

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประเมิน โครงร่างหลักสูตรฝึกอบรม

แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมประกอบด้วย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรินทร์ สุทธิชาติพิทย์ ภาควิชาการวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์
Ed.D (Psychology Counseling and Guidance) มหาวิทยาลัยบูรพา
University of Northern Colorado U.S.A.
2. รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม ภาควิชาการวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์
ค.ค. (การวัดและประเมินผลการศึกษา) มหาวิทยาลัยบูรพา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ว่าที่ ร.ต. ดร.มนัส บุญประกอบ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
Ed.D (Curriculum and Instruction/ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
Curriculum Development Illinois State University U.S.A.)
4. ดร.ศศินันท์ ศรีธาดาภรณ์ ภาควิชาการวิจัยและจิตวิทยาประยุกต์
(กศ.ค. การศึกษาพิเศษ) มหาวิทยาลัยบูรพา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. ดร.เสาวนิตย์ ชัยมุสิก ที่ปรึกษาวิชาการ
ค.ค. (การวัดและประเมินผลการศึกษา) สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ขั้นพื้นฐาน
โครงการมาตรฐานสากล
6. ดร.วิลเลียม วิมุกตายน อดีตหัวหน้าฝ่ายสาธารณสุขสุขาภิบาล
กศ.ค. (การศึกษาพิเศษ) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครทุ่งเทพ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (นักวิชาการอิสระ)

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

โดยเชิญผู้ประเมินภายนอกชั้นพื้นฐานของสำนักงานรับรองมาตรฐานและประเมินคุณภาพการศึกษา(องค์การมหาชน) จำนวน 10 ท่าน มาร่วมเสวนากลุ่มจัดทำแบบบันทึกการสังเกต ติดตามความคงทนในการการรักษาพฤติกรรมป้องกันความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง ภายหลังการฝึกอบรม ดังมีรายนามดังต่อไปนี้

- | | |
|----------------------------------|---|
| 1. นางบุปผา พงษ์ไพบูลย์ | (กศ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 10 ปี |
| 2. นางงามลมัย เสริมสกุลวัฒน์ | (ศษ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 10 ปี |
| 3. นางสาวลัดดาวัลย์ สายเย็น | (ก.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 10 ปี |
| 4. นายเสกสิทธิ์ ศรีทอง | (ศษ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 5 ปี |
| 5. นางสุกัลลักษณ์ นิตร์ศรีทองกุล | (ศษ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 10 ปี |
| 6. นายธานี คุณสืบพงษ์พันธ์ | (กศ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 10 ปี |
| 7. นางสุกัลรัตน์ จันทรร | (กศ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 10 ปี |
| 8. นายวีรวัฒน์ คีรี | (กศ.ม.) บริหารการศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 5 ปี |
| 9. นายกิจพิทักษ์ ธานีรัตน์ | (อ.ม.) สังคมศึกษา
ประสบการณ์ประเมิน 8 ปี |
| 10. นางวนิดา จันทรวงศ์ | (ค.ม.) นิเทศการศึกษาและพัฒนาหลักสูตร
ประสบการณ์ประเมิน 13 ปี |

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ข

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี)

สร้างโดย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

คำชี้แจง

แบบประเมินนี้เป็นประโยชน์ที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ แม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ก็ตาม ขอให้เลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริง และตอบทุกข้อ เพื่อให้ได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนเองต่อไป

คำตอบมี 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยคคือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริง และจริงมาก โปรดเลือกช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ความฉลาดทางอารมณ์ คือความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข การรู้จักความฉลาดทางอารมณ์ของตนเองจะช่วยให้สามารถพัฒนาและสามารถใช้ศักยภาพของตนเองในการดำเนินชีวิตครอบครัว การงาน และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ

ความฉลาดทางอารมณ์ แบ่งเป็น 3 ด้านใหญ่ๆ ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข

ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบ
ต่อส่วนรวม

ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ที่มา : กาญจนา วณิชรมณีชัย, วนิดา ชนินทุยทรวงศ์, อธิวิ ความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับปรับปรุง). นนทบุรี: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต, 2543.

ข้อความ	ไม่จริง	จริงบางครั้ง	ก่อนข้างจริง	จริงมาก
1. เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน				
2. ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ				
3. เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้				
4. ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรจู่เป้าหมายที่พอใจ				
5. ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย				
6. เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้				
รวม				
7. ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง				
8. ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก				
9. ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด				
10. ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน				
11. ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป				
12. แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ				
รวม				

ข้อความ	ไม่ จริง	จริง บาง ครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก
13. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
14. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน				
15. เมื่อทำผิดฉันสามารถกล่าวคำ "ขอโทษ" ผู้อื่นได้				
16. ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก				
17. ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม				
18. ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น				
รวม				
19. ฉันไม่รู้ว่ฉันเก่งเรื่องอะไร				
20. แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้				
21. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ				
22. ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ				
23. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้				
24. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ				
รวม				
25. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ				
26. น้อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่อะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข				
27. ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน				
28. เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่จะทำอะไรก่อนหลัง				
29. ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย				
30. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน				
รวม				
31. ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย				
32. ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน				
33. ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้				
34. ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน				
35. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ				
36. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้				
รวม				
37. ฉันรู้สึกค้อยกว่าผู้อื่น				
38. ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด				
39. ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด				
40. ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก				
รวม				

ข้อความ	ไม่จริง	จริงบ้างครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก
41. แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น				
42. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ				
43. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้				
44. ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน				
45. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน				
46. ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่				
รวม				
47. ฉันไม่รู้ว่าอะไรจะทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย				
48. เมื่อว่างเว้นจากการระหับที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ				
49. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้				
50. ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหนื่อยอ่อนจากการระหับที่				
51. ฉันไม่สามารถทำให้ใจเป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ				
52. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ				
รวม				

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่มในการให้คะแนนดังนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ ข้อ													
1	4	6	7	10	12	14	15	17	20	22	23	25	28
31	32	34	36	38	39	41	42	43	44	46	48	49	50
แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้													
ตอบไม่จริง						ให้		1		คะแนน			
ตอบจริงบางครั้ง						ให้		2		คะแนน			
ตอบค่อนข้างจริง						ให้		3		คะแนน			
ตอบจริงมาก						ให้		4		คะแนน			

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ ข้อ											
2	3	5	8	9	11	13	16	18	19	21	24
26	27	29	30	33	35	37	40	45	47	51	52
แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้											
ตอบไม่จริง						ให้		4		คะแนน	
ตอบจริงบางครั้ง						ให้		3		คะแนน	
ตอบค่อนข้างจริง						ให้		2		คะแนน	
ตอบจริงมาก						ให้		1		คะแนน	

ผลที่ได้เป็นเพียงการประเมินโดยสังเขป คะแนนที่ได้ต่ำกว่าช่วงคะแนนปกติ ไม่ได้หมายความว่าท่านหรือเด็กมีความผิดปกติในด้านนั้น เพราะด้านต่าง ๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่มีการพัฒนาและมีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้นคะแนนที่ได้จึงเป็นเพียง ข้อเตือนใจให้ท่านหาแนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในด้านนั้น ๆ ให้มากยิ่งขึ้น

สำหรับรายละเอียดและแนวทางการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีอยู่ในหนังสืออีคิว : ความฉลาดทางอารมณ์ หรือคู่มือความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต รวมทั้งท่านสามารถเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่ทางกรมสุขภาพจิตหรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้องจัดขึ้น

ผลการทดสอบของท่าน แบ่งเป็นความสามารถด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้

ด้าน	กราฟความฉลาดทางอารมณ์ด้านต่างๆ	ช่วงคะแนนปกติ	ผลคะแนน	ระดับความฉลาดทางอารมณ์
ดี	1.1 ควบคุมตนเอง (ข้อ1-6)	13-18		
	1.2 เห็นใจผู้อื่น (ข้อ7-12)	16-21		
	1.3 รับผิดชอบ (ข้อ13-18)	17-23		
	รวม			
เก่ง	2.1 มีแรงจูงใจ (ข้อ19-24)	15-21		
	2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา(ข้อ25-30)	14-20		
	2.3 สัมพันธภาพ (ข้อ31-36)	15-20		
	รวม			
สุข	3.1 ภูมิใจตนเอง (ข้อ37-40)	9-14		
	3.2 พอใจชีวิต (ข้อ41-46)	16-22		
	3.3 สุขสงบทางใจ (ข้อ47-52)	15-22		
	รวม			
	ภาพรวม			

เกณฑ์ปกติของคะแนน EQ รวม ดี เก่ง สุข กลุ่มตัวอย่างอายุ 12 - 17 ปี

องค์ประกอบ EQ	ต่ำกว่าปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าปกติ
1. องค์ประกอบ ดี	< 48	48 - 58	> 58
1.1 ควบคุมอารมณ์	< 13	13 - 17	> 17
1.2 เห็นใจผู้อื่น	< 16	16 - 20	> 20
1.3 รับผิดชอบ	< 16	16 - 22	> 22
2. องค์ประกอบ เก่ง	< 45	45 - 57	> 57
2.1 มีแรงจูงใจ	< 14	14 - 20	> 20
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	< 13	13 - 19	> 19
2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	< 14	14 - 20	> 20
3. องค์ประกอบ สุข	< 40	40 - 55	> 55
3.1 ภูมิใจในตนเอง	< 9	9 - 13	> 13
3.2 พึงพอใจในชีวิต	< 16	16 - 22	> 22
3.3 สุขสงบทางใจ	< 15	15 - 21	> 21
คะแนน EQ รวม	< 140	140 - 170	> 170

กราฟความฉลาดทางอารมณ์



หมายเหตุ



หมายถึง คะแนนช่วงปกติ

หลังจากกรวมนคะแนนแต่ละด้านเสร็จแล้ว นำคะแนนที่ได้ไปทำเครื่องหมาย ● ลงบนเส้นประ ในกราฟความฉลาดทางอารมณ์แล้วลากเส้นให้ต่อกัน และพิจารณาว่ามีคะแนนด้านใดที่สูงหรือต่ำกว่าช่วงคะแนนปกติ

แบบประเมินความพึงพอใจของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่มีต่อ
หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างผลทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

คำชี้แจง โปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ความคิดเห็นผู้เรียน	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านเนื้อหาเกี่ยวกับผลทางอารมณ์ในหลักสูตรฝึกอบรม					
1.เนื้อหาที่น่าสนใจ					
2.เนื้อหาที่มีข้อคิด และเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวัน					
3.เนื้อหาที่ได้รับสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน					
ด้านกิจกรรมการเรียนการสอน					
4.กิจกรรมฝึกอบรมมีวิธีการหลากหลายทำให้อยากเรียนรู้แต่ละเรื่อง					
5.กิจกรรมฝึกอบรมส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดแนวความคิดนำไปปฏิบัติต่อ					
6. กิจกรรมฝึกอบรมที่จัดมีความเหมาะสมกับเวลา					
7. กิจกรรมฝึกอบรมมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างเพื่อนและผู้สอน					
8. กิจกรรมฝึกอบรมช่วยให้ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง					
9. กิจกรรมฝึกอบรมช่วยกระตุ้นให้นักเรียนเข้าใจรู้สึกเห็นใจผู้อื่น					
10. กิจกรรมฝึกอบรมช่วยให้นักเรียนเกิดความรับผิดชอบ					
11. กิจกรรมฝึกอบรมทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม					
12. กิจกรรมฝึกอบรมทำให้นักเรียนสามารถตัดสินใจและปัญหา					
13. กิจกรรมฝึกอบรมทำให้นักเรียนมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น					
14. กิจกรรมฝึกอบรมทำให้นักเรียนรู้สึกที่ดีมีภูมิใจในตนเอง					
15. กิจกรรมฝึกอบรมทำให้นักเรียนรู้จักความพึงพอใจในชีวิต					
16. กิจกรรมฝึกอบรมทำให้นักเรียนสามารถสร้างความสุขที่ดีให้กับตนเอง					
ด้านสื่อและอุปกรณ์การเรียนการสอน					
17. สื่อที่ใช้สอนมีความหลากหลายและน่าสนใจทำให้เข้าใจเนื้อหามากขึ้น					
18. อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสมกับหน่วยฝึกอบรม					
19. อุปกรณ์ประกอบการปฏิบัติมีความเพียงพอกับจำนวนนักเรียน					
20. เอกสารชี้แจงจัดกิจกรรมมีความชัดเจนและสามารถปฏิบัติได้					

ความคิดเห็นผู้เรียน	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านการวัดและประเมินผล					
21. เครื่องมือมีความสอดคล้องกับเนื้อหาตามหลักสูตรฝึกอบรม					
22. เครื่องมือที่วัดมีความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้เรียน					
23. เกณฑ์การวัดและประเมินผลมีความเหมาะสม					
24. ผู้เรียนมีโอกาสดำเนินตนเองในการปฏิบัติกิจกรรม					
25. ผู้เรียนพอใจกับการประเมินผลงานของตนเองอย่างสม่ำเสมอ					

แบบบันทึกภาคสนาม

เพื่อติดตามการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ภายหลังการอบรมด้วย
หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

คำอธิบาย

แบบบันทึกภาคสนามนี้ใช้สำหรับการพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ภายหลังการอบรมด้วย
หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

วัตถุประสงค์

ติดตามพฤติกรรมพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ภายหลังการอบรมด้วยหลักสูตรฝึกอบรม
เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ไปแล้ว อย่างน้อย 14 วัน

วิธีการบันทึกภาคสนาม

ประเมินนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นภายหลังการฝึกอบรม โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพและ
ปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยใช้ข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพและเทคนิคการเก็บข้อมูล ภาคสนาม (field
survey) การตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (triangulation) ด้วยการสังเกต สัมภาษณ์และศึกษาบันทึกของนักเรียน
ในขณะทำกิจกรรม ซึ่งมีจุดเน้นที่สำคัญ ศึกษาความคงทนในการรักษาพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของ
นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยอาศัยการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาสังคมและสาธารณะประโยชน์
กิจกรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน สังคม ประเทศชาติ และสังคมโลกตาม
หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (กระทรวงศึกษาธิการ, 2553 หน้า 55) โดยผู้วิจัยอาศัย
กิจกรรมที่นักเรียนเป็นผู้จัดกิจกรรมด้วยตนเองทุกขั้นตอน เพื่อการสังเกตพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์
3 ด้าน ได้แก่ ดี เก่งและสุข จากกิจกรรมภาคสนาม โดยทำการสังเกตพฤติกรรมบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์ของ
นักเรียนที่เป็กลุ่มทดลองที่ละด้านในขณะทำกิจกรรมเดียวกัน เพื่อควบคุมตัวแปรที่อาจเกิดแทรกซ้อน สำหรับ
การวิจัยครั้งนี้

ระยะเวลา

เจื่อนเวลาเข้าร่วมกิจกรรม 3 ครั้ง ๆ ครั้ง 6 ชั่วโมง รวมเป็น 18 ชั่วโมง

แบบบันทึกภาคสนาม

ตัวบ่งชี้ที่ 1 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี

กิจกรรม

ช่วงเวลาที่บ้านพัก.....

เกณฑ์การพิจารณา พฤติกรรมบ่งชี้	ร้อยละของนักเรียน ที่มีพฤติกรรมตามเกณฑ์ จำนวน 20 คน	ข้อมูลจากการศึกษาสังเกตสนับสนุน ผลการประเมินตามเกณฑ์การพิจารณา (ตัวอย่าง)
1.ความคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง หมายถึง ผู้เรียนมีการรับรู้ อารมณ์และความต้องการของตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และความ ต้องการได้ และแสดงออกอย่าง เหมาะสม	ร้อยละ85	- นักเรียนรู้จักอารมณ์และความต้องการของตนเองเป็นอย่างดี ดี และยังสามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของ ตนเองได้ และยังแสดงออกได้อย่างเหมาะสมจำนวน 17 คน
2.เห็นใจผู้อื่น หมายถึง ผู้เรียน สามารถใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและ ยอมรับผู้อื่นและแสดงความเห็นใจ ผู้อื่น ได้อย่างเหมาะสม	ร้อยละ85	นักเรียนเป็นคนที่รู้จักเห็นใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่น ตลอดจน รู้จักแสดงความเห็นอกเห็นใจได้อย่างเหมาะสมในระหว่างการ ปฏิบัติกิจกรรม จำนวน 17 คน
3.ความรับผิดชอบ หมายถึง ผู้เรียนรู้จักให้และรู้จักรับ รู้จักรับ ผิดและให้อภัย และเห็นแก่ ประโยชน์ส่วนรวม	ร้อยละ85	นักเรียนส่วนใหญ่รู้จักฝึกตนเองให้มีส่วนร่วมด้วยเพื่อนใน กลุ่ม ช่วยเหลือเพื่อนทำงานจนสำเร็จ แต่มีจำนวน 3 คนยัง คิดถึงแต่ตนเองอย่างเดียว ควรจะฝึกให้ตนเองเป็นคนเห็นแก่ ส่วนรวมมากกว่าเห็นแก่ตนเอง จำนวน 17 คน
ร้อยละเฉลี่ย(ข้อ 1+ ข้อ 2+ ข้อ 3) /3	ร้อยละ85	ดี
สรุปคะแนน ตัวบ่งชี้ที่ 1 $\geq$ ร้อยละ 90 = ดีมาก ร้อยละ 75 - 89 = ดี ร้อยละ 60-74 = พอใช้ ร้อยละ 50-59 = ปรับปรุง <ร้อยละ 50 = ปรับปรุงอย่างเร่งด่วน		

บันทึก

สรุปข้อมูลสำคัญจากการประเมิน ตัวบ่งชี้ที่ 1 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี มีดังนี้

ปัจจัยที่สนับสนุนให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี คือ

ตัวบ่งชี้ที่ 1 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านดี

คำอธิบาย แบบบันทึกนี้ใช้สำหรับสังเกตนักเรียนเป็นรายบุคคลและทำเครื่องหมาย / ในช่องพฤติกรรมที่ปรากฏ
ระหว่างทำกิจกรรมเพื่อประกอบการบันทึกภาคสนาม

[illegible]

แบบบันทึกภาคสนาม

ตัวบ่งชี้ที่ 2 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่ง

กิจกรรม

ช่วงเวลาที่บ้านทีก.....

เกณฑ์การพิจารณาพฤติกรรมบ่งชี้	ร้อยละของนักเรียนที่มีพฤติกรรมตามเกณฑ์ (จำนวน คน)	ข้อมูลจากการศึกษาสังเกตสนับสนุนผลการประเมินตามเกณฑ์การพิจารณา (ตัวอย่าง)
4.มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม หมายถึง การรู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง รู้ความสามารถของตนเองสร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้ มีความมุ่งมั่นจะไปสู่เป้าหมาย	ร้อยละ 80	นักเรียนรู้จักศักยภาพของตนเองเป็นอย่างดี และยังมี ความมุ่งมั่นที่ไปให้ถึงเป้าหมาย ไม่รู้สึกท้อแท้ ต่อภาระงานที่มอบให้ทำ และพยายามสร้างกำลังใจให้ตนเอง หรือหากกำลังใจจากคนรอบข้างให้มากในการมุ่งมั่นทำงานจนเสร็จ เช่น การสอบถามความถูกต้อง ถามขั้นตอนการปฏิบัติ หาเพื่อนช่วย 16 ใน 20 คน ยังอีก 4 คนที่ยังต้องช่วยเหลือ
5.ตัดสินใจและแก้ปัญหา หมายถึง รู้จักและเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนในการแก้ปัญหา และมีความยืดหยุ่น ในการแก้ปัญหาที่ประสพ	ร้อยละ 80	คุณเป็นคนที่เข้าใจปัญหา และรู้จักแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม แต่ยังอยู่ในกลุ่มการทำงานช่วยเหลือหีบจับ แม้จะไม่ดีเท่าที่ควรนั้น แต่ยังมี 4 คน ที่ยังไม่แสดงพฤติกรรมอย่างเต็มที่ ยังคิดถึงแต่ตนเองอย่างเดียว ควรจะฝึกให้ตนเองเป็นคนเห็นแก่ส่วนรวมมากกว่า เห็นแก่ตนเองมักมีปัญหาลบๆ และยังไม่รู้ว่าจะแก้ อย่างไรดี
6.มีสัมพันธภาพกับผู้อื่นการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น หมายถึง สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ได้ กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม และแสดงความเห็นที่ขัดแย้งกับผู้อื่น ได้อย่างสร้างสรรค์	ร้อยละ 80	นักเรียนส่วนใหญ่น่ารักมาก รู้จักมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ชีวิตนี้มีความสุขเสียจริง แต่นักเรียนไม่ค่อยมีเพื่อน และยังพูดจาและสร้างสัมพันธไมตรีกับคนรอบข้างได้บ้าง แต่บางคนยังมีปัญหาและยังไม่รู้ว่าจะแก้ อย่างไรดี 16 ใน 20 คน ยังอีก 4 คนที่ยังต้องช่วยเหลือ
ร้อยละเฉลี่ย (ข้อ 1+ ข้อ 2+ ข้อ 3) /3	ร้อยละ 80	ดี
สรุปคะแนน ตัวบ่งชี้ที่ 2 >= ร้อยละ 90 = ดีมาก ร้อยละ 75 - 89 = ดี ร้อยละ 60 - 74 = พอใช้ ร้อยละ 50 - 59 = ปรับปรุง < ร้อยละ 50 = ปรับปรุงอย่างเร่งด่วน		

บันทึก

สรุปข้อมูลสำคัญจากการประเมิน ตัวบ่งชี้ที่ 2 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่ง

ปัจจัยที่สนับสนุนให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่ง คือ

ตัวบ่งชี้ที่ 2 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านเก่ง

คำอธิบาย แบบบันทึกนี้ใช้สำหรับสังเกตนักเรียนเป็นรายบุคคลและทำเครื่องหมาย / ในช่องพฤติกรรมที่ปรากฏระหว่างทำกิจกรรมเพื่อประกอบการบันทึกภาคสนาม

[illegible]

แบบบันทึกภาคสนาม

ตัวบ่งชี้ที่ 3 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านสุข

กิจกรรม

ช่วงเวลาที่บ้านพัก.....

เกณฑ์การพิจารณา พฤติกรรมบ่งชี้	ร้อยละของนักเรียน ที่มีพฤติกรรมตามเกณฑ์ (จำนวน คน)	ข้อมูลจากการศึกษาสังเกตสนับสนุน ผลการประเมินตามเกณฑ์การพิจารณา
7.ภูมิใจในตนเอง หมายถึง ผู้เรียนเห็น คุณค่าในตนเอง เชื่อมั่นในตนเอง และไม่ อวดตน ให้เกียรติผู้อื่น	ร้อยละ100	นักเรียนทุกคนมีความภาคภูมิใจในตนเองและมีความ เชื่อมั่นและไม่อวดตนให้เกียรติเพื่อนเสมอ ในการ แสดงความคิดเห็น แต่ชื่นชมผลงานทั้งของตนและของ เพื่อน จำนวน20 คน
8.ความพึงพอใจในชีวิต หมายถึง ผู้เรียน มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พพอใจใน สิ่งที่ตนมีอยู่	ร้อยละ100	นักเรียน นักศึกษามีพฤติกรรมการแสดงออกน่ารักมาก มีการสร้างบรรยากาศด้วยการร้องเพลงทำให้กลุ่ม สนุกสนาน ได้ยิ้ม หัวเราะมองโลกในแง่ดีรู้จักมองโลก ในแง่ดี มีอารมณ์ขัน ทำให้พอใจในสิ่งที่ตนเป็นอยู่ ร่วมกับกลุ่ม จำนวน20 คน
9.สามารถสร้างความสุข หมายถึงผู้เรียน รู้จักทำกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลาย มีจิตสงบ	ร้อยละ100	นักเรียนคุณ ไม่ค่อยมีสุขเท่าไรนะ ควรหากิจกรรม ผ่อนคลายเสียบ้าง หรือฝึกนั่งสมาธิสงบจิตใจสัก นิดก็ยังดี จำนวน20 คน
ร้อยละเฉลี่ย (ข้อ 1+ ข้อ 2+ ข้อ 3) /3	ร้อยละ100	
สรุปคะแนน ตัวบ่งชี้ที่ 2 ≥ ร้อยละ 90 = ดีมาก ร้อยละ 75 - 89 = ดี ร้อยละ 60-74 = พอใช้ ร้อยละ 50-59 = ปรับปรุง <ร้อยละ 50 = ปรับปรุงอย่างเร่งด่วน		

บันทึก

สรุปข้อมูลสำคัญจากการประเมิน ตัวบ่งชี้ที่3 ผู้เรียนมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านสุข

ปัจจัยที่สนับสนุนให้นักเรียนเกิดพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ในด้านสุข คือ

แบบประเมินโครงร่างหลักสูตร

แบบประเมินร่างหลักสูตรฝึกอบรมเรื่อง หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทาง
อารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ฉบับนี้ใช้ประเมินความเหมาะสมและความ
สอดคล้องขององค์ประกอบของหลักสูตรฝึกอบรม มี 2 ตอน คือ

1.แบบประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตรฝึกอบรม

2.แบบประเมินความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตรฝึกอบรม

ขอให้ท่านผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความเหมาะสมและความสอดคล้องภายในองค์ประกอบ
ต่างๆของหลักสูตร โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่แสดงระดับความเหมาะสมความสอดคล้อง
ในแบบประเมินที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

นางวิไลลักษณ์ แก้วจินดา

นิติศิปริญญาเอก สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน

มหาวิทยาลัยบูรพา

ตอนที่ 1 แบบประเมินความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตรฝึกอบรม

คำชี้แจง ให้ท่านพิจารณาองค์ประกอบต่างๆของเนื้อหาหลักสูตรมีความสอดคล้องมากน้อยเพียงใด และทำเครื่องหมาย ☐ ลงในช่องตามความคิดเห็นของท่าน

ข้อ	ประเด็นการประเมิน	สอดคล้อง	ไม่แน่ใจ	ไม่สอดคล้อง
1	หลักการและเหตุผล ที่ต้องจัดการฝึกอบรมโดยประเมิน			
	1.1 ความจำเป็นตามสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตร			
	1.2 ความสมเหตุสมผลสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตร			
	1.3 ปัญหาที่เกิดขึ้นสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของการปฏิบัติงานของครูผู้สอนในสถานศึกษา			
	1.4 แนวทางการแก้ปัญหาโดยการฝึกอบรมมีความเหมาะสม			
2	จุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก			
	2.1 ความชัดเจนของหลักสูตรฝึกอบรม			
	2.2 ความเป็นไปได้ของจุดมุ่งหมาย			
	2.3 ความเหมาะสมกับ ผู้เข้ารับการอบรม			
	2.4 ความครอบคลุมความสามารถ ในการออกแบบหน่วยการฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์			
3	เนื้อหาสาระหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก			
	3.1 การตอบสนองจุดมุ่งหมายหลักของหลักสูตรฝึกอบรม			
	3.2 การจัดลำดับเนื้อหา			
	3.3 ความครอบคลุมความรู้ที่จำเป็นต้องใช้			
4	รูปแบบกิจกรรมการฝึกอบรมโดยประเมินจาก			
	4.1 ความเป็นไปได้ที่จะบรรลุตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร			
	4.2 เอกสารประกอบกิจกรรมฝึกอบรม			
	4.3 ขั้นตอนกิจกรรมนำไปจัดการฝึกอบรมได้จริง			
	4.4 การกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีส่วนร่วม			
	4.5 ความน่าสนใจของกิจกรรม			
5	สื่อประกอบการฝึกอบรม โดยประเมินจาก			
	5.1 ความสอดคล้องของสื่อกับกิจกรรม			
	5.2 สื่อช่วยให้กิจกรรมบรรลุจุดมุ่งหมายได้			
6	การวัดและประเมินผล โดยประเมินจาก			
	6.1 การตรวจสอบการบรรลุจุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรม			
	6.2 ความเป็นไปได้ในการประเมินผล			
7	การประเมินหน่วยการฝึกอบรม			
	7.1 หน่วยการฝึกอบรมที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์			
	7.1.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม			
	7.1.2 เวลาในการฝึกอบรมของกิจกรรมตามหน่วย			
	7.1.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.1.4 กิจกรรมการฝึกอบรมใน การนำไปปฏิบัติจริง			

ข้อ	ประเด็นการประเมิน	สอดคล้อง	ไม่แน่ใจ	ไม่สอดคล้อง
	7.1.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.1.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้			
	7.2 หน่วยการฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความดี			
	7.2.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม			
	7.2.2 เวลาการฝึกอบรมของกิจกรรมตามหน่วย			
	7.2.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.2.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง			
	7.2.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.2.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้			
	7.3 หน่วยการฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความเก่ง			
	7.3.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม			
	7.3.2 เวลาการฝึกอบรม ของกิจกรรมตามหน่วย			
	7.3.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.3.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง			
	7.3.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.3.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้			
	7.4 หน่วยการฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความสุข			
	7.4.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม			
	7.4.2 เวลาการฝึกอบรม ของกิจกรรมตามหน่วย			
	7.4.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.4.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง			
	7.4.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.4.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้			
	7.5 หน่วยการฝึกอบรมที่ 5 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์			
	7.5.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม			
	7.5.2 เวลาการฝึกอบรม ของกิจกรรมตามหน่วย			
	7.5.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.5.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง			
	7.5.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย			
	7.5.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้			
	7.6 หน่วยการฝึกอบรมที่ 6 ประเมินผลพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์			
	7.6.1 จัดประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียน			
	7.6.2 จัดประเมินความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมฝึกอบรม			

ข้อเสนอแนะ

.....

ตอนที่2 แบบประเมินความเหมาะสมของโครงสร้างหลักสูตรฝึกอบรม

คำชี้แจง ให้ท่านพิจารณาองค์ประกอบต่างๆของหลักสูตรมีความเหมาะสมมากน้อยเพียงใด

และทำเครื่องหมาย ☐ ลงในช่องตามความคิดเห็นของท่าน

ข้อ	ประเด็นการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	หลักการและเหตุผล ที่ต้องจัดการฝึกอบรมโดยประเมิน					
	1.1 ความจำเป็นตามสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตรฯ					
	1.2 ความสมเหตุสมผลสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตร					
	1.3 ปัญหาที่เกิดขึ้นสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของการปฏิบัติงานของครูผู้สอนในสถานศึกษา					
	1.4 แนวทางการแก้ปัญหาโดยการฝึกอบรมมีความเหมาะสม					
2	จุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก					
	2.1 ความชัดเจนของหลักสูตรฝึกอบรม					
	2.2 ความเป็นไปได้ของจุดมุ่งหมาย					
	2.3 ความเหมาะสมกับ ผู้เข้ารับการอบรม					
	2.4 ความครอบคลุมความสามารถในการออกแบบหน่วยการเรียนรู้ฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์					
3	เนื้อหาสาระหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก					
	3.1 การตอบสนองจุดมุ่งหมายหลักของหลักสูตรฝึกอบรม					
	3.2 การจัดลำดับเนื้อหา					
	3.3 ความครอบคลุมความรู้ที่จำเป็นต้องใช้					
4	รูปแบบกิจกรรมการฝึกอบรมอบรม โดยประเมินจาก					
	4.1 ความเป็นไปได้ที่จะบรรลุตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร					
	4.2 เอกสารประกอบกิจกรรมฝึกอบรม					
	4.3 การนำไปจัดการฝึกอบรมได้จริง					
	4.4 การกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีส่วนร่วม					
	4.5 ความน่าสนใจของกิจกรรม					
5	สื่อประกอบการฝึกอบรม โดยประเมินจาก					
	5.1 ความสอดคล้องของสื่อกับกิจกรรม					
	5.2 สื่อช่วยให้กิจกรรมบรรลุจุดมุ่งหมายได้					
6	การวัดและประเมินผล โดยประเมินจาก					
	6.1 การตรวจสอบการบรรลุจุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรม					
	6.2 ความเป็นไปได้ในการประเมินผล					
7	การประเมินหน่วยการเรียนรู้ฝึกอบรม					
	7.1 หน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์					
	7.1.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ฝึกอบรม					
	7.1.2 ความเหมาะสมของเวลาการเรียนรู้ฝึกอบรม					

ข้อ	ประเด็นการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	7.1.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.1.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง					
	7.1.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.1.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้					
	7.2 หน่วยการฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความดี 3.83					
	7.2.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม					
	7.2.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม					
	7.2.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.2.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง					
	7.2.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.2.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้					
	7.3 หน่วยการฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความเก่ง					
	7.3.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม					
	7.3.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม					
	7.3.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.3.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง					
	7.3.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.3.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้					
	7.4 หน่วยการฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความสุข					
	7.4.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม					
	7.4.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม					
	7.4.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.4.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง					
	7.4.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.4.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้					
	7.5 หน่วยการฝึกอบรมที่ 5 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์					
	7.5.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม					
	7.5.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม					
	7.5.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.5.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง					
	7.5.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย					
	7.5.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้					
	7.6 หน่วยการฝึกอบรมที่ 6 ประเมินผล					
	7.6.1 จัดประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียน					
	7.6.2 จัดประเมินความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมฝึกอบรม					

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ค

คุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบของหลักสูตร โดยผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	ดัชนีความสอดคล้อง	แปลผล
1. หลักการและเหตุผล ที่ต้องจัดการฝึกอบรมโดยประเมิน		
1.1 ความจำเป็นตามสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตร	1.00	สอดคล้อง
1.2 ความสมเหตุสมผลสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตร	0.80	สอดคล้อง
1.3 ปัญหาที่เกิดขึ้นสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของ การปฏิบัติงานของครูผู้สอนในสถานศึกษา	1.00	สอดคล้อง
1.4 แนวทางการแก้ปัญหาโดยการฝึกอบรมมีความเหมาะสม	0.80	สอดคล้อง
2. จุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก		
2.1 ความชัดเจนของหลักสูตรฝึกอบรม	0.80	สอดคล้อง
2.2 ความเป็นไปได้ของจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
2.3 ความเหมาะสมกับ ผู้เข้ารับการอบรม	1.00	สอดคล้อง
2.4 ความครอบคลุมความสามารถในการออกแบบหน่วย การฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์	0.80	สอดคล้อง
3. เนื้อหาสาระหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก		
3.1 การตอบสนองจุดมุ่งหมายหลักของหลักสูตรฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
3.2 การจัดลำดับเนื้อหา	1.00	สอดคล้อง
3.3 ความครอบคลุมความรู้ที่จำเป็นต้องใช้	1.00	สอดคล้อง
4. รูปแบบกิจกรรมการฝึกอบรมโดยประเมินจาก		
4.1 ความเป็นไปได้ที่จะบรรลุตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร	0.80	สอดคล้อง
4.2 เอกสารประกอบกิจกรรมฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
4.3 ขั้นตอนกิจกรรมนำไปจัดการฝึกอบรมได้จริง	1.00	สอดคล้อง
4.4 การกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีส่วนร่วม	1.00	สอดคล้อง
4.5 ความน่าสนใจของกิจกรรม	0.80	สอดคล้อง
5. สื่อประกอบการฝึกอบรม โดยประเมินจาก		
5.1 ความสอดคล้องของสื่อกับกิจกรรม	0.60	สอดคล้อง
5.2 สื่อช่วยให้กิจกรรมบรรลุจุดมุ่งหมายได้	0.60	สอดคล้อง
6. การวัดและประเมินผล โดยประเมินจาก		
6.1 การตรวจสอบการบรรลุจุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรม	0.80	สอดคล้อง
6.2 ความเป็นไปได้ในการประเมินผล	0.60	สอดคล้อง

ตารางที่ 9 (ต่อ)

รายการประเมิน	ดัชนีความสอดคล้อง	แปลผล
7. การประเมินหน่วยการฝึกอบรม		
7.1 หน่วยการฝึกอบรมที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์		
7.1.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
7.1.2 เวลาในการฝึกอบรมของกิจกรรมตามหน่วย	1.00	สอดคล้อง
7.1.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	0.80	สอดคล้อง
7.1.4 กิจกรรมการฝึกอบรมใน การนำไปปฏิบัติจริง	1.00	สอดคล้อง
7.1.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
7.1.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	1.00	สอดคล้อง
7.2 หน่วยการฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความดี		
7.2.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	0.80	สอดคล้อง
7.2.2 เวลาการฝึกอบรมของกิจกรรมตามหน่วย	1.00	สอดคล้อง
7.2.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
7.2.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง	1.00	สอดคล้อง
7.2.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย	0.80	สอดคล้อง
7.2.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	0.80	สอดคล้อง
7.3 หน่วยการฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความเก่ง		
7.3.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	0.80	สอดคล้อง
7.3.2 เวลาการฝึกอบรม ของกิจกรรมตามหน่วย	0.80	สอดคล้อง
7.3.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	0.80	สอดคล้อง
7.3.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง	1.00	สอดคล้อง
7.3.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
7.3.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	0.80	สอดคล้อง
7.4 หน่วยการฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความสุข		
7.4.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
7.4.2 เวลาการฝึกอบรม ของกิจกรรมตามหน่วย	1.00	สอดคล้อง
7.4.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
7.4.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง	0.80	สอดคล้อง
7.4.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
7.4.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	1.00	สอดคล้อง

ตารางที่ 9 (ต่อ)

รายการประเมิน	ดัชนีความสอดคล้อง	แปลผล
7.5 หน่วยการฝึกอบรมที่ 5 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์		
7.5.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
7.5.2 เวลาการฝึกอบรม ของกิจกรรมตามหน่วย	1.00	สอดคล้อง
7.5.3 เนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	1.00	สอดคล้อง
7.5.4 กิจกรรมการฝึกอบรม ในการนำไปปฏิบัติจริง	1.00	สอดคล้อง
7.5.5 สื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้บรรลุจุดมุ่งหมาย	0.80	สอดคล้อง
7.5.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	1.00	สอดคล้อง
7.6 หน่วยการฝึกอบรมที่ 6 ประเมินผลพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์		
7.6.1 จัดประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียน	1.00	สอดคล้อง
7.6.2 จัดประเมินความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
รวม	0.91	

จากตารางที่ 9 ผู้เชี่ยวชาญเห็นว่าค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบของหลักสูตรพบว่า ทุกประเด็นมีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.60 -1.00 และมีค่าเฉลี่ยดัชนีความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบของหลักสูตร โดยรวมเท่ากับ 0.91 อยู่ในระดับสูงเป็นไปตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้คือ ตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป

2.2 ผลการประเมินความเหมาะสมของหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญพิจารณาโครงร่างหลักสูตร ผลปรากฏดังตารางที่ 12

ตารางที่ 10 ผลการประเมินความเหมาะสมของหลักสูตรฝึกอบรมโดยผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	คะแนนความคิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ		ระดับความ เหมาะสม
	$\bar{X}$	SD	
1. หลักการและเหตุผล ที่ต้องจัดการฝึกอบรมโดยประเมิน	4.50	0.48	มาก
1.1 ความจำเป็นตามสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตรฯ	4.60	0.55	มากที่สุด
1.2 ความสมเหตุสมผลสภาพปัญหาที่ต้องพัฒนาหลักสูตร	4.80	0.45	มากที่สุด
1.3 ปัญหาที่เกิดขึ้นสอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของการปฏิบัติงานของครูผู้สอนในสถานศึกษา	3.80	0.45	มาก
1.4 แนวทางการแก้ปัญหาโดยการฝึกอบรมมีความเหมาะสม	4.80	0.45	มากที่สุด
2. จุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก	3.65	0.53	มาก
2.1 ความชัดเจนของหลักสูตรฝึกอบรม	3.80	0.45	มาก
2.2 ความเป็นไปได้ของจุดมุ่งหมาย	3.60	0.55	มาก
2.3 ความเหมาะสมกับ ผู้เข้ารับการอบรม	3.60	0.55	มาก
2.4 ความครอบคลุมความสามารถในการออกแบบหน่วยการเรียนรู้ ฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์	3.60	0.55	มาก
3. เนื้อหาสาระหลักสูตรฝึกอบรมโดยประเมินจาก	4.40	0.48	มาก
3.1 การตอบสนองจุดมุ่งหมายหลักของหลักสูตรฝึกอบรม	4.80	0.45	มากที่สุด
3.2 การจัดลำดับเนื้อหา	3.60	0.55	มาก
3.3 ความครอบคลุมความรู้ที่จำเป็นต้องใช้	4.80	0.45	มากที่สุด
4. รูปแบบกิจกรรมการฝึกอบรมโดยประเมินจาก	3.84	0.53	มาก
4.1 ความเป็นไปได้ที่จะบรรลุตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตร	3.80	0.45	มาก
4.2 เอกสารประกอบกิจกรรมฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
4.3 การนำไปจัดการฝึกอบรมได้จริง	3.60	0.55	มาก
4.4 การกระตุ้นให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีส่วนร่วม	3.60	0.55	มาก
4.5 ความน่าสนใจของกิจกรรม	4.60	0.55	มากที่สุด

ตารางที่ 10 (ต่อ)

รายการประเมิน	คะแนนความคิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ		แปลผล
	$\bar{X}$	SD	
5. สื่อประกอบการฝึกอบรม โดยประเมินจาก	3.70	0.50	มาก
5.1 ความสอดคล้องของสื่อกับกิจกรรม	3.80	0.45	มาก
5.2 สื่อช่วยให้กิจกรรมบรรลุจุดมุ่งหมายได้	3.60	0.55	มาก
6. การวัดและประเมินผล โดยประเมินจาก	3.80	0.84	มาก
6.1 การตรวจสอบการบรรลุจุดมุ่งหมายของหลักสูตรฝึกอบรม	3.80	0.84	มาก
6.2 ความเป็นไปได้ในการประเมินผล	3.80	0.84	มาก
7. การประเมินหน่วยการฝึกอบรม			
7.1 หน่วยการฝึกอบรมที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับความฉลาด ทางอารมณ์	4.03	0.44	มาก
7.1.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	5.00	0.00	มากที่สุด
7.1.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม	3.80	0.45	มาก
7.1.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	3.60	0.55	มาก
7.1.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง	4.60	0.55	มากที่สุด
7.1.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถ บรรลุจุดมุ่งหมาย	3.60	0.55	มาก
7.1.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	3.60	0.55	มาก
7.2 หน่วยการฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความดี	3.83	0.52	มาก
7.2.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	3.80	0.45	มาก
7.2.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.2.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	3.60	0.55	มาก
7.2.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง	3.60	0.55	มาก
7.2.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถ บรรลุจุดมุ่งหมาย	4.60	0.55	มากที่สุด
7.2.6 ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	3.80	0.45	มาก

ตารางที่ 10 (ต่อ)

รายการประเมิน	คะแนนความคิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ		ระดับความ เหมาะสม
	$\bar{X}$	SD	
7.3 หน่วยการฝึกอบรมที่3 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความเก่ง	3.80	0.53	มาก
7.3.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.3.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.3.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	3.60	0.55	มาก
7.3.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง	4.60	0.55	มากที่สุด
7.3.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถ บรรลุจุดมุ่งหมาย	3.80	0.45	มาก
7.3.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	3.60	0.55	มาก
7.4 หน่วยการฝึกอบรมที่4 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความสุข	3.90	0.43	มาก
7.4.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.4.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.4.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	5.00	0.00	มากที่สุด
7.4.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง	3.80	0.45	มาก
7.4.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถ บรรลุจุดมุ่งหมาย	3.80	0.45	มาก
7.4.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	3.60	0.55	มาก
7.5 หน่วยการฝึกอบรมที่5 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์	4.07	0.43	มาก
7.5.1 ความชัดเจนของจุดมุ่งหมายการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.5.2 ความเหมาะสมของเวลาการฝึกอบรม	3.60	0.55	มาก
7.5.3 ความเหมาะสมของเนื้อหาที่ช่วยให้สามารถบรรลุจุดมุ่งหมาย	5.00	0.00	มากที่สุด
7.5.4 ความเหมาะสมของรูปแบบกิจกรรมในการนำไปปฏิบัติจริง	3.80	0.45	มาก
7.5.5 ความเหมาะสมของสื่อประกอบการฝึกอบรมช่วยให้สามารถ บรรลุจุดมุ่งหมาย	4.60	0.55	มากที่สุด
7.5.6 ประเมินผลที่เกิดกับนักเรียนมีความเป็นไปได้	3.80	0.45	มาก
7.6 หน่วยการฝึกอบรมที่6 ประเมินผล	4.20	0.50	มาก
7.6.1 จัดประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียน	4.60	0.55	มากที่สุด
7.6.2 จัดประเมินความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมฝึกอบรม	3.80	0.45	มาก
ค่าเฉลี่ยรวม	3.94	0.52	มาก

จากตารางที่ 10 พบว่า ผลการประเมินความเหมาะสมของหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับ มาก เมื่อพิจารณาแต่ละหัวข้อพบว่าทุกหัวข้ออยู่ในระดับมากทุกหัวข้อ

ความคิดเห็น/ ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมที่ได้รับจากผู้เชี่ยวชาญ

1. เวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมของแต่ละหน่วยการเรียนรู้ควรมีความยืดหยุ่น ตามศักยภาพของนักเรียนผู้เข้าร่วมกิจกรรมฝึกอบรม แต่ควรมีกรอบระยะเวลาไว้เพื่อป้องกันไม่ให้ใช้เวลามากจนควบคุมไม่ได้
2. กระบวนการจัดกิจกรรมฝึกอบรม ครูควรกระตุ้นให้นักเรียน ได้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ต้องการสังเกต โดยเน้นการมีส่วนร่วม
3. รูปแบบกิจกรรมฝึกอบรมการเรียนรู้ที่สร้าง ควรได้มีการทดลองใช้รูปแบบก่อนนำไปใช้จริง และควรทำคู่มือครูควรมีความชัดเจน ซึ่งจะสัมพันธ์กับบรรยากาศในการเรียนรู้
4. ปรับปรุงรูปแบบคู่มือนักเรียนให้เหมาะสมกับวัยของนักเรียน และควรแนะนำครูที่มาช่วยเป็นวิทยากรประจำกลุ่มที่มีช่วยดำเนินการในหน่วยที่ 5 ให้เข้าใจแต่ละขั้นตอนชัดเจน ตรงกัน

ตารางที่ 11 ผลการวิเคราะห์ดัชนีความสอดคล้องแบบประเมินความพึงพอใจ โดยผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	ดัชนีความสอดคล้อง	แปลผล
ด้านเนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรม		
1.เนื้อหาที่จัดกิจกรรมเป็นเรื่องที่น่าสนใจ	1.00	สอดคล้อง
2.เนื้อหาที่เรียนมีข้อคิด และเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวัน	0.80	สอดคล้อง
3.ความรู้ที่ได้รับสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	1.00	สอดคล้อง
ด้านกิจกรรมการเรียนการสอน		
4.กิจกรรมมีวิธีการหลากหลายในการพัฒนาผู้เรียนในแต่ละเรื่อง	0.80	สอดคล้อง
5.กิจกรรมส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความคิดและนำไปปฏิบัติต่อเนื่อง	0.80	สอดคล้อง
6. กิจกรรมที่จัดมีความเหมาะสมกับเนื้อหาและเวลา	1.00	สอดคล้อง
7. กิจกรรมมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างเพื่อน ๆ และผู้สอน	1.00	สอดคล้อง
8. กิจกรรมช่วยให้สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองได้ดีขึ้น	0.80	สอดคล้อง
9. กิจกรรมช่วยกระตุ้นให้นักเรียนรู้สึกเห็นใจผู้อื่น	1.00	สอดคล้อง
10. กิจกรรมช่วยให้นักเรียนเกิดความรับผิดชอบ	1.00	สอดคล้อง
11. กิจกรรมทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม	1.00	สอดคล้อง
12. กิจกรรมทำให้นักเรียนสามารถตัดสินใจและปัญหา	0.80	สอดคล้อง
13. กิจกรรมทำให้นักเรียนมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น	1.00	สอดคล้อง
14. กิจกรรมทำให้นักเรียนรู้สึกที่มีภูมิใจในตนเอง	1.00	สอดคล้อง
15. กิจกรรมทำให้นักเรียนรู้จักความพึงพอใจในชีวิต	1.00	สอดคล้อง
16. กิจกรรมทำให้นักเรียนสามารถสร้างความสุขที่ดีให้กับตนเอง	0.80	สอดคล้อง
ด้านสื่อและอุปกรณ์การเรียนการสอน		
17. สื่อที่ใช้สอนมีความหลากหลายและน่าสนใจทำให้เข้าใจเนื้อหามากขึ้น	1.00	สอดคล้อง
18. มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับเนื้อหา	0.80	สอดคล้อง
19. มีความเพียงพอกับความต้องการของนักเรียน	1.00	สอดคล้อง
20. มีความชัดเจนและสามารถปฏิบัติได้	1.00	สอดคล้อง
ด้านการวัดและประเมินผล		
21. เครื่องมือมีความสอดคล้องกับเนื้อหาตามหลักสูตรฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
22. เครื่องมือที่วัดมีความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้เรียน	0.80	สอดคล้อง
23. เกณฑ์การวัดและประเมินผลมีความเหมาะสม	1.00	สอดคล้อง
24. ผู้เรียนมีโอกาสดำเนินตนเองในการปฏิบัติกิจกรรม	1.00	สอดคล้อง
25. ผู้เรียนพอใจกับการประเมินผลงานของตนเองอย่างสม่ำเสมอ	1.00	สอดคล้อง

ตารางที่ 12 ผลการประเมินความเหมาะสมของแบบประเมินความพึงพอใจโดยผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	คะแนนความคิดเห็น ของผู้เชี่ยวชาญ		ระดับความ เหมาะสม
	$\bar{X}$	SD	
ด้านเนื้อหาของหลักสูตรฝึกอบรม	4.4	1.45	
1. กิจกรรมที่จัดกิจกรรมเป็นเรื่องที่น่าสนใจ	4.60	0.55	มากที่สุด
2. กิจกรรมที่เรียนมีข้อคิด และเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตประจำวัน	4.80	0.45	มากที่สุด
3. ความรู้ที่ได้จากการจัดกิจกรรมสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน	3.80	0.45	มาก
ด้านกิจกรรมการเรียนการสอน	4.22	0.36	มากที่สุด
4. กิจกรรมมีวิธีการหลากหลายในการพัฒนาผู้เรียนในแต่ละเรื่อง	4.80	0.45	มากที่สุด
5. กิจกรรมส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความคิดและนำไปปฏิบัติต่อเนื่อง	3.80	0.45	มากที่สุด
6. กิจกรรมฝึกอบรมที่ปฏิบัติมีความเหมาะสมกับเวลา	3.60	0.55	มากที่สุด
7. กิจกรรมมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างเพื่อน ๆ และผู้สอน	4.00	0.00	มากที่สุด
8. กิจกรรมช่วยให้ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองได้ดีขึ้น	4.20	0.45	มากที่สุด
9. กิจกรรมช่วยกระตุ้นให้นักเรียนรู้สึกเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น	4.80	0.45	มากที่สุด
10. กิจกรรมช่วยให้นักเรียนเกิดความรับผิดชอบ	4.00	0.00	มากที่สุด
11. กิจกรรมทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม	4.80	0.45	มาก
12. กิจกรรมทำให้นักเรียนสามารถตัดสินใจและปัญหา	4.20	0.45	มากที่สุด
13. กิจกรรมทำให้นักเรียนมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น	3.80	0.45	มากที่สุด
14. กิจกรรมทำให้นักเรียนรู้สึกที่มีภูมิใจในตนเอง	4.00	0.00	มาก
15. กิจกรรมทำให้นักเรียนรู้จักความพึงพอใจในชีวิต	4.20	0.45	มาก
16. กิจกรรมทำให้นักเรียนสามารถสร้างความสุขที่ดีให้กับตนเอง	4.60	0.55	มากที่สุด
ด้านสื่อและอุปกรณ์การเรียนการสอน	4.10	0.36	มากที่สุด
17. สื่อที่ใช้ในการทำกิจกรรมมีความหลากหลาย	3.80	0.45	มาก
18. อุปกรณ์ในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสมกับหน่วยฝึกอบรม	4.00	0.00	มาก
19. อุปกรณ์ประกอบการปฏิบัติมีความเพียงพอกับจำนวนนักเรียน	4.40	0.55	มากที่สุด
20. เอกสารชี้แจงจัดกิจกรรมมีความชัดเจนและสามารถปฏิบัติได้	4.20	0.45	มากที่สุด
ด้านการวัดและประเมินผล	4.32	0.11	มาก
21. เครื่องมือมีความสอดคล้องกับเนื้อหาตามหลักสูตรฝึกอบรม	5.00	0.00	มาก
22. เครื่องมือที่วัดมีความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้เรียน	4.00	0.00	มากที่สุด
23. เกณฑ์การวัดและประเมินผลมีความเหมาะสม	4.00	0.00	มากที่สุด
24. ผู้เรียนมีโอกาสได้ประเมินตนเองในการปฏิบัติกิจกรรม	4.60	0.55	มาก
25. ผู้เรียนพอใจกับการประเมินผลงานของตนเองอย่างสม่ำเสมอ	4.00	0.00	มากที่สุด

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ง

ตัวอย่างหลักสูตรฝึกอบรม

หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

สภาพปัญหาและความจำเป็น

ระบบการศึกษาในปัจจุบันให้ความสำคัญกับการพัฒนาเยาวชนเพื่อให้เติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าแก่สังคม โดยเฉพาะการให้ความสำคัญในเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ซึ่งพบว่าบุคคลที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตขึ้นอยู่กับความฉลาดทางสติปัญญาเพียง 20% ส่วนอีก 80% เป็นเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์และเรื่องอื่นๆ (Goleman, 1998) ฉะนั้นระบบการศึกษาในปัจจุบันจึงมุ่งเน้นที่จะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในเยาวชนไทยโดยกำหนดไว้ในพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หมวด 1 บททั่วไป มาตรา 6 ว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข” นั่นคือ ระบบการศึกษามุ่งเน้น ผลิคนักเรียนให้มีคุณลักษณะที่ “ดี เก่ง และมีความสุข” เพราะตระหนักว่าเป็นคุณลักษณะของการพัฒนาสติปัญญาร่วมกับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่สามารถสร้างทรัพยากรของชาติให้มีความพร้อมในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

ข้อมูลยืนยันจากการสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ ในปี 2550 เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไทย ในโครงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (อีคิว) เด็กและเยาวชน ของกรมสุขภาพจิต ได้ดำเนินการมาตั้งแต่ปี 2548-2554 เผยผลสำรวจในรอบ 10 ปี อีคิวเฉลี่ย ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ คือ มีค่าคะแนนอยู่ที่ 45.12 จากค่าคะแนนปกติ 50-100 ซึ่งมีจุดอ่อนทั้ง 3 องค์ประกอบใหญ่ คือ ดี เก่ง สุข ผอ.สถาบันราชานุกูล มีกลุ่มที่จำเป็นต้องได้รับการพัฒนา (ค่าคะแนน ต่ำกว่า 40) เป็นภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร้อยละ 32.3 ภาคกลาง ร้อยละ 28.8 กรุงเทพมหานคร ร้อยละ 25.3 ภาคเหนือ ร้อยละ 22.3 และภาคใต้ ร้อยละ 21.4 เร่งสร้างความร่วมมือภาคีเครือข่ายด้านเด็ก เสริมปัจจัยการเรียนรู้ให้เด็กและครอบครัว (ASTVผู้จัดการออนไลน์)

สุรางค์ ไคว์ตระกูล (2545, หน้า 88) กล่าวถึง การแก้ปัญหาพฤติกรรมของเด็กนักเรียนที่เป็นวัยรุ่นว่า สามารถทำได้โดยการฝึกให้นักเรียนสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง รู้จักปรับตัวเมื่อต้องเผชิญปัญหา และข้อขัดแย้งระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นการฝึกให้นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์นั่นเอง การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีผลให้ปัญหาต่างๆ ในโรงเรียนลดลง เพื่อป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น ควรมุ่งส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็นรากฐานสำคัญ ที่จะป็นภูมิคุ้มกันในการป้องกันการเกิดหรือบรรเทาความรุนแรงของปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ (กรมสุขภาพ , 2543; วิริยอร์ สุภัทรเกียรติ, 2546)

หลักการและเหตุผล

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence หรือ Emotional Quotient) ซึ่งปัจจุบันเรียกย่อ ๆ ว่า EQ มีความสำคัญยิ่ง ถ้าขาดปัจจัยด้านนี้จะมีผลทำให้บุคคลประสบปัญหาชีวิต ไม่สามารถสร้างความสำเร็จได้ กรมเพชร ฉัตรศุภกุล (2543, หน้า 30 - 33) จอม ชุ่มช่วย (2542, หน้า 20 - 26) เมเยอร์ และ สโลเวย์ (Salovey, P., & Mayer, 1997) บาร์ออน (Baron, 1997 อ้างถึงใน Goleman, 1998, pp. 370 - 371) ได้กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นทักษะเฉพาะตัวที่ทำให้คนเราประสบความสำเร็จ ทั้งในด้านการเรียน การงาน ครอบครัวและชีวิตส่วนตัว เพราะคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์ คือ คนที่สามารถเข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นได้ รู้เขา รู้เรา และใช้ข้อมูลเหล่านั้นมาชี้นำความคิดการแสดงออกทางอารมณ์ของตนภายใต้แรงกดดันจากสภาพแวดล้อมทั้งหลายได้เป็นอย่างดี ความฉลาดทางอารมณ์ จึงเป็นความสามารถหรือศักยภาพของกันแต่ละคนในการที่จะตอบสนองอารมณ์และความต้องการของผู้อื่น ได้อย่างถูกต้อง สามารถรับรู้อารมณ์ของตนเอง พร้อมจัดการไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมและกึ่ง (Gibbs, 1995 อ้างถึงใน ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์, 2545, หน้า 14 - 15) พบว่า สถิติปัญญา (IQ) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) มีความสัมพันธ์กัน อาจกล่าวได้ว่ารากฐานของความคิด สถิติปัญญาของบุคคลเป็นผลมาจากสภาพอารมณ์ จิตใจ ตลอดทั้งสภาพความสมบูรณ์ทางสุขภาพ นอกจากนี้ ฉันทนา ภาคบังกช (2544, หน้า 159) และ อัจฉรา สุขารมณ์ (2547, ออนไลน์) กล่าวว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เป็น การพัฒนามิติด้านคุณภาพชีวิตที่แท้จริง ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันว่า ความฉลาดทางอารมณ์ทำให้สามารถอยู่ในยุคปัจจุบัน ได้อย่างดีมีความสุข และนั่นคงจะต้องรู้เท่าทันโลกโดยอยู่บนพื้นฐานของจิตใจและปัญญา ผู้ที่มีสติปัญญาจะแก้ปัญหาได้โดยไม่ขาดสติ ควบคุมอารมณ์ได้ดี มีแรงจูงใจ มีความอดทนไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาและฝึกฝนได้ เนื่องจากการฝึกสมองทั้งสองด้าน โดยเฉพาะซีกของระบบลิมบิก (Limbic System) เกี่ยวข้องโดยตรงกับระดับประสบการณ์ของบุคคล การเรียนรู้ความฉลาดทางอารมณ์มีทั้งที่ไม่ปรากฏให้เห็น ซึ่งถือเป็นการเรียนรู้ได้ต่อกันภายใน ตัวบุคคล หรืออาจแสดงออกมาอย่างชัดเจน และเชื่อว่า EQ พัฒนาได้ตั้งแต่ในวัยเด็กไปจนถึงอายุ 50 กว่า ๆ โดยจะมีจุดสูงสุดในช่วงอายุระหว่าง 45 - 55 ปี (Mayer, 2002, หน้า 1, กรมสุขภาพจิต, 2543, หน้า 4) สอดคล้องกับ เทอดศักดิ์ เดชคง (2542, หน้า 62 - 64) กล่าวว่า อารมณ์ของคนเกิดจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ เช่น เกิดจากสิ่งแวดล้อม สิ่งเร้าที่มากระทบ อายุ เพศ การทำงานของสมองและสารเคมีในร่างกายและระบบความคิดหรือวิถีคิด ซึ่งในบรรดาเหตุปัจจัยต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์นี้ ระบบความคิดหรือวิถีคตินับว่าเป็นส่วนสำคัญที่สุดและเป็นส่วนที่สามารถควบคุมได้ด้วยตนเอง ส่วนอื่น ๆ นั้นเป็นปัจจัยที่มาประกอบ ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จึงจำเป็น ต้องพัฒนาระบบความคิดหรือวิถีคิดของนักเรียน ประกอบด้วย

ทักษะทางอารมณ์ที่จะช่วยเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้เป็นไปตามเป้าหมายสำคัญกล่าวคือ เป็นคนที่มีความสุขดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีเป้าหมาย จากการศึกษาทางจิตวิทยา พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์จะเป็นสิ่งที่น่าสนใจนำไปพบกับความสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริง ยิ่งความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่ฝึกฝนเพิ่มพูนทักษะได้และส่งผลดีทั้งเด็กและผู้ใหญ่เป็นคนที่พบความสำเร็จทั้งด้านชีวิตส่วนตัวและการงาน กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543, หน้า 25) กล่าวว่า จะเริ่มต้นให้ก็ต้องเริ่มที่ครู การเริ่มต้นที่ดีที่สุด เพราะหน้าที่ของครูคือ การช่วยให้นักเรียนเข้าใจความรู้สึกอารมณ์ของตนมีแสดงออกที่เหมาะสมกับบุคคล สถานที่และมีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น และโรงเรียนจึงเป็นสถาบันที่สำคัญ ที่จะพัฒนาคนให้มีความฉลาดทางอารมณ์ ฝึกทักษะกระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ จัดกิจกรรมให้นักเรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริง ฝึกการปฏิบัติให้คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาได้ ซึ่งสอดคล้องกับข้อกำหนดแนวทางในการจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นให้พัฒนาคนให้เป็นคนเก่ง ดี และ มีความสุขตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 มาตรา 22 (สำนักงานปฏิรูปการศึกษา, 2544)

การปฏิรูปการศึกษาของประเทศไทยในทศวรรษที่สอง สภาการศึกษา มีข้อเสนอที่จำเป็นต้องมีการปฏิรูปการศึกษารอบสอง หลายประการ โดยเฉพาะการ เร่งพัฒนาคุณภาพและมาตรฐานของนักเรียนให้สูงขึ้น (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2553, ออนไลน์) ศ.ดร.ชัยอนันต์ สมุทวณิช กล่าวว่า การปฏิรูปรอบสองต้องมีจุดเน้นที่ทำให้การศึกษามีคุณภาพมากขึ้น ซึ่งต้องมุ่งไปที่ครูและบทบาทของครู ครูต้องมีคุณภาพ ครูยุคใหม่ต้องมีบทบาทเป็นผู้ชี้แนะการเรียนรู้และแหล่งการเรียนรู้ให้เด็กเรียนรู้ด้วยตนเอง และต้องมีความรู้รอบตัวที่รองรับการเปลี่ยนแปลงของโลก สร้างการแลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างกัน การใช้ชีวิต การสื่อสารระหว่างบุคคล ทักษะการทำงาน ร่วมกับผู้อื่นแบบกลุ่ม ฯลฯ ที่ผ่านมามีการสอนใช้ทักษะตรงนี้น้อยมาก ดังนั้นคุณภาพของเด็กให้เป็นคนดี คนเก่งและมีความสุขขึ้นอยู่กับคุณภาพของครูเป็นสำคัญ เพราะครูเป็นผู้นำแนวคิดหรือนโยบายทางการศึกษาไปสู่ระดับปฏิบัติในห้องเรียน (ชมพูนุท ร่วมชาติ, 2548, หน้า 1) โดยมีความเชื่อว่าการที่เด็กจะเป็นคนดี คนเก่งและมีความสุขได้นั้นต้องเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์เป็นที่ตั้ง จึงจะสามารถคิดดี ทำดีมีเหตุผลและภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ไม่คิดร้าย ทำไม่ดีและไม่เป็นพิษภัยต่อสังคม

แนวทางการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สามารถกระทำได้หลายวิธีขึ้นอยู่กับความเหมาะสมในแต่ละกลุ่มบุคคลที่ต้องการพัฒนา แต่วิธีที่ได้ผลดีที่สุดคือ การนำเอาวิธีการต่างๆ เชิงประสบการณ์ เช่น การอภิปรายกลุ่ม บทบาทสมมติ การจำลองสถานการณ์ และเกมมาผสมผสาน ให้แก่คิดมุมมองต่าง ๆ เพื่อกระตุ้นให้เกิดการมองพินิจพิจารณาตนเองมากขึ้น

(วีรวัดน์ ปันนิตามัย, 2544, หน้า 184 – 185) โดยเฉพาะทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของเบนคูรา (Bandura, 1977) ซึ่งมีแนวคิดที่ว่า การเรียนรู้ทางสังคมเกิดจากการสังเกตจากต้นแบบ สัญลักษณ์ และทุกสิ่งทุกอย่างในสังคม ซึ่งจะต้องมีต้นแบบที่ได้รับความสำเร็จ ความสง่างาม อำนาจ และคุณสมบัติที่ดีอื่น ๆ โดยอาศัยการสังเกต จดจำกริยา อากา ทาทางหรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ กระบวนการทักษะการพลิตซ้ำ เป็นการเลียนแบบพฤติกรรมจากตัวต้นแบบ อย่างคล่องแคล่ว กระบวนการเสริมแรงและสร้างแรงจูงใจ ทั้งโดยตรงจากตัวต้นแบบหรือตัวแทนด้วยตนเอง ผู้วิจัยได้นำแนวคิดของเบนคูรามาสังเคราะห์ โดยพิจารณาจุดเน้นที่สำคัญในเรื่อง กระบวนการและวิธีการของบุคคลในการสร้างความรู้ความเข้าใจจากประสบการณ์ เน้นกระบวนการเรียนรู้ของกลุ่มนักเรียนที่มีความสัมพันธ์กันนักเรียนมีความสัมพันธ์ (Relationship) ระหว่างกลุ่มหรือมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction) กับสมาชิกในกลุ่ม นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติงานเป็นกลุ่มย่อยฝึกคิดและแก้ปัญหาาร่วมกัน โดยใช้ทฤษฎีการสร้างความรู้ด้วยตนเอง Constructivism (Perkins, 1992, p.171) ด้วยการเรียนรู้แบบร่วมเรียนรู้ Cooperative Learning Theory (Johnson & Johnson, 2005, Online) เน้นการเรียนรู้แบบกระบวนการกลุ่ม ซึ่งเป็นทฤษฎีที่ให้ความสำคัญกับกระบวนการและวิธีการของบุคคลในการสร้างความรู้ความเข้าใจจากประสบการณ์และการคิดในลักษณะที่บุคคลมีการตระหนักรู้ถึงกระบวนการคิดของตนเอง สามารถวางแผน ควบคุม ตรวจสอบ ประเมินความคิดของตน และสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ Johnson and Johnson. (2005, Online) Perkins (1992, p.171) Osman และ Hannafin (1992, pp. 83 - 99) จากแนวคิดดังกล่าวแล้ว ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โดยการฝึกอบรมให้นักเรียนด้วยรูปแบบการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยออกแบบเน้นกิจกรรมที่มุ่งให้เด็กซึมซับความรู้ ความเข้าใจ ผ่านการเล่นซึ่งเน้นการกระตุ้นให้เด็กได้เข้าใจ และได้ถูกคิดได้เอง สามารถตรวจสอบประเมินความก้าวหน้าโดยมุ่งประเด็นสาระความฉลาดทางอารมณ์เป็นสำคัญ ทำให้เด็กมีภูมิคุ้มกันต่อการดำเนินชีวิต มีพฤติกรรมของความเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขได้ ซึ่งแสดงออกถึงการมีภูมิคุ้มกันในความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่จะต้องออกไปเผชิญโลกกว้างในสถาบันการศึกษาที่สูงขึ้นหรือออกไปสู่โลกอาชีพได้อย่างเข้มแข็ง

จุดมุ่งหมายของหลักสูตร

เพื่อให้ให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นที่เข้ารับการอบรมตามหลักสูตรนี้ มีพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ ในด้านควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง เห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม ตัดสินใจและแก้ปัญหา มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น ภูมิใจในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต มีความสุขสงบ

หน่วยการเรียนรู้

โครงสร้างหลักสูตร

โครงสร้างของหลักสูตรการฝึกอบรมในครั้งนี้ กำหนดเนื้อหาสาระให้สอดคล้องกับจุดประสงค์ในการวิจัยนี้ เนื้อหาสาระจะเน้นการเสริมสร้างพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ให้ครอบคลุม 3 ด้าน 9 ตัวบ่งชี้ 27 เกณฑ์คุณภาพ ประกอบด้วย

ด้านที่ 1 ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วย สมรรถนะต่อไปนี้

1) **ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง** ซึ่งมีเกณฑ์คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

- 1.1) นักเรียนสามารถรับรู้อารมณ์และบอกความต้องการของตนเอง
- 1.2) นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการได้
- 1.3) นักเรียนแสดงออกทางอารมณ์และความต้องการอย่างเหมาะสม

2) **เห็นใจผู้อื่น** ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

- 2.1) นักเรียนรู้จักใส่ใจผู้อื่น เข้าใจ
- 2.2) นักเรียนรู้จักการยอมรับผู้อื่น
- 2.3) นักเรียนรู้จักแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

3) **ความรับผิดชอบ** ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

- 3.1) นักเรียนรู้จักให้และรู้จักรับ
- 3.2) นักเรียนรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย
- 3.3) นักเรียนรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ด้านที่ 2 ความเก่ง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจแก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วย สมรรถนะ ต่อไปนี้

4) **มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม** ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

- 4.1) นักเรียนรู้ความสามารถของตนเอง
- 4.2) นักเรียนสร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเอง
- 4.3) นักเรียนมีความมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย

5) **ตัดสินใจและแก้ปัญหา** ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

- 5.1) นักเรียนรู้จักและเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง
- 5.2) นักเรียนมีขั้นตอนการแก้ปัญหา

5.3 นักเรียนมีความยืดหยุ่นในการตัดสินใจแก้ปัญหา

6) มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

6.1 นักเรียนรู้จักการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

6.2 นักเรียนกล้าแสดงออกต่อสัมพันธภาพกับผู้อื่นอย่างเหมาะสม

6.3 นักเรียนแสดงความคิดเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

ด้านที่ 3 ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขประกอบด้วย
สมรรถนะ ต่อไปนี้

7) ภูมิใจในตนเอง ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

7.1 นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง

7.2 นักเรียนเชื่อมั่นในตนเอง

7.3 นักเรียนไม่อวดตนและให้เกียรติผู้อื่น

8) ความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

8.1 นักเรียนรู้จักมองโลกในแง่ดี

8.2 นักเรียนมีอารมณ์ดี

8.2 นักเรียนรู้จักพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

9) มีความสุขสงบ ซึ่งมีเกณฑ์ตัวบ่งชี้คุณภาพที่นักเรียนปฏิบัติได้ ดังนี้

9.1 นักเรียนวางแผนจัดกิจกรรมเสริมสร้างความสุขให้แก่ตนเองอย่างสร้างสรรค์

9.2 นักเรียนรู้จักการทำให้ตนเองผ่อนคลาย

9.3 นักเรียนรู้จักการทำให้ตนเองมีใจสงบ

หน่วยฝึกอบรม

หน่วยฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น
ประกอบด้วย หน่วยหลัก จำนวน 5 ชุด 12 กิจกรรม คือ

หน่วยฝึกอบรมที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

กิจกรรม 1 ปฐมนิเทศ

หน่วยฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี

กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ

หน่วยฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความเก่ง

กิจกรรมที่ 5 มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม

กิจกรรมที่ 6 ตัดสินใจและแก้ปัญหา

กิจกรรมที่ 7 มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

หน่วยฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความสุข

กิจกรรมที่ 8 ภูมิใจในตนเอง

กิจกรรมที่ 9 สามารถสร้างความสุข

กิจกรรมที่ 10 ความพึงพอใจในชีวิต

หน่วยฝึกอบรมที่ 5 การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แบบองค์รวม

กิจกรรมที่ 11 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์แบบบูรณาการ

หน่วยฝึกอบรมที่ 6 ประเมินพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์แบบองค์รวม

กิจกรรมที่ 12 ประเมินผลการฝึกอบรมและความพึงพอใจ

ขอบเขตเนื้อหาของหลักสูตร

หน่วยฝึกอบรมที่ 1 ความรู้เกี่ยวกับพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับความหมาย ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เป็นทักษะภายในของตนเองที่ยังไม่รู้เท่าทันในอารมณ์และความพร้อมของตน สามารถควบคุมอารมณ์ที่แปรปรวนและแรงผลักดันต่าง ๆ ของตนเองได้ สามารถปรับตัวและยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงได้ตลอดจนสร้างแรงจูงใจที่จะขึ้นนำหรือเื้ออ้านวยไปสู่จุดหมาย และความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ เป็นสมรรถนะทางสังคมให้ตระหนักถึงความรู้สึก ความต้องการและความห่วงใยของผู้อื่น มีจิตใจมุ่งบริการ มีไหวพริบสามารถอ่านสถานการณ์ของกลุ่มในสภาพปัจจุบัน และพลังความสัมพันธ์ของกลุ่ม มีความเป็นผู้นำมีอำนาจโน้มน้าวผู้อื่นให้ปฏิบัติตาม มีความสามารถบริหารจัดการขัดแย้ง มีการสื่อสารที่ดี มีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีเพื่อความร่วมมือในการปฏิบัติงาน นำไปสู่ความสำเร็จวัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความเข้าใจและรับรู้กระบวนการฝึกอบรม เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มโนทัศน์

ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข จำแนกเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านความดี ซึ่งเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านความเก่ง เป็นความสามารถในการรู้จักตนเอง

มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และด้านความสุข ซึ่งความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข

เวลาในการอบรม

กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศ

หน่วยฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี

เนื้อหาเกี่ยวกับความหมายของการควบคุมอารมณ์ตนเอง ความหมายของอารมณ์ ประโยชน์และโทษของอารมณ์ กระบวนการของสมองที่ก่อให้เกิดสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ เหตุการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์ สิ่งทีบ่อกว่ากำลังมีอารมณ์ วิธีการคลี่คลายอารมณ์ รู้จักเห็นใจผู้อื่น ด้านรู้จักใส่ใจผู้อื่น รู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความคิดเห็นอย่างเหมาะสม และด้านรู้จักให้และรู้จักรับ การรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย และการรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ด้านรับรู้อารมณ์ตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ด้านรู้จักใส่ใจผู้อื่น รู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความคิดเห็นอย่างเหมาะสม
3. เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ด้านรู้จักให้และรู้จักรับ การรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย และการรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

มโนทัศน์

การรู้ว่าตนเองกำลังอยู่ในอารมณ์ใด และรู้สาเหตุของการเกิดอารมณ์นั้น และสามารถแยกความถูกต้อง / ไม่ถูกต้อง เหมาะสม / ไม่เหมาะสม ในการตัดสินใจประพฤติปฏิบัติด้วยความมั่นใจและเหมาะสม แม้จะอยู่ภายใต้ภาวะกดดัน จะทำให้ผู้เรียนรู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความคิดเห็นผู้อื่นอย่างเหมาะสม

เวลาในการอบรม

กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ

หน่วยฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความเก่ง

เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจสามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาการสร้างความสัมพันธ์ภาพ และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพรวมทั้งมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนานักเรียนให้รู้ความสามารถของตนเอง รู้จักสร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเอง และมุ่งมั่นไปสู่เป้าหมาย
2. เพื่อพัฒนานักเรียนให้รู้จักและเข้าใจปัญหา สามารถกำหนดขั้นตอนการแก้ปัญหาและ รู้จักยืดหยุ่นเมื่อเผชิญปัญหา
3. เพื่อพัฒนานักเรียนให้รู้จักการสร้างความสัมพันธ์ภาพ กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสมและแสดง ความเห็นที่ขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์กับผู้อื่น

มโนทัศน์

การรู้ว่าคุณมีความสามารถอะไร ช่วยให้มีแรงจูงใจ ผลักดันให้กล้าคิด กล้าตัดสินใจ ในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น และรู้จักการสร้างความสัมพันธ์ภาพ แสดงออกได้อย่าง สร้างสรรค์โดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

เวลาในการอบรม

กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 5 มีแรงจูงใจมุ่งมั่นพยายาม

กิจกรรมที่ 6 ตัดสินใจและแก้ปัญหา

กิจกรรมที่ 7 มีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

หน่วยฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความสุข

เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ในการรู้จักเห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมมั่นในตนเอง และไม่อวดตนและให้เกียรติผู้อื่น มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนานักเรียนให้รู้จักเห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมมั่นในตนเอง ไม่อวดตนและให้เกียรติผู้อื่น
2. เพื่อพัฒนานักเรียนให้รู้จักมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน และพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
3. เพื่อพัฒนานักเรียนให้มีความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข สามารถจัด

กิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขให้รู้จักผ่อนคลาย มีใจสงบ

มโนทัศน์

การรู้ว่าตนเองมีอะไรดี ทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง เกิดความเชื่อมั่นในตนเองแต่ไม่โอวดตน
ก่อให้เกิดความภูมิใจในตนเอง ย่อมทำให้บุคคลมีความพึงพอใจในชีวิต

เวลาในการอบรม

กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 8 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

กิจกรรมที่ 9 เห็นใจผู้อื่น

กิจกรรมที่ 10 ความรับผิดชอบ

หน่วยฝึกอบรมที่ 5 พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

เป็นสถานการณ์ที่จัดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ได้แสดงออกในด้านพฤติกรรมความฉลาดทาง
อารมณ์ทั้ง ด้านเก่ง ดี มีสุข ด้วยการกระตุ้นให้นักเรียนเกิดพลังความคิดจากแรงผลักดันของความฉลาดทาง
อารมณ์ที่เกิดขึ้นในตนเอง และร่วมกันแสดงออกมานจนสามารถปฏิบัติการได้สำเร็จในแต่ละฐาน ซึ่งมี 9 ฐาน

จุดประสงค์

1. เพื่อตรวจสอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่แสดงออกจากสถานการณ์ในด้านความดี
ให้รู้จักเห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมมั่นในตนเอง ไม่โอวดตนและให้เกียรติผู้อื่น
2. เพื่อตรวจสอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่แสดงออกจากสถานการณ์ในด้านความเก่ง
ให้รู้จักมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน และพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่
3. เพื่อตรวจสอบความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนที่แสดงออกจากสถานการณ์ในด้านความสุข
สามารถจัดกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุขให้รู้จักผ่อนคลาย มีใจสงบ

มโนทัศน์

ความฉลาดทางอารมณ์ส่วนใหญ่เกิดด้วยการฝึกฝนตนเอง และการได้รับการชี้แนะ
แนวทางในการพัฒนา แต่ในความเป็นจริงของชีวิต นักเรียนต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คนรอบข้าง
การตรวจสอบพัฒนาการของนักเรียนครั้งนี้ จึงได้จัดสถานการณ์ให้นักเรียนได้เผชิญร่วมกับ
กลุ่ม ทำให้เกิดการรวมพลังคิดดี ทำดี พัฒนาสังคมดี อีคิวดี ชีวิตดี

เวลาในการอบรม

กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 11 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์

หน่วยฝึกอบรมที่ 6 ประเมินพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

เป็นการประเมินผลพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียน เพื่อตรวจสอบพัฒนาการของความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนทุกคนที่เข้ารับการอบรม เพื่อนำผลไปเปรียบเทียบกับผลการประเมินพัฒนาการทางอารมณ์ที่ทำการประเมินไว้ และประเมินความพึงพอใจในหลักสูตรฝึกอบรมที่จัดให้

จุดประสงค์

1. เพื่อประเมินพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ในการพัฒนาทักษะในการดำเนินชีวิต

มโนทัศน์

การรู้จักตนเอง เปิดใจรับรู้ในตัวตน เป็นหนทางนำไปสู่ ความฉลาดรู้ในตนเอง ซึ่งจะทำให้เกิดความตระหนักรู้ถึง ความคิด ความฝัน และความรู้สึกที่แท้จริงของตนเองได้เป็นอย่างดี เกิดจิตสำนึกในการอาสาช่วยพัฒนาบำเพ็ญประโยชน์แก่ส่วนร่วม เป็นทักษะชีวิตที่สำคัญในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคม

เวลาในการอบรม

กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 12 ประเมินพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์

รูปแบบกิจกรรมฝึกอบรม

เพื่อให้การจัดกิจกรรมเข้าถึงแก่นแกนของจิตใจนักเรียน ผู้วิจัยได้ออกแบบขั้นตอนในการจัดกิจกรรมโดยอาศัยหลักคิดจากทฤษฎีเรียนรู้ทางสังคมของเบนดูรา (Bandura, 1977) และทฤษฎีการเรียนรู้แบบร่วมมือ (Cooperative Learning Theory) (Salavin, 1991, citing Grabe, Grabe, 1998, p. 69) และแนวคิดในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ มาออกแบบขั้นตอนของรูปแบบการฝึกอบรมตามหลักสูตร ซึ่งมี 7 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 Awareness	สร้างความตระหนัก
ขั้นที่ 2 Norm	กำหนดตัวบ่งชี้ในการพัฒนา
ขั้นที่ 3 Action Modeling	ขั้นปฏิบัติศึกษาตัวแบบ
ขั้นที่ 4 Cooperative Learning	สมานมิตรเรียนรู้แบบร่วมมือ
ขั้นที่ 5 Non-Ordering	สะท้อนความคิดแบบอิสระ
ขั้นที่ 6 Direct	ตรวจสอบ
ขั้นที่ 7 Achivement	ความสำเร็จ

ขั้นตอนรูปแบบการฝึกอบรม มีดังนี้

ขั้นที่ 1 Awareness สร้างความตระหนัก เป็นขั้นนำเพื่อสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียนรู้ โดยเน้นให้นักเรียนเกิดสมาธิด้วยวิธีต่างๆ เพื่อให้เกิดความพร้อมที่จะรับรู้ และเผชิญสถานการณ์ที่วิทยากรจัดให้

ขั้นที่ 2 Norm เป็นขั้นของการชี้แจงวัตถุประสงค์ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และรูปแบบของกิจกรรมที่จัดในครั้งนี้

ขั้นที่ 3 Action Modeling ขั้นปฏิบัติศึกษาตัวแบบ เป็นขั้นของการจัดให้ผู้เข้ารับการอบรม ได้เผชิญสถานการณ์ โดยพิจารณาจากสื่อวีดิทัศน์ที่นำมาให้ชม เป็นการกระตุ้นความฉลาดทางอารมณ์ด้วยเทคนิคแม่แบบ เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมละทิ้งพฤติกรรมเดิม (Unlearning) ที่มีความคิดเดิม ความเชื่อเดิม พฤติกรรมที่เป็นผลเสียต่อตน พฤติกรรมที่สังคมไม่ยอมรับ หาทางปรับพฤติกรรมของตน

ขั้นที่ 4 Cooperative Learning สหามิตรเรียนรู้แบบร่วมมือ เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมได้ปฏิบัติการกลุ่ม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ (Relearning) ฝึกควบคุมตนเอง ฝึกเอาใจเขามาใส่ใจเรา ฝึกฟัง ฝึกแสดงออกที่ดี และการเรียนรู้เพิ่ม (Learning) ฝึกการทำความเข้าใจภาวะอารมณ์ของคนอื่น ฝึกทักษะทางสังคม ทักษะชีวิต ฝึกการพิจารณาเชื่อมโยงผลอันเนื่องมาจากการกระทำของตนเอง ด้วยกิจกรรมเกมพิชิตEQ

ขั้นที่ 5 Non-Ordering สะท้อนความคิดแบบอิสระ เป็นขั้นที่ผู้เข้ารับการอบรมสะท้อนความคิดแบบอิสระ ไม่ครอบงำทางความคิด จากสิ่งที่ได้จากกิจกรรมที่ได้ทำในขั้นที่ 3 และ 4 ของตนเอง สรุปความคิดเห็นต่างๆที่ได้จากการร่วมกิจกรรมและการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับสมาชิกกลุ่มเป็น

ข้อความรู้สั้นๆจดจำง่าย

ขั้นที่ 6 Direct- reflection ตรวจสอบผลสะท้อนกลับ เป็นขั้นที่ตรวจสอบการนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตประจำวัน โดยการให้เขียนหรือเล่าประสบการณ์ (Intrapersonal Motivation) เป็นการวัดแรงจูงใจภายในเพื่อตรวจสอบถึงแรงผลักดันที่ทำให้แสดงพฤติกรรม โดยการให้เล่าสาเหตุของความรู้สึกลึกซึ้งและแรงบันดาลใจให้แสดงออกมา อาทิ การเขียนความเรียง (Essay Test) การเขียนบันทึกประจำวัน การเล่าเหตุการณ์ที่เคยประสบมา

ขั้นที่ 7 Achivement ความสำเร็จ เป็นขั้นประเมินพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์โดยผู้เข้ารับการอบรมประเมินตนเอง

รูปแบบการฝึกอบรม

หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น



ระยะเวลาในการทดลองใช้หลักสูตร

ผู้วิจัยทำการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ระยะเวลา 6 สัปดาห์ รวม 18 ชั่วโมง ดังนี้

1. หน่วยฝึกอบรมที่ 1 ปฐมนิเทศ สร้างความเข้าใจในกิจกรรมฝึกอบรม และจัดกลุ่มพบผู้ช่วยวิทยากร เวลา 3 ชั่วโมง
 2. หน่วยฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี 3 ชั่วโมง
 3. หน่วยฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความเก่ง 3 ชั่วโมง
 4. หน่วยฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความสุข 3 ชั่วโมง
 5. หน่วยฝึกอบรมที่ 5 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์แบบองค์รวม 3 ชั่วโมง
 6. หน่วยฝึกอบรมที่ 6 ประเมินผลการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ 3 ชั่วโมง
- การจัดกิจกรรมการฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รูปแบบกิจกรรมหลากหลาย โดยใช้วันเสาร์ ระหว่างเวลา 09.00 – 12.00 น. รวมเวลาในการฝึกอบรมรวม 18 ชั่วโมง

สื่อการเรียนรู้

ประกอบด้วย เอกสารหลักสูตร คู่มือการฝึกอบรม เอกสารประกอบการฝึกอบรม สื่อเทคโนโลยีที่ใช้ประกอบการอบรม (VCD) อุปกรณ์ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมเกม

หน่วยฝึกอบรมที่ 1 ปฐมนิเทศ สร้างความเข้าใจในกิจกรรมฝึกอบรม ประกอบด้วย

- 1) ชุดกิจกรรมฝึกอบรม ประกอบด้วย ใบงานที่ 1.1-1.3
- 2) คลิปวิดีโอ นิค วูจิชิก Nick Vumujic ที่โหลดมาจาก You Tube
- 3) สมุดบันทึกอบรมประจำตัวนักเรียน อีคิวดี ชีวิตเป็นสุข

หน่วยฝึกอบรมที่ 2 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี ประกอบด้วย

- 1) ชุดกิจกรรมฝึกอบรม ประกอบด้วย
 - 1.1. ใบกิจกรรมที่ 2 และใบงานที่ 2.1 และ 2.2
 - 1.2 ใบกิจกรรมที่ 3 และใบงานที่ 3
 - 1.3 ใบกิจกรรมที่ 4 และใบงานที่ 4
- 2) วิดีทัศน์ละคร เรื่อง เรื่อง เมื่อฟ้าเปลี่ยนสี
- 3) ชุดอุปกรณ์เกมส์ หีบลูกโป่งปอง
- 4) สมุดบันทึกอบรมประจำตัวนักเรียน อีคิวดี ชีวิตสดใส

หน่วยฝึกอบรมที่ 3 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความเก่ง ประกอบด้วย

1. ชุดกิจกรรมฝึกอบรม ประกอบด้วย ใบกิจกรรมที่ 5 ใบงานที่ 5
2. วิดีทัศน์ เรื่อง บ้านที่ถูกลูกผู้ชาย
3. ชุดอุปกรณ์เกมส์ เปลี่ยนตำแหน่ง อุปกรณ์ บัตรตัวเลข ก้อนอิฐบล็อก ดิควเลข
4. สมุดบันทึกอบรมประจำตัวนักเรียน อีคิวดี ชีวิตสดใส

หน่วยฝึกอบรมที่ 4 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความสุข ประกอบด้วย

1. ชุดกิจกรรมฝึกอบรม ประกอบด้วย ใบกิจกรรมที่ 7 ใบงานที่ 7
2. วิดีทัศน์ เรื่อง ทองล้นหลัง
3. ชุดอุปกรณ์เกมส์
4. สมุดบันทึกอบรมประจำตัวนักเรียน อีคิวดี ชีวิตสดใส

หน่วยฝึกอบรมที่ 5 พัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์แบบองค์รวม ประกอบด้วย

1. ชุดกิจกรรมฝึกอบรม ตามฐานต่างๆ

หน่วยฝึกอบรมที่ 6 ประเมินผลการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ประกอบด้วย

1. เป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน
2. เป็นแบบประเมินความพึงพอใจต่อหลักสูตรฝึกอบรม

การวัดและประเมินผล

กระบวนการวัดและประเมินตามหลักสูตรฝึกอบรมด้านการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ประกอบด้วย การประเมินสมรรถนะ ผู้เข้าฝึกอบรมความฉลาดทางอารมณ์ 3 ส่วน คือ

1. แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์
2. แบบสังเกตพฤติกรรมระหว่างทำกิจกรรมฝึกอบรม
3. แบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกความฉลาดทางอารมณ์หลังการฝึกอบรม
4. ประเมินความพึงพอใจต่อกิจกรรมฝึกอบรม

ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม โดยผู้วิจัยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่น (อายุ 12-17 ปี) ความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (ขงยุทธ วงศ์ภิรมย์ ศานติ์ และคณะ 2547, หน้า 2-5) ลักษณะแบบวัดเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 4 ระดับ ได้แก่ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก ประกอบด้วยข้อความ 52 ข้อ จำแนกออกเป็น

ความฉลาดทางอารมณ์ด้านย่อย 3 ด้าน คือ ด้านดี เก่ง สุข และมีค่าอำนาจจำแนกสามารถแยกผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำออกจาก ผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงได้ทั้งข้อทดสอบรายด้าน คือ ดี เก่ง สุข และคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวม ซึ่งแบบประเมินนี้มีค่าความเที่ยงแบบ Alpha ในด้านดี เก่ง สุข และภาพรวม คือ .75, .76, .81 และ .85 ตามลำดับ และค่าความเที่ยงแบบแบ่งครึ่งในด้านดี เก่ง สุข และภาพรวม คือ .83, .86, .71 และ .84 ตามลำดับ

2. แบบประเมินความพึงพอใจในการฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ หลังฝึกอบรม ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้สร้างขึ้น มีคำถาม 20 ข้อ ด้านเนื้อหาสาระการฝึกอบรม 5 ข้อ ด้านกิจกรรมฝึกอบรม 6 ข้อ ด้านสื่อและอุปกรณ์ 4 ข้อ และด้านการประเมินผล 5 ข้อ ลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ พึงพอใจมากที่สุด พึงพอใจมาก พึงพอใจปานกลาง พึงพอใจน้อย และ พึงพอใจน้อยที่สุด เพื่อประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตรฝึกอบรม

3. แบบสังเกตพฤติกรรมระหว่างฝึกอบรม เพื่อใช้ในการพัฒนาการเกี่ยวกับพฤติกรรม ความฉลาดทางอารมณ์ระหว่างฝึกอบรมเท่านั้น 2 ชุด

3.1 แบบสังเกตความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 3 หน่วย ได้แก่ แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความเก่ง แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความสุข ซึ่งผู้วิจัยออกแบบ โดยการพิจารณาจากการสังเกตตามเกณฑ์พิจารณา 2 ลักษณะ คือ ปฏิบัติได้ 1 ไม่ปรากฏมีการปฏิบัติ ได้ 0

3.2. แบบสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกความฉลาดทางอารมณ์หลังการฝึกอบรม 3 ด้าน ได้แก่ พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความเก่ง พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความสุข ซึ่งผู้วิจัยจัดสถานการณ์ทั้งหมด 9 สถาน โดยการพิจารณาจากการสังเกตตามเกณฑ์พิจารณา 2 ลักษณะ คือ ปฏิบัติได้ 1 ไม่ปรากฏมีการปฏิบัติ ได้ 0

บทบาทของวิทยากรผู้ฝึกอบรม

1. ออกแบบกิจกรรมให้นักเรียนปฏิบัติ โดยเน้นกิจกรรมที่สามารถปฏิบัติและแสดงออกในลักษณะตามเกณฑ์การพิจารณาที่กำหนดไว้
2. จัดทำคู่มือการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเกี่ยวกับรูปแบบจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
3. ประสานกับผู้ช่วยประจำกลุ่ม เตรียมความพร้อมของสื่อ วัสดุ อุปกรณ์ และสถานที่ในการจัดกิจกรรม
4. ดูแลติดตามการปฏิบัติงาน กระตุ้นเสริมแรงให้กำลังใจ ให้ความร่วมมือและให้ความช่วยเหลือ ดูแลอำนวยความสะดวกแก่ผู้ช่วยประจำกลุ่ม และนักเรียนให้เป็นไปตามขั้นตอนกิจกรรม

5. ประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยการสังเกตพฤติกรรม การปฏิบัติของนักเรียน รวมถึงกิจกรรม การอภิปราย และการบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม

บทบาทของผู้ช่วยประจำกลุ่ม

1. ศึกษาคู่มือการจัดกิจกรรมฝึกอบรมเกี่ยวกับรูปแบบจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
2. เตรียมความพร้อมของสื่อ วัสดุ อุปกรณ์ และสถานที่ในการจัดกิจกรรม
3. ช่วยดูแลการแบ่งกลุ่มของนักเรียน กลุ่มละ 5 คน จำนวน 4 กลุ่ม
4. ช่วยอธิบายกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ แก่นักเรียน
5. กระตุ้นเสริมแรงให้กำลังใจ ให้ความร่วมมือและให้ความช่วยเหลือ ดูแลอำนวยความสะดวกแก่ผู้เรียนให้เป็นไปตามขั้นตอนกิจกรรม
6. จุดประกายความคิด เปิดประเด็นเรื่องที่น่าสนใจ เพื่อให้นักเรียนคิดวิเคราะห์ สนใจ อยากรู้ อยากร่วมแสดงความคิดเห็น
7. ให้คำแนะนำปรึกษาด้านวิชาการ เช่น สรุปเพิ่มเติม เพื่อให้ได้แนวคิดการนำเอาความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน
8. ประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยการสังเกตพฤติกรรม การปฏิบัติของนักเรียน รวมทั้งกิจกรรม การอภิปราย และการบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม

บทบาทของผู้เรียน

1. กระตือรือร้น สนใจร่วมกิจกรรมตามคำแนะนำ
2. ผู้เรียนดำเนินการเรียนรู้จากการศึกษาจากใบงาน กิจกรรมการอภิปรายร่วมกับเพื่อนทั้งแบบจับคู่กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่ พยายามแลกเปลี่ยนเรียนรู้ภายในกลุ่ม รวมนำเสนอและแสดงความคิดเห็น
3. ผู้เรียนสามารถอธิบาย ชักถาม เสนอแนะ ช่วยเหลือ และให้กำลังใจสมาชิกในกลุ่ม
4. ผู้เรียนเป็นผู้นำตนเอง ควบคุมตนเองในการเรียนรู้ วางแผนกำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบของสมาชิกในกลุ่มรวมวางแผน แก้ไข ปรับปรุงผลงานจากการศึกษาเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามเป้าหมาย
5. ผู้เรียนช่วยกันประสานงาน กระตุ้นให้สมาชิกในกลุ่มมีส่วนร่วมให้เกียรติไว้วางใจซึ่งกันและกัน

ตารางการจัดกิจกรรมตามหลักสูตร
หลักสูตรฝึกอบรมเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

สัปดาห์	8.00-8.30	8.30-9.30	9.30-10.30	10.31-11.30	11.31-12.00
เสาร์ที่ 1 พ.ย.	สร้างความตระหนัก ชี้แจงกิจกรรม	กิจกรรมที่ 1 ปฐมนิเทศ รู้จักกระชับมิตร			นัดหมายครั้ง ต่อไป
เสาร์ที่ 2 17พ.ย.	สร้างความตระหนัก ชี้แจงกิจกรรม	กิจกรรมที่ 1 ควบคุมอารมณ์และ ความต้องการของตนเอง	กิจกรรมที่ 2 เห็นใจผู้อื่น	กิจกรรมที่ 3 ความรับผิดชอบ	นัดหมายครั้ง ต่อไป
เสาร์ที่ 3 24พ.ย.	สร้างความตระหนัก ชี้แจงกิจกรรม	กิจกรรมที่ 4 มีแรงจูงใจมุ่งมั่น พยายาม	กิจกรรมที่ 5 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	กิจกรรมที่ 6 มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น	นัดหมายครั้ง ต่อไป
เสาร์ที่ 4 1ธ.ค.	สร้างความตระหนัก ชี้แจงกิจกรรม	กิจกรรมที่ 7 ภูมิใจในตนเอง	กิจกรรมที่ 8 ความพึงพอใจในชีวิต	กิจกรรมที่ 9 มีความสุขสงบ	ประเมินผล นัดหมายครั้ง ต่อไป
เสาร์ที่ 5 8ธ.ค.	สร้างความตระหนัก ชี้แจงกิจกรรม	กิจกรรมที่ 10 ทดสอบพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์ ด้วยกิจกรรม 9 ฐาน			ประเมินผล นัดหมายครั้ง ต่อไป
เสาร์ที่ 6 15ธ.ค.	สร้างความตระหนัก ชี้แจงกิจกรรม	เสวนาประเมินผล กิจกรรมฝึกอบรม	ทดสอบพัฒนาการ ความฉลาดทางอารมณ์ ด้วยแบบทดสอบ	กิจกรรมอำลาเพื่อนให้ มิตรภาพและความ ประทับใจ มอบประกาศเกียรติ	

(ตัวอย่าง)

ชุดที่ 2 แนวทางพัฒนาตนเองไปสู่ความดี
(3 ชั่วโมง)

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2

แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี (3 ชั่วโมง)

เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับความหมายของการควบคุมอารมณ์ตนเอง ความหมายของอารมณ์ ประโยชน์และโทษของอารมณ์ กระบวนการของสมองที่ก่อให้เกิดสติปัญญาและความฉลาดทางอารมณ์ เหตุการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์ สิ่งทีบอวกำลังมีอารมณ์ วิธีการคลี่คลายอารมณ์ รู้จักเห็นใจผู้อื่น ด้านรู้จักใส่ใจผู้อื่น รู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม และด้านรู้จักให้และรู้จักรับ การรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย และการรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ด้านรับรู้อารมณ์ตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ด้านรู้จักใส่ใจผู้อื่น รู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม
3. เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ด้านรู้จักให้และรู้จักรับ การรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย และการรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

มโนทัศน์

การรู้ว่าตนเองกำลังอยู่ในอารมณ์ใด และรู้สาเหตุของการเกิดอารมณ์นั้น และสามารถแยกความถูกต้อง/ไม่ถูกต้อง เหมาะสม / ไม่เหมาะสม ในการตัดสินใจประพฤติปฏิบัติด้วยความมั่นใจและเหมาะสม แม้จะอยู่ภายใต้ภาวะกดดัน จะทำให้ผู้เรียนรู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความเห็นใจผู้อื่นอย่างเหมาะสม

เวลาในการอบรม

กิจกรรมปฏิบัติการ (Action) เวลา 3 ชั่วโมง ประกอบด้วย

กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น เวลา 1 ชั่วโมง

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ เวลา 1 ชั่วโมง

ขั้นตอนกิจกรรมฝึกอบรม

ขั้นที่ 1 Awareness สร้างความตระหนัก

1.1 กล่าวทักทายผู้เข้ารับการฝึกอบรมทุกคน และให้ทุกคนนั่งเป็นวงกลม แบบจัดสมาธิ และให้ผู้ช่วยวิทยากรนำถ้วยใส่เทียนลอยน้ำ มาให้วิทยากร โดยวิทยากรกล่าวถึงกระบวนการสร้างสมาธิ โดยการเพ่งเทียนลอยน้ำ และส่งต่อเพื่อนที่อยู่ด้านขวามือ ผู้ที่อยู่ขวามือก่อนรับเทียนให้ยกมือไหว้ขอบคุณเพื่อนที่ส่งให้ คนต่อ ๆ ไปทำเช่นเดียวกัน ระหว่างส่งเทียนครูเปิดเพลง

ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ดั่งดอกไม้บาน
 ภูเขาใหญ่กว้างตั้งสายน้ำจ๋าเย็นเห็นนกกาศอนบางเบา

โดย แม่ชีคันตาสี ฌ เสถียรธรรมสถาน

1.2 แจกกระดาษให้เด็ก ให้เด็กเขียนวงกลมใส่หน้าตา และให้เขียนปาก แสดงความรู้สึกของตนเองในวันนี้ที่มาเข้ารับการอบรม เสร็จแล้วติดลงบนสมุดบันทึกการอบรม ประจำตัว “อีคิวดี ชีวิตมีสุข”

ขั้นที่ 2 Norm ชี้แจงเกณฑ์คุณภาพ

2. วิทยากรชี้แจงความคาดหวังในการอบรมเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ครั้งที่ 2 ชี้แจงสิ่งที่จะอบรมในวันนี้

3. นักเรียนที่เข้ารับการอบรมเข้ากลุ่มพบผู้ช่วยวิทยากรประจำกลุ่ม ตามสีของสายรัดข้อมือริสต์แบนด์ (wristband) ที่แจกให้

ขั้นที่ 3 Action Modeling ขั้นปฏิบัติการศึกษาตัวแบบ

กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

4. นักเรียนผู้เข้ารับการฝึกอบรม ดูวิดีโอทัศน์ ละคร เรื่อง เมื่อฟ้าเปลี่ยนสี

เรื่อง เมื่อฟ้าเปลี่ยนสี

ที่มา : โครงการฟื้นฟูศีลธรรมโลก

เรื่องของสองครอบครัวที่มีภูมิหลังครอบครัวต่างกัน ครอบครัวที่หนึ่งมีทั้งพ่อและแม่ แต่มีปัญหาทะเลาะกันทุกวัน ทำให้พ่อมีเมียน้อย ส่วนครอบครัวที่สองเป็นพ่อแม่แตกต่าง แม่-ลูก อยู่กันตามลำพัง เด็กหญิงทั้งสองคนมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน เด็กหญิงครอบครัวที่หนึ่งชอบช่วยเหลืองานบ้านมีการปฏิบัติดี เด็กหญิงครอบครัวที่สองไม่ช่วยงานและทะเลาะกับแม่ตลอดเวลา ชอบเรียกร้องของสิ่งของตลอดเวลา โดยเฉพาะโทรศัพท์และหนีออกจากบ้าน แต่ภายหลังแม่และลูกสามารถพูดคุยถึงปัญหาที่เกิดขึ้น และปฏิบัติตนเป็นคนดี

เมื่อนักเรียนดูละครจบแล้ว ครูใช้คำถาม 3 คำถาม เพื่อให้

- 1.1. นักเรียนคิดอย่างไรกับสองครอบครัวในเรื่อง
ครอบครัวที่หนึ่ง ครอบครัวของน้องฝ้าย
ครอบครัวที่สอง ครอบครัวของน้องแตน
- 1.2. นักเรียนควรเลือกปฏิบัติแบบลูกของครอบครัวใด เพราะเหตุใด
ครอบครัวที่เลือก คือ.....
เพราะเหตุใด.....
- 1.3. สะท้อนความข้อคิดที่ได้จากละครเรื่องนี้
.....

6. ผู้เข้ารับการอบรมสรุปสิ่งที่ได้จากการดูละครเรื่องนี้

เมื่อนักเรียนดูละครจบแล้ว ครูใช้คำถาม 3 คำถาม เพื่อให้

๑ เด็กหญิงฝ้ายลูกของครอบครัวที่หนึ่ง

- 1.1 สามารถรับรู้อารมณ์ตนเองหรือไม่ เพราะเหตุใด
- 1.2 สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองหรือไม่ เพราะเหตุใด
- 1.3 แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด

๒ เด็กหญิงแตนลูกของครอบครัวที่สอง

- 1.1 สามารถรับรู้อารมณ์ตนเองหรือไม่ เพราะเหตุใด
- 1.2 สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองหรือไม่ เพราะเหตุใด
- 1.3 แสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมหรือไม่ เพราะเหตุใด

ขั้นที่ 4 Cooperative Learning สมานมิตรเรียนรู้แบบร่วมมือเผชิญสถานการณ์

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น เวลา 1 ชั่วโมง

7. นักเรียนแต่ละกลุ่มศึกษาใบงานที่กำหนดให้แล้วลงมือปฏิบัติ

8. นักเรียนบันทึกสิ่งที่เกิดกับตนเอง และสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรม ในสมุดบันทึกการอบรมประจำตัว “อิคิวดี ชีวิตสดใส”

- 8.1 สิ่งที่สมาชิกกลุ่มแสดงออกว่า รู้จักใส่ใจความรู้สึกของเพื่อนอย่างไร
- 8.2 สิ่งที่สมาชิกกลุ่มแสดงออกว่า เข้าใจและยอมรับเพื่อนอย่างไร
- 8.3 สิ่งที่สมาชิกกลุ่มแสดงออกว่า รู้จักแสดงความเห็นใจ

เกมส์ หีบลูกโป่ง

วิทยากร : แบ่งกลุ่มด้วยเกมส์ รวม 5 คน อธิบายวิธีปฏิบัติการเล่นเกมส์

ระยะเวลา 10 นาที

อุปกรณ์ กระบอกท่อน้ำเจาะรูรอบท่อ ถังน้ำ แหล่งน้ำ : สระ/หนอง/บึง ลูกบอลโป่งโป่ง 5 ลูก
วิธีปฏิบัติ

ให้ทุกคนช่วยกันวางแผนเอาลูกโป่งออกจากกระบอกให้ได้ โดยมีกติกาว่าห้ามใช้มือล้วงเข้าไป ห้ามเตะ ห้ามเอียง ห้ามคว้า แต่มีอุปกรณ์ช่วย คือ ถังน้ำและน้ำ (ในสระ) และอุปกรณ์ที่ให้เท่านั้นใช้เวลา 5 นาที

9. หลังจากปฏิบัติการเสร็จแล้วให้สรุปสิ่งที่ได้จากการฝึกอบรมด้วยเกมส์หีบลูกโป่งนี้ตามใบงานที่ 3.1 กิจกรรมกลุ่ม

ขั้นที่ 5 Non-Ordering สะท้อนความคิดแบบอิสระจากกรณีศึกษา

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ เวลา 1 ชั่วโมง

กรณีศึกษา เรื่องกล้าดี

ที่มา : โครงการฟื้นฟูศีลธรรมโลก

เรื่องของเด็กๆ ชุมชน V-star จากหลายโรงเรียน เร็วแรงกล้าๆ ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การออกกำลังกายพัฒนาศักยภาพและศีลธรรมของชุมชน โดยมีพ่อ เป็นผู้นำในการคิดริเริ่มโครงการ ซึ่งทำให้เกิดเหตุการณ์มากมายในเรื่องนี้

ทว่าเรื่องราวไม่เป็นอย่างที่คิด เมื่อพ่อและคุณครูที่ร่วมทำโครงการบางท่านไม่สามารถเดินทางไปค่ายครั้งนี้ได้ เด็กและเยาวชนกล้าดีต่างเกิดคำถามขึ้นในใจ การจัดสรรและแบ่งงานกันอีกครั้ง ทำให้เกิดผู้นำคนใหม่ แต่หัวใจดวงเดิมที่มุ่งมั่นในการนำศีลธรรมไปพัฒนาชุมชนที่ตนกำลังจะไป กิจกรรมและการกิจจึงดำเนินต่อไปด้วยด้วยความสนุกสนาน

ในที่สุด เด็กและเยาวชนกล้าดีก็สามารถทำตามภารกิจที่มุ่งหวังกันได้ไว้ แม้ว่าจะพบอุปสรรค แต่ก็ร่วมกันแก้ปัญหา อีกทั้งยังชักชวนผู้ใหญ่บ้าน ชาวบ้านในหมู่บ้านให้มาร่วมกันทำความดี จากเหตุการณ์นี้ทำให้สะท้อนเรื่องราวบางอย่างแก่ผู้ใหญ่ให้หันกลับมามองตนเอง ตระหนักถึงการสนับสนุนเด็กและเยาวชนในการทำความคิด อีกทั้งยังเชื่อมั่นและยอมรับว่าเด็กและเยาวชนมีความตั้งใจ สามารถรวมตัวกันในการทำความคิดได้จริง ทั้งยังสร้างความเข้าใจอันดีและความสามัคคีของคนในชุมชนให้เกิดขึ้น

10. ให้นักเรียนสรุปว่าได้เรียนรู้สิ่งใดจากกรณีศึกษา เป็นรายบุคคลในสมุดบันทึกการอบรมประจำตัว “อีคิวดี ชีวิตสดใส” ดังนี้

10.1 นักเรียนคิดอย่างไร กับพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้

10.2 นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ในเรื่องของการรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย

10.3 นักเรียนจะปฏิบัติอย่างไรหากเป็นคนหนึ่งในกลุ่มนี้ในเรื่องการรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

11. ประเมินผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียนโดยรวมของกลุ่ม

โดยสรุปสิ่งที่นักเรียนได้รับจากกิจกรรมนี้ ใบงานที่ 4 เชื่อมโยงกับเรื่อง ความเห็นใจผู้อื่น โดยให้สมาชิกผู้เข้ารับการฝึกอบรมอภิปรายกันในกลุ่ม มาอภิปรายรวมในกลุ่มใหญ่ (Mary Gunter, Thomas Estes, Jan Schwab, 1995 อ้างอิงจาก นาดยา ปิณฑนานนท์, 2543, หน้า 50 - 51) ทุกคนจะมีการพัฒนาเขาวงกตไปตามลำดับขั้น จากการมีปฏิสัมพันธ์และประสบการณ์กับสิ่งแวดล้อมตามธรรมชาติและประสบการณ์ที่เกี่ยวกับการคิดเชิงตรรกะและคณิตศาสตร์ (Logico - Mathematical Experience) รวมทั้งการถ่ายทอดความรู้ทางสังคม (social Transmission) วุฒิภาวะ (Maturity) และกระบวนการพัฒนาความสมดุลของบุคคลนั้น (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2545, หน้า 49-50, ทิศนา แจมมณี, 2545, หน้า 90 - 91)

ขั้นที่ 6 Direct ตรวจสอบ

12. เป็นขั้นที่สรุปความคิดเห็นต่างๆที่ได้จากการร่วมกิจกรรมและการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับสมาชิกกลุ่ม เป็นข้อความสั้นๆ จดจำง่าย สำหรับนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตประจำวัน

ขั้นที่ 7 Achievement ความสำเร็จ

13. ประเมินพัฒนาการความฉลาดทางอารมณ์โดยผู้เข้ารับการอบรมประเมินตนเอง

สื่อประกอบการอบรม

1. ชุดกิจกรรมฝึกอบรม ประกอบด้วย

1.1. ใบกิจกรรมที่ 2 และใบงานที่ 2.1 และ 2.2

1.2 ใบกิจกรรมที่ 3 และใบงานที่ 3

1.3 ใบกิจกรรมที่ 4 และใบงานที่ 4

2. วิดีทัศน์ ละคร เรื่อง เรื่อง เมื่อฟ้าเปลี่ยนสี

3. ชุดอุปกรณ์เกมส์ หยิบลูกปิงปอง

4. สมุดบันทึกอบรมประจำตัวนักเรียน อีคิวดี ชีวิตสดใส

สรุปกิจกรรมนี้สอดคล้องกับ ความฉลาดทางอารมณ์

แนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

การรู้ว่าตนเองกำลังอยู่ในอารมณ์ใด และรู้สาเหตุของการเกิดอารมณ์นั้น และสามารถแยกความถูกต้อง / ไม่ถูกต้อง เหมาะสม / ไม่เหมาะสม ในการตัดสินใจประพฤติปฏิบัติด้วยความมั่นใจและเหมาะสม แม้จะอยู่ภายใต้ภาวะกดดัน จะทำให้ผู้เรียนรู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น และรู้จักแสดงความเห็นใจผู้อื่นอย่างเหมาะสม

ใบกิจกรรมที่ 2 Action Modeling ปฏิบัติการศึกษาดัชนีแบบ

กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง



ครอบครัวของฝ้าย มีเทพ (พ่อ), ไหม (แม่) ดูภายนอก ก็ไม่ต่างอะไรกับครอบครัวอื่น ๆ ที่มี
ความเป็นอยู่ปานกลางฝ้ายไม่รู้เลยว่าพ่อกับแม่มีปัญหากันเนื่องจากความเจ้าชู้ของพ่อ ฝ้ายมีเพื่อน
สนิทที่อยู๋บ้านติดกัน ซึ่งแทนเป็นลูกสาวป้าวิไล มีอาชีพรับจ้างซักผ้า แตนเหงาเสมอ ๆ และมี
พฤติกรรมก้าวร้าวบ่อยๆ เพราะขาดความอบอุ่นที่พ่อทิ้งแทนและแม่ไป
วันหนึ่งฝ้ายสมัครเข้าร่วมโครงการฟื้นฟูศีลธรรมโลก และได้ทำกิจกรรมประจำวันตาม
โครงการ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทางที่ดี จนทำให้ครอบครัวข้างแปลกใจ ในสมุด
บันทึกความดีของฝ้าย เขียนข้อดีของพ่อแม่ไว้ และกลายเป็นแรงบันดาลใจให้เทพหันกลับมาใส่ใจ
ครอบครัว กลายเป็นครอบครัวที่มีความรัก ความเข้าใจกัน ส่วนแทน สุดท้ายก็สมัครเข้าร่วม
โครงการ และกลายเป็นเด็กดีเป็นความชื่นใจของแม่

ใบงานที่ 2.2
กิจกรรมที่ 2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง
คำชี้แจงตอนที่ 2 ให้นักเรียนนำความคิดของแต่ละบุคคลมาสรุปรวมกัน ๑ เด็กหญิงฝ่าย ลูกของครอบครัวที่หนึ่ง 1) สามารถรับรู้อารมณ์ตนเองหรือไม่ เพราะ 2) สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองหรือไม่ เพราะ 3) สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมหรือไม่ เพราะ ๑ เด็กหญิงแทน ลูกของครอบครัวที่สอง 4) สามารถรับรู้อารมณ์ตนเองหรือไม่ เพราะ 5) สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองหรือไม่ เพราะ 6) สามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมหรือไม่ เพราะ

ใบกิจกรรมที่ 3 Cooperative Learning สมานมิตรเรียนรู้แบบร่วมมือเผชิญสถานการณ์

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น

เกมส์ หยิบลูกโป่งปอง

วิทยากร : แบ่งกลุ่มด้วยเกมส์ รวม 5 คน อธิบายวิธีปฏิบัติการเล่นเกม

ระยะเวลา 10 นาที

อุปกรณ์ กระบอกท่อน้ำเจาะรูรอบท่อ ถังน้ำ แหล่งน้ำ : สระ/หนอง/บึง

วิธีปฏิบัติ

ให้ทุกคนช่วยกันวางแผนเอาลูกโป่งออกจากกระบอกให้ได้ โดยมีกติกาว่า ห้ามใช้มือล้วงเข้าไป ห้ามเตะ ห้ามตีบ ห้ามเอียง ห้ามคว้า แต่มีอุปกรณ์ช่วย คือ ถังน้ำและน้ำ (ในสระ) ใช้เวลา 5 นาที

คำชี้แจง

3.1. บันทึกขั้นตอนการวางแผนในการนำลูกโป่งออกจากกระบอก

1). กำหนดผู้รับผิดชอบ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2). วางแผนดำเนินการ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบงานที่ 3

กิจกรรมที่ 3 เห็นใจผู้อื่น เวลา 1 ชั่วโมง

3. ผลสำเร็จเกิดขึ้นได้เพราะอะไร

สรุปสิ่งที่นักเรียนได้รับจากกิจกรรมนี้ เชื่อมโยงกับเรื่อง เห็นใจผู้อื่น

3.1. พฤติกรรมที่สมาชิกกลุ่มแสดงออกว่า รู้จักใส่ใจความรู้สึกของเพื่อนอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2. พฤติกรรมที่สมาชิกกลุ่มแสดงออกว่า เข้าใจและยอมรับเพื่อนอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.3. พฤติกรรมที่สมาชิกกลุ่มแสดงออกว่า รู้จักแสดงความเห็นใจ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบกิจกรรมที่ 4 Non-Ordering สะท้อนความคิดแบบอิสระจากกรณีศึกษา

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ เวลา 1 ชั่วโมง

กรณีศึกษา เรื่อง กล้าดี

โดย โครงการฟื้นฟูศีลธรรมโลก

เรื่องของเด็กๆ ชมรม V-star จากหลายโรงเรียน เรียวแรงเส็กๆ ร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การออกค่ายพัฒนาสังคมและศีลธรรมของชุมชน โดยมีก่อ เป็นผู้นำในการคิดริเริ่มโครงการ ซึ่งทำให้เกิดเหตุการณ์มากมายในเรื่องนี้

ทว่าเรื่องราวไม่เป็นอย่างที่คิด เมื่อก่อและคุณครูที่ร่วมทำโครงการบางท่านไม่สามารถเดินทางไปค่ายครั้งนี้ได้ เด็กและเยาวชนกล้าดีต่างเกิดคำถามขึ้นในใจ การจัดสรรและแบ่งงานกันอีกครั้ง ทำให้เกิดผู้นำคนใหม่ แต่หัวใจดวงเดิมที่มุ่งมั่นในการนำศีลธรรมไปพัฒนาชุมชนที่ตนกำลังจะไป กิจกรรมและภารกิจจึงดำเนินต่อไป ด้วยด้วยความสนุกสนาน

ในที่สุด เด็กและเยาวชนกล้าดีก็สามารถทำตามภารกิจที่มุ่งหวังกันได้ไว้ แม้ว่าจะพบอุปสรรค แต่ก็ร่วมกันแก้ปัญหา อีกทั้งยังชักชวนผู้ใหญ่ในบ้าน ชวามันในหมู่บ้านให้มาร่วมกันทำความดีจากเหตุการณ์นี้ทำให้สะท้อนเรื่องราวอย่างแก่ผู้ใหญ่ให้หันกลับมามองตนเอง ตระหนักถึงการสนับสนุนเด็กและเยาวชนในการทำ ความดี อีกทั้งยังเชื่อมั่นและยอมรับว่าเด็กและเยาวชนมีความตั้งใจ สามารถรวมตัวกันในการทำ ความดีได้จริง ทั้งยังสร้างความเข้าใจอันดีและความสามัคคีของคนในชุมชนให้เกิดขึ้น



ใบงานที่ 4

กิจกรรมที่ 4 ความรับผิดชอบ เวลา 1 ชั่วโมง

คำชี้แจง

ให้นักเรียน สรุปสิ่งที่นักเรียนได้รับจากกิจกรรมนี้ โดยให้นักเรียนที่เป็นสมาชิกอภิปราย
กันในกลุ่ม มาอภิปรายรวมในกลุ่มใหญ่

4.1. นักเรียนคิดอย่างไร กับพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้

សាកលវិទ្យាល័យ

4.2. นักเรียนกลุ่มนี้มีพฤติกรรมแสดงออกในเรื่องของการรู้จักรับผิดชอบและให้อภัยอย่างไร

Blank handwriting practice lines.

4.3. นักเรียนกลุ่มนี้พฤติกรรมแสดงออกในเรื่องการรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

แบบสังเกตพฤติกรรมผู้เข้ารับการอบรม

หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 แนวทางพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไปสู่ความดี

กลุ่มที่ ชื่อกลุ่ม.....

คำอธิบาย แบบสังเกตนี้ใช้ในการสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้ารับการอบรมและทำกิจกรรมที่วิทยากรจัดให้ โดยมีเกณฑ์การสังเกตข้อละ 1 คะแนน ดังนี้

ด้านคุณธรรมและความต้องการของตนเอง 1. รับรู้อารมณ์ของตนเอง 2. การควบคุมอารมณ์ 3. ความรับผิดชอบ	ด้าน เห็นใจผู้อื่น 1. รู้จักได้ใจผู้อื่น 2. รู้จักเข้าใจและยอมรับผู้อื่น 3. รู้จักแสดงความเห็นใจ	ด้าน ความรับผิดชอบ 1. ด้านรู้จักให้และรู้จักรับ 2. การรู้จักรับผิดชอบและให้อภัย 3. การรู้จักเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม
--	---	---

คน ที่	ชื่อ -สกุล	ควบคุมอารมณ์และ ความต้องการตนเอง			รวม	เห็นใจผู้อื่น			รวม	ความรับผิดชอบ			รวม	ร้อยละ เฉลี่ย
		1	2	3		1	2	3		1	2	3		
1														
2														
3														
4														
5														
รวม														

บันทึกหมายเหตุ (ถ้ามี)

ลงชื่อ ผู้ช่วยวิทยากรประจำกลุ่ม

(.....)