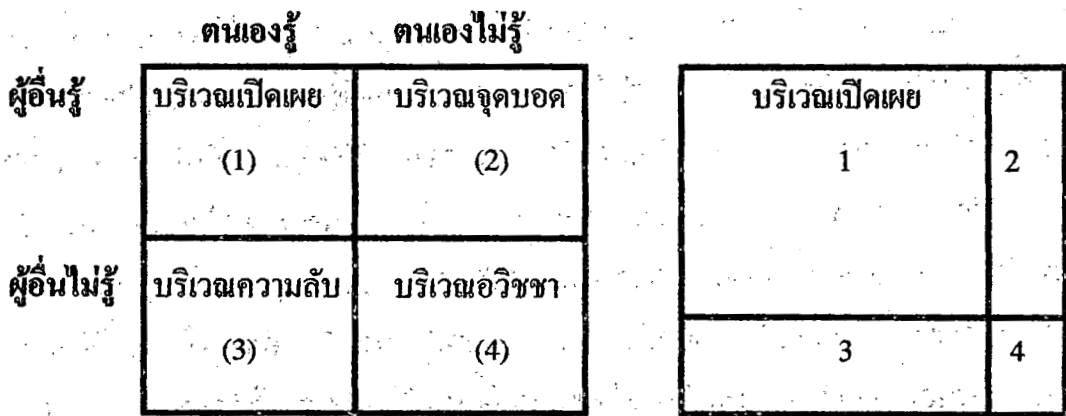
อัตรตาในส่วนนี้จะเป็นที่เปิดเผยได้อาจต้องใช้วิธีการทางจิตวิทยาในการวิเคราะห์ เพื่อดึงขึ้นมาสู่ระดับจิตสำนึก

ความตระหนักในตนเองของมนุษย์แต่ละคนมีไม่เท่ากัน คนที่มีความตระหนักในตนเองน้อย คือ บุคคลที่ไม่รู้จักตนเอง บริเวณเปิดเผยในส่วนที่ 1 จะแคบ บริเวณอื่น ๆ จะกว้าง ในทางตรงกันข้ามบุคคลที่มีความตระหนักในตนเองอย่างดี บริเวณเปิดเผยในส่วนที่ 1 จะกว้าง แต่บริเวณอื่น ๆ จะแคบ นั่นคือบุคคลนั้นเป็นผู้รู้จักตนเองดี ไม่มีอะไรที่ตนเองไม่รู้เกี่ยวกับธรรมชาติของตนและไม่มีอะไรที่ตนจะต้องปิดบังซ่อนเร้นไว้เป็นความลับ เป็นต้น

การพัฒนาความตระหนักในตนเอง

ความตระหนักในตนเองเป็นสิ่งที่พัฒนาได้ และวิธีการพัฒนา คือการพยายามค้นหาตนเองให้พบ (self discovery) และตอบคำถามให้ได้ว่าตนคือใคร กระบวนการในการพัฒนาความตระหนักในตนเองจึงไม่ใช่ของง่าย ผู้ที่จะพัฒนาความตระหนักในตนเองได้ดีจะต้องมีความกล้า มีความเชื่อมั่น และยอมรับ รวมทั้งต้องมีเจตคติที่ดีต่อการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงอีกด้วย เพราะการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับตนเองบางอย่างเป็นความรู้สึกเจ็บป่วยและเสียน้ำ บุคคลจะต้องยอมรับให้ได้ว่าไม่มีใครในโลกที่สมบูรณ์แบบและไม่มีความจำเป็นต้องแก้ไข การยอมรับและพัฒนาจะช่วยให้บุคคลได้มีความตระหนักในตนเองมากขึ้นและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขขึ้น

โจเซฟ ลัทท์ และแฮรี อินแกม ได้เสนอแนะแนวทางการพัฒนาความตระหนักในตนเองจากหน้าต่างโจ-แฮรี (Jo-Harri Window) ว่า คือการพยายามขยายบริเวณเปิดเผยในส่วนที่ 1 ออกไปให้กว้างที่สุด หากบุคคลสามารถขยายส่วนที่ 1 ให้กว้างออกไปได้ บริเวณส่วนอื่น ๆ จะแคบลง การขยายบริเวณเปิดเผยในส่วนที่ 1 ให้กว้างขึ้นจะเป็นไปได้นั้น บุคคลจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเท่านั้น ดังภาพ



ภาพแสดงแนวทางในการตระหนักในตนเอง โดยขยายบริเวณเปิดเผยให้กว้างขึ้น

หลักสำคัญในการพัฒนาความตระหนักในตนเอง

หลักสำคัญในการพัฒนาความตระหนักในตนเอง อาจกระทำได้ด้วยวิธีการต่อไปนี้

1. การพิจารณาตนเอง หรือการประเมินตนเอง (self assessing) เป็นการตรวจสอบและเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตนเองทุกด้าน เพื่อทำความรู้จักตนเองที่แท้จริง การประเมินตนเองอาจทำได้ในสิ่งต่อไปนี้

1.1 **ตนเองทางด้านร่างกาย (physical self)** หมายถึง เจตคติ การรับรู้ และความรู้สึกของบุคคลในส่วนของตนเองด้านสรีรวิทยา รวมถึงรูปร่าง หน้าตา และการทำหน้าที่ของร่างกาย ซึ่งบุคคลแต่ละคนให้ความสำคัญกับส่วนต่าง ๆ ของร่างกายไม่เท่ากัน เช่น ผู้หญิงมักให้ความสำคัญกับใบหน้ามากกว่าส่วนอื่น เป็นต้น ความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในด้านร่างกายจะมีผลต่อความรู้สึกที่มีต่อความเป็นตนเองโดยรวม ดังเช่นบุคคลที่มีความพอใจต่อรูปร่างหน้าตาของตน มักจะมีมโนภาพแห่งตนไปในทางบวก เป็นต้น

1.2 **ตนเองด้านอุดมการณ์หรือปณิธาน (self ideal)** ซึ่งรวมกับตนเองในทางศีลธรรมจรรยา ค่านิยม และความคาดหวังในชีวิต สิ่งเหล่านี้เป็นตัวเองในทางส่วนตัว

1.3 **ตนเองด้านความรู้สึกมีคุณค่า (self esteem)** เป็นการประเมินถึงความรู้สึกการมีคุณค่าแห่งตน บุคคลจะประเมินได้จากการเปรียบเทียบจากเกณฑ์ที่ตนตั้งไว้ หรือโดยการเปรียบเทียบกับบุคคลอื่น ๆ หากความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในปัจจุบันต่ำกว่าความคาดหวังที่บุคคลได้ตั้งไว้ ระดับของความรู้สึกมีคุณค่าแห่งตนจะต่ำ ในทางตรงกันข้ามหากความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในปัจจุบันเป็นไปตามที่ตนได้ตั้งปณิธานไว้ บุคคลจะรู้สึกว่าคุณค่าและยอมรับนับถือตนเอง เป็นต้น

2. การรับฟังจากบุคคลอื่น การเรียนรู้จักตนเองและสมบูรณ์ไม่ได้หากปราศจากความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น การมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นจะทำให้บุคคลได้เรียนรู้จักตนเองชัดเจนขึ้น ดังคำกล่าวที่ว่า “บุคคลอื่นเป็นกระจกเงาที่ดีที่สุด” นั่นก็คือ บุคคลไม่สามารถรู้จักตนเองได้หมด มีธรรมชาติหลาย ๆ อย่างในบุคคลซึ่งเจ้าตัวไม่ทราบและไม่ได้ตระหนัก หากแต่บุคคลอื่นมองเห็นชัดเจน ตามที่เรียกว่าเป็นบริเวณจุดบอดในบุคคลตามการวิเคราะห์โดยหน้าต่างโจ-แฮรี ดังได้กล่าวแล้ว ธรรมชาติในส่วนนี้เจ้าตัวจะรับทราบได้ก็ต่อเมื่อบุคคลนั้นจะต้องมีใจกว้าง และรับฟังข้อมูลจากผู้อื่นว่าผู้อื่นเขามองเห็นเราอย่างไร บางทีข้อมูลที่ได้อาจเป็นข้อมูลใหม่ซึ่งบุคคลรับไม่ได้เพราะทั้งนี้เป็นข้อมูลที่ทำให้บุคคลเสียหน้า เกิดความละอายหรือไม่ทราบโอกาส บุคคลไม่ยอมรับฟังข้อมูลจากคนอื่น เป็นเพราะวิธีการให้ข้อมูลไม่เหมาะสม ไม่ถูกต้องตามกาลเทศะ เป็นต้น

การรับฟังข้อมูลจากบุคคลอื่น เราสามารถทำได้ทั้งในลักษณะของการรับฟังข้อเสนอแนะหรือข้อมูลป้อนกลับทั้งแบบเป็นรายบุคคล หรือเป็นลักษณะของกลุ่ม

การพัฒนาความตระหนักในตนเองโดยการรับฟังข้อมูลจากบุคคลอื่นนั้น จึงมีความสำคัญที่จะต้องคำนึงถึงทั้ง 2 ด้าน คือ

1. ด้านผู้รับฟัง จะต้องใจกว้างในการที่จะรับทราบข้อมูลเกี่ยวกับตนเองอย่างเป็นกลาง พร้อมทั้งจะนำไปพิจารณา ไม่จำเป็นต้องไปว่าการมองเห็นจากบุคคลอื่นจะต้องถูกต้องทั้งหมด การพิจารณาอย่างเป็นกลางจะช่วยให้ความตระหนักของบุคคลถูกต้องชัดเจนตรงตามความเป็นจริงได้มาก

2. ด้านผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้บุคคลได้รู้จักตนเองมากขึ้นนั้น ไม่ถือว่าเป็นการประเมินบุคคล หากแต่จะต้องเป็นการให้ข้อมูลตามที่คนสังเกตได้จากพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออก การเสนอข้อมูลในลักษณะเช่นนี้เรียกว่า “การให้ข้อมูลป้อนกลับ” (feed back) ซึ่งมีข้อควรระวังคือ ควรกระทำด้วยความปรารถนาดี ไม่ใช่เพื่อบ่งทำลายบุคคล การให้ข้อมูลจะต้องถูกต้องชัดเจน และเฉพาะเจาะจง เข้าใจได้ไม่คลุมเครือ บอกข้อมูลตามที่เป็นและสังเกตได้ ไม่ใช่การตัดสินพฤติกรรมตามความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล และที่สำคัญอย่างยิ่งคือ การให้ข้อมูลให้เหมาะสมกับกาลเทศะและความเป็นจริง ใช้ภาษาง่าย ๆ เป็นต้น

3. การเปิดเผยตนเอง (self disclosing) การพัฒนาความตระหนักในตนเองส่วนหนึ่งนั้นได้จากการเปิดเผยตนเอง เป็นการให้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเองเกี่ยวกับแนวความคิด ค่านิยม ความรู้สึก และเจตคติ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเองนี้จึงเปรียบได้เสมือนหนึ่งการยืนยัน

ว่าคนได้ตระหนักในความเป็นตนเอง และพร้อมที่จะพัฒนา และเป็นการแสดงออกในความกล้าของเจ้าตัว เพราะการเปิดเผยตนเองนี้เน้นที่การให้ข้อมูลในส่วนที่ 3 ของหน้าต่างใจ-แฮร์รี่ หรือบริเวณปิดบังซ่อนเร้น กล่าวคือ ความเป็นตนเองในส่วนนี้มีเจ้าตัวเท่านั้นที่ตระหนักอยู่ และได้ปกปิดไว้เป็นความลับตลอดเวลา ผู้อื่นไม่ได้รับรู้ การเปิดเผยตนเองจะทำให้ผู้อื่นได้รู้จักตนเองมากขึ้น และในทางกลับกันตนเองจะได้ตระหนักในความเป็นตนเองมากยิ่งขึ้น

การเปิดเผยตนเองโดยปกติแล้วอาจกระทำได้ใน 3 ลักษณะ คือ การแสดงความคิดเห็นออกมาจากใจจริง การบอกข้อมูลเกี่ยวกับตนเองทั้งที่ผู้อื่นทราบและที่ผู้อื่นไม่เคยทราบ และการให้ข้อมูลในส่วนที่เกี่ยวกับบุคคลอื่น การแสดงออกทั้งสามประเด็นนี้สัมพันธ์โดยตรงกับความคิด ความรู้สึก และค่านิยมของผู้เปิดเผยโดยตรง ดังนั้น การแสดงออกเหล่านี้จึงถือว่าเป็นการเปิดเผยตนเอง

สิ่งสำคัญที่สุดที่จะต้องระลึกถึงในการเปิดเผยตนเองนี้คือ จะต้องมีความจริงใจ และซื่อสัตย์ต่อความรู้สึก ความคิดของตนเอง และแสดงออกอย่างเป็นธรรมชาติ โดยความรู้สึกไว้นั้นเชื่อใจและเชื่อมั่นในบุคคลที่ตนกำลังให้ข้อมูล หากการเปิดเผยตนเองได้กระทำในลักษณะเช่นนี้จะก่อให้เกิดความรู้สึกใกล้ชิดและเป็นกันเองมากขึ้น ซึ่งเป็นผลคืออย่างยิ่งต่อการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลอีกด้วย ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งส่งเสริมให้บุคคลได้เรียนรู้จากกันและกันเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ อันเป็นบันไดสำคัญต่อการพัฒนาความตระหนักในตนเองเพิ่มขึ้น

4. การปฏิบัติเพื่อพัฒนาความตระหนักในตนเอง (self intervening) การพัฒนาความตระหนักในตนเองเป็นกระบวนการต่อเนื่อง ซึ่งจะต้องกระทำอยู่เสมอ จากกระบวนการใน 3 ขั้นตอนดังกล่าวมาแล้ว คือ การประเมินตนเองและพิจารณาตนเองอยู่เสมอ การรับฟังข้อมูลจากบุคคลอื่นและการเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับตนที่ผู้อื่นไม่ทราบให้ผู้อื่นได้รับทราบนั้น เป็นเพียงกระบวนการค้นหาข้อเท็จจริงเกี่ยวกับตนเองเท่านั้น ข้อมูลที่ได้ทั้งหมดเป็นเพียงดัชนีให้บุคคลได้ค้นพบตนเอง ซึ่งเป็นเพียงส่วนประกอบของความตระหนักในตนเอง ส่วนสำคัญที่เป็นเครื่องยืนยันให้ประจักษ์ว่าบุคคลมีความตระหนักในตนเองอย่างแท้จริงนั้นคือการที่บุคคลจะต้องนำข้อมูลที่ได้นั้นมาวิเคราะห์ตนเองอย่างละเอียด และหาแนวทางในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง (self-designed change) และลงมือปฏิบัติเพื่อการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง การเปลี่ยนแปลงนี้อาจกระทำได้ตั้งแต่ การปรับปรุงวิธีคิด การควบคุมความรู้สึก และการเลือกสรรการกระทำที่ตนได้พิจารณาแล้วอย่างผู้ที่มีความตระหนักในตนเองอย่างแท้จริง

แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์

กลุ่ม (group)

ความหมายของกลุ่ม

เซอร์ฟ (Sheriff, 1969) ได้พูดถึงกลุ่มทางจิตวิทยาว่ามีลักษณะดังนี้

1. มีคนอย่างน้อย 2 คนขึ้นไปมารวมกัน
2. มีโครงสร้างของกลุ่มที่แสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างบทบาทของสมาชิกแต่ละคน นั่นคือ สมาชิกต่างรับรู้ร่วมกันว่าใครมีบทบาท ฐานะอย่างไรในกลุ่มสังคมนั้น
3. กลุ่มที่รวมกันต้องมีความคงที่ชั่วระยะเวลาหนึ่ง
4. มีกฎระเบียบสำหรับเป็นแนวประพฤติปฏิบัติ ซึ่งกฎระเบียบดังกล่าวสมาชิกในกลุ่มเห็นว่าดี เหมาะสม ถูกต้อง และใช้เป็นเครื่องมือในการควบคุมพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม

แมค เดวิด และฮารารี (Mc.David and Harari, 1974) กล่าวว่า กลุ่มทางจิตวิทยาจะต้องประกอบด้วยคุณสมบัติ 3 ประการ คือ

1. มีเกณฑ์ปกติหรือกฎแห่งความประพฤติ (norms or rules of conduct) ที่ใช้สำหรับควบคุมพฤติกรรมของสมาชิกแต่ละคน และพฤติกรรมของกลุ่ม
2. มีโครงสร้าง (structure) ที่ประกอบด้วยความสัมพันธ์ระหว่างบทบาทของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม
3. มีการกระทำ (performance) ที่เป็นระบบเดียวกัน

ส่วน บารอน และไบร์นี (Baron and Byrne, 1977) ได้ให้ความหมายของกลุ่มไว้ว่า ในทางจิตวิทยาสังคมนั้น กลุ่มประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 2 ประการ คือ

1. สมาชิกของกลุ่มมีความรู้สึกว่ามีสัมพันธ์กัน และมีส่วนร่วมกับกลุ่ม
2. ชะตาของสมาชิกกลุ่มขึ้นอยู่กับกัน กล่าวคือ ผลที่เกิดขึ้นกับสมาชิกแต่ละคนเชื่อมโยงกับผลที่เกิดขึ้นกับสมาชิกคนอื่น ๆ

สำหรับในประเทศไทย หลอง ภิมรัตน์ (2521) ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มไว้ว่า กลุ่มนั้นมีลักษณะร่วมกันอยู่ 3 ประการ คือ

1. เป็นการรวมกันของบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยมีเป้าหมายร่วมกัน

2. มีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกในกลุ่ม ทั้งการสื่อสารโดยใช้คำพูดและไม่ใช้คำพูด เช่น การแสดงสีหน้าท่าทาง การใช้สัญลักษณ์หรือสัญญาณต่าง ๆ

3. มีการปฏิบัติในบทบาทและหน้าที่ของตนในกลุ่ม
นอกจากนั้น เตือนใจ แวงงาม (2534) ยังได้รวบรวมและให้ความหมายของกลุ่มไว้ว่า กลุ่มจะต้องมีลักษณะพื้นฐานดังนี้

1. มีคนมารวมกันอย่างน้อย 2 คนขึ้นไป
2. มีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม
3. มีจุดมุ่งหมายร่วมกัน ในอันที่จะทำให้เกิดความพึงพอใจในการรวมกลุ่ม
4. กลุ่มจะมีระบบพฤติกรรม ซึ่งเป็นแบบแผนเฉพาะกลุ่มที่สมาชิกจะต้องปฏิบัติตาม

5. มีเป้าหมาย ซึ่งเป็นมาตรฐานที่กลุ่มกำหนดขึ้นเพื่อควบคุมพฤติกรรมของกลุ่ม
6. สมาชิกในกลุ่มมีบทบาทในความสัมพันธ์ที่ค่อนข้างสม่ำเสมอ
7. แต่ละกลุ่มมีกลุ่มย่อยภายในไว้เป็นช่วยในการผูกพันต่อกัน

จากคำจำกัดความดังกล่าวข้างต้น พอจะสรุปความหมายของกลุ่มได้ว่า “กลุ่ม” หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมารวมกันในระยะเวลาหนึ่ง โดยมีเป้าหมายร่วมกัน และสมาชิกแต่ละคนมีความสัมพันธ์กันตามบทบาทของตนภายใต้กฎระเบียบหรือมาตรฐานซึ่งกลุ่มกำหนดขึ้นเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติของสมาชิกในกลุ่ม

เมื่อเราทราบความหมายของ “กลุ่ม” (group) แล้ว เราจะกล่าวถึงคำว่า “กลุ่มสัมพันธ์” (group dynamics)

หลุยส์ จาปาเทศ (2522) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ว่า เป็นการเคลื่อนไหวของกลุ่มไปตามธรรมชาติของกลุ่ม หรือไปตามกลไกใดกลไกหนึ่ง โดยอาจจะมีแรงผลักดันหรืออิทธิพลบังคับจากภายนอกและภายในหรือไม่ก็ตาม แต่กลุ่มหรือสมาชิกกลุ่มจะเป็นผู้ประพฤติปฏิบัติให้เป็นไปตามเป้าประสงค์ของกลุ่มนั้น ๆ ดังนั้น กลุ่มสัมพันธ์จึงเป็นกลุ่มที่สมาชิกมีความสัมพันธ์แก่กัน ส่วนจะเป็นไปในรูปแบบใดนั้นขึ้นอยู่กับสมาชิกในกลุ่ม

ทิสนา แคมมณี (2522) ได้กล่าวถึงคำว่า “กลุ่มสัมพันธ์” ว่าเป็นวิทยาการแขนงหนึ่ง ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มคน เพื่อให้ได้ความรู้ที่จะนำไปใช้ในการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมของคน อันจะเป็นประโยชน์ในด้านการเสริมสร้างความสัมพันธ์และปรับปรุงการทำงานของกลุ่มคนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ส่วน โสกา ชูพิกุลชัย (2522) ก็ได้กล่าวถึง “กลุ่มสัมพันธ์” ว่าเป็นกลุ่มที่จะต้องประกอบด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน โดยสมาชิกแต่ละคนจะมีการเปลี่ยนแปลง ปรับตัว ปรับความสัมพันธ์ ซึ่งกันและกันในลักษณะที่ต่อเนื่องกัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้เกิดขึ้นจากสาเหตุหลายประการกล่าวคือ

1. ลักษณะความสัมพันธ์ของแต่ละบุคคล ก่อให้เกิดอารมณ์ที่ดึงดูดให้ผู้อื่นกระทำตาม หรือการพยายามหาทางแก้ไขความตึงเครียดต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เป็นการรักษาดุลระหว่างแต่ละบุคคลในกลุ่ม

2. การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกลุ่ม เช่น การหยุดหรือการมาของสมาชิก โดยสม่ำเสมอ การแนะนำสมาชิกใหม่ การเปลี่ยนผู้นำ เหล่านี้ล้วนมีผลกระทบต่อโครงสร้างของกลุ่ม

3. ความมั่นคงของกลุ่ม และการไหลตัวของกลุ่ม คือเป็นสิ่งสำคัญในการวินิจฉัยการเปลี่ยนแปลงของกลุ่ม กลุ่มที่มีความมั่นคงจะมีความคงตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้ดีกว่า ส่วนกลุ่มที่มีการไหลตัวง่ายจะต้องมีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

ดังนั้น กลุ่มสัมพันธ์จึงเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่องกันในการเสริมสร้างโครงสร้างใหม่ของกลุ่มให้มั่นคง ความพยายามในการปรับตัวของสมาชิกเพื่อลดความตึงเครียด และขจัดความขัดแย้งในกลุ่มให้หมดไป รวมถึงการจัดการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ซึ่งสมาชิกในกลุ่มประสบอยู่ด้วย

และ มาลี สนธิเกษศริน (2531) ได้ใช้คำว่า “พลวัตกลุ่ม” (group dynamics) แทนคำว่า “กลุ่มสัมพันธ์” โดยได้รวบรวมและสรุปความหมายของ “พลวัตกลุ่ม” ไว้ว่าเป็น การเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากการนำเอาปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ ระบบการบริหารของกลุ่ม ภาวะผู้นำ และความสามารถของสมาชิก มาใช้ในกระบวนการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มสามารถดำเนินไปสู่เป้าหมายได้โดยกระบวนการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกนั้น จะก่อให้เกิดการแสดงพฤติกรรมของบุคคล กล่าวคือ พฤติกรรมของบุคคลหนึ่งจะเป็นสิ่งเร้าให้บุคคลอื่นตอบสนอง ในขณะเดียวกัน พฤติกรรมตอบสนองนี้ก็ทำหน้าที่เป็นสิ่งเร้าส่งกลับไปให้มีการตอบสนองกลับมาอีก ทั้งจากการสื่อสารด้วยการใช้คำพูด ตลอดจนกริยาท่าทางและสัญลักษณ์ต่าง ๆ

จากความหมายดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น สรุปได้ว่า กลุ่มสัมพันธ์เป็นการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงของกลุ่มจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มซึ่งความ

สัมพันธ์ของสมาชิกแต่ละคนภายในกลุ่มนั้นก่อให้เกิดอารมณ์ที่ดึงดูดให้สมาชิกอื่น ๆ เกิดการพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และพฤติกรรมของตนได้ อันจะเป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนเอง และในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ ตลอดจนประสิทธิภาพในการทำงานด้วย

ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

ความหมาย

ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอน (A group process model for teaching) คือ หลักการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ โดยที่ผู้เรียนจะมีส่วนร่วมเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่นในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ วิธีการในการเรียนจะทำให้ได้โดยแบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อย ซึ่งแยกย่อยออกจากกลุ่มใหญ่ในชั้นเรียน การกำหนดจำนวนสมาชิกในกลุ่มจะกำหนดให้มีขนาดพอเหมาะที่สมาชิกทุกคนควรมีโอกาสติดต่อสัมพันธ์กันได้เป็นอย่างดี

หลักการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

หลักการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้นนี้ ถือว่าผู้เรียนทุกคนเป็นผู้ที่มีส่วนรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตน และการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสมก็ต่อเมื่อผู้เรียนเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง และจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น ผลจากการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้เมื่อผู้เรียนร่วมวิเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมการเรียนรู้ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้และเข้าใจปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างถ่องแท้ ประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้รับจากการวิเคราะห์พฤติกรรมการเรียนรู้ร่วมกัน จะเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อตัวผู้เรียนเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นสิ่งที่ผู้เรียนได้คิดค้นและเสาะหามาได้ด้วยตนเอง ขึ้นต่อไปคือการนำเอาความรู้นั้นไปประยุกต์ให้เข้ากับชีวิตประจำวันของแต่ละคน โดยอาจใช้เพื่อการวางแผนปรับปรุงบุคลิกภาพของตน หรือนำไปใช้เพื่อแก้ปัญหาในโอกาสต่อไป

จากที่กล่าวมา สามารถสรุปหลักการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ ออกได้เป็นสองข้อใหญ่ ๆ คือ

1. ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (active participation) จากการมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่มย่อย
2. ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการวิเคราะห์กระบวนการเรียนรู้ เนื้อหา และความสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม (analysis)

หลักการสอนตามทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์

การสอนโดยอาศัยทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีหลักการที่ผู้สอนจะนำไปเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนได้ดังนี้

หลักการข้อที่ 1 การจัดตั้งจุดมุ่งหมายของการเรียนการสอน (objectives)

การเรียนการสอนโดยทั่วไปจะเริ่มที่จุดมุ่งหมายเสมอ เพราะจุดมุ่งหมายเป็นสิ่งสำคัญที่จะกำหนดจุดหมายปลายทาง และช่วยให้การเรียนการสอนเกิดผลสำเร็จตามที่ต้องการได้ ดังนั้นหลักการข้อที่หนึ่งของการสอนตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ คือ การกำหนดจุดมุ่งหมายของบทเรียน ให้สามารถส่งเสริมพัฒนาการของผู้เรียน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ ความรู้สึก หรือด้านจิตใจ สังคม และสติปัญญาไปพร้อม ๆ กันทุกด้าน ทั้งนี้เพราะองค์ประกอบต่าง ๆ เหล่านี้มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด

หลักการข้อที่ 2 การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ (learning experiences)

เมื่อกำหนดจุดมุ่งหมายของการสอนแล้ว ขั้นตอนต่อไปคือการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับผู้เรียน โดยประสบการณ์นั้นควรเป็นประสบการณ์ชั้นเริ่มแรก (first hand experiences) ที่ผู้เรียนสามารถเข้าใจได้อย่างถ่องแท้ด้วยตนเอง (insight) ซึ่งจะเกิดขึ้นได้เมื่อผู้เรียนเป็นผู้ลงมือหรือเป็นผู้คิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง งานวิจัยจำนวนมากพบว่า การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้เป็นอย่างดีในทุกด้านเมื่อบุคคลมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้กับผู้อื่น จึงกล่าวได้ว่า หลักการในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีดังนี้คือ

- 2.1 ผู้เรียนจะเป็นผู้ลงมือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยกิจกรรมนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมทางร่างกาย (physically involvement) อารมณ์ (ego หรือ emotional involvement) สังคม (social involvement) และสติปัญญา (intellectual

involvement) เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาองค์ประกอบดังกล่าวของผู้เรียนในทุกด้าน ไปพร้อม ๆ กัน

2.2 มีการแบ่งกลุ่มผู้เรียนออกเป็นกลุ่มย่อย เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้และทำงานต่าง ๆ ร่วมกัน การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction) ดังกล่าวนี้นี้ ผู้เรียนจะพัฒนาวิธีการทำงานและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ตลอดจนการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และการเป็นผู้นำผู้ตามในกลุ่มได้อย่างเหมาะสม

หลักการข้อที่ 3 การพัฒนาความสามารถทางปัญญา (intellectual development) และมนุษยสัมพันธ์ (human relationship)

การเรียนการสอนแต่ละครั้ง เมื่อผู้เรียนได้ลงมือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ เขาจะเกิดความรู้สึก (sensation) เกี่ยวกับสิ่งที่กระทำไปนั้น ความรู้สึกนี้จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถรับรู้ (perception) แนวคิดของแต่ละบทเรียน แต่การรับรู้ของแต่ละคนแตกต่างกันตามประสบการณ์เดิม (past experiences) สถิติปัญญา ความสามารถ ฯลฯ ของแต่ละบุคคล วิธีที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีการรับรู้ที่ตรงกัน มีโอกาสพัฒนาความเข้าใจในสิ่งที่ต้องการรู้นั้นให้ถูกต้องเหมาะสมและกว้างขวางยิ่งขึ้น และสามารถนำสิ่งที่รับรู้มาผสมผสานเข้าเป็นแนวคิดของแต่ละบุคคลนั้นจะทำได้โดยให้ผู้เรียนร่วมวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ตนได้พบ ได้ประสบ และได้รู้สึกระหว่างการทำงานในกลุ่ม อันจะนำไปสู่การพัฒนาความคิดและสติปัญญา หรือความเห็นจริงในสิ่งที่เรียน ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ผู้เรียนเป็นผู้ค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้นั้นด้วยตนเอง (self-discovery) และยังช่วยให้เข้าใจถึงกระบวนการประชาธิปไตย ตลอดจนความสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์ในกลุ่มอีกด้วย

สรุปได้ว่า หลักการข้อที่ 3 ของการสอนตามทฤษฎีนี้คือ การให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ร่วมกัน หลักการในการวิเคราะห์การเรียนรู้แบ่งออกได้ดังนี้

3.1 การวิเคราะห์กระบวนการเรียนรู้ และความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม (learning process analysis) การเรียนรู้และพัฒนาการของบุคคลจะเจริญเติบโตไปพร้อม ๆ กันทุกด้าน การพัฒนาหรือเสริมสร้างอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือให้เกิดการเรียนรู้เฉพาะอย่างย่อมทำไม่ได้

การวิเคราะห์การเรียนรู้จะเริ่มต้นที่ตัวบุคคลหรือสมาชิกแต่ละคนในกลุ่ม ตลอดจนความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกที่มีต่อกัน ซึ่งจะมีอิทธิพลต่อการทำงานหรือกระบวนการ

การเรียนรู้ของกลุ่ม และของสมาชิกแต่ละคนในกลุ่มเป็นอย่างมาก ถ้ากลุ่มมีความสามัคคี และสมาชิกมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ย่อมจะทำให้การทำงานของกลุ่ม ดำเนินไปอย่างราบรื่น และประสบผลสำเร็จด้วยดี ซึ่งผลที่ได้คือ ความพอใจ ความสบายใจ ความสนุกสนาน ความสนิทสนมกลมเกลียวกัน ฯลฯ อันเป็นรางวัลที่มีคุณค่าแก่สมาชิกทุกคนในกลุ่ม ผู้สอนจะช่วยให้ผู้เรียนวิเคราะห์ความสัมพันธ์และกระบวนการเรียนรู้ได้ โดยการให้ผู้เรียนตั้งคำถามแก่กัน เพื่อให้ผู้เรียนแสดงความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับ พฤติกรรม ปฏิสัมพันธ์ การทำงานของกลุ่ม และการให้ข้อวิจารณ์แก่กัน โดยใช้ปัญญาอย่างปราศจากอคติ

ผลของการวิเคราะห์กระบวนการเรียนรู้และความสัมพันธ์ สามารถสรุปได้ดังนี้คือ

3.1.1 ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง สามารถประเมินผลการเรียนรู้และนำความรู้ที่ได้รับไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงบุคลิกภาพและพฤติกรรม ตลอดจนการเสริมสร้างแนวคิดและค่านิยมของตนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

3.1.2 ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจผู้อื่น โดยผู้เรียนจะสามารถพัฒนามนุษยสัมพันธ์ และความเป็นผู้นำในกลุ่ม

3.1.3 ช่วยให้ผู้เรียนมองเห็นปัญหา และวิธีการทำงานที่เหมาะสม เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงการทำงานครั้งต่อ ๆ ไปให้ดีขึ้น

3.2 การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis)

ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มเป็นพื้นฐานในการเรียนรู้เนื้อหา จะแยกกันไม่ได้ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ดังนั้น การวิเคราะห์กระบวนการและความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มจะนำมาสู่ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา การวิเคราะห์เนื้อหาวิชาจะเป็นแนวทางให้ผู้เรียนแต่ละคนที่มีความสามารถ สติปัญญา และการรับรู้แตกต่างกัน ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและสิ่งที่ได้รับรู้ร่วมกัน ซึ่งจะเป็นโอกาสให้ผู้เรียนได้ถ่ายทอดประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งกันและกัน และช่วยให้ผู้เรียนสามารถค้นพบแนวคิดที่ต้องการด้วยตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อตัวผู้เรียนมาก และเป็นการขยายประสบการณ์การเรียนรู้ให้ถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนพัฒนาวิธีการเรียนที่เหมาะสมยิ่งขึ้น

ผู้สอนจะช่วยให้ผู้เรียนวิเคราะห์เนื้อหาได้โดยการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้คิด และแสดงข้อคิดที่ตนได้พบจากการทำงานในกลุ่มให้ผู้อื่นได้มีโอกาสรับรู้

หลักการข้อที่ 4 การสรุปและนำหลักการไปประยุกต์ใช้ (application in real life)

เมื่อผู้เรียนได้รับแนวคิดที่ถูกต้องเหมาะสมแล้ว หลักการขั้นต่อไปคือ ช่วยให้ผู้เรียนสามารถสรุปรวบรวมแนวคิดเหล่านั้นเข้าเป็นหมวดหมู่ และเป็นกฎเกณฑ์ที่เหมาะสมสำหรับแต่ละบุคคล โดยผู้สอนจะต้องแนะแนวทางให้ผู้เรียนอภิปรายเพื่อหาข้อสรุปหลักการของสิ่งที่ได้เรียนมา หลังจากนั้น ก็ช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสคิดค้นเพื่อนำหลักการที่มีอยู่ไปประยุกต์ให้เข้ากับตนเอง เพื่อใช้ปรับปรุงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของตนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น และนำไปใช้เพื่อแก้ปัญหาหรือสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ ต่อไปในอนาคต

การนำหลักการไปประยุกต์นี้จะทำได้ใน 5 ลักษณะ คือ

1. การประยุกต์ให้เข้ากับตนเอง (backhome situation) คือ การที่ผู้เรียนนำหลักการที่ได้รับไปใช้ในการปรับปรุงพฤติกรรมของตนเองในที่ต่าง ๆ นอกเหนือจากในห้องเรียน ซึ่งเป็นห้องปฏิบัติการทางสังคม เช่น ที่บ้าน ที่สาธารณะ และสามารถแสดงออกกับบุคคลต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมยิ่งขึ้น
2. การประยุกต์ใช้กับผู้อื่น (application for others) คือ การนำหลักการที่ได้รับไปใช้ในการอยู่ร่วมกันในสังคม หรือใช้เพื่อการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ซึ่งการอยู่ร่วมกับผู้อื่นจะต้องมีความเห็นอกเห็นใจกัน เข้าใจกัน มีความเคารพในสิทธิของกันและกัน ตลอดจนไว้อต่ความต้องการและความรู้สึกของผู้อื่น
3. การประยุกต์เพื่อแก้ปัญหาในอนาคต (problem solving) ผู้เรียนสามารถประยุกต์หลักการที่เรียนรู้เพื่อใช้สำหรับแก้ปัญหาด้านบุคลิกภาพ ความสัมพันธ์ และวิธีการทำงานของตนเอง ของผู้อื่น ของกลุ่ม และของสังคมได้
4. การประยุกต์เพื่อใช้ในสังคม (social development) ผู้เรียนสามารถนำเอาหลักการที่ได้รับไปใช้ เพื่อแก้ปัญหาของสังคม เพื่อปรับปรุงสังคมให้ดีขึ้น และเพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่เป็นประโยชน์ในสังคมได้
5. การประยุกต์เพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ (invention) ผู้เรียนสามารถนำหลักการที่ได้รับไปประยุกต์เพื่อการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตน ต่อกลุ่ม ต่อสังคม และต่อผู้อื่น

หลักการข้อที่ 5 การประเมินผล (evaluation)

สิ่งสำคัญที่จะขาดเสียมิได้ในการจัดการเรียนการสอน คือ การประเมินผลการเรียนรู้ ทั้งนี้เพราะการประเมินผลจะเป็นหนทางที่จะทำให้ทราบผลของการเรียนการสอนว่าตรงตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้มากน้อยเพียงไร การประเมินผลจะช่วยทำให้ทราบถึงพัฒนาการของผู้เรียน ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาและวิธีการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้สอนสามารถประเมินผลการสอนของตนว่าได้ประสบผลสำเร็จมากน้อยเพียงไร

วิธีการประเมินผลการเรียนรู้ที่ดีวิธีหนึ่งคือ การให้ผู้เรียนได้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง (self evaluation) ผู้สอนควรสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนได้มีโอกาสประเมินผลการเรียนรู้ของตน ซึ่งจะช่วยให้การเรียนรู้มีความหมาย และมีประโยชน์ต่อผู้เรียนเป็นอย่างยิ่ง

ดังนั้นหลักการของทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ข้อสุดท้าย คือ ให้ผู้เรียนร่วมกัน ประเมินผลการเรียนรู้ของตนจากการทำงานร่วมกัน ซึ่งจะมีวิธีการประเมินผลได้ในสองลักษณะคือ

1. การประเมินผลสัมฤทธิ์ของกลุ่ม (group achievement) ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มจะประกอบด้วย ผลการทำงานของกลุ่ม (group productivity) ความสามัคคี หรือความเป็นอันหนึ่งอันเดียวของกลุ่ม (group cohesion) และคุณธรรมหรือค่านิยม (moral) ของกลุ่มจากการประเมินผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มจะช่วยให้เข้าใจผลสัมฤทธิ์และวิธีการการทำงานของสมาชิกแต่ละบุคคลได้

2. การประเมินผลความสัมพันธ์ในกลุ่ม (intergroup relations) จากการให้สมาชิกให้ข้อติชม (feedback) หรือข้อวิจารณ์แก่กันโดยปราศจากอคติ จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถประเมินผลพฤติกรรมของตนเองและความสัมพันธ์ที่มีต่อผู้อื่นได้ และผลจากการให้ผู้เรียนประเมินผลตนเอง จะช่วยให้ผู้สอนสามารถเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี อันจะเป็นแนวทางที่ครูผู้สอนจะหาทางช่วยเหลือผู้เรียนที่มีปัญหา และนำไปพิจารณาในการจัดประสบการณ์การเรียนการสอนที่เหมาะสมแก่สติปัญญาและความสามารถของผู้เรียนแต่ละกลุ่มเพื่อช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาการไปได้อย่างเต็มความสามารถอีกด้วย

ลำดับขั้นการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

การเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ดังกล่าว แบ่งเป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะการมีส่วนร่วม (participation หรือ involvement stage)

การเรียนรู้จะเริ่มขึ้นจากการที่ผู้เรียนเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้การเรียนรู้เป็นประสบการณ์ที่เต็มไปด้วยความมีชีวิตชีวา เร้าใจ ไม่เฉื่อยชา (active-learning) นอกจากนี้ การเรียนรู้จะเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่าและมีความหมายต่อตัวผู้เรียนมากขึ้น ถ้าผู้เรียนเข้ามามีบทบาทหรือมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ ในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม (group participation)

ระยะมีส่วนร่วมนี้ ผู้เรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่ม และเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ หรือคิดค้นแสวงหา (inquiry) สิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง อาจกล่าวได้ว่าผลของการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง ซึ่งถ้าใครมีส่วนร่วมมากเท่าใดก็จะได้รับผลจากการเรียนรู้มากขึ้น

การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ จะเน้นการมีส่วนร่วมในทุก ๆ ด้าน (self-involvement) ดังนี้ คือ

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย (physical involvement) การมีส่วนร่วมในด้านนี้ได้แก่ การที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติหรือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (learning by doing) รวมทั้งการมีส่วนในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่นเพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 การมีส่วนร่วมทางด้านจิตใจ (ego หรือ emotional involvement) การเรียนที่ประสบผลสำเร็จนั้น ผู้เรียนจะต้องเกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติกันอย่างแท้จริง ความรู้สึกและอารมณ์ต่าง ๆ เกี่ยวกับสิ่งที่กระทำนั้นจะเกิดขึ้นได้เมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วมในกลุ่ม ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้จะนำไปสู่การรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาวิชาได้เป็นอย่างดี และช่วยให้ผู้เรียนสามารถจดจำเนื้อหาวิชาได้นานอีกด้วย

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญญาหรือสมอง (intellectual หรือ mental involvement) การมีส่วนร่วมทางด้านนี้ คือการที่ผู้เรียนเกิดการเห็นจริงหรือประจักษ์แจ้ง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และการสร้างแนวคิดจากสิ่งที่ได้รู้นั้น ซึ่งจะทำให้การเรียนรู้

มีความหมายต่อตัวผู้เรียนมากขึ้น และเป็นแนวทางในการพัฒนาความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ การวิเคราะห์ และสรุปสิ่งที่เรารู้ด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมทางสังคม (social involvement) การเรียนรู้โดยการแบ่งกลุ่มย่อยตามหลักกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์นี้ เมื่อผู้เรียนเข้ามามีส่วนร่วมในกลุ่ม หรือเป็นสมาชิกของกลุ่ม ก็จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น กล่าวคือ จะเกิดปฏิสัมพันธ์ (interaction) หรือการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความเชื่อ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวางและเกิดผลดีอีกด้วย

2. ระยะเวลาวิเคราะห์ (analysis stage)

เมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองแล้ว ระยะเวลาต่อไปเป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผ่านๆ ที่ ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้อย่างกว้างขวาง และยังช่วยให้ผู้เรียนสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลของการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระยะเวลาสรุปและประยุกต์หลักการ (generalization and application stage)

เมื่อผู้เรียนค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนด้วยตนเอง ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบและแนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเอง การเรียนรู้ที่ นอกจากจะเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาในปัจจุบันแล้ว เรายังเรียนเพื่อแก้ปัญหาและเพื่อสร้างสรรค์สิ่งใหม่ขึ้นในอนาคต ดังนั้น จึงเป็นที่เชื่อถือได้ว่า เมื่อผู้เรียนได้มีโอกาสเรียนรู้และเข้าใจหลักการของเรื่องหนึ่ง ๆ แล้ว เขาจะสามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นจะทำได้ในสองลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อการปรับปรุงบุคลิกภาพหรือการพัฒนาตนเอง (self-development) ให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ตลอดจนการเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น (interpersonal relations) หรือการมีมนุษยสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหา (problem-solving) ต่าง ๆ ในอนาคตและเพื่อใช้ในการปรับปรุงและควบคุมธรรมชาติและสังคมให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้นและประดิษฐ์สิ่งใหม่ ๆ ขึ้น

4. ระยะประเมินผล (evaluation stage)

จากหลักการที่กล่าวมาแล้วทั้งหมดจะเห็นได้ว่า การเรียนรู้เกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรงและเกิดจากการเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มย่อย ดังนั้น ผู้เรียนย่อมจะทราบผลการเรียนรู้ของตนและของกลุ่มได้เป็นอย่างดี การประเมินผลการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ถือว่าผู้เรียนจะเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนและของกลุ่ม จากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะ และติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม

การเรียนการสอนตามหลักการทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ดังกล่าวแล้วนั้น จะส่งเสริมบรรยากาศแบบประชาธิปไตย ตลอดจนการพัฒนาคุณค่าของความเป็นมนุษย์ คือ ส่งเสริมพัฒนาการของผู้เรียน และความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้เรียน ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับเนื้อหาวิชา มีโอกาสพัฒนาสติปัญญา อารมณ์ ความคิด และความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยวิธีการที่เหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้การเรียนรู้เป็นสิ่งที่มีความหมายและใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น

สำหรับในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้นำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มาใช้ในการพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียน และเนื่องจากมโนภาพแห่งตนของมนุษย์นั้น เกิดขึ้นและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ฉะนั้นในการพัฒนามโนภาพแห่งตน จึงเป็นขั้นตอนที่ละเอียดอ่อนและต้องใช้เวลาแบบค่อยเป็นค่อยไป ภายใต้บรรยากาศที่เอื้ออำนวย ดังนั้นในการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนในครั้งนี้ คณะผู้วิจัยจึงได้นำหลักการของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มาผสมผสานกับหลักการเรียนรู้แบบกลุ่ม เพื่อให้กระแสความเคลื่อนไหวของกลุ่มเป็นไปอย่างมีจังหวะที่เหมาะสม สมาชิกภายในกลุ่มเกิดความรู้สึกอบอุ่นมั่นคง ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับ ซึ่งจะโน้มนำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่สร้างสรรค์ได้ในที่สุด

ลักษณะของกระแสความเคลื่อนไหว

กระแสความเคลื่อนไหวของกลุ่มซึ่งเสนอในที่นี้ เป็นการมองในแง่มุมของพัฒนาการที่เกิดขึ้นตามลำดับ และเป็นการอธิบายตามที่เสนอของทรอตเซอร์ (Trotzer, 1977) ซึ่งได้จำแนกกระแสความเคลื่อนไหวของกลุ่มไว้ 5 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นสร้างความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย (The security stage)
2. ขั้นการยอมรับ (The acceptance stage)
3. ขั้นการรับผิดชอบ (The responsibility stage)

4. **ขั้นการแก้ไขเปลี่ยนแปลง (The work stage)**

5. **ขั้นยุติกลุ่ม (The closing stage)**

อย่างไรก็ตามการจำแนกดังกล่าวข้างต้น มิได้หมายความว่าแต่ละขั้นจะเป็นอิสระ ไม่ขึ้นต่อกัน หากแต่เป็นการจำแนกโดยพิจารณาจากลักษณะเฉพาะของแต่ละขั้นตอน ส่วน ช่วงเวลาแต่ละขั้นตอนนั้นขึ้นกับกระแสแห่งการเปลี่ยนแปลงว่าจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วหรือ ดำเนินไปด้วยความเชื่องช้า ซึ่งจะได้อธิบายถึงรายละเอียดของแต่ละขั้นตอนต่อไป

1. **ขั้นการสร้างความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย (The security stage)**

ในขั้นเริ่มต้นนี้สมาชิกจะมีความรู้สึกสองฝักสองฝ่าย วิดกกังวลเคลือบแคลง สงสัย อึดอัดไม่สบายใจ ความรู้สึกต่อต้านไม่เป็นมิตร หรือการแสดงออกทางอารมณ์อื่น ๆ ที่ สู่ถึงความรู้สึกหวาดหวั่นไม่มั่นใจ เนื่องจากการต้องเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ ซึ่งเขาไม่อาจ คาดเดาผลที่จะเกิดขึ้นได้ รวมถึงความไม่มั่นใจ ต่อการแสดงออกหรือการควบคุมตนเองภายใน กลุ่มด้วย ถึงแม้ว่าจะได้มีการให้ข้อมูลหรือการแนะนำสมาชิกในเบื้องต้นแล้วก็ตาม

นอกจากนั้นในขั้นนี้ยังรวมถึงระยะของการทดสอบสมาชิกและผู้นำกลุ่มด้วย โดย ปฏิกริยาที่แสดงออกมักออกมาในรูปของการต่อต้าน การถอยหนี หรือการไม่เป็นมิตร บอร์น นี้ (Bonney. 1969) กล่าวว่า หากสมาชิกภายในกลุ่มเกิดความรู้สึกต่อต้านไม่เป็นมิตรขึ้น ก็ จะทำให้กลุ่มนั้นบรรลุวัตถุประสงค์ของกลุ่มได้ค่อนข้างยาก

ในแง่ของการทดสอบกลุ่มมักออกมาในรูปของการทดสอบความสามารถของผู้ นำกลุ่ม กฎเกณฑ์ขั้นพื้นฐานของกลุ่ม และปฏิกริยาของสมาชิกกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมที่แสดง เพื่อการทดสอบนั้น ๆ

โรเจอร์ (Roger. 1967) กล่าวว่า การแสดงถึงความรู้สึกในทางลบออกมานั้น เป็นการทดสอบถึงคามมีอิสระและความน่าไว้วางใจของกลุ่มว่า ณ ที่แห่งนี้ สมาชิกจะ สามารถแสดงตนเองออกมาได้อย่างเต็มที่ทั้งในทางบวกและทางลบจริงหรือไม่

ในระยะแรกนี้ สิ่งที่ต้องคำนึงถึงเป็นอย่างยิ่งก็คือ ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย ของสมาชิกกลุ่ม ผู้นำกลุ่มบางคนจึงได้ใช้วิธีอุ่นเครื่อง (warm up) เพื่อสร้างความคุ้นเคย และ ความรู้สึกผ่อนคลายขึ้นในกลุ่ม ถึงแม้ว่าสมาชิกบางคนจะมีปัญหาที่คล้ายคลึงกัน แต่การรับรู้ ปัญหาของแต่ละคนนั้นจะแตกต่างกัน ดังนั้นการอุ่นเครื่องจึงมีส่วนช่วยให้สมาชิกสามารถที่ จะติดต่อสัมพันธ์กันได้ดีขึ้น ซึ่งสามารถทำได้โดยมุ่งความสนใจไปที่ความรู้สึกอึดอัดคับข้องใจที่สมาชิกทุกคนต่างรู้สึกเช่นเดียวกัน จะช่วยให้สมาชิกลดความรู้สึกโดดเดี่ยวหรือแปลก

แยกจากกลุ่มออกไปได้ และเริ่มมีความไว้วางใจกลุ่มมากขึ้น อันจะนำไปสู่ความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นขึ้นด้วย

2. ขั้นการยอมรับกลุ่ม (The acceptance stage)

ในขั้นนี้บรรยากาศของกลุ่มจะเปลี่ยนจากการต่อต้านมาเป็นการร่วมมือร่วมใจกันของสมาชิกกลุ่ม เมื่อสมาชิกเริ่มคลายความรู้สึกอึดอัดไม่สบายใจ ความยอมรับในกลุ่มก็จะมีมากขึ้น เมื่อสมาชิกเริ่มมีความคุ้นเคยกับบรรยากาศของกลุ่ม วิธีการ ผู้นำ และสมาชิกด้วยกันมากขึ้น พวกเขาจะเริ่มรู้สึกสบายใจและปลอดภัยมากขึ้นในกลุ่ม

สิ่งที่ติดตามมาจากความยอมรับในกลุ่มก็คือ ความต้องการที่จะเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีสัมพันธภาพกับสมาชิกอื่น ๆ ความปรารถนาที่จะเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเป็นแรงจูงใจที่สำคัญประการหนึ่ง ซึ่งในระยะแรกบุคคลอาจจะไม่กล้าแสดงตนออกมาด้วยความกลัวว่าจะไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม แต่อย่างไรก็ตามหลังจากที่ความไว้วางใจได้ถูกสร้างขึ้นมาแล้ว เขาก็มีความเต็มใจที่จะเปิดเผยตนเองออกไปมากขึ้นด้วยเชื่อว่าสมาชิกอื่น ๆ คงจะยอมรับในตัวเขา

เมื่อความยอมรับซึ่งกันและกันเกิดขึ้น สัมพันธภาพก็เริ่มงอกงามและความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันก็เริ่มพัฒนาไป ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อกลุ่มเพราะเป็นสิ่งที่ทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความพร้อมที่จะยอมรับต่อความคิดของผู้อื่น เมื่อใดที่สมาชิกรู้สึกว่าได้รับความยอมรับอย่างจริงใจจากสมาชิกอื่น ๆ ความรู้สึกว่าคุณค่า (self-esteem) ก็จะเกิดขึ้น ความเชื่อมั่นในตนเองจะเพิ่มขึ้น และกล้าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ได้

ทั้งนี้บุคคลจะไม่สามารถจัดการกับปัญหาของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากไม่ตระหนักว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นส่วนหนึ่งของตน นอกจากนั้นบุคคลจะต้องรู้ว่าถึงแม้ตนเองจะมีปัญหาแต่ก็ยังคงเป็นบุคคลที่มีค่าและความสำคัญอยู่ มนุษย์ทุกคนล้วนแต่ปรารถนาที่จะชอบและยอมรับตนเอง และปรารถนาที่จะให้ผู้อื่นชอบและยอมรับตนเองเช่นเดียวกัน นี่คือการปรารถนาที่กลุ่มได้ใช้เป็นประโยชน์ในการช่วยเหลือให้สมาชิกได้จัดการกับปัญหาของเขา เมื่อสมาชิกแต่ละคนสามารถยอมรับความรู้สึก ความคิดและการกระทำไม่ว่าจะดีหรือเลวว่าเป็นส่วนหนึ่งของตน และยังคงรู้สึกว่าคุณค่าได้รับความยอมรับนับถือว่าเป็นคนที่มีคุณค่า ก้าวสำคัญที่จะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงตนเองก็จะเกิดขึ้น

3. ขั้นการรับผิดชอบต่อตนเอง (The responsibility stage)

ขั้นตอนที่สามของกระแสความเคลื่อนไหวที่เกิดขึ้นภายในกลุ่ม คือ การที่สมาชิกได้ก้าวจากการยอมรับตนเองและผู้อื่นสู่การมีความรับผิดชอบต่อตนเอง ความแตกต่างระหว่างการยอมรับตนเอง (self-acceptance) และการรับผิดชอบต่อตนเอง (self-responsibility) ก็คือ การยอมรับตนเอง ช่วยให้สมาชิกตระหนักและยอมรับว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นส่วนหนึ่งของตัวเขา แต่อย่างไรก็ตามการยอมรับตนเองยังเปิดโอกาสให้สมาชิกมีหนทางถอยหนีจากการลงมือแก้ไขปัญหา เขาอาจจะพูดว่า “ใช่ นั่นคือสิ่งที่เป็นอย่างนี้” หรือ “นั่นคือปัญหาของฉัน” แต่เขาก็อาจจะปฏิเสธว่าตนเองมิได้มีส่วนในเรื่องที่เกิดขึ้นหรือปฏิเสธที่จะแก้ไขมัน การทำให้สมาชิกเกิดความรับผิดชอบต่อตนเองจะผลักดันให้เขาก้าวไปสู่การแก้ไขปัญหานั้น สนับสนุนให้เขาเกิดความคิดว่า “ใช่ นั่นเป็นปัญหาของฉัน และฉันจะต้องทำอะไรบางอย่างเกี่ยวกับปัญหานี้” สภาพเช่นนี้จะนำไปสู่ความเปลี่ยนแปลงในทางสร้างสรรค์

ความรับผิดชอบมีบ่อเกิดมาจากทั้งความต้องการในฐานะที่เป็นมนุษย์ และมาจากธรรมชาติของกระบวนการแก้ไขปัญหานั้น สมาชิกกลุ่มจะสามารถสนองความต้องการที่จะรู้สึกว่าคุณค่าและน่าเคารพ ก็โดยผ่านการลงมือทำและประสบความสำเร็จเท่านั้น ซึ่งทั้งสองประการล้วนแต่ต้องอาศัยการมีความรับผิดชอบ

ในระหว่างขั้นตอนต้น ๆ ของกระแสความเคลื่อนไหวในกลุ่ม การสร้างความไว้วางใจและความยอมรับให้เกิดขึ้นในกลุ่มจะมุ่งความสนใจอยู่ที่ความเหมือนกัน (similarities) ของสมาชิกกลุ่ม กระแสความเคลื่อนไหวเช่นนี้ทำให้สมาชิกเกิดความสำนึกว่า คนอื่น ๆ ก็มีปัญหาเช่นเดียวกับตน แม้ว่าแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันก็ตาม ในระหว่างขั้นความรับผิดชอบต่อตนเอง จุดสนใจจะเปลี่ยนมาสู่ความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของลักษณะเฉพาะและความรับผิดชอบของบุคคล บรรยากาศของกลุ่มจะถูกจัดเตรียมให้แต่ละคนมีอิสระเสรีในการค้นหาจุดอ่อน จุดแข็ง และศักยภาพของตน มีอิสระในการกำหนดวิธีแก้ไขปัญหาค่าต่าง ๆ และแสดงความรู้สึกของตน การเน้นถึงสิ่งที่ปัจจุบันหรือที่นี้และเดี๋ยวนี้ (here-and-now) เป็นองค์ประกอบสำคัญในขั้นความรับผิดชอบต่อตนเอง

เมื่อสมาชิกเกิดความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตน ก็เป็นการก้าวขึ้นที่จะมีความรับผิดชอบต่อการกระทำและปัญหาของตน ดังนั้นการให้สมาชิกมุ่งความสนใจอยู่ที่ตนเองและปัญหาของตนก็จะทำให้เขาสร้างความรับผิดชอบต่อตนเองขึ้นมาได้ ซึ่งจะก้าวเข้าสู่ขั้นแห่งการแก้ไขเปลี่ยนแปลงต่อไป

4. ขั้นการแก้ไขเปลี่ยนแปลง (The work stage)

ในขั้นนี้จะมุ่งความสนใจอยู่ที่ปัญหาของแต่ละคน เมื่อสมาชิกยอมรับว่าชีวิตของตนมีบางสิ่งบางอย่างที่ไม่น่าพึงพอใจและการเปลี่ยนแปลงแก้ไขจะนำไปสู่ประโยชน์แก่คนแล้ว ก็นับว่าขั้นตอนแห่งการแก้ไขเปลี่ยนแปลงกำลังจะก้าวสู่ความสำเร็จ

จุดประสงค์พื้นฐานของขั้นแก้ไขเปลี่ยนแปลงนี้คือ การเปิดโอกาสให้สมาชิกได้ (1) ตรวจสอบปัญหาส่วนตัวของตนอย่างใกล้ชิดในสภาพแวดล้อมที่ให้ความอิสระปราศจากความรู้สึกถูกบีบคั้น (2) ค้นหาทางออกในการแก้ไขปัญหานั้น และ (3) ทดลองแสดงพฤติกรรมหรือมีทัศนคติแบบใหม่ในสถานที่ที่มีความปลอดภัยก่อนที่จะนำไปปฏิบัติภายนอกกลุ่ม พลังของกลุ่มจะถูกรวมศูนย์อยู่ที่จุดประสงค์ 3 ประการนี้ โดยผ่านการให้ความคิดเห็นย้อนกลับ (feedback) การทำให้กระจ่าง (clarification) และการให้ข้อมูล

ในขั้นนี้การที่สมาชิกมีบทบาทเป็นทั้งผู้ให้ความช่วยเหลือและผู้รับความช่วยเหลือ เมื่อสมาชิกคนใดคนหนึ่งในกลุ่มกำลังเผชิญกับปัญหาของตน สมาชิกอื่น ๆ จะให้ความช่วยเหลือโดยผ่านการให้ความคิดเห็นย้อนกลับ การร่วมเปิดเผยตนเอง การให้คำแนะนำ การร่วมอภิปราย และร่วมในการกระทำกิจกรรมกลุ่ม ประสบการณ์ที่ได้รับจากการเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือจะทำให้สมาชิกมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า (self-worth) เพิ่มขึ้น ช่วยเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการรับความช่วยเหลือจากผู้อื่น นอกจากนี้กระแสแห่งการให้และการรับได้ช่วยให้สมาชิกได้รับประโยชน์จากการเห็นผู้อื่นแก้ไขปัญหของตนอีกด้วย ในขั้นนี้จะจัดเตรียมสมาชิกให้พร้อมที่จะออกไปสู่โลกภายนอกได้ด้วย ความมั่นใจและมั่นคงขึ้น

5. ขั้นยุติกลุ่ม (The closing stage)

ขั้นตอนสุดท้ายของกระแสความเคลื่อนไหวในกลุ่มโดยธรรมชาติแล้วมีลักษณะของการให้ความสนับสนุน โดยการให้ความคิดเห็นย้อนกลับ การให้กำลังใจ และการปกป้องให้สมาชิกกลุ่มสามารถออกไปเผชิญกับปัญหาของตนในชีวิตจริง หรือมีการปรับปรุงพฤติกรรมของตนไปในทางที่สร้างสรรค์ได้สำเร็จ ด้วยความรู้สึกมั่นใจ และมีแรงจูงใจที่จะกระทำอย่างแท้จริง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

โรเจอร์ส (Rogers. 1970 : 121-122) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของกิบ (Gibb) พบว่า วิธีการกลุ่มให้ผลสร้างสรรค์ทางจิตวิทยา กล่าวคือ มีผลให้บุคคลตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น สามารถเปิดเผยความรู้สึกของตน สามารถควบคุม ความรู้สึก และแสดงพฤติกรรมได้ตรงกับความรู้สึกของตน มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้ง ต่อตนเองและผู้อื่น กล่าวคือ บุคคลจะยอมรับตนเอง เข้าใจตนเอง และมีความมั่นคงยิ่งขึ้น ในด้านทัศนคติที่มีต่อบุคคลอื่น จะทำให้บุคคลยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการใช้อำนาจกับบุคคลอื่น มีความรู้สึกพึ่งพากันและกันเชื่อในความสามารถของบุคคล และสามารถทำงานร่วมกับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี

ควินันและฟูลด์ (Quinan and Fould. 1970 : 145-149) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการฝึกความไวในการรับรู้ที่มีต่อความเข้าใจตนเองของผู้รับการฝึก โดยการใช้การฝึกแบบกลุ่มทนทาน (Marathon group) ซึ่งให้ทุกคนแสดงกิจกรรมเกี่ยวกับการแสดงบทบาท การสื่อสารด้วยคำพูดและการอภิปราย ใช้เวลาฝึก 30 ชั่วโมงติดต่อกัน พบว่า ผู้ที่รับการฝึกมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ในด้านคุณค่าตนเองตามความเป็นจริง ด้านความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ด้วยความสามารถในการควบคุมความรู้สึกและอารมณ์ของตนเอง

วิไลวรรณ สันถะโกมล (2522) ได้วิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบผลการเสนอวิชาวรรณคดีไทยเรื่อง “ลิลิตตะเลงพ่าย” โดยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์และกระบวนการสอนแบบครูเป็นศูนย์กลางในชั้นประกาศนียบัตรวิชาการศึกษา” พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาที่สอนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ และกระบวนการสอนแบบครูเป็นศูนย์กลางแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่นักศึกษาให้ความเห็นว่าการเรียนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ทำให้บรรยากาศสนุกสนาน ไม่เบื่อหน่าย ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้น และยังฝึกคุณสมบัติต่าง ๆ เช่น ความรับผิดชอบการทำงานร่วมกัน การใช้ความคิดอย่างมีเหตุผล การยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจ ตลอดจนการฝึกทักษะต่าง ๆ ที่จำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวัน

ปราณีต มาลัยวงศ์ (2523) ทำการวิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่เรียนวิชาศิลปะศึกษาโดยวิธีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

กับการสอนแบบปกติ” พบว่า นักเรียนที่เรียนด้วยกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์มีคะแนนความคิดสร้างสรรค์สูงกว่านักเรียนกลุ่มที่เรียนโดยวิธีสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บุญยงค์ นิศกรานิชย์ (2525) ทำการวิจัยเรื่อง “การทดลองการสอนความมีระเบียบวินัยแก่เด็กที่มีระดับพัฒนาการทางสติปัญญาต่างกันโดยวิธีกลุ่มสัมพันธ์” ผลปรากฏว่า กลุ่มที่ใช้วิธีกลุ่มสัมพันธ์มีความรู้ความเข้าใจเรื่องระเบียบวินัยสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ลักขณา ธรรมไพโรจน์ (2525) ได้ทดลองใช้วิธีการกลุ่มสัมพันธ์เพื่อปรับพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 และ 5 จำนวน 40 คน โดยการฝึกกลุ่มทดลอง 30 ชั่วโมง พบว่า นักเรียนในกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกสูงขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าวิธีการกลุ่มสัมพันธ์สามารถพัฒนาบุคคลให้กล้าแสดงออกมากขึ้น นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังช่วยในการพัฒนาโนภาพแห่งตนให้สูงขึ้นด้วย คือช่วยให้คนรู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง

นิตยา เชียงทอง (2526 : 42) ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทพมงคลรังษี จังหวัดกาญจนบุรี แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 20 คน พบว่า นักเรียนที่อยู่ในกลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สุวิน คล้ายรามัญ (2528 : 64) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาโนภาพแห่งตนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีโนภาพแห่งตนสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

บุญศรี จึงชนาเจริญเลิศ (2530) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีการปรับตัวกับเพื่อนต่ำ จำนวน 28 คน นำมาสุ่มเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 14 คน กลุ่มทดลองได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติเกี่ยวกับการปรับตัวกับเพื่อน เป็นจำนวน 12 ครั้ง พบว่า ภายหลังจากสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มและแบบปกติ นักเรียนมีการปรับตัวกับเพื่อนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลองมีการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากเอกสารและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น จะเห็นว่ามโนภาพแห่งตนเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและจำเป็นยิ่งต่อการดำเนินชีวิตในสังคมให้มีความสุข ซึ่งสามารถทำให้เกิดการพัฒนาขึ้นได้ ในส่วนของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์นั้นก็เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมให้บุคคลได้เติบโตและพัฒนาขึ้นในด้านต่าง ๆ หลายด้าน คณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งน่าจะเป็นประโยชน์โดยตรงต่อตัวเด็กในการเรียนรู้ประสบการณ์ที่มีคุณค่าและมีความหมายต่อตนเอง ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องและสนใจในการพัฒนามโนภาพแห่งตนให้กับเด็ก

บทที่ 8

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และศึกษาความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยที่มีต่อชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสหศึกษา สังกัดกรมสามัญ จังหวัดชลบุรี จำนวน 30 โรงเรียน คัดเลือกด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เพื่อให้ได้โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก อย่างละ 1 โรงเรียน ได้โรงเรียนสำหรับทำการทดลองดังต่อไปนี้

1. โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ ได้แก่ โรงเรียนพนัสพิทยาคาร
2. โรงเรียนขนาดกลาง ได้แก่ โรงเรียนแสนสุข
3. โรงเรียนขนาดเล็ก ได้แก่ โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์

สำหรับกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 2 และ 3 ในสามโรงเรียนดังกล่าวที่อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัย ดังนี้

ตาราง 3.1 แสดงจำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจาก โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และ โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์

จำนวนนักเรียน	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง
โรงเรียนและชั้นปี		
โรงเรียนพนัสพิทยาคาร		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	20	20
มัธยมศึกษาปีที่ 2	20	20
มัธยมศึกษาปีที่ 3	20	20
รวม	60	60
โรงเรียนแสนสุข		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	20	20
มัธยมศึกษาปีที่ 2	20	20
มัธยมศึกษาปีที่ 3	16	16
รวม	56	56
โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	19	19
มัธยมศึกษาปีที่ 2	20	20
มัธยมศึกษาปีที่ 3	17	17
รวม	56	56

นักเรียนกลุ่มตัวอย่างจากทั้ง 3 โรงเรียนเป็นนักเรียนในกลุ่มควบคุมจำนวน 172 คน กลุ่มทดลอง จำนวน 176 คน รวมทั้งสิ้น 348 คน

หมายเหตุ : จำนวนนักเรียนกลุ่มตัวอย่างน้อยกว่าที่กำหนดเนื่องจากนักเรียนย้ายหรือลาออกจากโรงเรียนระหว่างทำการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

1. แบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส (Piers & Harris Children's Self-concept Scale)
2. ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน
3. แบบประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน
4. แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการร่วมโครงการวิจัยในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

1. แบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส (Piers & Harris Children's Self- concept Scale) สร้างและปรับปรุงเพื่อวัดมโนภาพแห่งตนของเด็กตั้งแต่ 8 ปีจนถึงวัยรุ่นตอนปลาย เป็นการวัดการรับรู้และการประเมินค่าตนเอง

ลักษณะแบบสำรวจนี้มีจำนวนข้อความ 80 ข้อประกอบด้วยองค์ประกอบ 7 ด้าน ดังนี้คือ

1. แสดงลักษณะทางพฤติกรรม (behavior)
2. แสดงลักษณะทางสภาพทางสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน (Intellectual and School Status)
3. แสดงลักษณะทางรูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ (physical appearance and attributes)
4. แสดงลักษณะทางความวิตกกังวล (anxiety)
5. แสดงลักษณะทางความเป็นคนน่านิยม (popularity)
6. แสดงลักษณะทางความสุขความพอใจ (happiness and satisfaction)
7. แสดงลักษณะที่เป็นลักษณะรวม (total scores)

ในองค์ประกอบทั้ง 7 ด้าน มีข้อความมากน้อยต่างกันไป และบางข้อความของแบบสำรวจจัดอยู่ในหลายขององค์ประกอบ ข้อความแต่ละข้อของแบบสำรวจเป็นประโยคบอกเล่าอธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมของตนเองทั้งในทางบวกและทางลบ แต่ละข้อความมีคำตอบให้

เลือกได้ 2 ประเภท คือ จริง และไม่จริง ผู้ตอบเลือกได้เพียงคำตอบเดียวโดยเลือกให้ตรงกับ การรับรู้ต่อตนเองและการประเมินตนเองของผู้ตอบ

ตัวอย่างข้อความในแบบสำรวจ

ฉันพอใจในบางส่วนเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของฉัน

ฉันมักมีความยุ่งยากใจบ่อย ๆ

ฉันมีเพื่อนมาก

ครอบครัวผิดหวังในตัวฉัน

(รายละเอียดในภาคผนวก ข)

จริง ไม่จริง

จริง	ไม่จริง

เกณฑ์การให้คะแนน คือ คำตอบข้อใดที่แสดงว่าบุคคลมีการรับรู้ต่อตนเองและ ประเมินตนเองในด้านดีหรือทางบวกข้อนั้นจะได้ 1 คะแนน แต่ถ้าคำตอบข้อใดแสดงว่า บุคคลมีการรับรู้ต่อตนเองและประเมินตนเองในด้านไม่ดีหรือทางลบ ข้อนั้นจะไม่ได้คะแนน โดยแบบสำรวจนี้มีคะแนนเต็ม 80 คะแนน

การตรวจสอบคุณภาพ

ความตรง (Validity)

แบบสำรวจมโนภาพแห่งตนฉบับภาษาไทย

1. ได้หาค่าความตรงในการแปล แบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และ แฮริสฉบับภาษาไทยที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ รศ.ดร.พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นผู้แปลและหาค่าความตรง โดยนำแบบสำรวจฉบับ ภาษาไทยและภาษาอังกฤษต้นฉบับ ไปทดสอบกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาปริญญาโท ภาควิชาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 60 คน ทดสอบด้วยวิธีการทดสอบซ้ำ โดยเว้น ช่วงเวลา 2 สัปดาห์ ได้ดัชนีความตรงในการแปลโดยวิธีเพียร์สันเท่ากับ .86

ผู้วิจัยได้หาค่าความตรงร่วมสมัย (Concurrent validity) โดยนำแบบวัดมโนภาพ แห่งตนเทนเนสซี (Tennessee Self-concept Scale) ฉบับภาษาไทยที่ปรับปรุงโดย รัฐกรมล บรรหาร (2535) ไปทดสอบกับนักเรียนโรงเรียนแสนสุข ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีใช้กลุ่ม ตัวอย่าง ชั้นปีละ 20 คน รวม 60 คน และนำแบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส ฉบับภาษาไทย ไปทดสอบในกลุ่มตัวอย่างเดิม นำคะแนนจากการตอบแบบวัดทั้ง 2 ฉบับ มา

หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ได้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของแบบวัดทั้งสองฉบับเท่ากับ .78

การหาค่าความเที่ยง (Reliability)

นำแบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริสฉบับภาษาไทยไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแสนสุข ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่าง ชั้นปีละ 20 คน จำนวน 60 คน นำคะแนนที่ได้มาหาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตรครุเดอร์ริชาร์ดสัน 21 ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .84

2. ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่ม ได้แนวทางการสร้างชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ดังนี้

จากแบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส นำประเด็นรายละเอียดภายในขององค์ประกอบทั้ง 6 ด้านมากำหนดเป็นวัตถุประสงค์ของกิจกรรมได้แก่

1. ด้านพฤติกรรม

- 1.1 มีทัศนคติต่อพฤติกรรมของตนเองในด้านดี
- 1.2 มีความคิดและกระทำในสิ่งที่ดี
- 1.3 ประพฤติตนเรียบร้อย
- 1.4 เป็นคนมีเหตุผล
- 1.5 ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ง่าย
- 1.6 ร่าเริงแจ่มใสอยู่เสมอ
- 1.7 กระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมต่าง ๆ

2. ด้านสภาพทางสติปัญญาและสถานภาพในโรงเรียน

- 2.1 มองเห็นความสำคัญของตนเอง
- 2.2 เห็นคุณค่าในความสามารถของตนเอง
- 2.3 กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง
- 2.4 มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
- 2.5 เป็นมิตรกับบุคคลอื่น
- 2.6 รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าต่อสังคม

3. รูปร่างลักษณะและคุณลักษณะ

- 3.1. ไม่รู้สึกเป็นปมค้อยในเรื่องรูปร่างหน้าตา
- 3.2. มีความเป็นผู้นำ
- 3.3. เป็นที่นิยมในหมู่เพื่อน
4. ด้านความวิตกกังวล
 - 4.1. ไม่รู้สึกกังวลใจเมื่อเกี่ยวข้องกับผู้อื่น
 - 4.2. รู้สึกว่าตนเองมีความสุข
 - 4.3. ไม่กังวลใจในเรื่องสุขภาพและพฤติกรรมของตนเอง
 - 4.4. รู้สึกว่าตนเองได้รับความอบอุ่น
 - 4.5. ไม่หงุดหงิดและวิตกกังวล
5. ด้านความเป็นคนที่น่านิยม
 - 5.1. ขอมรับตัวเองโดยไม่มีการปกป้องตนเอง
 - 5.2. ขอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล
 - 5.3. มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง
 - 5.4. ตระหนักถึงความสำคัญในการอยู่ร่วมกัน
 - 5.5. ต้องการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น
6. ด้านความสุขและความพอใจ
 - 6.1. มีความสุขกับการเป็นตัวของตัวเอง
 - 6.2. ภาคภูมิใจในตัวเอง

ส่วนกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่มของชุดกิจกรรมนี้ ผู้วิจัยได้นำหลักการของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มาผสมผสานกับหลักการเรียนรู้แบบกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotzer, 1977) โดยมีความเชื่อว่าการส่งเสริมให้บุคคลรับรู้เกี่ยวกับตนเองและประเมินตนเองได้ตรงตามความเป็นจริงของตนเองนั้น เป็นขั้นตอนที่ละเอียดอ่อน ต้องค่อยเป็นค่อยไปภายใต้บรรยากาศที่เอื้ออำนวย มีความรู้สึกอบอุ่น มั่นคง ปลอดภัย มีความไว้วางใจ ลักษณะของกลุ่มที่มีการยอมรับเช่นนี้ จะโน้มนำให้บุคคลพร้อมที่จะยอมรับทั้งข้อเด่นและข้อด้อยของตนเองโดยไม่มี การปกป้องตนเอง (defense)

กระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotzer, 1977) ได้จำแนกกระแสน ความเคลื่อนไหวของกลุ่มไว้ 5 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นสร้างความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย (The security stage)

2. ขั้นการยอมรับ (The acceptance stage)
3. ขั้นการรับผิดชอบ (The responsibility stage)
4. ขั้นการแก้ไขเปลี่ยนแปลง (The work stage)
5. ขั้นยุติกลุ่ม (The closing stage)

(รายละเอียดแสดงไว้ในบทที่ 2)

ดังนั้นชุดกิจกรรมนี้จึงสร้างขึ้นโดยนำวัตถุประสงค์มาจากองค์ประกอบของมโนภาพแห่งตนที่เพียร์และเฮริสกำหนดไว้ มาผนวกกับกระแสความเคลื่อนไหวของกลุ่มตามหลักการเรียนรู้แบบกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotsky) ฉะนั้นการดำเนินกิจกรรมในชุดกิจกรรมนี้จึงต้องเรียงลำดับกิจกรรมอย่างต่อเนื่องเพื่อให้การพัฒนา มโนภาพแห่งตน ดำเนินไปตามกระแสกลุ่มอย่างเป็นขั้นตอน

นอกจากนี้เมื่อศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวกับหลักการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในแต่ละกิจกรรมย่อย ผู้วิจัยได้กำหนดองค์ประกอบของการเรียน 4 ขั้นตอน คือ

1. ขั้นกระตุ้นความรู้ความเข้าใจจากประสบการณ์เดิมของผู้เรียนให้เกิดความรู้สึกรสนิยมอยากรู้ อยากเห็น
2. ขั้นกระบวนการกลุ่มให้นักเรียนได้มีโอกาสลงมือปฏิบัติ มีการสังเกต แสดงความคิดเห็น แสดงความรู้สึก และให้มีการอภิปรายโต้แย้งเพื่อให้เกิดความกระจ่าง
3. ขั้นสรุปความรู้ความเข้าใจเป็นความคิดรวบยอดเกี่ยวกับเรื่องนั้น ๆ
4. ขั้นนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นการเชื่อมโยงข้อสรุปที่ได้จากการร่วมกิจกรรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ในแต่ละกิจกรรมย่อยได้แสดงรายละเอียดตามรูปแบบการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ใช้ในกันอยู่ทั่วไป ซึ่งมีหัวข้อดังต่อไปนี้

1. วัตถุประสงค์
2. ขนาดของกลุ่ม
3. เวลา
4. อุปกรณ์
5. วิธีดำเนินการ
 - 5.1 การนำเข้าสู่กิจกรรม
 - 5.2 การดำเนินกิจกรรม

6. การอภิปรายกลุ่ม

7. การสรุปและการนำไปใช้

8. การประเมินผล

ชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นนี้ประกอบด้วยกิจกรรมย่อย 12 กิจกรรมดังนี้

ตาราง 3.2 แสดงลำดับ ชื่อ และวัตถุประสงค์ของชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนา
มโนภาพแห่งตน

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม
		ภายหลังจากนักเรียนร่วมกิจกรรมแล้วนักเรียน จะ
1	มารู้จักกันเถอะ	1. มีความคุ้นเคยเป็นกันเองกับสมาชิกกลุ่ม 2. ปรับตัวเข้ากับผู้อื่น ได้ง่าย 3. เกิดความเป็นมิตรกับผู้อื่น
2	สิ่งที่ฉันเป็น	1. มีทัศนคติต่อตนเองในด้านดี 2. มีความคิดและการกระทำในสิ่งที่ดี
3	ยังจำได้ไหม	1. เห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเอง 2. ยอมรับการกระทำของกันและกัน
4	เราจะไปด้วยกันนะ (ไปคนเดียวไม่เอาละ)	1. ตระหนักถึงความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน 2. มองเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น 3. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
5	คุณเลือกได้	1. เป็นคนมีเหตุผล 2.กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง
6	กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้	1. เข้าใจถึงการดำรงชีวิตของตนเองที่เกี่ยวข้อง กับบุคคลอื่น 2. ตระหนักถึงความสำคัญของบุคคลอื่น
7	ไม้หลายแบบ	1. ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล 2. รู้จักมองส่วนดีของผู้อื่น

ตาราง 3.2 (ต่อ)

กิจกรรมที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม
8	มันอยู่ที่ใจ	1. เกิดการยอมรับในรูปร่าง หน้าตา และภาวะสุขภาพของตนมากขึ้น 2. เกิดแรงจูงใจที่จะเสริมสร้างศักยภาพของตนเพิ่มมากขึ้น
9	ชีวิตเป็นสุข	1. มีความพึงพอใจสภาพความเป็นอยู่ของตน 2. ความเป็นตัวของตัวเอง
10	ผู้นำที่แท้	1. ความเป็นผู้นำ 2. มีความเชื่อมั่นในตนเอง
11	แผ่นพับความดี	ยอมรับข้อมูลป้อนกลับเพื่อใช้ในการพัฒนาตนเอง
12	อยากขบใจสักครั้ง	1. มอบความรู้สึกที่ดีแก่กัน 2. กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง 3. เห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน

(รายละเอียดของชุดกิจกรรมนี้อยู่ในภาคผนวก ก.)

เมื่อพิจารณาตามกระบวนการเรียนรู้แบบกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotzer) จำแนกกิจกรรมตามกระแสความเคลื่อนไหวของกลุ่มได้ดังนี้

1. ขั้นสร้างความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 และ 2
2. ขั้นการยอมรับ ได้แก่ กิจกรรมที่ 3 และ 4
3. ขั้นการรับผิดชอบ ได้แก่ กิจกรรมที่ 5 6 และ 7
4. ขั้นการแก้ไขเปลี่ยนแปลง ได้แก่ กิจกรรมที่ 8 9 10 และ 11
5. ขั้นยุติกลุ่ม ได้แก่ กิจกรรมที่ 12

การหาความตรงตามเนื้อหา (Content validity) ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นนี้ ได้ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและทำการแก้ไขปรับปรุง

3. แบบประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน เป็นแบบประเมินผลที่จัดทำขึ้นตามกระบวนการกลุ่มเพื่อให้อาจารย์ ผู้ช่วยนักวิจัยได้สรุปประเมินผลด้วยตนเองหลังจากทดลองดำเนินกิจกรรมแต่ละกิจกรรมเสร็จสิ้น (รายละเอียดในภาคผนวก ข.)

4. แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

แบบสอบถามนี้เป็นคำถามปลายเปิด มีข้อความ 3 ประเด็น คือ

1. การใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน มีประโยชน์ต่ออาจารย์และนักเรียนอย่างไร
2. ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานเพื่อทดลองใช้ชุดกิจกรรมนี้มีอะไรบ้าง
3. ข้อเสนอแนะ

คำถามเหล่านี้ผู้วิจัยได้ขอให้อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยตอบเมื่อสิ้นสุดการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนแล้ว

การดำเนินการทดลอง

ขั้นที่ 1 การเตรียมการก่อนการทดลอง

1.1 ประสานงานการคัดเลือกโรงเรียนเพื่อทำการทดลองกับหน่วยศึกษานิเทศก์ เขตการศึกษา 12

1.2 ติดต่อผู้อำนวยการ อาจารย์ใหญ่ เพื่อนำเสนอโครงการให้กับอาจารย์โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมมงคลสุขสวัสดิ์ และขออาสาสมัครอาจารย์ ผู้ช่วยนักวิจัย เข้าร่วมโครงการ โดยอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยเหล่านี้เป็นผู้ลงมือปฏิบัติการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ซึ่งได้อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยจากโรงเรียนพนัสพิทยาคาร จำนวน 6 ท่าน โรงเรียนแสนสุข จำนวน 3 ท่าน และโรงเรียนหนองรีมมงคลสุขสวัสดิ์ จำนวน 3 ท่าน อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย

เหล่านี้เป็นอาจารย์ที่มีหน้าที่สอนประจำในวิชาคณิตศาสตร์ สังคมศึกษา ภาษาอังกฤษ บัญชี ภาษาไทย แนะแนว อุตสาหกรรม ลูกเสือ และวิทยาศาสตร์ ซึ่งมีความหลากหลายในสาขา การสอนที่อาจารย์มีความถนัด

1.3 ดำเนินการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนา โนภาพแห่งตนสำหรับอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย ซึ่งจัดให้มีขึ้นระหว่างวันที่ 8-10 มิถุนายน 2538 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยและนักวิจัยมีความเข้าใจตรงกันและชัดเจนในรายละเอียดของแต่ละกิจกรรม ทั้งนี้ได้มีการทดลองกิจกรรมโดยใช้บทบาทสมมุติในที่ประชุมเพื่อร่วมแสดงความคิดเห็น ตลอดจนให้ข้อมูลป้อนกลับ (feedback) เพื่อที่ผู้วิจัยจะได้นำมาปรับปรุงแก้ไขขั้นตอนต่าง ๆ ในการดำเนินกิจกรรมแต่ละกิจกรรมให้มีความชัดเจนขึ้น (รายละเอียดในภาคผนวก ข.)

ขั้นที่ 2 ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ดังนี้

2.1 ให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส (Pre-test)

2.2 จัดทำตารางการทดลองจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สำหรับนักเรียนกลุ่มทดลองสัปดาห์ละ 1 คาบ โดยใช้เวลาฝึกกิจกรรม กิจกรรมละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที รวม 12 สัปดาห์ต่อชั้น ซึ่งตารางการทดลองมีดังนี้

โรงเรียนพนัสพิทยาคาร ทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สำหรับกลุ่ม
กลุ่มตัวอย่างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3

ในคาบกิจกรรมชุมนุม โดยใช้ชื่อว่าชุมนุมพัฒนา
มโนภาพแห่งตน

โรงเรียนแสนสุข ทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ สำหรับ
กลุ่มตัวอย่างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2 ใน
คาบแนะแนว ส่วนกลุ่มตัวอย่างชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 3 จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในคาบอิสระ

โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ ทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สำหรับ
สำหรับกลุ่มตัวอย่างชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 และ 2
ในคาบอิสระ ส่วนกลุ่มตัวอย่างชั้นมัธยมศึกษา
ปีที่ 3 จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในคาบแนะแนว

2.3 อาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยทดลองจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ตามชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานิภาพแห่งตนที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นกับนักเรียนกลุ่มทดลองตามวันและเวลาที่กำหนดไว้ โดยดำเนินกิจกรรมเรียงตามลำดับที่กำหนดไว้ในชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างขึ้นจนครบทุกกิจกรรม ส่วนกลุ่มควบคุมให้เรียนรู้จากสภาพแวดล้อมปกติ

ขณะดำเนินการทดลองไปถึงกิจกรรมที่ 6 และสิ้นสุดกิจกรรมที่ 12 คณะผู้วิจัยและอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยร่วมประชุมเพื่ออภิปรายถึงปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ฯ เพื่อสรุปไว้เป็นแนวทางการปรับปรุงชุดกิจกรรมนี้

2.4 เมื่อทำการทดลองครบทุกกิจกรรมเรียงตามลำดับแล้วให้กลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมทำแบบสำรวจมโนภาพแห่งตน ภายหลังจากสิ้นสุดกิจกรรมแล้ว 1 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลทำโดยใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรม SPSS ซึ่งคำนวณค่าสถิติต่าง ๆ ดังนี้

1. คำนวณค่าร้อยละของจำนวนกลุ่มตัวอย่างแยกตามเพศ ชั้นปีที่ศึกษา และขนาดโรงเรียน
2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานิภาพแห่งตนและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทำกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพปกติของโรงเรียน แยกตามชั้นปีที่ศึกษาและขนาดโรงเรียนโดยใช้การทดสอบค่าที (T-test)
3. วิเคราะห์ความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้จัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้ค่าความถี่และค่าเฉลี่ยการประมาณค่า 5 ระดับ ของการประเมินผลตามแบบประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และการวิเคราะห์เนื้อเรื่อง (Content Analysis) จากความคิดเห็นที่ได้จากคำถามปลายเปิด

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อเปรียบเทียบมโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนขนาดใหญ่ ขนาดกลาง ขนาดเล็ก ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน โดยเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นตารางตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ตาราง 4.1 และ 4.2

ตอนที่ 2 2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน แยกตามชั้นปีที่ศึกษา และขนาดโรงเรียน ตาราง 4.3-4.5

2.2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมการเรียนตามสภาพปกติของโรงเรียน แยกตามชั้นปีที่ศึกษาและขนาดโรงเรียน ตาราง 4.6

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ตาราง 4.7-4.10

สัญลักษณ์ที่ใช้

\bar{X} = ค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนภาพแห่งตน

S.D. = ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

t = ค่า t

P = นัยสำคัญทางสถิติ

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.1 ร้อยละของนักเรียนกลุ่มควบคุมจำแนกตามเพศ โรงเรียน และชั้นปีที่ศึกษา

	เพศ	ชาย	หญิง	รวม
โรงเรียนและชั้นปี				
1. โรงเรียนพนัสพิทยาคาร				(60)
มัธยมศึกษาปีที่ 1		16.67	16.67	
มัธยมศึกษาปีที่ 2		16.67	16.67	
มัธยมศึกษาปีที่ 3		23.33	10	
รวม		56.67(34)	43.34(26)	
2. โรงเรียนแสนสุข				(56)
มัธยมศึกษาปีที่ 1		14.29	21.43	
มัธยมศึกษาปีที่ 2		7.14	28.57	
มัธยมศึกษาปีที่ 3		10.71	17.86	
รวม		32.14(18)	67.86(38)	
3. โรงเรียนหนองรีมงคลอนุสรณ์				(56)
มัธยมศึกษาปีที่ 1		10.71	23.21	
มัธยมศึกษาปีที่ 2		17.86	17.86	
มัธยมศึกษาปีที่ 3		8.9	21.43	
รวม		37.47(21)	62.5(35)	

ตาราง 4.1 พบว่า กลุ่มควบคุม โรงเรียนพนัสพิทยาคาร มีจำนวนนักเรียนชาย-หญิงใกล้เคียงกันเป็นนักเรียนหญิงร้อยละ 43.34 นักเรียนชาย ร้อยละ 56.67 โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ ส่วนใหญ่เป็นนักเรียนหญิง ร้อยละ 67.86 และ 62.5 ตามลำดับ

ตาราง 4.2 ร้อยละของนักเรียนกลุ่มทดลองจำแนกตามเพศ โรงเรียน และชั้นปีที่ศึกษา

โรงเรียนและชั้นปี	เพศ	ชาย	หญิง	รวม
1. โรงเรียนพนัสพิทยาคาร				(60)
มัธยมศึกษาปีที่ 1		18.33	15.0	
มัธยมศึกษาปีที่ 2		18.33	15.0	
มัธยมศึกษาปีที่ 3		15.0	18.33	
รวม		51.66(31)	48.33(29)	
2. โรงเรียนแสนสุข				(57)
มัธยมศึกษาปีที่ 1		19.31	15.79	
มัธยมศึกษาปีที่ 2		17.54	17.54	
มัธยมศึกษาปีที่ 3		12.28	17.54	
รวม		49.13(28)	50.87(29)	
3. โรงเรียนหนองรีมงคลอนุสรณ์				(59)
มัธยมศึกษาปีที่ 1		16.95	16.95	
มัธยมศึกษาปีที่ 2		15.25	16.95	
มัธยมศึกษาปีที่ 3		13.56	20.34	
รวม		45.76(27)	54.24(32)	

ตาราง 4.2 พบว่า กลุ่มทดลองของโรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ มีจำนวนใกล้เคียงกันคือ เป็นนักเรียนหญิง ร้อยละ 48.33 50.87 และ 54.24 ตามลำดับ เป็นนักเรียนชาย ร้อยละ 51.66 49.13 และ 45.76 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน แยกตามชั้นปีที่ศึกษาและขนาดโรงเรียน

คณะผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน แยกตามชั้นปีที่ศึกษา และขนาดโรงเรียน ด้วยการทดสอบ Dependent t-test ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 4.3 4.4 และ 4.5

ตาราง 4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ของนักเรียนกลุ่มทดลอง โรงเรียนหนังสือพิมพ์คาร จําแนกตามชั้นปีที่ศึกษา

ชั้นปีที่ศึกษา	X	S.D.	t	P-value
1. มัธยมศึกษาปีที่ 1				
1.1 คะแนนมโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	56.90	8.914	3.50	.002
1.2 คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	65.60	8.287		
2. มัธยมศึกษาปีที่ 2				
1.1 คะแนนมโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	53.80	8.414	3.02	.007
1.2 คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	62.40	7.163		

ตาราง 4.3 (ต่อ)

ชั้นปีที่ศึกษา	X	S.D.	t	P-value
3. มัธยมศึกษาปีที่ 3				
1.1 คะแนนมโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	53.80	8.414	2.87	.010
1.2 คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	61.45	9.087		

จากตาราง 4.3 พบว่า คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพนัสพิทยาคาร สูงกว่าคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 4.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม
กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ของนักเรียนกลุ่มทดลองโรงเรียน
แสนสุข จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา

ชั้นปีที่ศึกษา	X	S.D.	t	P-value
1. มัธยมศึกษาปีที่ 1				
1.1 คะแนนมโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	51.60	12.475	2.70	.014
1.2 คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	56.25	9.475		
2. มัธยมศึกษาปีที่ 2				
2.1 คะแนนมโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	48.60	12.339	2.72	.014
2.2 คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	55.55	8.781		
3. มัธยมศึกษาปีที่ 3				
3.1 คะแนนมโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	49.47	5.724	3.32	.004
3.2 คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	52.71	6.555		

จากตาราง 4.4 พบว่า คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนแสนสุข สูงกว่าคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตาราง 4.5 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนโนภาพแห่งตนก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม
กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานโนภาพแห่งตน ของนักเรียนกลุ่มทดลองโรงเรียน
หนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา

ชั้นปีที่ศึกษา	X	S.D.	t	P-value
1. มัธยมศึกษาปีที่ 1				
1.1 คะแนนโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	46.10	11.41	2.35	.03
1.2 คะแนนโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	50.85	11.18		
2. มัธยมศึกษาปีที่ 2				
2.1 คะแนนโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	44.84	11.43	2.11	.049
2.2 คะแนนโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	47.89	10.53		
3. มัธยมศึกษาปีที่ 3				
3.1 คะแนนโนภาพแห่งตน ก่อนการทดลอง	47.60	7.08	3.24	.004
3.2 คะแนนโนภาพแห่งตน หลังการทดลอง	53.00	8.90		

จากตาราง 4.5 พบว่า คะแนนโนภาพแห่งตน หลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานโนภาพแห่งตนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ สูงกว่าคะแนนโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

2.2 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมการเรียนตามสภาพปกติของโรงเรียน แยกตามชั้นปีที่ศึกษาและขนาดโรงเรียน

คณะผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพปกติในโรงเรียนแยกตามชั้นปีที่ศึกษา และขนาดโรงเรียน ด้วยการทดสอบ Dependent t-test ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 4.6

ตาราง 4.6 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพปกติในโรงเรียน ของนักเรียนกลุ่มควบคุม โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา

โรงเรียนและชั้นปีที่ศึกษา	คะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนร่วมกิจกรรม		คะแนนมโนภาพแห่งตนหลังร่วมกิจกรรม		t	p-value
	X	S.D.	X	S.D.		
โรงเรียนพนัสพิทยาคาร						
มัธยมศึกษาปีที่ 1	60.05	9.79	60.95	9.18	.28	.78
มัธยมศึกษาปีที่ 2	54.90	9.1	54.30	9.64	-.21	.83
มัธยมศึกษาปีที่ 3	54.70	8.95	49.30	14.44	-1.5	.15
โรงเรียนแสนสุข						
มัธยมศึกษาปีที่ 1	51.15	10.02	54.05	13.64	.65	.52
มัธยมศึกษาปีที่ 2	47.45	9.88	46.0	9.88	-.67	.52
มัธยมศึกษาปีที่ 3	53.56	9.48	51.06	9.65	-.85	.41
โรงเรียนหนองรีมงคล สุขสวัสดิ์						
มัธยมศึกษาปีที่ 1	53.05	9.27	51.47	12.58	-.44	.67
มัธยมศึกษาปีที่ 2	48.50	9.72	47.65	9.18	-.33	.75
มัธยมศึกษาปีที่ 3	40.71	9.58	45.0	12.89	1.11	.28

ตาราง 4.6 พบว่า คะแนนโนภาพแห่งตน หลังการร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพปกติในโรงเรียน ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมิ่งคลุขสวัสดิ์ ไม่สูงกว่าคะแนนโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ตามสภาพปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 8 ความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

ในการวิเคราะห์การประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12 ของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยได้นำเสนอเป็นค่าเฉลี่ยของการประมาณค่า 5 ระดับ สำหรับคำถามปลายปิดและนำเสนอเป็นความถี่สำหรับคำถามปลายเปิด โดยมีรายละเอียดในตาราง 4.7-4.9 ส่วนความคิดเห็นของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการร่วมโครงการวิจัยได้ทำการวิเคราะห์เนื้อเรื่อง (content analysis) แล้วเสนอในรูปความถี่ รายละเอียดดังแสดงในตาราง 4.7-4.10

ตาราง 4.7 แสดงค่าเฉลี่ยการประเมินผลของอาจารย์ช่วยนักวิจัยต่อการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12 (N=12)

หัวข้อประเมิน	กิจกรรมที่											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. การบรรลุวัตถุประสงค์ของกิจกรรม	4.2	4.2	4.7	4.8	4.8	4.8	4.8	4.3	4.4	4.2	4.3	4.8
2. ไปถึงค้อยไปมีความเหมาะสม												
2.1 เวลา	4.5	3.0	4.7	4.2	4.2	4.2	4.8	4.3	4.5	4.0	4.3	4.5
2.2 ขนาดของกลุ่ม	4.5	3.4	4.4	4.6	4.6	4.6	4.5	4.0	4.5	4.5	4.0	4.7
2.3 อุปกรณ์	4.5	4.0	4.2	4.8	4.8	4.8	4.7	4.0	4.2	4.0	4.0	4.7
2.4 สถานที่	4.5	4.5	4.8	4.2	4.2	4.2	4.5	4.6	4.5	4.5	4.6	4.7
3. วิธีการมีกิจกรรมมีความต่อเนื่องเชื่อมโยง	4.3	3.4	4.5	4.6	4.0	4.6	4.7	4.5	4.7	4.5	4.5	4.8
4. ประเด็นการอภิปรายมีความชัดเจน	4.5	4.3	4.6	4.5	4.5	4.5	4.7	4.5	4.4	4.2	4.5	4.7
5. การสรุปสอดคล้องกับวัตถุประสงค์	4.5	4.5	4.2	4.5	4.5	4.5	4.7	4.7	4.2	4.5	4.7	4.8
6. รูปแบบการประเมินผลเหมาะสม	4.7	4.2	4.7	4.5	4.5	4.5	4.5	4.3	4.7	4.0	4.3	4.5
7. ความสนใจของผู้เรียน	4.2	4.2	4.6	4.4	4.4	4.4	4.7	4.0	4.5	4.2	4.0	4.8

หมายเหตุ : นกที่สุด = 5

นก = 4

นก = 4

นกกลาง = 3

น้อย = 2

น้อยที่สุด = 1

ตาราง 4.7 จากการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนทั้ง 12 กิจกรรม พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก-มากที่สุด โดยกิจกรรมที่ 3, 4, 6, 7, 11 และ 12 บรรลุวัตถุประสงค์มากที่สุด กิจกรรมที่ 1, 2, 5, 8, 9, 10 บรรลุวัตถุประสงค์มาก ปัจจัยด้านเวลาและขนาดของกลุ่มของกิจกรรมที่ 2 มีความเหมาะสมปานกลาง และวิธีดำเนินกิจกรรมของกิจกรรมที่ 2 มีความต่อเนื่องเชื่อมโยงในระดับปานกลาง

ตาราง 4.8 ปัญหาที่พบของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12

ปัญหาที่พบ	ความถี่
กิจกรรมที่ 1 “มารู้จักกันเถอะ”	
1. นักเรียนส่วนใหญ่รู้จักกันดีแล้วทำให้ขาดความสนใจไปบ้าง	7
2. มีการแยกเพศนักเรียนหญิงและนักเรียนชาย ไม่กล้าพูดคุยหรือคล้องแขนกันขณะทำกิจกรรม	6
3. นักเรียนบางคนไม่ค่อยกล้าออกมานำเสนอว่าจำเพื่อนคนใดได้บ้าง ทั้ง ๆ ที่รู้จักกันแล้ว	4
กิจกรรมที่ 2 “สิ่งที่ฉันเป็น”	
1. ใช้เวลาในการทำความเข้าใจ คิด และวาดภาพนาน ทำให้เวลาไม่พอ	6
2. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จะมักเปรียบเทียบตนเองกับต้นไม้ได้ค่อนข้างลำบาก ทำให้บอกลักษณะต้นไม้ไม่ค่อยได้	2
กิจกรรมที่ 3 “ยังจำได้ไหม”	
1. นักเรียนบอกความรู้สึกของตนได้ไม่ค่อยชัดเจน	4
2. การออกมาพูดหน้าชั้น นักเรียนบางคนมีความขี้อาย ไม่ค่อยกล้าพูด	1

ตาราง 4.8 (ต่อ)

ปัญหาที่พบ	ความถี่
กิจกรรมที่ 4 “เราจะไปด้วยกันนะ (ไปคนเดียวไม่เอาละ)”	
1. นักเรียนแสดงความรู้สึกเข้าใจชัดเจนมากเมื่ออาจารย์นำสิ่งของออกบางชิ้น ทำให้ในกลุ่มเกิดความเสียหาย ซึ่งเป็นการทำให้นักเรียนเสียความรู้สึก	7
กิจกรรมที่ 5 “คุณเลือกได้”	
1. ขณะที่เพื่อนออกไปนำเสนอ นักเรียนบางคนแซวเพื่อน แต่ก็ยังสนใจอยู่	1
กิจกรรมที่ 6 “กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้”	
1. นักเรียนจับกลุ่มเพศเดียวกันเป็นส่วนใหญ่	5
2. หากในกลุ่มมีนักเรียนชายและนักเรียนหญิงจะไม่กล้าแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองมากนัก	2
3. นักเรียนไม่ค่อยเข้าใจกิจกรรมต้องอธิบายหลายครั้ง	1
4. นักเรียนหญิงเปิดเผยตนเองได้ดีกว่านักเรียนชาย	1
กิจกรรมที่ 7 “ไม้หลายแบบ”	
1. นักเรียนยังบอกประโยชน์ของต้นไม้ได้ไม่มากนักและบอกข้อแตกต่างได้ไม่ชัดเจน	3
กิจกรรมที่ 8 “มันอยู่ที่ใจ”	
1. ใช้เวลาในการอ่านบทความมาก	3
2. บางส่วนของร่างกายที่นักเรียนไม่พอใจ นักเรียนบางคนไม่กล้าเขียนบอก	1
กิจกรรมที่ 9 “ชีวิตเป็นสุข”	
1. นักเรียนยังทำงานกลุ่มไม่ค่อยเป็นทำให้ใช้เวลาในการทำงานที่ 1 มาก	1
2. ไม่มีสื่อ/อุปกรณ์ในการทำกลุ่ม นักเรียนมักไม่ค่อยสนใจ	1

ตาราง 4.8 (ต่อ)

ปัญหาที่พบ	ความถี่
กิจกรรมที่ 10 “ผู้นำที่แท้”	
1. นักเรียนไม่ค่อยกล้าแสดงออก พอมาเป็นประธานกลุ่ม ครู ต้องคอยกระตุ้นให้กำลังใจ	4
2. นักเรียนไม่ค่อยกล้าวิจารณ์เพื่อนที่เป็นประธาน	4
กิจกรรมที่ 11 “แผ่นพับความดี”	
1. นักเรียนชอบแอบอ่านข้อความของเพื่อนก่อนจะเขียนให้เพื่อน	3
2. นักเรียนไม่ค่อยเข้าใจการพับกระดาษทำให้เสียเวลาในการพับ	2
3. นักเรียนมักจะคุยหัวเราะกันขณะทำกิจกรรม	1
กิจกรรมที่ 12 “อยากขบใจสักครั้งหนึ่ง”	
1. นักเรียนบางคนลืมนำกล่องกระดาษที่เตรียมไว้มา	1

ตาราง 4.8 พบว่า ปัญหาที่พบของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนที่สำคัญมีดังนี้ กิจกรรมที่ 1 ได้แก่ นักเรียนรู้จักกันดีแล้วทำให้ขาดความสนใจไปบ้าง และมีการแยกเพศกันระหว่างนักเรียนหญิงกับนักเรียนชายในการรวมกลุ่ม กิจกรรมที่ 2 ได้แก่ เวลาไม่พอสำหรับกิจกรรม กิจกรรมที่ 3 ได้แก่ นักเรียนบอกความรู้สึกของตนได้ไม่ค่อยชัดเจน กิจกรรมที่ 4 ได้แก่ การทำรายงานของนักเรียนโดยหยิบของออกบางชิ้นเป็นการทำให้นักเรียนเสียความรู้สึก กิจกรรมที่ 6 ได้แก่ นักเรียนจับกลุ่มเพศเดียวกันเป็นส่วนใหญ่ กิจกรรมที่ 7 ได้แก่ นักเรียนยังบอกประโยชน์ของต้นไม้ได้ไม่มากและบอกข้อแตกต่างได้ไม่ชัดเจน กิจกรรมที่ 8 ได้แก่ ใช้เวลาในการอ่านบทความมาก กิจกรรมที่ 10 ได้แก่ นักเรียนไม่ค่อยกล้าแสดงความเป็นผู้นำ และไม่กล้าวิจารณ์เพื่อนที่เป็นผู้นำ และกิจกรรมที่ 11 ได้แก่ นักเรียนชอบแอบอ่านข้อความของเพื่อนก่อนจะเขียนให้เพื่อนและใช้เวลานานในการพับกระดาษ

ตาราง 4.9 ข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน กิจกรรมที่ 1-12

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
กิจกรรมที่ 1 “มารู้จักกันเถอะ”	
1. การแบ่งกลุ่มให้คละนักเรียนโดยพยายามให้แต่ละกลุ่มมีนักเรียนหญิงมากกว่า 1 คน	3
2. การนำกิจกรรมควรจะทำให้ให้นักเรียนเห็นความเป็นเพื่อนระหว่างชาย-หญิง และชี้ให้เห็นความสำคัญของการร่วมมือในการทำกิจกรรม	2
กิจกรรมที่ 2 “สิ่งที่ฉันเป็น”	
1. ควรเพิ่มเวลาในการทำกิจกรรม	6
2. ควรให้นักเรียนทุกคนได้มีโอกาสนำเสนองาน	2
3. การติครูปีที่กระดานทำให้นักเรียนกล้าออกมาหน้าชั้น	2
กิจกรรมที่ 3 “ยังจำได้ไหม”	
1. อาจารย์ควรจะยกตัวอย่างคำชม	4
2. เข้ากลุ่มเล็กอาจจะไม่ต้องสรุปให้แต่ละคนออกมาอภิปรายได้เลย	1
3. ควรเพิ่มในข้อ “อุปกรณ” ว่ากระดาษสำหรับสรุปงานกลุ่มย่อย (อาจารย์จะได้เตรียมกระดาษมาเข้าชั้นเรียน)	1
กิจกรรมที่ 4 “เราจะไปด้วยกันนะ (ไปคนเดียวไม่เอาหละ)”	
1. กิจกรรมนี้มีความชัดเจนดี เป็นรูปธรรมง่ายต่อการสรุป	6
2. เมื่อเสร็จกิจกรรมอาจารย์ควรขอโทษนักเรียนที่ “ทำให้เสียความรู้สึก” ด้วยการหยิบของออก	3
3. ควรเตรียมฉลากให้จัดลำดับเพื่อความรวดเร็วในการไปหยิบของ	1
4. ถ้ามีเวลาเหลือควรจะให้ให้นักเรียนทุกคนแสดงความคิดเห็น	1
5. ควรกระตุ้นให้แต่ละกลุ่มย่อยร่วมมือกันเต็มที่	1

ตาราง 4.9 (ต่อ)

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
กิจกรรมที่ 5 “คุณเลือกได้”	
1. ไปงานคิดตรวจสอบการให้เหตุผลของนักเรียนได้	5
2. ควรชี้ให้นักเรียนได้เห็นว่าการนำเสนอการใช้จ่ายเงินจะไม่มีการค้าทานิ เพราะไม่มีถูก-ผิด	3
3. ไปงานที่ 2 ควรจะมีเหตุผลของการเลือกด้วย	3
กิจกรรมที่ 6 “กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้”	
1. ควรให้นักเรียนได้นั่งคละกันชาย-หญิง	2
2. ควรมีเอกสารขั้นตอนการทำกิจกรรมแจกนักเรียน	1
กิจกรรมที่ 7 “ไม้หลายแบบ”	
1. เป็นกิจกรรมที่มีความชัดเจนและอธิบายให้เข้าใจได้ง่าย	4
2. การเลือกต้นไม้เพื่อเป็นตัวอย่าง ควรเลือกต้นไม้ที่สูงเพื่อให้นักเรียนมองเห็นได้ชัดเจน	2
3. อาจารย์ควรยกตัวอย่างเพิ่มเติมและพยายามกระตุ้นให้นักเรียนช่วยกันสรุปและแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม	2
กิจกรรมที่ 8 “มันอยู่ที่ใจ”	
1. ควรแจกบทความให้นักเรียนทุกคนได้อ่านเอง	6
2. ควรจัดกิจกรรมในกลุ่มที่เป็นนักเรียนชั้นเดียวกัน	1
กิจกรรมที่ 9 “ชีวิตเป็นสุข”	
1. ควรมีสื่อหรืออุปกรณ์เพิ่มเติมจะทำให้ให้นักเรียนสนใจมากขึ้น	1
กิจกรรมที่ 10 “ผู้นำที่แท้”	
1. กิจกรรมนี้มีประโยชน์สำหรับการฝึกนักเรียนให้รู้จักการเป็นผู้นำมากขึ้น	4
2. ควรมีอุปกรณ์ให้นักเรียนได้จับบอร์ดจริง ๆ จะน่าสนใจมากขึ้น	2
3. ควรกำหนดเวลาในการวางแผนการจัดบอร์ด	1

ตาราง 4.9 (ต่อ)

ข้อเสนอแนะ	ความถี่
กิจกรรมที่ 11 “แผ่นพับความดี”	
1. ควรพับกระดาษมาให้นักเรียนก่อน หรือพับให้ดูเป็นตัวอย่างหน้าชั้น เพื่อให้นักเรียนจะเข้าใจง่ายขึ้นและกิจกรรมไปได้เร็วขึ้น	3
2. ความกว้างของช่องคุณสมบัติควรมากกว่านี้	3
3. หาวิธีทำแผ่นพับใหม่ให้นักเรียนแอบดูข้อความของผู้อื่นไม่ได้	1
กิจกรรมที่ 12 “อยากขอใบสักครั้งหนึ่ง”	
1. นักเรียนรู้สึกดีใจมากที่สุดที่ได้รับการขอใบจากเพื่อน ๆ ทุกคน จะมีสีหน้ายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน	9
2. ควรเปลี่ยนมาใช้ซองจดหมายแทนกล่องจะสะดวกและรวดเร็วขึ้น	2

ตาราง 4.9 พบว่า ข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนานิสภาพแห่งตนที่สำคัญมีดังนี้ กิจกรรมที่ 1 การแบ่งกลุ่มให้คละนักเรียนโดยแต่ละกลุ่มมีนักเรียนหญิงมากกว่า 1 คน และควรชี้ให้เห็นความเป็นเพื่อนของชาย-หญิง กิจกรรมที่ 2 ควรเพิ่มเวลาในการทำกิจกรรม กิจกรรมที่ 3 อาจารย์ควรยกตัวอย่างคำชม กิจกรรมที่ 4 เมื่อเสร็จกิจกรรมอาจารย์ควรขอโทษนักเรียนที่ทำให้เสียความรู้สึก กิจกรรมที่ 5 ควรชี้ให้นักเรียนเห็นว่า การนำเสนอการใช้จ่ายเงินจะไม่มีคำตำหนิและในงานที่ 2 ควรจะมีเหตุผลของการเลือกด้วย กิจกรรมที่ 7 ควรเลือกต้นไม้ที่สูงเป็นตัวอย่างเพื่อให้เห็นชัดเจนและอาจารย์ควรยกตัวอย่างเพิ่มเติม กิจกรรมที่ 8 ควรแจกบทความให้นักเรียนทุกคนได้อ่านเอง กิจกรรมที่ 9 ควรมีอุปกรณ์ให้นักเรียนได้จัดบอร์ดจริง ๆ กิจกรรมที่ 11 ควรพับกระดาษมาให้นักเรียนหรือพับให้ดูตัวอย่างหน้าชั้นและความกว้างของช่องคุณสมบัติควรมากกว่านี้ และกิจกรรมที่ 12 ควรเปลี่ยนมาใช้ซองจดหมายแทนกล่อง

ตาราง 4.10 ความคิดเห็นของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการร่วมโครงการวิจัย การใช้
ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

ความคิดเห็น	ความถี่
ด้านประโยชน์ต่ออาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย	
1. อาจารย์มีความอดทนที่จะชี้แนะ รู้จักสังเกตและคิดวิเคราะห์ ยอมรับและเข้าใจความต้องการและพฤติกรรมต่าง ๆ ของนักเรียน	8
2. อาจารย์ได้เรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ทำให้เกิดแนวคิดในการหากิจกรรมใหม่ ๆ ที่จะใช้กับนักเรียนตลอดจนเรียนรู้เทคนิควิธีการต่าง ๆ ที่ช่วยส่งเสริมการพัฒนาตนเองให้นักเรียน	8
3. อาจารย์โลกทัศน์กว้างขึ้น ลดระดับความเข้มงวดกับนักเรียนลงได้ ทำให้ครูและนักเรียนเริ่มยอมรับซึ่งกันและกัน	6
4. กิจกรรมแต่ละกิจกรรมทำให้ครูได้เห็นพฤติกรรมของนักเรียน ได้ชัดเจนขึ้น และหาแนวทางส่งเสริมพัฒนานักเรียนได้เหมาะสม	5
5. ทำให้อาจารย์ได้รู้จักนักเรียนดีขึ้น	4
6. มีแผนการสอนที่สมบูรณ์สามารถนำไปใช้ทำกิจกรรมได้ดี อาจารย์มีโอกาสดำเนินกิจกรรมที่เป็นประโยชน์กับนักเรียนได้มากขึ้น	3
7. มีความสุขที่ได้รู้จักเพื่อน ๆ ร่วมคณะวิจัย	3
8. อาจารย์สอนง่ายขึ้น ไม่เหน็ดเหนื่อยเพราะนักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเองดีขึ้น	2
ด้านประโยชน์ต่อนักเรียนกลุ่มทดลอง	
1. นักเรียนได้รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีความรับผิดชอบ มีความมั่นใจในตนเอง ภาคภูมิใจในการทำความดี กล้าแสดงออก โลกทัศน์กว้างขึ้น	11
2. นักเรียนได้รู้จักกับมากขึ้น รู้จักการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม มีโอกาสฝึกการเป็นผู้นำ รู้จักช่วยเหลือผู้อื่น ยอมรับผู้อื่น ได้	9
3. นักเรียนสามารถนำประสบการณ์ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันให้เกิดการพัฒนาตนเอง สามารถอยู่ในสังคมได้ดีชีวิตมีความสุขมากขึ้น	7

ตาราง 4.10 (ต่อ)

ความคิดเห็น	ความถี่
ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการ	
1. การกำหนดเวลาทดลองกิจกรรมบางครั้งไม่สามารถทำได้ เนื่องจากมีกิจกรรมซ้อนขึ้นมาอีก	2
2. การใช้คาบอิสระบางครั้งจะมีผลกระทบเพราะนักเรียนกลุ่มทดลองอยากจะทำอิสระแบบกลุ่มควบคุมบ้าง	2
3. นักเรียนลาออกหรือย้ายโรงเรียนก่อนเสร็จสิ้นการทดลอง	2
ข้อเสนอแนะ	
1. กิจกรรมนี้ควรจะให้จัดให้กับนักเรียนทุกโรงเรียน	4
2. ควรมีโอกาสเสริมต่อจากกิจกรรมพัฒนามโนภาพแห่งตน เช่น เสริมให้นักเรียนมีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น	2
3. ควรใช้เวลาจัดกิจกรรมในคาบที่มีกระบวนการเรียนการสอน เช่น คาบแนะแนว คาบกิจกรรมชุมนุม	1

ตาราง 4.10 พบว่า ความคิดเห็นของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการร่วมโครงการวิจัยที่สำคัญมีดังนี้ ด้านประโยชน์ต่ออาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย ได้แก่ อาจารย์ได้เรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ทำให้เกิดแนวคิดในการหากิจกรรมใหม่ ๆ ที่จะนำมาหาแนวทางส่งเสริมพัฒนานักเรียนและอาจารย์มีความอดทน รู้จักสังเกตและคิดวิเคราะห์ ยอมรับและเข้าใจความต้องการและพฤติกรรมต่าง ๆ ของนักเรียน อาจารย์มีโลกทัศน์กว้างขึ้น ลดระดับความเข้มงวดกับนักเรียนทำให้ครูและนักเรียนยอมรับซึ่งกันและกัน ด้านประโยชน์ต่อนักเรียนกลุ่มทดลอง ได้แก่ นักเรียนได้รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง มีความรับผิดชอบ มีความมั่นใจในตนเอง ภาคภูมิใจในการทำควมดี กล้าแสดงออก โลกทัศน์กว้างขึ้น นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม ยอมรับผู้อื่นได้ และสามารถนำประสบการณ์ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการ ได้แก่ การมีกิจกรรมซ้อนทำให้การทดลองจัดกิจกรรมไม่สามารถทำได้ตามแผนที่วางไว้ การใช้คาบอิสระบางครั้งจะมีผลกระทบต่อนักเรียนกลุ่มทดลอง เนื่องจากนักเรียนอยากจะทำอิสระบ้าง และนักเรียนลาออกก่อนเสร็จสิ้นการทดลอง

ส่วนข้อเสนอแนะได้แก่ ควรจัดกิจกรรมที่ให้กับนักเรียนทุกโรงเรียนและควรมีกิจกรรมเสริม
ต่อจากกิจกรรมนี้อีก

อภิปรายผล

คะแนนมโนภาพแห่งตนหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพ
แห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มทดลอง โรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียน
แสนสุข และโรงเรียนหนองรีมิ่งคลสุขสวัสดิ์ สูงกว่าคะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจ
กรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้น ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโน
ภาพแห่งตนนี้สามารถใช้สร้างเสริมมโนภาพแห่งตนให้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นได้ ทั้ง
ในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ โรงเรียนขนาดกลาง และโรงเรียนขนาดเล็ก ทั้ง
นี้เพราะมโนภาพแห่งตน (Self concept) คือการรับรู้ที่บุคคลมีต่อตนเองเกี่ยวกับรูปร่าง
ลักษณะ ความสามารถ สมรรถภาพในการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ตลอดจนความรู้สึกนึกคิด
ความเชื่อ ค่านิยม ทศนคติ และความคาดหวังที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้พัฒนาขึ้นจาก
ประสบการณ์การเรียนรู้และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสิ่งแวดล้อม บุคคลจะมีมโนภาพ
แห่งตนทางบวกหรือลบขึ้นอยู่กับการเรียนรู้และประสบการณ์ ประสบการณ์ที่สร้างความพึง
พอใจจะเป็นสิ่งที่มีอิทธิพลต่อมโนภาพแห่งตน เพราะสิ่งเหล่านี้บอกให้บุคคลได้รู้ว่าตนมีคุณค่า
และเป็นที่ต้องการ บุคคลสามารถประเมินคุณค่าของตนเอง โดยเปรียบเทียบกับคุณค่าที่ตน
เองปรารถนาที่จะเป็นได้อย่างเหมาะสม ส่งผลให้บุคคลมีการยอมรับในตนเองมากขึ้น
(มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช. 2528) รูปแบบการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่นำมาใช้นั้น
เป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่สร้างความพึงพอใจแก่ผู้เรียน โดยผู้เรียนรับผิดชอบต่อ
การเรียนรู้ของตนเอง ร่วมกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งแลกเปลี่ยนประสบการณ์การ
เรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น ฉะนั้น การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน จึงเป็น
การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่แต่ละกิจกรรมกระตุ้นความรู้ความเข้าใจตนเองของผู้เรียน
โดยให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกกลุ่ม และนำสิ่งที่เรียนรู้มาผสมผสานกับ
ประสบการณ์เดิมของตนเอง เกิดการเห็นจริงในสิ่งที่เรียนรู้ นำไปสู่การพัฒนาความเข้าใจตน
เองได้ถูกต้องเหมาะสม และขยายการรับรู้เกี่ยวกับตนเองให้กว้างออกไป และนำ
ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่มไปใช้ในการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรม

ของตนเอง (ทิสนา แชนมณี และคณะ. 2522) ประกอบกับชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ใช้ในการพัฒนามโนภาพแห่งตนนี้ ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยยึดองค์ประกอบของมโนภาพแห่งตนตามแบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮร์ริส (The Piers-Harris children's Self-concept Scale) โดยกระบวนการพัฒนามโนภาพแห่งตน มีการเชื่อมโยงกิจกรรมแต่ละกิจกรรมตามหลักการเรียนรู้แบบกลุ่มของทรอตเซอร์ (Trotzer. 1977) ที่มีกระแสการเคลื่อนไหวกลุ่มที่เอื้ออำนวย มีความอบอุ่นมั่นคงปลอดภัย ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับนี้ ทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้ตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิด ความรู้สึกซึ่งกันและกัน ซึ่งก็คือการเอื้ออำนวยให้บุคคลมีการเปิดเผยตนเองและรับการป้อนกลับ (Joseph Luft and Harry Ingham. 1970) ทำให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น มีความรับผิดชอบต่องานตนเอง มีกำลังใจ มีความกล้าที่จะแก้ไขปรับปรุงตนเองไปในทางสร้างสรรค์ ซึ่งจะโน้มนำให้ความคิดความรู้สึกและการรับรู้ต่อตนเองดีขึ้น คือ การมีมโนภาพแห่งตนดีขึ้นนั่นเอง

นอกจากนี้การประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย ได้ชี้ให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมทั้ง 12 กิจกรรมนี้สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ได้ในระดับมาก-มากที่สุด อย่างไรก็ตาม มีปัญหาและอุปสรรคจากการจัดกิจกรรมเกิดขึ้นบ้าง แต่เป็นปัญหาที่สามารถหาแนวทางแก้ไขได้ เช่น การรวมกลุ่มมีการแยกเพศระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิงซึ่งอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะ คือให้อาจารย์แบ่งกลุ่มละนักเรียน โดยแต่ละกลุ่มมีนักเรียนหญิงมากกว่า 1 คน ทั้งนี้เพื่อลดความขัดแย้ง เหนียวอาย และไม่กล้าแสดงออกให้กับนักเรียนหญิง และอาจารย์อาจจะชี้ให้นักเรียนได้เห็นว่าการทำกิจกรรมร่วมกันนั้นเป็นสัมพันธภาพของความเป็นเพื่อนสำหรับปัญหาที่บางส่วนของการทำงานกิจกรรมที่ 4 เป็นการทำให้นักเรียนเสียความรู้สึกบ้างเล็กน้อยนั้น ได้มีข้อเสนอแนะว่า อาจารย์ควรจะกล่าวขอโทษนักเรียนในช่วงท้ายของกิจกรรมซึ่งเป็นการแสดงออกถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียน ส่วนข้อเสนอแนะอื่น ๆ เช่น อาจารย์ผู้ทำกิจกรรมควรปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมตามความเหมาะสม มีการยกตัวอย่างประกอบได้ตามความเหมาะสม และอาจารย์ไม่ควรกล่าวตำหนิหรือวิพากษ์วิจารณ์นักเรียนในแง่ลบ ข้อเสนอแนะเหล่านี้อาจารย์สามารถนำไปปฏิบัติได้ ซึ่งเป็นการเสริมที่สอดคล้องกับหลักการเรียนรู้แบบกลุ่มของทรอตเซอร์ที่ต้องสร้างบรรยากาศแห่งความมั่นคงปลอดภัยให้เกิดขึ้นกับสมาชิกกลุ่มให้ได้ก่อนในเบื้องต้น

ในประเด็นความคิดเห็นของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการร่วมโครงการวิจัยได้ชี้ให้เห็นว่าจากการลงมือปฏิบัติการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน อาจารย์ได้เรียนรู้กิจกรรมใหม่ ๆ มีโลกทัศน์กว้างขึ้น สามารถสร้างการยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างนักเรียนและอาจารย์ได้ ถือเป็นผลพลอยได้สำหรับอาจารย์ที่จะส่งผลดีต่อการสอนนักเรียนในโอกาสต่อไป

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบมโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษหรือขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก ก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน ตลอดจนศึกษาความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยที่มีต่อชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

✓ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 ที่ศึกษาภาคต้น ปีการศึกษา 2538 ในโรงเรียนพนัสพิทยาคาร จำนวน 120 คน โรงเรียนแสนสุข จำนวน 113 คน และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ จำนวน 115 คน รวมทั้งสิ้น 348 คน โดยให้นักเรียนอาสาสมัครเข้าร่วมโครงการฯ

✓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสำรวจมโนภาพแห่งตนของเพียร์และแฮริส ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน แบบประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนและแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการร่วมโครงการวิจัยในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

การดำเนินการทดลอง

ขออาสาสมัครอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย จากโรงเรียนที่ทำการทดลองเข้าร่วมโครงการฯ โดยอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยเป็นผู้ลงมือปฏิบัติการทดลองใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน มีอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยทั้งสิ้น 12 คน โดยคณะผู้วิจัยได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนสำหรับอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย เป็นเวลา 3 วัน

การทดลองใช้คาบกิจกรรมชุมชนหรือคาบแนะแนวหรือคาบอิสระ สัปดาห์ละ 1 คาบ รวม 12 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. คำนวณค่าร้อยละของจำนวนกลุ่มตัวอย่าง
2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนมโนภาพแห่งตนของนักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน โดยการทดสอบค่าที (T-test)
3. วิเคราะห์ความคิดเห็นและการประเมินของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยโดยใช้ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์เนื้อเรื่อง

ผลการวิจัย

กลุ่มทดลองของโรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ เป็นนักเรียนหญิงร้อยละ 48.33 50.87 และ 54.24 ตามลำดับ เป็นนักเรียนชายร้อยละ 51.66 49.13 และ 45.76 ตามลำดับ ผลการวิจัยมีดังนี้

1. คะแนนมโนภาพแห่งตน หลังการร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนโรงเรียนพนัสพิทยาคาร โรงเรียนแสนสุข และโรงเรียนหนองรีมงคลสุขสวัสดิ์ ทุกชั้นปีการศึกษาสูงกว่า คะแนนมโนภาพแห่งตนก่อนการร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. การประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน จำนวน 12 กิจกรรมของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัย โดยประเมินการบรรลุวัตถุประสงค์ ความเหมาะสมของเวลา ขนาดของกลุ่ม อุปกรณ์ และสถานที่ ความต่อเนื่องเชื่อมโยงของวิธีดำเนินการ กิจกรรม การอภิปรายผล มีความชัดเจน การสรุปสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ การประเมินผลเหมาะสมและความสนใจของผู้เรียนซึ่งผลการประเมินส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก-มากที่สุด

3. ปัญหาที่พบของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนที่สำคัญได้แก่ การร่วมกลุ่มมีการแบ่งแยกเพศระหว่างนักเรียนชายกับนักเรียนหญิง นักเรียนแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกได้ไม่ชัดเจน รวมทั้งไม่กล้าวิจารณ์เพื่อน นอกจากนี้บางส่วนของการทำงานกิจกรรมที่ 4 เป็นการทำร้ายความรู้สึกนักเรียน

4. ข้อเสนอแนะของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนที่สำคัญได้แก่ การแบ่งกลุ่มควรคละนักเรียนให้แต่ละกลุ่มมีนักเรียนหญิงมากกว่าหนึ่งคน อาจารย์ผู้ทำกิจกรรมควรปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมให้เหมาะสม และมีการยกตัวอย่างเพิ่มเติมได้ตามความเหมาะสม นอกจากนี้ในการทำกิจกรรมอาจารย์ไม่ควรกล่าวตำหนิหรือวิพากษ์วิจารณ์นักเรียนในแง่ลบ และเมื่อมีการทำให้นักเรียนเสียความรู้สึกอาจารย์ควรกล่าวขอโทษนักเรียนในช่วงท้ายของกิจกรรม

5. ความคิดเห็นของอาจารย์ผู้ช่วยนักวิจัยต่อการร่วมโครงการวิจัยที่สำคัญได้แก่ อาจารย์ได้เรียนรู้กิจกรรมใหม่ ๆ เพื่อเป็นแนวทางส่งเสริมพัฒนานักเรียน อาจารย์มีโลกทัศน์กว้างขึ้น ลดความเขมงวดกับนักเรียน ทำให้อาจารย์และนักเรียนยอมรับซึ่งกันและกัน สำหรับนักเรียน ได้รู้จักและเข้าใจตนเอง ยอมรับผู้อื่นได้ และสามารถนำประสบการณ์ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ส่วนปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินการคือการใช้คาบอิสระ บางครั้งกระทบต่อนักเรียนเพราะนักเรียนอยากมีอิสระไม่ต้องการทำกิจกรรมและอาจารย์มีข้อเสนอแนะให้จัดกิจกรรมนี้กับนักเรียนทุกโรงเรียน รวมทั้งควรมีกิจกรรมเสริมต่อจากกิจกรรมนี้อีก

ข้อเสนอแนะ

1. งานพยาบาลด้านการส่งเสริมสุขภาพจิต ควรจะขยายการให้บริการจากภายในสถาบันออกสู่ชุมชน เช่น การเผยแพร่ความรู้การดูแลสุขภาพจิต การให้บริการส่งเสริมสุขภาพจิตในโรงเรียน ฯลฯ พยาบาลควรได้ตระหนักถึงบทบาทของพยาบาลในการส่งเสริมสนับสนุนให้อาจารย์ในโรงเรียน ซึ่งเป็นผู้ที่มีเวลาใกล้ชิดนักเรียนมากที่สุดได้เห็นถึงความสำคัญของการมีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพจิต และป้องกันการเกิดปัญหาทางจิตให้กับนักเรียนในโรงเรียน ดังนั้นนอกจากบทบาทโดยตรงของพยาบาลในการให้บริการส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาทางจิตในโรงเรียนแล้ว อีกบทบาทหนึ่งที่สำคัญคือการเป็นที่ปรึกษาด้านงานสุขภาพจิตสำหรับอาจารย์ หากสามารถส่งเสริมสนับสนุนและประสานความร่วมมือให้อาจารย์มีส่วนร่วมในการดูแลสุขภาพจิตนักเรียนจะส่งผลให้ปัญหาสุขภาพจิตในโรงเรียนลดลงได้ และงานสุขภาพจิตโรงเรียนได้รับการพัฒนาไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ งานวิจัยนี้เป็นเพียงหนึ่งในหลาย ๆ แนวทางของการประสานความร่วมมือระหว่างบุคลากรทางสุขภาพกับบุคลากรทางการศึกษาในการส่งเสริมสนับสนุนงานสุขภาพจิต โรงเรียน

2. ผู้บริหารสถาบันสุขภาพและผู้บริหารสถาบันการศึกษาควรประสานความร่วมมือกันจัดวางนโยบายเพื่อส่งเสริมสนับสนุนงานสุขภาพจิต โรงเรียน
3. บุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนควรให้การส่งเสริมสนับสนุนนักเรียน ในการแสดงออกถึงความคิด ความรู้สึกของตน ภายใต้บรรยากาศแห่งการยอมรับ
4. บุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนควรให้การยอมรับความแตกต่างในด้านความสามารถของนักเรียน ให้โอกาสนักเรียนในการปรับปรุงพัฒนางานตามความสามารถของแต่ละคน ให้ความเข้าใจในพฤติกรรมและปัญหาของนักเรียนแต่ละคนและให้โอกาสนักเรียนได้ปรับปรุง แก้ไข ปัญหาที่นั้น ๆ หรือพัฒนาพฤติกรรมให้ดีขึ้น
5. เสริมสร้างบรรยากาศการเรียนการสอนในโรงเรียน ให้นักเรียนได้มีโอกาสเรียนรู้การทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม นอกจากการเน้นด้านวิชาการโรงเรียนยังคงต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนานักเรียนในด้านอื่น ๆ โดยอาจมีการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการพัฒนาทักษะของนักเรียน เช่น การเสริมสร้างทักษะชีวิต (life skills)

บรรณานุกรม

- คมเพชร ฉัตรสุภกุล. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ : แสงรุ่งการพิมพ์, 2522.
- จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. การฝึกอบรมกลุ่มสัมพันธ์และการรับรู้สำหรับครูจากสถาบันฝึกหัดครูระดับประถมศึกษา. รายงานผลการปฏิบัติงาน โครงการวิจัยเล่ม 3 : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- เดือนใจ แวงงาม. พลวัตกลุ่ม. กรุงเทพฯ : เม็คทรายพริ้นติ้ง, 2534.
- พิศนา เขมมณี และคณะ. คู่มือการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เล่ม 1. โครงการเผยแพร่การสอนกลุ่มสัมพันธ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.
- _____ . กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1. โครงการเผยแพร่การสอนกลุ่มสัมพันธ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522.
- _____ . “การสอนภาษาไทยโดยใช้กระบวนการกลุ่มสัมพันธ์” เอกสารประกอบการอบรมเรื่องวิธีสอนภาษาไทยระดับประถมศึกษา. ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528. (อัครสำเนา)
- นิตยา เชียงทอง. ผลการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาการยอมรับตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเทพมงคลรังษี จังหวัดกาญจนบุรี. ปรินิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.
- บุญศรี จิงธนาเจริญเลิศ. ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์ กศ.ม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.
- ผาสุก บุญชื้อ. “โอกาสทางการศึกษาเพิ่มคุณค่าคนพิการ” ใน งานวันคนพิการ. หน้า 64-66. กรุงเทพฯ : สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์, 2533.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. การพยาบาลมารดาทารกและการพยาบาลจิตเวช.

กรุงเทพฯ : นานีการพิมพ์, 2528.

—————. พลศาสตร์ของการสื่อสาร หน่วยที่ 8-15. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2527.

มัลลิกา นิตยาพร. “ความนึกคิดของเด็กไทยยุคพัฒนา” วารสารวิจัยสังคมศาสตร์ :

สมาคมวิจัยสังคมศาสตร์แห่งประเทศไทย. 8-9; เมษายน 2534.

โยธิน คันสนยุท และจุมพล พูลภัทรชีวิน. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ :

ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2524.

วินิจ เกตุขำ และคมเพชร ฉัตรศุภกุล. กระบวนการกลุ่ม. กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2522.

สภาองค์การพัฒนาศึกและเยาวชน. “เวทีสิทธิเด็ก : เสียงเรียกร้องจากเด็ก”

วารสารจิตวิทยาคลินิก. 75-79; มกราคม-มิถุนายน 2534.

สุจิตรา เหลืองอมรเลิศ. การพยาบาลผู้ป่วยเรื้อรัง : มโนคติสำคัญสำหรับการดูแล.

ขอนแก่น : ขอนแก่นการพิมพ์, 2537.

สุริน คล้ายรามัญ. การพัฒนามโนภาพแห่งตนโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

บัณฑิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

โสภา ชูพิกุลชัย. จิตวิทยาสังคมประยุกต์. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช,

2522.

อรอนงค์ นิยมธรรม. การเปรียบเทียบอัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นชายรักร่วมเพศ

กับวัยรุ่นชายรักต่างเพศที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์

ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.

Baron, R.A. and Byrne, D. *Social Psychology : Understanding Human*

Interaction. Boston : Allyn and Bacon, 1977.

Corey, S. Marianne and Covey Gerald. *Group Process and Practice.* 4th ed.

California : Brooks & Cole, 1992.

- Edward, E. Sampson and Marya Marthas. **Group Process for the Health Profession.** 3rd ed. New York: Delman Publishers, 1990.
- Johnson, W. David and Johnson, P. Frank. **Joining Together : Group Theory and Group Skills.** 4th ed. New Jersey : Prentice-Hall, 1991.
- Luft Joseph. **Group Process : An Introduction to Group Dynamics.** California : Mayfield Publishing Company, 1970.
- Mc David, J.W. and Harari, H. **Psychology and Social Behavior.** New York : Holt, Rinehart and Winston, 1976.
- Quinan, James F. and Melvin, L. Foulds. "Marthon Group Facilitator of Person Growth" **Journal of Counselling Psychology.** 17 (March 1970) : 145-149.
- Sheriff, M. and Sheriff, C.W. **Social Psychology.** New York : Harper and Row, 1969.
- Trotzer, P. James. **The Counselor and the Group : Integrating Theory Training and Practice.** California : Brooks and Cole, 1977.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนสำหรับการวิจัย

เรื่อง

การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน

ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น

คณะผู้วิจัย

นางกุลชาติ จรียาปยุक्तเลิศ

นางสาวสายใจ พัวพันธ์

นางสาวอทิตยา พรชัยเกตุ

นางวิษชุดา สฐิติโชติรัตน

นางสาวอุบล สาธิตะกร

รายการกิจกรรม

- กิจกรรมที่ 1 “มารู้จักกันเถอะ”
- กิจกรรมที่ 2 “สิ่งที่ฉันเป็น”
- กิจกรรมที่ 3 “ยังจำได้ไหม”
- กิจกรรมที่ 4 “เราจะไปด้วยกันนะ (ไปคนเดียวไม่เอาล่ะ)”
- กิจกรรมที่ 5 “คุณเลือกได้”
- กิจกรรมที่ 6 “กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้”
- กิจกรรมที่ 7 “ไม่หลายแบบ”
- กิจกรรมที่ 8 “มันอยู่ที่ใจ”
- กิจกรรมที่ 9 “ชีวิตเป็นสุข”
- กิจกรรมที่ 10 “ผู้นำที่แท้”
- กิจกรรมที่ 11 “แผ่นพับความดี”
- กิจกรรมที่ 12 “อยากขอใบใจสักครั้ง”

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
เพื่อ
พัฒนามโนภาพแห่งตน

กิจกรรมที่ 1

“มารู้จักกันเถอะ”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. มีความคุ้นเคยเป็นกันเองกับสมาชิกกลุ่ม
2. ปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ง่าย
3. เกิดความเป็นมิตรกับบุคคลอื่น

ขนาดของกลุ่ม

20 คน

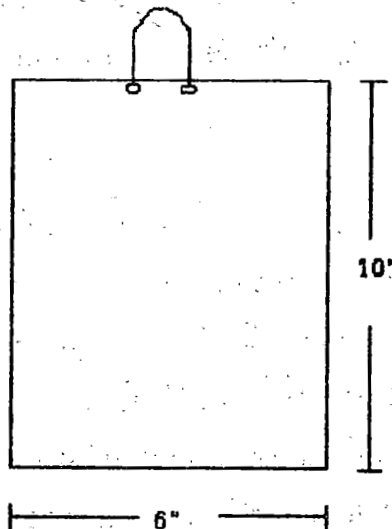
เวลา

1 คาบ

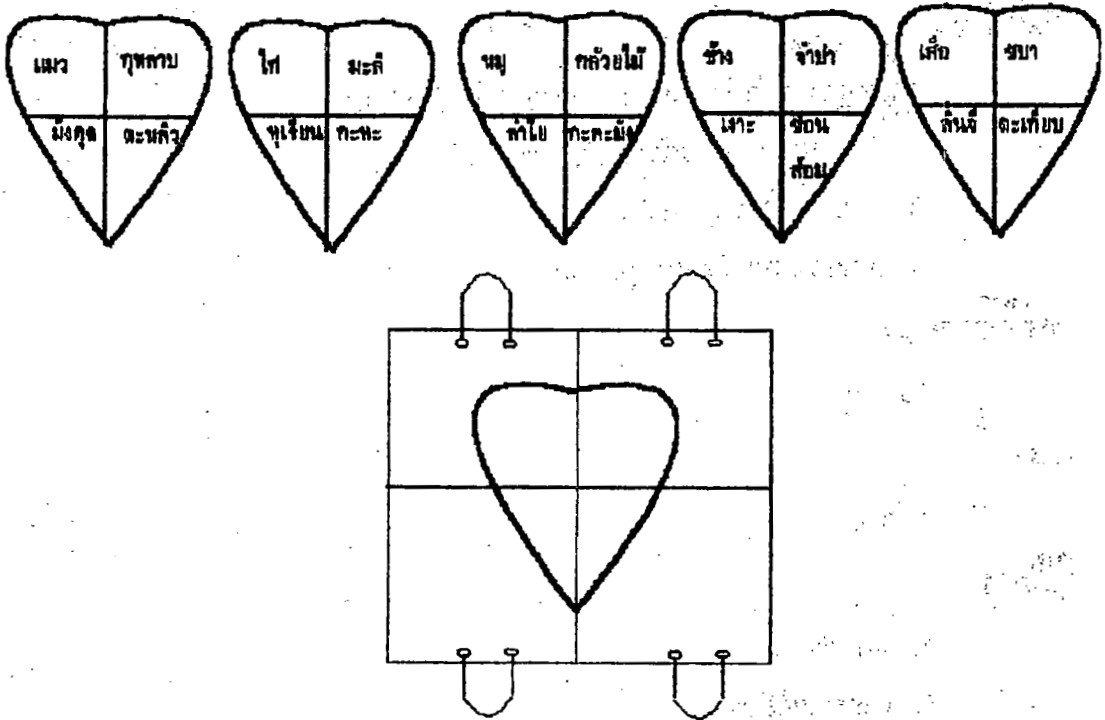
อุปกรณ์

1. นกหวีด
2. ปากกาเมจิสต์ต่าง ๆ
3. เชือกฟาง

4. กระดาษสี 5 สี ที่มีความหนาพอประมาณ ขนาด 6 X 10 นิ้ว สีละ 4 แผ่น จะได้ กระดาษสีทั้งหมด 20 แผ่น เจาะรูที่กระดาษสี แล้วนำเชือกฟางมาร้อยคั้งภาพ สำหรับให้นักเรียน คล้องคอคนละ 1 แผ่น



5. กระดาษสี่ตัดเป็นรูปหัวใจ 5 ดวง แต่ละดวงแบ่งเป็น 4 ส่วน แล้วเขียนชนิดของสัตว์ ดอกไม้ ผลไม้ และของใช้ในชีวิตประจำวันลงในหัวใจแต่ละส่วน ดังภาพ จากนั้นตัดรูปหัวใจแต่ละดวงออกเป็น 4 ส่วน นำแต่ละส่วนไปติดที่มุมของป้ายคล่องคอ



6. ใบบาง

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

ครูนำเข้าสู่กิจกรรมด้วยบรรยากาศที่เป็นกันเอง พูดคุยซักถามเรื่องทั่ว ๆ ไป กับสมาชิก จากนั้นซักถามสมาชิกว่ารู้จักสมาชิกในกลุ่มบ้างหรือไม่ มีใครบ้างที่นักเรียนยังไม่รู้จัก และอยากรู้จักใครอีกบ้าง จากนั้นครูโยงเข้าสู่กิจกรรม “มารู้จักกันนะ” เพื่อให้สมาชิกได้ทำความรู้จักคุ้นเคยกันมากขึ้น

2. กิจกรรม

2.1 ให้สมาชิกนั่งเป็นวงกลม ครูแจกแผ่นป้ายคล่องคอคนละ 1 แผ่น

2.2 ให้สมาชิกแต่ละคนเขียนชื่อ และคุณสมบัติของตนเองที่ต้องการให้เพื่อนรู้จัก 3 ประการ ลงในแผ่นป้าย (โดยให้ตัวอักษรที่เขียนมีขนาดใหญ่พอที่จะมองเห็นได้ชัด) เมื่อเขียนเสร็จแล้วให้นำแผ่นป้ายคล่องคอ โดยให้ด้านที่นักเรียนเขียนไว้ด้านใน

2.3 ให้สมาชิกแบ่งกลุ่มย่อยตามสีของแผ่นป้ายที่คล่องคอ จะได้สมาชิกกลุ่มย่อยกลุ่มละ 4 คน จำนวน 5 กลุ่ม เมื่อนักเรียนเข้าไปเป็นสมาชิกกลุ่มย่อยแล้ว ให้สมาชิกจับคู่กัน บอกชื่อ และคุณสมบัติทั้ง 3 ประการ ให้เพื่อนรู้จัก ถ้ามีคุณสมบัติใดตรงกัน ให้ตบแพะกัน 1 ครั้งต่อ 1

คุณสมบัติ แต่ถ้าไม่มีคุณสมบัติใดตรงกัน เมื่อพูดคุยแลกเปลี่ยนกันเสร็จแล้ว ให้สมาชิกต้องแขนกัน หมุน 1 รอบ แล้วร้อง เฮ! คัง ๆ จากนั้นให้นักเรียนหมุนเวียนจับคู่กับสมาชิกคนอื่นในกลุ่ม และพูดคุยแลกเปลี่ยนกันจนครบทุกคน หรือจนกว่าครูจะเป็นกหวีดหมดเวลา

2.4 ให้สมาชิกที่มีชิ้นส่วนหัวใจ (ที่ติดที่มุมของป้ายคล่องคอ) สีเดียวกัน รวมกลุ่มกัน จะได้สมาชิกกลุ่มย่อยกลุ่มละ 4 คน จำนวน 5 กลุ่ม จากนั้นให้สมาชิกในกลุ่มย่อยจับคู่หมุนเวียนกัน เพื่อพูดคุยแลกเปลี่ยนกันจนครบทุกคน หรือจนกว่าครูจะเป็นกหวีดหมดเวลา

2.5 ให้สมาชิกที่มีชนิดของชิ้นส่วนหัวใจ (มีทั้งหมด 4 ชนิดคือ สัตว์, ดอกไม้, ผลไม้ และของใช้ในครัว) ชนิดเดียวกันรวมกลุ่มกัน จะได้สมาชิกกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5 คน จำนวน 4 กลุ่ม แล้วให้สมาชิกกลุ่มย่อยกระทำเช่นเดียวกับข้อ 2.3

2.6 ให้สมาชิกรวมกลุ่มเป็นกลุ่มย่อย โดยให้มีสมาชิกที่มีชิ้นส่วนของหัวใจครบทั้ง 4 ชนิด โดยไม่จำเป็นต้องเป็นสีเดียวกัน จะได้สมาชิกกลุ่มย่อย กลุ่มละ 4 คน จำนวน 5 กลุ่ม แล้วให้สมาชิกกลุ่มย่อยกระทำเช่นเดียวกับข้อ 2.3

2.7 ให้สมาชิกรวมเป็นกลุ่มใหญ่ ครูแจกใบงานให้คนละ 1 แผ่น เขียนชื่อและคุณสมบัติของสมาชิก 3 คนลงในใบงาน

2.8 ครูของอาสาสมัครนักเรียน หรือผู้เรียกนักเรียนออกมานำเสนอชื่อและคุณสมบัติของเพื่อนสมาชิก 3 คนที่นักเรียนทำในใบงานที่ 1 โดยครูพยายามให้นักเรียนนำเสนอให้ได้มากที่สุดตามเวลาอันควร ให้สมาชิกที่ถูกนำเสนอขึ้น เมื่อเพื่อนบอกคุณสมบัติ 3 ประการ แล้วให้สมาชิกคนนั้นพิจารณาว่าถูกต้องหรือไม่ ถ้าถูกต้องให้ปรบมือให้รางวัล ถ้าไม่ถูกต้องให้สมาชิกคนนั้นเฉลยให้กลุ่มฟังถึงคุณสมบัติของตน

การอภิปราย

ให้สมาชิกร่วมอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1. ความรู้สึกของนักเรียนที่ได้ร่วมกันทำกิจกรรม
2. ความรู้สึกของนักเรียนต่อเพื่อนในกลุ่ม
3. การที่นักเรียนได้มีโอกาสรู้จักเพื่อนมากขึ้นนั้นมีประโยชน์อย่างไร

การสรุปและนำไปใช้

จากกิจกรรมนี้คงทำให้สมาชิกได้รู้จักและคุ้นเคยกันมากขึ้น ด้วยบรรยากาศที่อบอุ่น เป็นมิตร ยิ้มแย้มแจ่มใส และเป็นกันเอง สิ่งเหล่านี้จะส่งเสริมให้สมาชิกสามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ง่ายขึ้น และมีความเต็มใจที่จะสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

การประเมินผล

1. สังเกตบรรยากาศกลุ่ม การมีส่วนร่วมของนักเรียนขณะเข้าร่วมกิจกรรม
2. พิจารณาจากงานในใบงานที่นักเรียนทำ

ใบงาน กิจกรรมที่ 1 “มารู้จักกันเถอะ”		
ลำดับที่	ชื่อ	คุณสมบัติ
1.	ชื่อ.....	ก. ข. ค.
2.	ชื่อ.....	ก. ข. ค.
1.	ชื่อ.....	ก. ข. ค.

กิจกรรมที่ 2

“สิ่งที่ฉันเป็น”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. มีทัศนคติต่อตนเองในด้านดี
2. มีความคิดและการกระทำในสิ่งที่ดี

ขนาดของกลุ่ม

20 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. สีสีนสอ หรือสีเมจิ
2. ใบงานที่ 1
3. ใบงานที่ 2
4. กระดาษขาว
5. วิทยุเทปและเทปเพลง

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

กล่าวนำเพื่อให้นักเรียนเห็นว่าจากกิจกรรมที่ 1 นักเรียนแต่ละคนก็จะมีคุณสมบัติเฉพาะแตกต่างกันไป (ยกตัวอย่างจากคุณสมบัติเฉพาะของนักเรียนที่กล่าวถึงในกิจกรรมที่ 1) สำหรับกิจกรรมที่ 2 นี้ จะให้นักเรียนนี้ถึงตนเองแล้ววาดภาพ “สิ่งที่ฉันเป็น”

2. กิจกรรม

2.1 แจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น และแจกสีคีนสอสำหรับวาดภาพ

2.2 ให้นักเรียนตอบคำถามและวาดภาพลงในใบงานที่ 1 ตามลำดับดังนี้

2.2.1 ตอบคำถามว่า “นักเรียนคิดว่าตนเองมีลักษณะเหมือนต้นไม้อะไร”

2.2.2 วาดภาพต้นไม้ ที่นักเรียนคิดว่าเหมือนตนเอง

2.2.3 บอกคุณลักษณะและประโยชน์ของต้นไม้ต้น

(ขณะที่นักเรียนกำลังวาดภาพ ครูเปิดเพลงคลอเบา ๆ)

3. ครูขออาสาสมัครนักเรียนให้ออกมาบอกเล่าพร้อมแสดงภาพ “สิ่งที่ฉันเป็น” ให้สมาชิกกลุ่มฟัง โดยครูพยายามให้นักเรียนได้นำเสนอ “สิ่งที่ฉันเป็น” ให้ได้จำนวนมากที่สุดตามเวลาอันควร

4. ครูให้นักเรียนทุกคนนำไปงานที่ 1 ที่ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว ไปติดที่กระดานดำ

การอภิปราย

ในระหว่างที่นักเรียนนำเสนอพร้อมแสดงภาพ “สิ่งที่ฉันเป็น” นั้น สมาชิกกลุ่มซักถาม และแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมได้

การสรุปและนำไปใช้

- 1. คนทุกคนมีความคิดเป็นของตนเอง
- 2. คนทุกคนล้วนแล้วแต่ทำสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์ได้ทั้งสิ้น

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจของนักเรียนต่อการวาดภาพ และรับฟังการนำเสนอของเพื่อนสมาชิก

2. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 2 ครูพิจารณาจากใบงานที่ 2 ที่ให้นักเรียนทำ

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 2 “สิ่งที่ฉันเป็น”

1. ชื่อ

2. ภาพ ต้นไม้ : สิ่งที่ฉันเป็น

ชื่อต้นไม้.....

3. คุณลักษณะของต้นไม้

4. ประโยชน์ของต้นไม้

ใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 2 “สิ่งที่ฉันเป็น”

ให้นักเรียนบอกข้อดีของตนเองมา 5 ประการ

1. ฉัน
2. ฉัน
3. ฉัน
4. ฉัน
5. ฉัน

กิจกรรมที่ 3

“ยังจำได้ไหม”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. เห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเอง
2. ขอมรับการกระทำของกันและกัน

ขนาดของกลุ่ม

แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. ตัวอย่างการทำความดี และรูปภาพประกอบ
2. ใบงาน

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

ครูเล่าเรื่องตัวอย่างการทำความดี พร้อมแสดงรูปภาพประกอบ จากนั้นให้นักเรียนทบทวนถึง “สิ่งที่ฉันเป็น” ของนักเรียนในกิจกรรมที่ 2 และพิจารณาถึงการกระทำของตนในชีวิตประจำวันที่คุณรอบข้างบอกว่าคุณดีหรือแสดงการชมเชยโดยไม่จำเป็นว่าการกระทำนั้น ๆ จะต้องเป็นเรื่องที่ยิ่งใหญ่ เช่น นักเรียนช่วยคุณครูยกของไปส่งที่ห้องพัก แล้วได้รับคำ “ขอบใจ” ด้วยสีหน้าที่ยิ้มแย้มจากครู เป็นต้น ซึ่งครูเชื่อว่านักเรียนทุกคนคงเคยได้รับการชมเชยจากคนรอบข้างมาบ้าง

2. กิจกรรม

2.1 แจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 ใบ แล้วให้นักเรียนทบทวนถึงการกระทำของนักเรียนที่เป็นประโยชน์แก่บุคคลอื่น ที่ทำให้นักเรียนได้รับการชมเชย (คำพูดและท่าทาง) พร้อมทั้งความรู้สึกของนักเรียนเมื่อได้รับการชมเชย จากนั้นให้นักเรียนบันทึกลงในใบงานที่ครูแจกให้

2.2 แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 3 คน ภายในกลุ่มย่อยให้นักเรียนผลัดกันอ่านบันทึกการกระทำที่เป็นประโยชน์ในใบงานให้เพื่อนสมาชิกฟัง แล้วช่วยกันสรุปถึงการกระทำที่เป็นประโยชน์ของสมาชิก การชมเชยและความรู้สึกของสมาชิกที่ได้รับการชมเชย

2.3 ให้ตัวแทนกลุ่มย่อยบอกเล่าถึงข้อสรุปของกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มใหญ่ฟังจนครบทุกกลุ่ม

การอภิปราย

ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนอภิปราย และเสนอความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้

1. การกระทำที่ได้รับการยอมรับมีลักษณะอย่างไร และความรู้สึกเมื่อได้รับการยอมรับ
2. เมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งกระทำต่อนักเรียนด้วยดีหรือทำประโยชน์กับนักเรียน นักเรียนจะแสดงออกอย่างไรต่อการกระทำนั้น (เช่น เพื่อนให้นักเรียนอิมูปรณ์การเรียนรู้ที่จำเป็น หรือเมื่อนักเรียนปวดท้องแล้วเพื่อนพานักเรียนไปห้องปฐมพยาบาล เป็นต้น)

การสรุปและนำไปใช้

ในชีวิตประจำวันของทุกคนจะมีการกระทำหรือการแสดงออกต่อกันกับบุคคลอื่นตลอดเวลา ซึ่งมีทั้งการกระทำที่ดีและไม่ดี ถ้าเป็นการกระทำที่ดีก็จะได้รับการตอบสนองในทางที่ดีด้วย และการตอบสนองในทางที่ดีจะทำให้ผู้กระทำมีความคิด ความต้องการที่จะกระทำดีต่อไป ดังนั้นจึงควรเริ่มต้นที่การกระทำดีต่อบุคคลอื่นก่อน

ใบงานกิจกรรมที่ 3 “ยังจำได้ไหม”

การกระทำที่เป็นประโยชน์ (ให้ระบุว่าทำประโยชน์ให้กับใคร)	คำชมหรือ การชมเชย	ผู้กล่าวคำชมหรือ แสดงการชมเชย	ความรู้สึกที่ได้รับ คำชมหรือการชมเชย

การประเมินผล

1. สังเกตจากพฤติกรรมการแสดงออกในกลุ่มย่อยและข้อสรุปที่เสนอในกลุ่มใหญ่
2. ชองสุดท้ายของใบงาน

กิจกรรมที่ 4

“เราจะไปด้วยกันนะ (ไปคนเดียวไม่เอาละ)”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. ตระหนักถึงความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน
2. มองเห็นคุณค่าของตนเองและบุคคลอื่น
3. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

ขนาดของกลุ่ม

แบ่งสมาชิกออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. งานกระดาษ 4 ใบ
2. ทรายกระดาษ 4 ใบ
3. ขวดน้ำพลาสติก 4 ขวด
4. ตะเกียบ 4 คู่
5. เชือกยาว 1 ฟุต 4 เส้น

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

จากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ผ่านมา คงจะช่วยให้นักเรียนได้ตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง ตระหนักถึงการกระทำของตนเองที่เอื้อประโยชน์ให้แก่บุคคลอื่นได้ ทำให้บุคคลอื่นพึงพอใจ และตัวนักเรียนเองก็เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเองจากการได้รับการตอบสนองกลับในทางที่ดี ซึ่งหากแต่ละคนดึงเอาประโยชน์หรือความสามารถของตนมาใช้ในการอยู่ร่วมกันในสังคม ก็จะทำให้เกิดพลังสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามให้กับสังคมได้

2. กิจกรรม

2.1 จัดแบ่งอุปกรณ์ออกเป็น 4 ชุด เหมือน ๆ กัน แต่ละชุดประกอบด้วยงานกระดาษ 1 ใบ ทรายกระดาษ 1 ใบ ขวดน้ำพลาสติก 1 ขวด ตะเกียบ 1 คู่ และเชือก 1 เส้น วางอุปกรณ์แต่ละชุดไว้บนโต๊ะ โดยวางแยกชุดกัน โต๊ะ 1 ตัว วางอุปกรณ์ 1 ชุด

- 2.2 แบ่งสมาชิกออกเป็น 4 กลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 คน

2.3 แจกกระดาษให้สมาชิกคนละ 1 แผ่น และบอกให้สมาชิกทุกคนของแต่ละกลุ่มย่อยพิจารณาว่าต้องการอุปกรณ์ชิ้นใด แล้วเขียนลงในกระดาษที่แจกให้

2.4 ให้สมาชิกในกลุ่มย่อยจับสลากกัน และเรียงลำดับกันออกไปหยิบอุปกรณ์ตามลำดับของเบอร์ที่ตนจับได้ สมาชิกที่ออกไปก่อนก็จะได้เลือกอุปกรณ์ก่อน จากนั้นให้สมาชิกเขียนลงในกระดาษว่าตนหยิบอุปกรณ์ชิ้นใดมา

2.5 ให้สมาชิกกลุ่มย่อยแต่ละกลุ่มนำอุปกรณ์ทั้ง 5 ชิ้นที่ได้มารวมกันแล้วช่วยกันวางแผนและประกอบให้เป็นสัญลักษณ์ของกลุ่มที่มีความหมาย กลุ่มละ 1 ชิ้น

2.6 ให้แต่ละกลุ่มย่อยส่งตัวแทนออกมานำเสนอผลงานของกลุ่มให้สมาชิกฟัง โดยให้บอกว่าสัญลักษณ์ของกลุ่มคืออะไร มีความหมายว่าอย่างไร

การอภิปราย

ให้สมาชิกร่วมอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1. จากขั้นตอนที่ให้นักเรียนเลือกหยิบอุปกรณ์นั้น บางคนได้ในสิ่งที่ตนอยากได้ บางคนไม่ได้ในสิ่งที่อยากได้ บางคนอาจไม่มีโอกาสเลือก ในขณะที่นั้นนักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร

2. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรต่อผลงานของกลุ่ม และการทำงานของกลุ่มมีประโยชน์อย่างไร

3. ครูทดลองหยิบอุปกรณ์ออกจากสัญลักษณ์กลุ่ม กลุ่มละ 1 ชิ้น แล้วถามสมาชิกกลุ่มย่อยว่ายังคงเป็นสัญลักษณ์ของกลุ่มอยู่หรือไม่ ความรู้สึกของเจ้าของอุปกรณ์ที่ถูกหยิบออกเป็นอย่างไร ความรู้สึกของเพื่อนสมาชิกในกลุ่มย่อยนั้นเป็นอย่างไร

การสรุปและนำไปใช้

จากกิจกรรมนี้ นักเรียนจะเห็นว่าอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ครูนำมาใช้นั้นเป็นอุปกรณ์ธรรมดาที่นักเรียนคุ้นเคยดี แต่นักเรียนก็ร่วมมือร่วมใจกันคิดและประกอบเป็นสัญลักษณ์ของกลุ่มที่มีความหมายเป็นอย่างดี และสิ่งนี้เองที่สื่อถึงพลังความสามารถหรือประโยชน์ของแต่ละคนในการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามให้กับสังคมได้ ในขณะที่เดียวกันสัญลักษณ์ของกลุ่มก็อาจไม่สมบูรณ์และไม่มีความหมาย หากขาดอุปกรณ์ชิ้นใดชิ้นหนึ่งไป นั่นก็หมายความว่าในการอยู่ร่วมกันในสังคมสมาชิกแต่ละคนในสังคมจะมีความสามารถที่เอื้อประโยชน์ให้แก่สังคมได้แตกต่างกันไป หากสังคมขาดสมาชิกคนใดคนหนึ่งไป สังคมก็จะขาดพลังความสามารถในส่วนนั้นไป ที่อาจกระทบถึงการสร้างสรรค์งานของสังคม

และในการอยู่ร่วมกันกับคนจำนวนมาก ย่อมต้องมีทั้งคนที่สมหวัง สุขใจ และพลาดหวัง เสียใจ สำหรับคนที่พลาดหวัง เสียใจ หากได้หันกลับมาพิจารณาถึงแง่มุมที่ดีของสิ่งนั้น ก็จะทำให้สามารถใช้ประโยชน์จากสิ่งนั้นและเกิดการเรียนรู้ขึ้นได้ ความคิดซึ่งหมองใจก็จะค่อย ๆ บรรเทาลง ดังเช่น สมาชิกกลุ่มย่อย ก็จะมีทั้งคนที่สมหวัง และผิดหวังในการเลือกอุปกรณ์ บาง

กลุ่มอาจไม่มีคนใดสมหวังเลย แต่สมาชิกทุกกลุ่มก็สามารถนำอุปกรรมเหล่านั้นมาประกอบให้เป็นผลงานของกลุ่มได้

การประเมินผล

ให้นักเรียนตอบคำถาม 5 ข้อ

ให้ตอบคำถามต่อไปนี้ โดยเขียนเครื่องหมาย / หน้าข้อความที่นักเรียน เห็นด้วย และเขียนเครื่องหมาย X หน้าข้อความที่นักเรียน ไม่เห็นด้วย

- _____ 1. การมีเพื่อนทำให้อบอุ่นใจ
- _____ 2. คนทุกคนมีความสามารถเฉพาะตัว
- _____ 3. การทำงานร่วมกันทำให้ความสำคัญของตัวเราลดลง
- _____ 4. ทุกครั้งที่นักเรียนโกรธเพื่อน เพื่อนมักเป็นคนผิดเสมอ
- _____ 5. นักเรียนเป็นคนที่ทำงานส่วนตัวได้ดีกว่าทำงานเป็นกลุ่ม

กิจกรรมที่ 5

“คุณเลือกได้”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. เป็นคนมีเหตุผล
2. กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง

ขนาดของกลุ่ม

ไม่จำกัด

เวลา

- 1 คาบ (50 นาที)

การจัดสถานที่

ใช้สภาพห้องเรียนปกติ

อุปกรณ์

1. ใบงานที่ 1, 2

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

ในชีวิตประจำวันของทุกคนจะต้องตัดสินใจเลือกกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งทุกคนก็จะมีวิธีคิดเพื่อตัดสินใจแตกต่างกันออกไป ในชั่วโมงนี้เราจะมาทำกิจกรรมที่ต้องตัดสินใจกัน

2. กิจกรรม

ครูให้นักเรียนทุกคนคิดวางแผนการใช้จ่ายเงินลงในใบงาน “การใช้จ่ายเงิน” โดยสมมติให้นักเรียนได้รับเงินมา 100 บาท ให้นักเรียนวางแผนว่าจะนำเงินจำนวนเงินไปใช้จ่ายอะไรบ้าง และบอกเหตุผลของการใช้เงินด้วย โดยมีขั้นตอนดังนี้

- 2.1 ครูแจกใบงาน “การใช้จ่ายเงิน” ให้นักเรียนทุกคน

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 5 “การใช้จ่ายเงิน”

อันดับที่	ของที่จะซื้อ	เหตุผล

2.2 ให้นักเรียนคิดวางแผนการใช้จ่ายเงิน และจัดลำดับของที่ต้องการจะซื้อ แล้วเขียนลงในใบงาน

2.3 หลังจากเขียนเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้นักเรียนนำใบงาน “การใช้จ่ายเงิน” ที่ตนวางแผนไว้ไปติดที่บอร์ดหน้าชั้นเรียนเพื่อให้เพื่อน ๆ ได้อ่าน

2.4 คงเลือกนักเรียนจำนวนหนึ่งออกมารายงานหน้าชั้นเรียนถึงแผนการใช้จ่ายเงินของตน โดยให้บอกว่าจะนำเงินไปใช้จ่ายอะไรบ้างตามลำดับความต้องการและบอกเหตุผลประกอบด้วย การเลือกนักเรียนออกมารายงานหน้าชั้นเรียน ครูสามารถเลือกใช้วิธีใดก็ได้ที่เหมาะสมกับสถานการณ์ เช่น วิธีการจับสลาก หรือการระบุชื่อ เป็นต้น

การอภิปราย

ครูให้นักเรียนในชั้นเรียนอภิปรายถึงแผนการใช้จ่ายเงินของเพื่อนที่ออกมารายงานหน้าชั้นเรียน โดยให้พิจารณาถึงเหตุผลของการใช้จ่ายเงินและผลลัพธ์ของการใช้จ่ายที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเองและผู้อื่น

ครูจะต้องดูแลให้บรรยากาศของการอภิปรายเป็นไปในลักษณะที่สร้างสรรค์ ไม่มี การกล่าวตำหนิ

การสรุปและนำไปใช้

หากนักเรียนพิจารณาจะเห็นว่าในการตัดสินใจเลือกบางสิ่งบางอย่างของคนเรานั้น บางครั้งเหตุผลของการเลือกก็สมเหตุสมผล บางครั้งก็ไม่สมเหตุสมผล และบางครั้งผลลัพธ์ของการเลือกอาจนำความเดือดร้อน ยุ่งยาก ลำบากใจให้แก่ตนเองและผู้อื่นได้ ดังนั้นการพิจารณาถึงความ

สมเหตุสมผล และผลลัพธ์ของการเลือกกระทำอะไรบางอย่าง จึงมีความสำคัญทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

การตัดสินใจเลือก และเหตุผลในการเลือกเป็นสิทธิของแต่ละบุคคล แต่อย่างไรก็ตามก็ควรคำนึงถึงผลลัพธ์ของการเลือกที่ไม่นำความเดือดร้อน ลำบากใจมาสู่ตนเองและผู้อื่น

การประเมินผล

ให้นักเรียนตอบใบงานที่ 2

ใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 5 “คุณเลือกได้”

ขอให้นักเรียนจัดลำดับความสำคัญของสิ่งของที่นักเรียนต้องซื้อ 5 อันดับ (สมมติว่านักเรียนไม่มีสิ่งของเหล่านี้)

- เครื่องคิดเลข
- นาฬิกาข้อมือ
- รองเท้านักเรียน
- สเก็ตบอร์ด
- ปากกา ยางลบหมึก วงเวียน

กิจกรรมที่ 6

“กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. เข้าใจถึงการดำรงชีวิตของตนเองที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น
2. ตระหนักถึงความสำคัญของบุคคลอื่น

ขนาดของกลุ่ม

20 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. ดินไม้ 1 กระดาษ
2. ใบงาน

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

ครูนำดินไม้ 1 กระดาษมาตั้งบนโต๊ะหน้าชั้นเรียน แล้วให้นักเรียนพิจารณาถึงการกำเนิดและการเติบโตของดินไม้ ว่าดินไม้กำเนิดขึ้นมาได้อย่างไร เติบโตขึ้นมาได้อย่างไร และด้วยอะไรบ้าง ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านั้น ดินไม้จะเป็นอย่างไร หลังจากนั้นครูชักชวนให้นักเรียนหันกลับมาพิจารณาตนเอง

2. กิจกรรม

2.1 แจกใบงานให้นักเรียนคนละ 1 ใบ แล้วให้นักเรียนพยายามทบทวนเรื่องราวของตนเองเท่าที่จำความได้จนถึงปัจจุบัน โดยให้ทบทวนว่าในชีวิตของนักเรียนที่เติบโตมาได้มา เป็นนักเรียนในวันนี้ นั้น นักเรียนได้รับการสนับสนุน ช่วยเหลือ ก่อเกิดจากใครบ้าง บุคคลเหล่านั้นทำอะไรให้นักเรียนบ้าง และนักเรียนมีความตั้งใจหรือต้องการตอบแทนบุคคลเหล่านั้นอย่างไร

ใบงานกิจกรรมที่ 6 "กว่าจะเป็นตัวฉันวันนี้"			
ลำดับที่	บุคคลที่ให้การช่วยเหลือ เกื้อกูลนักเรียน	นักเรียนได้รับการช่วยเหลือ เกื้อกูลอย่างไร	นักเรียนมีความตั้งใจ ตอบแทนอย่างไร
1.			
2.			
3.			
4.			

2.2 แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ 4 คน แล้วให้สมาชิกกลุ่มย่อยผลัดกันเล่าเรื่องราวของตนให้สมาชิกกลุ่มฟัง

2.3 ให้แต่ละกลุ่มสรุป เพื่อเตรียมนำเสนอให้สมาชิกกลุ่มใหญ่ฟัง โดยสรุปในประเด็นต่อไปนี้

- ก. บุคคลที่ให้การช่วยเหลือเกื้อกูลสมาชิกในกลุ่ม มีใครบ้าง
- ข. วิธีการตอบแทนบุคคลเหล่านั้นมีอะไรบ้าง

การอภิปราย

1. นักเรียนคิดว่าเหตุใดบุคคลเหล่านั้นจึงช่วยเหลือเกื้อกูลนักเรียน
2. นักเรียนคิดว่าตนเองจะมีโอกาสตอบแทนบุคคลเหล่านั้นตามที่ตั้งใจไว้หรือไม่ และเมื่อไร

การสรุปและนำไปใช้

การเจริญเติบโตไม่ว่าจะเป็น คน หรือต้นไม้ ส่วนแล้วแต่ต้องพึ่งพาอาศัยปัจจัยแวดล้อมรอบ ๆ ตัวหลายอย่าง นักเรียนคงจะเห็นว่าตนเองกว่าจะมาถึงวันนี้ พ่อแม่ ครู ญาติ พี่น้อง คนข้างบ้าน การโรง ฯลฯ ก็มีมีส่วนสร้างเสริมให้ประสบความสำเร็จอันมีค่า ให้นักเรียนลองสังเกตดูแม้ดินก็มีส่วนในชีวิตพวกเราอย่างมากมาย เนื่องจากดินเป็นแหล่งเพาะปลูกพืช ผัก เป็นแหล่งปลูกสร้างที่

ข้างบ้าน ภารโรง ฯลฯ ก็มีส่วนสร้างเสริมให้ประสบการณ์อันมีค่า ให้นักเรียนลองสังเกตดูแม้ดินก็มีส่วนในชีวิตพวกเราอย่างมากมาย เนื่องจากดินเป็นแหล่งเพาะปลูกพืช ผัก เป็นแหล่งปลูกสร้างที่อยู่อาศัย ฉะนั้นในชีวิตของเราที่เติบโตขึ้นมาอย่างมีความสุขนี้ เราได้รับการเกื้อกูลจากปัจจัยแวดล้อมอย่างน่าขอบคุณ

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจของนักเรียนขณะร่วมกิจกรรมในกลุ่มย่อยและในการอภิปราย
2. พิจารณาทัศนคติของนักเรียนจากใบงานที่นักเรียนทำ

กิจกรรมที่ 7

“ไม้หลายแบบ”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. ขอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
2. รู้จักมองส่วนดีของผู้อื่น

ขนาดของกลุ่ม

จำนวน 20 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. ต้นไม้ 3 กระจ่าง
2. นักเรียนชาย 3 คน
3. ใบงานที่ 1
4. ใบงานที่ 2

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

จากกิจกรรมที่ผ่านมา นักเรียนได้เห็นว่า การเติบโตของคนแต่ละคนอาศัยการเกื้อกูลจากบุคคลรอบข้างมากมาย ซึ่งจะเห็นว่าบุคคลที่เกื้อกูลเรานั้นมีหลากหลายกันไป เช่น พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อนฝูง และคนอื่นอีกมากมาย ซึ่งทำให้เราเติบโตมาได้ทุกวันนี้ ในกิจกรรมครั้งนี้ ครูอยากให้นักเรียนได้พิจารณาถึงความเหมือนและความแตกต่างของพวกเรากันเองบ้าง

2. กิจกรรม

2.1 ครูยกต้นไม้ 3 กระจ่างที่เป็นต้นไม้ชนิดเดียวกันแต่มีลักษณะแตกต่างกัน เข้ามาตั้งในห้อง แล้วให้นักเรียนพิจารณา จากนั้นเขียนข้อแตกต่างและประโยชน์ของต้นไม้ทั้ง 3 ต้นลงในใบงานที่ 1

2.2 ให้นักเรียนแต่ละคนบอกถึงความแตกต่างของต้นไม้แต่ละต้น และต้นไม้แต่ละต้นมีประโยชน์อย่างไร ครูขออาสาสมัคร 3-5 คน โดยขอให้เป็นผู้ที่ไม่ค่อยจะได้ออกมาหน้าชั้น ให้ออกมาเขียนคำตอบ (ที่ได้ตอบในใบงาน) ลงบนกระดานดำ

2.3 ครูเลือกนักเรียนชาย 3 คน ที่มีลักษณะแตกต่างกันมาขึ้นหน้าชั้นให้เขียนลักษณะที่แตกต่างของนักเรียนทั้ง 3 คนลงในใบงาน การเลือกนักเรียนนั้น ครูจะต้องระมัดระวังที่จะไม่ให้นักเรียนเกิดความรู้สึกว่าถูกประจานปมด้อยหรือบุคลิกภาพที่ไม่ดีของตน

2.4 ให้นักเรียนแต่ละคนบอกถึงความแตกต่างของนักเรียนทั้ง 3 คน ครูเขียนสิ่งที่นักเรียนบอกลงบนกระดานดำ

การอภิปราย

ครูนำอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1. ให้นักเรียนพิจารณาถึงความแตกต่างของต้นไม้ทั้ง 3 ต้น และความแตกต่างของนักเรียน 3 คน ที่เป็นความแตกต่างเฉพาะรูปลักษณะภายนอกเท่านั้น
2. ประโยชน์ของต้นไม้ทั้ง 3 ต้น แตกต่างกันอย่างไร
3. จากกิจกรรมที่ผ่านมา นักเรียนคิดว่านักเรียนทั้ง 3 คน สามารถทำประโยชน์ต่อผู้อื่นได้หรือไม่

การสรุปและนำไปใช้

นักเรียนจะเห็นว่า ความแตกต่างที่สังเกตได้ชัดคือรูปลักษณะภายนอก ต้นไม้แต่ละต้นจะมีก้านใบดอกผลแตกต่างกัน ซึ่งในความต่างนั้น ต้นไม้แต่ละต้นยังคงมีคุณค่าในตัวเอง คนแต่ละคนก็เช่นกัน มีความแตกต่างกัน แต่ทุกๆคนก็มีคุณค่าในตัวเอง บ่อยครั้งที่เราจะมองคนและตัดสินเขาด้วยรูปลักษณะภายนอก โดยละเลยส่วนดีของบุคคลนั้นหรือมิได้เข้าไปค้นหาส่วนดี ทำให้พลาดโอกาสที่จะสร้างมิตรภาพที่ดีงามให้กับชีวิต

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของนักเรียนขณะทำกิจกรรมและร่วมอภิปราย
2. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 2 แล้วครูเก็บรวบรวม เพื่อนำข้อมูลมาใช้ในการพิจารณาถึงการรู้จักมองส่วนดีของผู้อื่น

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 7 “ไม้หลายแบบ”

1. ต้นไม้ 3 ธรรมดา

ต้นไม้	ต้นที่ 1	ต้นที่ 2	ต้นที่ 1
ความแตกต่าง			
กิ่ง-ก้าน			
ใบ			
ดอก			
ลำต้น			
ประโยชน์			

2. นักเรียนชาย 3 คน

ชื่อแตกต่าง.....

ใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 7 “ไม้หลายแบบ”

ให้นักเรียนเขียนชื่อดีของเพื่อนที่นั่งอยู่ข้าง ๆ เรา 3 คน

คนที่ 1 ชื่อ

ชื่อดี

คนที่ 2 ชื่อ

ชื่อดี

คนที่ 3 ชื่อ

ชื่อดี

กิจกรรมที่ 8

“มันอยู่ที่ใจ”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมนี้ นักเรียนจะเกิดความรู้สึกพอใจในรูปร่าง หน้าตา และภาวะสุขภาพของตน

ขนาดของกลุ่ม

20 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. บทความหรือภาพยนตร์เกี่ยวกับคนพิการที่ประสบความสำเร็จ
2. ใบงานที่ 1, 2

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

ครูนำเข้าสู่กิจกรรมด้วยการพูดคุยซักถามนักเรียนเกี่ยวกับคนพิการ และขออาสาสมัครคนที่เคยมีประสบการณ์หรือเคยพบเห็นเหตุการณ์ที่ประทับใจเกี่ยวกับคนพิการออกมาเล่าให้เพื่อน ๆ ฟังหน้าชั้นเรียน จากนั้นครูโยงเข้าสู่กิจกรรมด้วยการอ่านบทความของคนพิการที่ประสบความสำเร็จให้นักเรียนฟัง

2. กิจกรรม

2.1 อ่านบทความเรื่อง “โอกาสทางการศึกษาเพิ่มคุณค่าคนพิการ” ที่เขียนโดย พ.ญ.ผาสุก บุญชื้อ คนพิการแขน-ขา ที่ต่อสู้จนได้เข้าเรียนแพทย์ จากนั้นให้สมาชิกช่วยกันสรุปเรื่องราวที่ได้ฟังไปแล้ว โดยครูอาจใช้คำถามนำ เพื่อให้สมาชิกสรุปเรื่องได้จบ

2.2 แจกใบงานที่ 1 ให้สมาชิกคนละ 1 ใบ เป็นใบงานที่ให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกของตนที่มีต่อเรื่องราวในบทความที่ครูอ่านให้ฟัง

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 8 “มันอยู่ที่ใจ”

ความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียนต่อเรื่องราวในบทความ.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2.3 แจกใบงานที่ 2 ให้สมาชิกคนละ 1 ใบเป็นใบงานที่ให้สมาชิกตอบเกี่ยวกับความรู้สึกที่มีต่อตนเอง

ใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 8 “มันอยู่ที่ใจ”

ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง

“ส่วนใดของรูปร่าง หน้าตา ที่ทำให้นักเรียนรู้สึกพอใจในตนเอง

1

2

3

“ส่วนใดของรูปร่าง หน้าตา ที่ทำให้นักเรียนรู้สึกไม่พอใจในตนเอง

1

2

3

2.4 ขออาสาสมัครสมาชิก 3-5 คน (หรือตามเวลาที่มีอยู่) ออกมาบอกเล่าถึงความรู้สึกของตนที่มีต่อเรื่องราวในบทความ และต่อตนเองให้เพื่อนสมาชิกฟังที่หน้าชั้นเรียน

การอภิปราย

ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้

1. ตามประเด็นในใบงานที่ 1 และ 2 ขณะที่เพื่อนสมาชิกออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

2. ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการแสดงออกในทางไม่ดีของคนอื่นที่มีต่อคนพิการหรือบางคนที่รู้สึกว่ามีปมด้อย เช่น การกลั่นแกล้ง การล้อเลียน การพุดจาถูกความสามารถ เป็นต้น

3. ความรู้สึกที่มีต่อตนเองทั้งในทางที่ดีและไม่ดีของนักเรียนนั้น เกิดมาจากอะไร และความรู้สึกนั้นมีผลดีต่อนักเรียนหรือไม่ อย่างไร

การสรุปและนำไปใช้

จากบทความแสดงให้เห็นว่า ความพยายามต่อสู้เอาชนะส่วนบกพร่องและสร้างความรู้สึกที่ดีต่อตนเองให้เกิดขึ้น มีความสำคัญที่นำบุคคลนั้นไปสู่เป้าหมายของชีวิตได้ ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง เป็นสิ่งที่ทุกคนสร้างขึ้นมาเอง คนทุกคนเมื่อเกิดมาแล้ว ไม่มีใครที่จะสามารถขอเปลี่ยนแปลงไปเกิดที่อื่น หรือเป็นอย่างอื่นได้ แต่ทุกคนมีสิทธิที่จะเลือกคิด เลือกมองสิ่งที่ตนมีอยู่ เป็นอยู่ เพื่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเองได้ ทุกคนย่อมมีทั้งส่วนที่ดีอยู่แล้ว และส่วนที่ไม่ดีหรือบกพร่อง ถ้าเลือกคิด เลือกมอง ว่าส่วนที่บกพร่องคือส่วนที่ต้องฝึกฝน พัฒนามากกว่าส่วนที่ดี เพื่อให้ทำหน้าที่ได้ วันหนึ่งส่วนที่บกพร่องก็จะกลายเป็นส่วนที่ดีขึ้นมาได้ ในทางตรงกันข้าม หากปฏิบัติต่อส่วนที่ดีอยู่แล้วด้วยความประมาท ละเลย ไม่ฝึกฝน หรือมองข้ามบางส่วนที่ดีอยู่แล้ว วันหนึ่งก็อาจจะกลายเป็นคนที่มีส่วนที่บกพร่องได้ เช่น บางคนเป็นทุกข์กับรูปร่าง หน้าตา ที่ขี้ริ้วของตนจนทำให้ลืมที่จะฝึกฝน พัฒนา ความสามารถทางด้านการเรียน วันหนึ่งก็จะกลายเป็นคนที่ขี้ริ้วและเรียนหนังสือไม่เก่งด้วย เป็นต้น

การประเมินผล

1. สังเกตความสนใจในการร่วมอภิปราย
2. พิจารณาทัศนคติของนักเรียนจากใบงาน

กิจกรรมที่ 9

“ชีวิตเป็นสุข”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. มีความพึงพอใจสภาพความเป็นอยู่ของตน
2. รู้จักการเป็นตัวของตัวเอง

ขนาดของกลุ่ม

แบ่งสมาชิกออกเป็นกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

ใบงานกรณีตัวอย่าง “ชีวิตเป็นสุข”

ตัวแบบ (บุคคล)

วิธีดำเนินการ

1. การเข้าสู่กิจกรรม

เกริ่นนำให้นักเรียนดูเห็นว่าแต่ละคนจะมีชีวิตความเป็นอยู่ต่างกัน แต่ทุกคนก็ต้องการมีชีวิตที่ดี มีความสุข ซึ่งต่างก็จะแสวงหาหนทางไปสู่ “ชีวิตเป็นสุข”

2. กิจกรรม

2.1. แบ่งกลุ่มนักเรียนเน้นกลุ่มละ 5 คนให้หนึ่งเป็นวงกลมแล้วแจกใบงานกรณีตัวอย่างให้กับทุกคน

2.2. ให้อ่านแล้วนักเรียนแต่ละคนตอบคำถามในใบงานจากนั้นอภิปรายร่วมกับเพื่อนในกลุ่มตามหัวข้อเดิม

2.3. สรุปความคิดเห็นจากการอภิปรายกลุ่มแล้วส่งตัวแทนมาเสนอหน้าชั้น

2.4. นำเสนอนักเรียนตัวแบบที่ได้คัดเลือกไว้โดยให้นักเรียนตัวแบบมาเล่าถึงชีวิตบางส่วนของตนและบอกความรู้สึกต่อสภาพความเป็นอยู่ขณะนี้ของตน ให้นักเรียนซักถามได้

การอภิปราย

ให้นักเรียนอภิปรายในกลุ่มย่อยประเด็นการอภิปรายตามใบงานย้ำให้เห็นว่านักเรียนไม่จำเป็นต้องมีความคิดเห็นเหมือนคนอื่น ๆ อาจจะมีความคิดเห็นแตกต่างกันได้โดยเฉพาะข้อคำถามที่ 3 ในใบงาน

การสรุปและนำไปใช้

สรุปให้เห็นว่าการมีชีวิตที่เป็นสุขได้ต้องพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่และการมีชีวิตที่เป็นสุขนั้น ไม่จำเป็นต้องสมบูรณ์เปรียบพร้อม สภาพความเป็นอยู่ที่แตกต่างกันทำให้บุคคลมีปัจจัยเกื้อหนุนไปสู่ “ชีวิตเป็นสุข” ที่แตกต่างกัน การจัดความต้องการของตนให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่ที่แท้จริงจึงจะทำให้บุคคลพบกับ “ชีวิตเป็นสุข” ได้

การประเมินผล

จากการนำเสนอผลสรุปของการอภิปรายในกลุ่มย่อยและจากแบบประเมินผล

แบบประเมินผล ขอให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ โดยเขียนเครื่องหมาย / หน้าข้อความที่นักเรียนเห็นด้วย และเขียนเครื่องหมาย X หน้าข้อความที่นักเรียนไม่เห็นด้วย

- _____ 1. การได้สิ่งของทุกอย่างตามต้องการถือเป็นความสุข
- _____ 2. การได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นความสุข
- _____ 3. การช่วยงานบ้านเป็นความลำบากยิ่ง
- _____ 4. คนทุกคนน่าจะมีความเป็นอยู่เท่าเทียมกัน

กิจกรรมที่ 10

“ผู้นำที่แท้”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากที่นักเรียนร่วมกิจกรรมนี้แล้วนักเรียนจะ

1. มีความเป็นผู้นำ
2. มีความเชื่อมั่นในตนเอง

ขนาดของกลุ่ม

แบ่งกลุ่มย่อย กลุ่มละ 5 คน

เวลา

1. คาบ

อุปกรณ์

ใบงานที่ 1, 2

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

ทุกวันนี้ นักเรียนจะสังเกตเห็นว่า เพื่อน ๆ แต่ละคนรวมทั้งตัวนักเรียนเองจะมีความสามารถแตกต่างกันออกไปจนบางครั้งทำให้คิดว่าตัวเองไม่สามารถทำงานบางอย่างได้ คนอื่นฉลาดกว่า ทำได้ดีกว่า เช่น การเป็นประธานกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ หากจะพิจารณาให้ชัดเจนจะเห็นว่านักเรียนยังไม่ได้ให้โอกาสกับตัวเอง กิจกรรมวันนี้ก็จะเป็นการให้โอกาสซึ่งกันและกัน

2. กิจกรรม

2.1 แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 5 คน แจกใบงานที่ 1 ให้นักเรียนทุกคนตอบด้วยตนเอง

2.2 หลังจากนั้นให้กลุ่มพิจารณาว่าใครมีโอกาสเป็นประธานกิจกรรมมากที่สุด

ใคน้อยที่สุด

2.3 ให้นักเรียนในกลุ่มที่มีโอกาสเป็นประธานน้อยที่สุดมานำกิจกรรมโดยครูแจก

งานสำหรับประธานกลุ่ม (ดังตัวอย่าง) และแจกใบงานที่ 2 ให้สมาชิกกลุ่มที่เหลือตอบ

ตัวอย่าง งานสำหรับประธานกลุ่ม

ให้นักเรียนเป็นประธานกลุ่ม เพื่อทำกิจกรรม จัดบอร์ดหน้าห้องเนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว โดยให้นักเรียนวางแผนการจัดบอร์ด 1 อันนี้ จะประกอบด้วยอะไรบ้าง อาจให้กลุ่มร่างภาพของบอร์ดที่ได้วางแผนไว้ลงในกระดาษก็ได้ ขอให้

นักเรียนพยายามกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นอย่างทั่วถึง และกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคนที่ช่วยทำงานให้สำเร็จ

การอภิปราย

1. ถามนักเรียนที่เป็นประธานกลุ่มในครั้งนี้อถึงความรู้สึกและความคิดเห็นเกี่ยวกับการเป็นประธานเมื่อครั้ง
2. ให้สมาชิกกลุ่มบอกความประทับใจต่อประธานกลุ่มของตน (ตามใบงาน)
3. ให้เปรียบเทียบบทบาทการเป็นประธานกลุ่ม แตกต่างกันอย่างไ?
4. ประสพการณ์การเป็นสมาชิกกลุ่มมีส่วนช่วยในการทำหน้าที่ประธานหรือไม่?

อย่างไร?

การสรุปและนำไปใช้

เมื่อนักเรียนใช้โอกาสเป็นประธานกลุ่มจะเห็นได้ว่า มีประสบการณ์ใหม่ ๆ เกิดขึ้น และไม่ใช่เรื่องยากเกินความสามารถ เพราะทุกคนมีคุณสมบัติที่คืออยู่แล้วผนวกกับประสบการณ์เดิม เช่น การเป็นสมาชิกกลุ่มที่ให้ความร่วมมือ ช่วยเหลืองาน รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ฯลฯ สิ่งเหล่านี้จะเป็นบันไดให้นักเรียนนำมาใช้ในการเป็นผู้นำกลุ่มได้ดี ดังมีคำกล่าวว่า “ผู้นำที่แท้ เริ่มต้นที่การเป็นผู้ตามที่ดี”

การประเมินผล

ให้นักเรียนตอบคำถามปลายเปิด

1. ความภาคภูมิใจที่เคยเป็นผู้นำ
2. ประโยชน์ที่ได้รับจากการเป็นผู้นำ

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 10 “ผู้นำที่แท้”

ขอให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่องที่กำหนดให้ตามความเป็นจริงของตัวเองท่าน
ท่านเคยเป็นผู้นำสำหรับกิจกรรมต่อไปนี้หรือไม่

กิจกรรม	เคย	ไม่เคย
1. นำสวดมนต์หน้าเสาธง		
2. หัวหน้าหรือประธานชั้นเรียน		
3. หัวหน้ากลุ่มจัดบอร์ดต่าง ๆ		
4. หัวหน้ากลุ่มจัดทำรายงาน		
5. หัวหน้าทีมกีฬา		
6. เซียร์ลีดเดอร์		
7. ผู้ดูแลเพื่อนแทนครู		
8. หัวหน้าเวร		
9. ผู้นำกล่าวขอบคุณ		
10. อื่น ๆ		
11.		
12.		

ใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 10 “ผู้นำที่แท้”

ขอให้นักเรียนพิจารณาถึงสิ่งที่ประทับใจต่อประธานแล้วเขียน / หน้าข้อที่แสดงถึงลักษณะ
ประธานของท่าน

..... อบอุ่น ประธานงาน
..... มีความเป็นมิตร ริเริ่มงาน
..... รับฟังสมาชิก มีความตั้งใจ
..... ใจดี รับผิดชอบ
..... น่าไว้วางใจ สื่อสารชัดเจน
..... เห็นแก่ส่วนรวม แสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 11

“แผ่นพับความดี”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมนี้ นักเรียนจะยอมรับข้อมูลป้อนกลับเพื่อใช้ในการพัฒนาตนเอง

ขนาดของกลุ่ม

20 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. ใบงานที่ 1, 2

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

บุคคลที่อยู่ร่วมกันในสังคม หรือทำงานร่วมกับผู้อื่น ย่อมจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน เพื่อแสดงตนให้ผู้อื่นยอมรับในคุณค่าและความสามารถของตน ซึ่งเป็นความต้องการของทุกคน ดังนั้นวิธีหนึ่งที่บุคคลจะรู้ได้ว่าตนได้รับการยอมรับเพียงใดนั้น ก็โดยการรับข้อมูลป้อนกลับจากบุคคลที่อยู่ร่วมกัน

2. กิจกรรม

2.1 แบ่งสมาชิกออกเป็น 2 กลุ่ม ๆ ละ 10 คน ให้นำเป็นวงกลม 2 วง

2.2 แจกใบงาน “แผ่นพับความดี” ให้สมาชิกคนละ 1 ใบ

2.3 ให้สมาชิกทำใบงานที่ได้รับ โดยให้ขีดเครื่องหมาย / ลงหน้าคำคุณศัพท์ที่สมาชิกคิดว่าตรงกับคุณสมบัติของงาน และถ้าสมาชิกคิดว่าตนมีคุณสมบัติที่ต่อนอกเหนือจากที่มีไว้ให้ ให้สมาชิกเขียนเพิ่มเติมในช่องอื่น ๆ แล้วพับช่องที่ขีดไว้

2.4 เมื่อสมาชิกทำใบงานของตนเสร็จแล้ว ให้ส่งต่อใบงานของตนไปให้เพื่อนที่อยู่ทางขวามือ แล้วให้คนที่รับใบงานของเพื่อนพิจารณาคุณสมบัติของเพื่อน และขีดเครื่องหมาย / ลงหน้าคำคุณศัพท์ที่คิดว่าตรงกับคุณสมบัติของเพื่อนคนนั้น แล้วพับช่องที่ขีดแล้วไว้ จากนั้นส่งใบงานไปให้เพื่อนคนที่นั่งถัดไปทางขวามือ ทำเช่นนี้เรื่อยไปจนครบทุกคน

2.5 เมื่อสมาชิกแต่ละคนได้รับใบงาน “แผ่นพับความดี” ของตนคืนมา ให้เปิดอ่านแล้วพิจารณาเปรียบเทียบระหว่างการมองตนเองกับการให้ผู้อื่นมองตน แล้วเขียนลงในใบงานที่ 2

การอภิปราย

ให้นักเรียนอภิปรายและแสดงความคิดเห็นในประเด็นต่อไปนี้

1. ความรู้สึกของนักเรียน เมื่อได้อ่านที่เพื่อนเขียนไว้ในใบงาน
2. สิ่งที่นักเรียนมองตนเอง กับที่เพื่อนมองนักเรียน มีความแตกต่างกันหรือไม่ ถ้าแตกต่างกัน เป็นเพราะเหตุใดจึงแตกต่างกัน
3. นักเรียนได้รับประโยชน์จากการให้เพื่อนมองนักเรียนหรือไม่ อย่างไร

การสรุปและนำไปใช้

ในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยการพูด การกระทำ เพื่อแสดงให้ผู้อื่นรับรู้ถึงความคิด ความรู้สึกของตน ซึ่งมีโอกาสเกิดการรับรู้ทั้งที่ตรงและไม่ตรงกับสิ่งที่ต้องการสื่อ หากบุคคลใดสามารถใช้ประโยชน์จากข้อมูลป้อนกลับที่แสดงถึงการรับรู้ต่อการกระทำของตนในการพัฒนาความสามารถในการสื่อความคิด ความรู้สึก ซึ่งส่งผลดีต่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

การประเมินผล

1. พิจารณาทัศนะของนักเรียนจากการร่วมอภิปราย
2. พิจารณาจากใบงานที่ 2

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 11 “แผ่นพับความคิด”

	1	2	3	4> 10
คุณสมบัติของ.....				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
⋮				
↓				
20.				

คุณสมบัติของมัน

- | | |
|-------------|----------------|
| 1. น่ารัก | 11. ไม่หวังของ |
| 2. พุดเพราะ | 12. ใจกล้า |

- | | |
|--------------------------|-----------------|
| 3. อารมณ์ดี | 13. ว่องไว |
| 4. มีอารมณ์ขัน | 14. กล้าแสดงออก |
| 5. ประหยัด | 15. |
| 6. สะอาด | 16. |
| 7. ขยันเรียน | 17. |
| 8. ไม่เอาเปรียบเพื่อน | 18. |
| 9. ไม่ล้อหรือแกล้งเพื่อน | 19. |
| 10. ขอมช่วยเหลือผู้อื่น | 20. |

ใบงานที่ 2 กิจกรรมที่ 11 “แผ่นพับความดี”

1. คุณสมบัติที่นักเรียนและเพื่อนมีความเห็นตรงกัน

.....

.....

.....

.....

.....

2. คุณสมบัติที่นักเรียนมีความเห็นแตกต่างจากเพื่อน

.....

.....

.....

.....

ชื่อ ชั้น

ใบงานที่ 1 กิจกรรมที่ 11 “แผนพับความดี”

คุณสมบัติของ.....	ฉันเอง	เพื่อน คนที่ 1	เพื่อน คนที่ 2	เพื่อน คนที่ 3	เพื่อน คนที่ 4
1. น่ารัก					
2. พุดเพราะ					
3. อารมณ์ดี					
4. มีอารมณ์ขัน					
5. ประหยัด					
6. สะอาด					
7. ขยันเรียน					
8. ไม่เอาเปรียบเพื่อน					
9. ไม่ล้อหรือแกล้งเพื่อน					
10. ชอบช่วยเหลือผู้อื่น					
11. ไม่หวงของ					
12. ใจกล้า					
13. ว่องไว					
14. กล้าแสดงออก					
15.....					
16.....					
17.....					
18.....					
19.....					
20.....					

กิจกรรมที่ 12

“อยากขบใจสักครั้ง”

วัตถุประสงค์

ภายหลังจากนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว นักเรียนจะ

1. มอบความรู้สึกที่ดีแก่กัน
2. กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง
3. เห็นความสำคัญของการอยู่ร่วมกัน

ขนาดของกลุ่ม

20 คน

เวลา

1 คาบ

อุปกรณ์

1. กล่องกระดาษขนาด 6"X8"X3" คนละกล่อง
2. บัตรขอบคุณขนาด 4"X6" คนละ 19 ใบ

วิธีดำเนินการ

1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

การทำกิจกรรมเพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนครั้งนี้ เป็นกิจกรรมสุดท้ายที่เราจะมาอยู่ร่วมกันอย่างนี้ แต่การทำกิจกรรมอื่น ๆ ด้วยกันภายในโรงเรียนนี้ก็ยังคงดำเนินต่อไป สำหรับการทำกิจกรรมเพื่อพัฒนามโนภาพนี้ ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ ถ้าไม่มีพวกเราทั้ง 20 คน ที่จะมาร่วมกันทำ ร่วมกันคิด เพื่อมอบประสบการณ์ที่ดีไว้ให้แก่กัน ในช่วงนี้ครูขอเชิญชวนพวกเรามาบอกกล่าวถึงความรู้สึกที่ดี พร้อมทั้งกล่าวคำขอบคุณแก่กันด้วย

2. กิจกรรม

2.1 นักเรียนทุกคนได้เตรียมกล่องกระดาษขนาดประมาณ 6"X8"X3" ที่ตกแต่งเรียบร้อย พร้อมเขียนชื่อ นามสกุล ของคนที่หน้ากล่อง เจาะช่องสำหรับใส่บัตร (ครูแจ้งให้นักเรียนเตรียมตกแต่งให้เรียบร้อยมาจากบ้านในตอนท้ายของกิจกรรมที่ 11)

2.2 แจกกระดาษการ์ดที่ครูเตรียมไว้ให้นักเรียนคนละ 19 ใบ แล้วขอให้นักเรียนเขียนชื่อ นามสกุลของเพื่อนร่วมกลุ่ม แล้วเติมข้อความหลังประโยคที่ว่า “ฉันขอบคุณเธอที่.....” เมื่อนักเรียนเขียนขอบคุณเพื่อนแล้ว จะเขียนอะไรถึงเพื่อนเพิ่มเติมอีกก็ได้ ให้อ่านนักเรียนเขียนให้ครบทั้ง 19 ใบ

2.3 เมื่อนักเรียนเขียนครบแล้วให้ทุกคนถือกล่องของตนเองไว้ จากนั้นให้ทุกคน
 ลุกไปหาคนที่เราเขียนบัตรถึงแล้วหย่อนบัตรลงในกล่องของเพื่อนคนนั้นทำเช่นนี้จนบัตรหมด

2.4 นักเรียนทุกคนจะได้รับบัตรขอบคุณของตนอยู่ในกล่องครูขอให้นักเรียนเก็บ
 กล่องนี้ไว้แล้วไปเปิดอ่านเป็นส่วนตัวที่บ้าน

การอภิปราย

การสรุปและนำไปใช้

ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาของการทำกิจกรรมพัฒนาโนภาพแห่งตน นักเรียนทุกคนก็
 ได้มอบประสบการณ์ที่ดีให้แก่กัน เป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน เต็มพลังให้แก่กันเพื่อใช้ชีวิตอย่าง
 เป็นสุข การเสร็จสิ้นกิจกรรมในวันนี้ไม่ได้หมายถึงว่านักเรียนหมดภาระแล้ว แต่เน้นว่านักเรียนทุก
 คนมีพลังที่จะก้าวเดินไปข้างหน้าอย่างมั่นคง

ครูขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ร่วมเดินทางมาพร้อม ๆ กัน ขอขอบคุณโรงเรียน ท่านผู้
 อำนวยการ ครูที่นี้ทุก ๆ คน ตลอดจนผู้ดูแลห้องเรียนของเรา ที่ให้โอกาสแก่พวกเราทุกคนเอื้อเพื่อ
 หลายสิ่งหลายอย่าง สุดท้ายครูขอฝากกลอนบทนี้สำหรับทุกคน

คนทุกคนล้วนมีคุณค่ายิ่ง

เป็นยอดมิ่งขวัญใจในผองเพื่อน

เลือกทำสิ่งก่อประ โยชน์ตามทำนอง

ถูกครรลองตามธรรมชาติตน

ตัวอย่างบัตรขอบคุณ

ชื่อ.....
ฉันขอบคุณเธอที่.....
.....
.....
ลงชื่อ.....

การประเมินผล

สังเกตการมีส่วนร่วมในกิจกรรม สีหน้าท่าทางของนักเรียนขณะทำกิจกรรม

ภาคผนวก ข

การประชุมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง

การใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

เพื่อพัฒนาโนภาพแห่งตนของนักเรียน

วันที่ 8-10 มิถุนายน 2538

ณ ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนาศาธารณสุขมูลฐานภาคกลาง อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

เหตุผลและความจำเป็น

เป้าหมายโครงการวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นคือการพัฒนาบทบาทอาจารย์ในการส่งเสริมคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักเรียนตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น ดังนั้น คณะผู้วิจัยจึงได้จัดทำชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนา โนภาพแห่งตนของนักเรียนขึ้น โดยมุ่งหวังให้เป็นเครื่องมือสำหรับอาจารย์ไว้ใช้ต่อไป

การจัดทำชุดกิจกรรมนี้จำเป็นต้องมีการทดลองใช้ในโรงเรียนก่อนการนำไปใช้จริง โดยอาจารย์ประจำในโรงเรียนที่ทำการทดลองจะเป็นผู้ดำเนินการทดลองใช้กิจกรรมต่าง ๆ ในคู่มือกับนักเรียน คณะผู้วิจัยจึงจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการนี้ขึ้นเพื่อสร้างความเข้าใจในแนวทางการใช้คู่มือแก่อาจารย์ที่ร่วมโครงการ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้อาจารย์สามารถใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนา โนภาพแห่งตนได้
2. เพื่อเสริมสร้างทัศนคติที่ดีต่อการปฏิบัติงานของอาจารย์

ประโยชน์

อาจารย์มีทักษะในการใช้ชุดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และสามารถประยุกต์กิจกรรม เพื่อพัฒนาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ให้แก่นักเรียนได้

สถานที่ ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนาศาธารณสุขมูลฐานภาคกลาง อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี

ผู้เข้าอบรม อาจารย์จากโรงเรียนที่ทำการทดลอง จำนวน 12 คน

งบประมาณ จากโครงการวิจัย

กำหนดการประชุมเชิงปฏิบัติการ

เรื่อง

การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียน

วันพฤหัสบดีที่ 8 มิถุนายน 2538

- | | |
|----------------|--|
| 8.30-9.00 น. | เปิดการประชุม
ความเป็นมาของโครงการ
อาจารย์กฤษณี จรรย์บุญเลิศ
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 9.00-9.45 น. | กิจกรรมสร้างสายใยสัมพันธ์
อาจารย์วิษุตา รุติโชติรัตน์ และคณะ
หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ |
| 9.45-10.15 น. | บทบาทอาจารย์ในการพัฒนามโนภาพแห่งตน
อาจารย์วิษุตา รุติโชติรัตน์ และคณะ |
| 10.15-10.45 น. | พักอาหารว่าง |
| 10.45-12.00 น. | กิจกรรมการพัฒนามโนภาพแห่งตน
อาจารย์วิษุตา รุติโชติรัตน์ และคณะ |
| 13.00-14.30 น. | การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน
(ต่อ)
อาจารย์วิษุตา รุติโชติรัตน์ และคณะ |
| 14.30-15.00 น. | พักอาหารว่าง |
| 15.00-16.00 น. | วางแผนจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตน
วิทยากรกลุ่ม : อาจารย์วิษุตา รุติโชติรัตน์
อาจารย์กฤษณี จรรย์บุญเลิศ
อาจารย์สายใจ พัวพันธ์
อาจารย์อติศยา พรชัยเกตุ |

วันศุกร์ที่ 9 มิถุนายน 2538

- 8.30-9.30 น. ประชุมปฏิบัติการกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนามโนภาพ
แห่งตน
อาจารย์อุบล สาริตะกร และคณะ
หน่วยการปรึกษาและพัฒนานิสิต
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- 9.30-10.30 น. ประชุมปฏิบัติการฯ กลุ่มที่ 2
- 10.30-11.00 น. พักอาหารว่าง
- 11.00-12.00 น. ประชุมปฏิบัติการฯ กลุ่มที่ 3
- 12.00-13.00 น. พักอาหารกลางวัน
- 13.00-14.00 น. ประชุมปฏิบัติการฯ กลุ่มที่ 4
- 14.00-14.30 น. พักอาหารว่าง
- 14.30-15.30 น. ประชุมปฏิบัติการฯ กลุ่มที่ 5
- 15.30-16.30 น. ประชุมปฏิบัติการฯ กลุ่มที่ 6

วันเสาร์ที่ 10 มิถุนายน 2538

- 8.30-10.00 น. 12 กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สู่การพัฒนามโนภาพแห่งตน
อาจารย์กฤษณา จริญญาปยุทธ์เลิศ และคณะ
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
- 10.00-10.30 น. พักอาหารว่าง
- 10.30-11.30 น. ประเด็น ปัญหาการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และแนวทาง
แก้ไข
อาจารย์กฤษณา จริญญาปยุทธ์เลิศ และคณะ
- 11.30-12.00 น. สรุปรประเมินผลและปิดการอบรม
- 12.00-13.00 น. สิ้นสุดการอบรม และรับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน

แบบสังเกตการณ์ปฏิบัติการกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

กลุ่มที่.....

ชื่อกิจกรรม.....

ข้อสังเกต 1. การนำเข้าสู่กิจกรรม

.....
.....

2. การดำเนินกิจกรรม

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

3. การอภิปราย

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

4. การสรุป

.....
.....

5. ลีลาการนำกิจกรรม

.....
.....

*จุดเด่น (หรือข้อดี) ที่พบ.....

.....
.....

*ข้อเสนอแนะ(ด้วยไมตรี).....

.....
.....

แบบสำรวจมโนภาพแห่งตน

คำแนะนำ ค่อไปนี้เป็นข้อความอธิบายถึงความรู้สึกหรือความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองนักเรียนโปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อแล้วขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบว่า **จริง** หรือ **ไม่จริง** หลังข้อความให้ตรงกับความรู้สึกหรือความคิดของนักเรียนที่สุดเพียงคำตอบเดียว คำตอบของนักเรียนไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิดเพราะคำตอบที่ดีที่สุดคือคำตอบที่ตรงกับสภาพที่เป็นจริงของตัวนักเรียนเองมากที่สุด

ตัวอย่าง (0) ฉันชอบเรียนหนังสือ

เมื่อนักเรียนอ่านข้อความนี้แล้ว คิดว่านักเรียนเป็นจริงตามนั้นก็ให้นักเรียนขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำว่า **จริง**

แต่ถ้านักเรียนคิดว่าไม่จริงตามนั้น คือนักเรียนไม่ชอบเรียนหนังสือนักเรียนก็ขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำว่า **ไม่จริง**

ข้อสังเกตในการตอบ

1. นักเรียนไม่ควรเสียเวลากับข้อใดข้อหนึ่งนานเกินไป จงตอบให้ตรงกับความรู้สึกหรือความคิดที่เกิดขึ้นให้มากที่สุด
2. คำตอบของนักเรียนไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิดและจะเก็บไว้เป็นความลับ
3. คำตอบของนักเรียนจะไม่กระทบกระเทือนต่อนักเรียนแต่อย่างใด
4. ขณะทำแบบสอบถาม โปรดอย่าถามความคิดเห็นจากเพื่อนขอให้ตอบแบบสอบถามเอง

ขอบคุณที่นักเรียนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

กฤษชาติ จริยาปยุตต์เลิศ

หัวหน้าโครงการวิจัย

ชื่อ..... ชั้น.....

ข้อความ

	จริง	ไม่จริง
1. เพื่อนร่วมชั้นเห็นฉันเป็นตัวตลก	1.	
2. ฉันเป็นคนมีความสุข	2.	
3. ฉันผูกมิตรกับคนอื่นๆ ได้ยาก	3.	
4. ฉันมีท่าทางเศร้าใจบ่อยๆ	4.	
5. ฉันเป็นคนเก่ง	5.	
6. ฉันเป็นคนขี้อาย	6.	
7. ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อครูเรียกให้ตอบคำถาม	7.	
8. ฉันยุ่งยากรำคาญใจเรื่องรูปร่างหน้าตาของฉัน	8.	
9. เมื่อฉัน โตขึ้น ฉันจะเป็นบุคคลสำคัญคนหนึ่ง	9.	
10. ฉันรู้สึกวิตกเมื่อต้องสอบ	10.	
11. ไม่ค่อยมีคนนิยมฉัน	11.	
12. เวลาอยู่ที่โรงเรียน ฉันประพฤตินั้นเรียบร้อย	12.	
13. ตามปกติเมื่อเกิดอะไรผิดพลาดขึ้นมักเป็นความผิดของฉันเสมอ	13.	
14. ฉันถ่อมเรื่องเค็ดร่อนให้กับครอบครัว	14.	
15. ฉันเป็นคนแข็งแรง	15.	
16. ฉันมีความคิดดี	16.	
17. ฉันเป็นสมาชิกที่สำคัญคนหนึ่งในกลุ่ม	17.	
18. ฉันมักจะทำอะไรตามใจของฉัน	18.	
19. ฉันมีความสามารถในการใช้มือได้ดี	19.	
20. ฉันมักยอมแพ้ง่ายๆ ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตาม	20.	
21. ฉันเรียนหนังสือได้ดี	21.	
22. ฉันทำสิ่งที่ไม่ดีหลายอย่าง	22.	
23. ฉันวาดเขียนได้ดี	23.	
24. ฉันเล่นดนตรีได้ดี	24.	
25. เวลาอยู่บ้านฉันประพฤตินั้นไม่ดีเลย	25.	
26. ฉันทำงานเกี่ยวกับการเรียนเสริมซ้ำ	26.	
27. ฉันเป็นสมาชิกคนหนึ่งในชั้นเรียน	27.	
28. ฉันประหม่า หงุดหงิด และตื่นเต้นง่าย	28.	
29. ฉันคิดว่าฉันสวยในบางส่วน	29.	
30. ฉันรายงานหน้าชั้นได้ดี	30.	

ข้อความ

31. เวลาอยู่โรงเรียนฉันเป็นคนช่างฝัน
32. ฉันชอบคอยหาเรื่องว่าพี่น้องของฉัน
33. เพื่อนๆ ชอบความคิดเห็นของฉัน
34. ฉันมักมีความยุ่งยากใจบ่อย ๆ
35. เวลาอยู่ที่บ้าน ฉันเป็นเด็กที่เชื่อฟัง
36. ฉันเป็นคน โชคดี
37. ฉันกลัวใจเรื่อง โน้นเรื่องนี้อยู่ตลอดเวลา
38. พ่อแม่มุ่งหวังในตัวของฉันมากเกินไป
39. ตามปกติฉันชอบทำตัวอย่างที่ฉันเป็นอยู่
40. ฉันรู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง
41. ฉันพอใจในบางส่วนเกี่ยวกับรูปร่างหน้าตาของฉัน
42. เวลาอยู่โรงเรียน ฉันมักอาสาทำสิ่งต่าง ๆ อยู่เสมอ
43. ฉัน ไม่อยากเหมือนใคร
44. ฉันนอนหลับสนิทตลอดกลางคืน
45. ฉันเกลียดโรงเรียน
46. ฉันมักถูกเลือกเป็นคนสุดท้ายเวลาที่มีการเลือกคนเล่นเกมต่าง ๆ
47. ฉันเจ็บป่วยอยู่เสมอ
48. ฉันมักทำตัวไม่ดี ไม่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่หรือเห็นใจผู้อื่น
49. เพื่อนร่วมชั้นเห็นฉันเป็นคนมีความคิดดี
50. ฉัน ไม่มีความสุข
51. ฉันมีเพื่อนมาก
52. ฉันเป็นคนจริงจัง
53. ฉัน ไม่ค่อยรู้เรื่องอะไรเสียเป็นส่วนมาก
54. ฉัน ไม่รู้สึกเป็นปมด้อยเกี่ยวกับใบหน้าของฉัน
55. ฉันอยากทำอะไรอยู่เรื่อย ๆ
56. ฉันมักมีเรื่องต่อสู้อะไรสักอย่างอยู่เสมอ
57. ฉันเป็นที่นิยมในหมู่เด็กผู้ชาย
58. ผู้คนมักคอยหาเรื่องว่าฉัน
59. ครอบครัวผิดหวังในตัวฉัน
60. ฉันมักจะขี้มึนแหม่มแหม่มใส

จริง ไม่จริง

	จริง	ไม่จริง
31.		
32.		
33.		
34.		
35.		
36.		
37.		
38.		
39.		
40.		
41.		
42.		
43.		
44.		
45.		
46.		
47.		
48.		
49.		
50.		
51.		
52.		
53.		
54.		
55.		
56.		
57.		
58.		
59.		
60.		

ข้อความ		จริง	ไม่จริง
61. ฉันพยายามจะทำอะไร ดูเหมือนว่าฉันจะคิดไปหมด	61.		
62. ที่บ้านคอยหาเรื่องว่าฉัน	62.		
63. ฉันเป็นผู้นำในการเล่นเกมและกีฬาต่าง ๆ	63.		
64. ฉันเป็นคนขี้เกียจ	64.		
65. ในการเล่นกีฬาและการเล่นฉันชอบเป็นคนดูมากกว่าคนเล่น	65.		
66. ฉันมักลืมสิ่งที่เรียนมาแล้ว	66.		
67. ฉันเป็นคนเข้ากับผู้อื่นได้ง่าย	67.		
68. ฉันอารมณ์เสียง่าย	68.		
69. ฉันเป็นที่นิยมในหมู่เด็กผู้หญิง	69.		
70. ฉันอ่านหนังสือเก่ง	70.		
71. ฉันชอบทำงานคนเดียวมากกว่าจะทำด้วยกันหลาย ๆ คน	71.		
72. ฉันชอบเพื่อน้องของฉัน	72.		
73. ฉันมีคุณลักษณะบางอย่างที่ดี	73.		
74. ฉันหวาดกลัวบ่อย ๆ	74.		
75. ฉันมักทำของตกหล่นหรือแตกหักเสมอ	75.		
76. ฉันเป็นคนที่ไม่ใจดี	76.		
77. ฉันเป็นคนที่ไม่เหมือนคนอื่น ๆ	77.		
78. ฉันคิดถึงแต่สิ่งที่ไม่ดีที่ฉันได้ทำไปแล้ว	78.		
79. ฉันร้องไห้ง่าย	79.		
80. ฉันเป็นคนดี.	80.		

แบบประเมินผลการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

(สำหรับอาจารย์)

กิจกรรมที่.....

ชื่อกิจกรรม.....

หัวข้อประเมิน	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. การบรรลุวัตถุประสงค์ของกิจกรรม					
2. ปัจจัยต่อไปนี้มีความเหมาะสม					
2.1 เวลา					
2.2 ขนาดของกลุ่ม					
2.3 อุปกรณ์					
2.4 สถานที่					
3. วิธีดำเนินกิจกรรมมีความต่อเนื่องเชื่อมโยง					
4. ประเด็นการอภิปรายมีความชัดเจน					
5. การสรุปสอดคล้องกับวัตถุประสงค์					
6. รูปแบบการประเมินผลเหมาะสม					
7. ความสนใจของผู้เขียน					

ปัญหาที่พบในการจัดกิจกรรม.....

ข้อเสนอแนะ.....

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

- 1. นางอรุณี ชาญด้วยกิจ**
ตำแหน่ง อาจารย์ 3 ระดับ 8 กรมสามัญศึกษา
หัวหน้างานแนะแนวโรงเรียนสตรีอัสสรวรรค์
การทำงาน ประสบการณ์งานแนะแนว 18 ปี
กรรมการจัดทำคู่มือการใช้กระบวนการแนะแนวเพื่อการป้องกัน
และแก้ไขปัญหาสุขภาพจิตในสถานศึกษา
กรรมการจัดทำแผนพัฒนางานแนะแนว กระทรวงศึกษาธิการ
- กรรมการสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย
- ประธานชมรมครูแนะแนว โรงเรียนมัธยมศึกษาส่วนกลาง
กรมสามัญศึกษา
- 2. นางกาญจนา ภู่วรรณ**
ตำแหน่ง อาจารย์ 3 ระดับ 8 กรมสามัญศึกษา
หัวหน้างานแนะแนวโรงเรียนวัดสังเวช
การทำงาน ประสบการณ์งานแนะแนว 17 ปี
ประธานอนุกรรมการแนะแนวเรื่องโรคเอดส์และปัญหาสุขภาพจิต
กรมสามัญศึกษา
จัดทำคู่มือกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
- 3. นางวิชชุดา สุทธิโชติรัตน์**
ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ ระดับ 6 กรมสามัญศึกษา
การทำงาน อาจารย์แนะแนว โรงเรียนวัดนวลนรดิศ พ.ศ.2521-2533
ศึกษานิเทศก์งานแนะแนว พ.ศ.2533 ถึงปัจจุบัน
ที่ปรึกษาชมรมครูแนะแนว โรงเรียนมัธยมศึกษาส่วนกลาง
กรรมการจัดทำคู่มือกิจกรรมแนะแนวต่าง ๆ