การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

นางสาวโศภิตา เถนว้อง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)
เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย
The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR)
are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2559
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

MANAGEMENT OF GROUP DYNAMIC ACTIVITIES PROGRAM TO ENHANCE HUMAN RELATIO N FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Miss Sophita Thenwong

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education Program in Health and Physical Education
Department of Curriculum and Instruction
Faculty of Education
Chulalongkorn University
Academic Year 2016
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา
โดย	นางสาวโศภิตา เถนว้อง
สาขาวิชา	สุขศึกษาและพลศึกษา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	รองศาสตราจารย์ ดร. จินตนา สรายุทธพิทักษ์

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญามหาบัณฑิต

.....คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร. บัญชา ชลาภิรมย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุธนะ ติงศภัทิย์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์ ดร. จินตนา สรายุทธพิทักษ์)

.....กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. รัชนี ขวัญบุญจัน)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

โศภิตา เถนว้อง : การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา (MANAGEMENT OF GROUP DYNAMIC ACTIVITIES PROGRAM TO ENHANCE HUMAN RELATION FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ. ดร. จินตนา สรายุทธพิทักษ์, 154 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มีมนุษยสัมพันธ์ระดับปานกลาง จำนวน 46 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 23 คน กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 23 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.93 และแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง 0.95 ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.83 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติทดสอบค่าที ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ผลการวิจัยพบว่า

1) ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

2) ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาควิชา หลักสูตรและการสอน ลายมือชื่อนิสิต .....

สาขาวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

ปีการศึกษา 2559

5683394927 : MAJOR HEALTH AND PHYSICAL EDUCATION
KEYWORDS: GROUP DYNAMIC ACTIVITIES PROGRAM / HUMAN RELATION

SOPHITA THENWONG: MANAGEMENT OF GROUP DYNAMIC ACTIVITIES PROGRAM TO ENHANCE HUMAN RELATION FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS. ADVISOR: ASSOC. PROF. JINTANA SARAYUTHPITAK, Ph.D., 154 pp.

The purposes of this study were to study the effects of management of group dynamic activities program to enhance human relation for elementary school students. The sample was 46 elementary school students. Divided into 2 group with 23 students in the experimental group received the group dynamic activities program to enhance human relation for 8 weeks and 23 students in the control group not received the group dynamic activities program to enhance human relation. The research instruments were composed of the group dynamic activities program to enhance human relation had an IOC 0.93 and the human relations test had an IOC 0.95, the reliability was 0.83 The data were then analyzed by means, standard deviations and t-test by using statistically significant difference at .05 levels.

The research findings were as follows:

1) The mean scores of the human relations of the experimental group students after received the group dynamic activities program to enhance human relation were significantly higher than before at .05 levels.

2) The mean scores of the human relations of the experimental group students after received the group dynamic activities program to enhance human relation were significantly higher than the control group students at .05 levels.

Department:	Curriculum and Instruction	Student's Signature .....
		Advisor's Signature .....
Field of Study:	Health and Physical Education	
Academic Year:	2016	

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจากรองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา สรายุทธพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ในการดูแลเอาใจใส่ให้คำปรึกษา คำแนะนา ข้อคิด ตลอดจนให้ข้อเสนอแนะแนวทางต่างๆ ตรวจทานแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้องและสมบูรณ์ที่สุดทางคุณค่าวิชาการ ตลอดจนการให้กำลังใจมาโดยตลอด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี่

กราบขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุธนะ ติงศภัทิย์ ประธานสอบวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้ข้อคิดและเสนอแนะแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข ทำให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์ อาจารย์สริญญา รอดพิพัฒน์ และอาจารย์ศรานุวัฒน์ ชุ่มชัง ผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คำปรึกษาแนะนำและตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

กราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านเชี่ยวเหลียง และผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านราชกรูด ครูศศิธร สุนทรนนท์ และคณาจารย์โรงเรียนบ้านราชกรูด ที่ อำนวยความสะดวกสนับสนุนและเปิดโอกาสให้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลการวิจัยในครั้งนี้ และขอบคุณนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ให้ความร่วมมือในการวิจัยเป็นอย่างดี

สุดท้ายผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อสง่า เถนว้อง และ คุณแม่พรวดี สุนทรนนท์ อย่างสูงที่ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนด้านการศึกษา อันมีค่ายิ่งโดยตลอดมาจนจบการศึกษา ผู้วิจัยขอมอบวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องบูชาเพื่อทดแทนคุณ

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย ..... ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ ..... จ
กิตติกรรมประกาศ ..... ฉ
สารบัญ ..... ช
สารบัญตาราง 1
สารบัญภาพ 1
บทที่ 1 บทนำ 1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา 1
คำถามการวิจัย 5
วัตถุประสงค์ของการวิจัย 5
สมมติฐานการวิจัย 6
ขอบเขตของการวิจัย 6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย 6
ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย 7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 1
1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ 2
1.1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ 2
1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์ 4
1.3 ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ 5
1.4 กระบวนการและขั้นตอนจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ 6
2. การสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ 11
2.1 ความหมายและความสำคัญของมนุษยสัมพันธ์ 11

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

หน้า

2.2 ลักษณะธรรมชาติของมนุษย์ 12
2.3 ประเด็นความสำคัญของการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ 16
2.4 คุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์ 19
2.5 ภาวะการเป็นผู้นำ (Leadership) 20
3. พัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น 22
3.1 ลักษณะทั่วไปของวัยรุ่นตอนต้น 22
3.2 ปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่น 27
3.3 การสร้างบุคลิกภาพ 28
3.4 ปัจจัยที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีบุคลิกภาพที่ดี คือ 29
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 30
4.1 งานวิจัยในประเทศ 30
4.2 งานวิจัยต่างประเทศ 31
5. กรอบแนวคิดในการทำวิจัย 33
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย 34
ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง 36
ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล 40
ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ 43
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 44
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 63
สรุปผลการวิจัย 63
อภิปรายผลการวิจัย 64
ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย 74
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป 75

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

หน้า

รายการอ้างอิง 76

ภาคผนวก 74

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ 154

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์ 38

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม 41

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 42

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม 45

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 46

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกเป็นรายข้อ 47

ตารางที่ 7 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 50

ตารางที่ 8 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อ 51

ตารางที่ 9 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม 54

ตารางที่ 10 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 55

ตารางที่ 11 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อ 56

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สารบัญภาพ

ภาพที่ 1 กระบวนการจัดการกลุ่มสัมพันธ์ 6

ภาพที่ 2 แผนภาพการพัฒนาตน 16

ภาพที่ 3 กรอบแนวคิดในการวิจัย 33

ภาพที่ 4 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย 35

ภาพที่ 5 แบบแผนการทดลอง 40

ภาพที่ 6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม 59

ภาพที่ 7 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 60

ภาพที่ 8 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 61

ภาพที่ 9 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ 62

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 1
บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษยสัมพันธ์ ช่วยทำให้มนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นสังคม ไม่ว่าสังคมขนาดเล็กหรือขนาดใหญ่ แต่ละคนที่มาอยู่ร่วมกันนั้นต่างก็มีความแตกต่างกัน (Individual) ทั้งในเรื่องความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์ เจตคติ รสนิยม ความคิดเห็น เชาวน์ปัญญา เป็นต้น แต่ถ้าทุกคนสามารถร่วมใจกันระดมความแตกต่างเหล่านี้ แล้วนำมาสร้างสรรค์ ให้เกิดสิ่งที่ดีใหม่ ๆ ขึ้นในสังคมก็จะก่อให้เกิดเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง เพราะการคิดของคนหลายคนย่อมจะรอบคอบกว่า และมีโอกาสผิดพลาดหรือมีน้อยกว่าการคิดคนเดียว ปัญหาจึงอยู่ที่ว่าทำอย่างไรบุคคลหลาย ๆ คนจึงจะสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความเต็มใจ ช่วยกันคิด ช่วยกันทำอย่างเต็มความรู้ ความสามารถของตนเอง และจะต้องก่อให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน มีความรักใคร่ สมัครสมานสามัคคีต่อกัน มีความเคารพ ยอมรับนับถือซึ่งกันและกัน จริงใจต่อกัน มีเจตคติที่ดีต่อกัน มีเป้าหมายร่วมกัน ที่กล่าวมาทั้งหมดคือ การสร้างมนุษยสัมพันธ์ ให้เกิดขึ้นในกลุ่มคนนั้นนั่นเอง มนุษยสัมพันธ์จึงสำคัญมาก ตั้งแต่หน่วยสังคมที่เล็กที่สุด คือ ครอบครัวไปจนถึงหน่วยสังคมที่ใหญ่ที่สุด คือ สมาคมโลก ได้แก่ องค์การสหประชาชาติลงมาจนเป็นประเทศ ถ้าหากสามารถทำให้คนที่มาอยู่รวมกันนั้น มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีความไว้วางใจกัน มีความปรารถนาจะร่วมมือร่วมใจกัน แบ่งหน้าที่กันทำ กำหนดบทบาทหน้าที่ และปฏิบัติหน้าที่ของตนได้อย่างสมบูรณ์ หน่วยงานหรือสังคมนั้นก็จะเป็นระเบียบ มีความสุขความเจริญก้าวหน้าพัฒนาไปสู่ความเป็นสากลได้ มนุษย์ทุกคนสามารถฝึกการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีได้ ถ้ามีความปรารถนา มีความตั้งใจจริง พร้อมที่จะฝึกฝน ศึกษาหาความรู้ ประสบการณ์และนำไปปฏิบัติจริง เพื่อให้เกิดทักษะในการสร้างความสัมพันธ์อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะมนุษยสัมพันธ์เป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ ไม่ได้เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ มนุษยสัมพันธ์จึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ในการเข้ากับคน การเอาชนะใจคน และการครองใจคนทุกระดับ เช่น ผู้บังคับบัญชากับผู้อยู่ใต้บังคับบัญชา เพื่อนกับเพื่อน รวมทั้งคนในครอบครัวด้วย การพูดจาดี ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความเป็นมิตรกับทุกคนเป็นหลักการแรกที่จะพัฒนาความสัมพันธ์ในขั้นต่อไป (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2531; วิจิตร อาวะกุล, 2542)

การสร้างมนุษยสัมพันธ์ให้เกิดขึ้นในกลุ่มคนไม่ว่าจะเป็นกลุ่มใด จะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบของมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งเป็นปัจจัยสนับสนุนหรือเป็นอุปสรรคของความสัมพันธ์ของกลุ่ม แล้วดำเนินการสร้างเสริมพัฒนาและปรับปรุงปัจจัยต่าง ๆ เหล่านั้น ให้เป็นปัจจัยที่เอื้อต่อมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สำหรับองค์ประกอบของมนุษย์สัมพันธ์นี้ พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ มีความเห็นว่ามี 3 ประการด้วยกัน ได้แก่

1) ความเข้าใจตนเอง หมายถึง ความเข้าใจในความต้องการของตนเอง การรู้จุดเด่นจุดด้อยของตน การรู้ถึงจุดที่จะต้องปรับปรุงพัฒนาตน 2) ความเข้าใจบุคคลอื่น หมายถึง การที่บุคคลรู้ถึงความต้องการหรือปัญหาของบุคคลอื่น บุคลิกลักษณะเฉพาะตัวของบุคคลนั้น ๆ และธรรมชาติของคน 3) ต้องยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น ความแตกต่างของบุคคล หมายถึง ลักษณะที่ทำให้คนแต่ละคนไม่เหมือนกันซึ่งแต่ละคนย่อมมีความคิด จิตใจ สติปัญญา ความสามารถ เจตคติ ประสบการณ์ที่แตกต่างกัน สิ่งที่ทำให้มนุษย์เราแตกต่างกันไม่เหมือนกันนั้นมาจากหลายสาเหตุด้วยกันอาจประมวลได้ดังนี้ คือ รูปร่างหน้าตา (Appearance) อารมณ์ (Emotion) นิสัย (Habit) เจตคติ (Attitude) พฤติกรรม (Behavior) ความถนัด (Aptitude) ความสามารถ (Ability) สุขภาพ (Health) รสนิยม (Taste) และสังคม (Social) ความแตกต่างจากสาเหตุดังกล่าวเป็นสาเหตุให้มนุษย์ขัดแย้งกันไม่สามารถเข้ากันหรือสัมพันธ์กันได้ โดยเฉพาะเมื่อขาดความรู้ความเข้าใจ ก็จะเกิดการดูหมิ่นเหยียดหยาม ไม่เคารพสิทธิ ไม่ให้เกียรติ ไม่เคารพนับถือในความแตกต่างกัน แต่ถ้าหากบุคคลได้เข้าใจในเรื่องเหล่านี้แล้ว ความขัดแย้งก็จะลดน้อยลง หรือสามารถขจัดออกไปได้ ความสัมพันธ์กับผู้อื่นก็จะดีขึ้น (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2531; วิจิตร อาวะกุล, 2542; อำนวย แสงสว่าง, 2544)

เมื่อพิจารณาพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้นที่มีอายุระหว่าง 10 – 13 ปี ส่วนมากเด็กในวัยนี้จะอยู่ในโรงเรียน บุคคลที่เด็กเจอและมีปฏิสัมพันธ์บ่อยที่สุดก็คือครูและกลุ่มเพื่อน โดยธรรมชาติของเด็กวัยนี้จะมีพฤติกรรมที่ชอบอยู่รวมกันเป็นกลุ่มในวัยเดียวกัน มีอิสระในการเลือกเพื่อนที่ชอบและสนใจในสิ่งที่คล้าย ๆ กัน ไม่ชอบการอยู่คนเดียวหรือเล่นคนเดียว กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อเด็กวัยนี้มาก วัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม หากมีการปรับตัวที่ดี ก็จะไม่มีผลกระทบต่อการเรียน การงานหรือด้านสังคม ในกรณีที่ปัญหารุนแรงจนส่งผลกระทบต่อด้านต่าง ๆ ที่จัดว่าเป็นปัญหาในการปรับตัว พบได้ร้อยละ 10 – 15 ของวัยรุ่นทั่วไป ฉะนั้นปัญหาที่เข้ามาจึงต้องปรับตัวอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากวัยรุ่นตอนต้นเป็นวัยที่มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย อยากเป็นอิสระ แต่ยังขาดความเชี่ยวชาญในการแก้ไขปัญหาในการพูด การทำงานร่วมกัน จึงทำให้เพลี่ยงพล้ำได้ง่าย วัยรุ่นที่เข้าใจปัญหาในวัยของตนและปรับตัวได้ สามารถดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสม คือ บุคคลที่มีความสุขและมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในอนาคตได้ เด็กวัยรุ่นตอนต้นจึงต้องรู้จักการสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน มนุษยสัมพันธ์จึงมีประโยชน์ในการอยู่ร่วมกันเป็นสังคม และมนุษยสัมพันธ์ทำให้บุคคลเรียนรู้ที่จะยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น และยอมรับบุคคลอื่นบนพื้นฐานของความเป็นมนุษย์เท่ากัน เรียนรู้ที่จะสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกัน ฉะนั้นมนุษยสัมพันธ์จึงมีบทบาทอย่างยิ่งในการอยู่ร่วมกันเองของมนุษย์อย่างสันติสุข (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2531; พัชรีวรรณ แสงเรือง และ รัตโนทัย พลับรู้การ, 2555; สุริยเดว ทรีปาตี, 2556)

ผลการสำรวจของกรมสุขภาพจิตเรื่อง ความเข้มแข็งด้านจิตใจของเด็กอายุระหว่าง 10 – 13 ปี ซึ่งเป็นเด็กวัยเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน 1,732 คน ใน 2 ด้าน คือ การดูแลช่วยเหลือเด็กไทยที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจ โดยใช้แบบประเมินจุดแข็งและจุดอ่อนคัดกรองเด็กกลุ่มเสี่ยง พบว่า เด็กไทยมีปัจจัยความเข้มแข็งด้านจิตใจภายในตัวเองสูง แต่ขาดปัจจัยเสริมทั้งด้านครอบครัว โรงเรียน และชุมชน จึงต้องการให้ผู้ใหญ่รับฟังความคิดเห็นและเลี้ยงดูเด็กอย่างมีเหตุผล และพบว่า เด็กวัยนี้มีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจใน 4 อันดับ ได้แก่ ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนมากที่สุด ร้อยละ 73.9 ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว ร้อยละ 29.6 ปัญหาสมาธิสั้น อยู่ไม่นิ่ง ร้อยละ 27.8 และปัญหาด้านอารมณ์ ร้อยละ 13.9 และพบว่า ปัจจัยที่เด็กประเมินว่าจะช่วยเสริมความเข้มแข็งด้านจิตใจมากที่สุด คือ การสนับสนุนจากครอบครัว และสิ่งที่เด็กคิดว่ามีน้อยและต้องการได้รับมากขึ้น 5 อันดับ ได้แก่ การแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจในสิ่งที่ตัวเองต้องการทั้งในบ้านและชุมชน การมีกิจกรรมสันทนาการนอกหลักสูตร 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ การมีส่วนร่วมทำกิจกรรมทางศาสนาหรือสาธารณะ 1 ครั้งต่อสัปดาห์ และการที่ครอบครัวมีระเบียบกฎเกณฑ์และมีเหตุผล นอกจากนี้ ดลจรัส ทิพย์มโนสิงห์ และรัตโนทัย พลับรู้การ ได้ทำการศึกษาปัญหาทางพฤติกรรมเด็กวัยเรียน อายุ 10 – 12 ปี โดยใช้แบบคัดกรองสอบถามพฤติกรรมจากตัวเด็กในโรงเรียนแห่งหนึ่ง สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า ปัญหาหนึ่งของเด็กที่จะนำไปสู่ปัญหาทางอารมณ์อีกหลายประการ คือ การถูกเพื่อนปฏิเสธในวัยเด็ก เพราะจะทำให้เด็กรู้สึกไม่พอใจในตนเองและสังคม ส่งผลให้เด็กไม่เห็นคุณค่าของตนเอง มีภาวะเครียด รู้สึกโดดเดี่ยว และซึมเศร้าร่วมด้วย นอกจากนี้ ผลที่ตามมาในอนาคตอาจนำไปสู่ปัญหาอื่นได้ เช่น การลาออกจากโรงเรียน การกระทำความผิดทางอาญาของเยาวชน (Juvenile Delinquency) และปัญหาสุขภาพจิต (Mental health Problems) ซึ่งการลาออกจากโรงเรียนนั้นถือเป็นการเอาตัวเองออกจากสังคมเดิมที่เคยอยู่ เด็กที่ไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนจะมีการแก้ปัญหาด้วยการลาออกจากโรงเรียนถึงร้อยละ 25 เมื่อเทียบกับเด็กปกติที่มีอัตราลาออกอยู่ที่ร้อยละ 8 ฉะนั้น ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนจึงเป็นปัญหาที่สำคัญปัญหาหนึ่งสำหรับเด็กวัยนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2553; ดลจรัส ทิพย์มโนสิงห์ และ รัตโนทัย พลับรู้การ, 2555; ปัณณ์พัฒน์ จันทร์สว่าง, 2553)

เมื่อวิเคราะห์หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว ตัวชี้วัดที่ 3 ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน และระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 พบว่า สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัวตัวชี้วัดที่ 1 อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น อย่างไรก็ตามการจัดการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ และความสำคัญของการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นเพียง 1 – 2 คาบในเวลาเรียนตามปกติ ไม่สามารถแก้ไขปัญหาความขัดแย้งกับบุคคลอื่นโดยเฉพาะบุคคลในครอบครัวหรือความ

ขัดแย้งกับเพื่อนได้ การฝึกสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ที่ดี การจัดโปรแกรมกิจกรรมนอกเวลาเรียนให้แก่นักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์จึงเป็นสิ่งที่โรงเรียนควรพิจารณา ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (กระทรวงศึกษาธิการ, 2551)

จากการศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า แนวคิดการจัดโปรแกรมโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ให้แก่นักเรียนระดับประถมศึกษานับว่ามีความเหมาะสมอย่างยิ่ง เนื่องจากกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีจุดเน้นสำคัญในการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ได้แก่ 1) ความใจกว้าง คือ ลักษณะนิสัยของบุคคลที่แสดงออกมาเพื่อพร้อมที่จะรับความคิดใหม่ ๆ มีแนวทางในการแก้ไขปัญหา รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตน ให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นที่ไม่ได้เจตนา ยอมรับความไม่แน่นอนของเหตุการณ์และสิ่งต่าง ๆ เชื่อถือ ไว้วางใจการกระทำและความคิดของผู้อื่น เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน 2) การติดต่อสื่อสาร คือ ลักษณะนิสัยของบุคคลที่มีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น โดยใช้ความสามารถในการพูด การกระทำ หรือการสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเห็นสอดคล้องกันและเกิดความเข้าใจที่ตรงกัน เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพทั้งทางกายและวาจาดี มีความระมัดระวังต่อความรู้สึกของผู้อื่น 3) ความเห็นอกเห็นใจ คือ ลักษณะของบุคคลที่มีลักษณะนิสัยเป็นผู้ที่มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ให้ความร่วมมือหรือร่วมงานกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ การให้ความช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นได้รับความทุกข์ยาก ไม่เห็นแก่ตัวเอง มีความสนใจในปัญหาและความต้องการของผู้อื่น นอกจากนั้นยังตระหนักถึงปัญหาของแต่ละคนซึ่งมีไม่เหมือนกัน และเคารพในสิทธิของผู้อื่น 4) ความรับผิดชอบ หมายถึง ลักษณะนิสัยของบุคคลที่แสดงออกมาโดยการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน มีความพากเพียรพยายาม มีความละเอียดรอบคอบในการทำงาน เอาใจใส่และขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ของตนที่ได้รับมอบหมาย ใช้ความรู้ ความสามารถอย่างเต็มที่ในการทำงาน มีความพยายามที่จะปรับปรุงแก้ไขในการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป มีความตรงต่อเวลาและรักษาคำพูด 5) การควบคุมตนเอง หมายถึง ลักษณะนิสัยของบุคคลที่มีอารมณ์คงที่สม่ำเสมอ ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย ใจคอหนักแน่น ไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญปัญหา ไม่โกรธง่าย เป็นคนที่รู้จักแก้ปัญหาและตัดสินใจอย่างมีเหตุผล มีความเชื่อมั่นในตนเอง ถ้าทำผิดก็ยอมรับผิด ไม่ถือตัวเองเป็นใหญ่ เป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย และแนวคิดการจัดโปรแกรมโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ยังสัมพันธ์กับแนวความคิดพื้นฐาน เรื่องลักษณะธรรมชาติของมนุษย์ซึ่งมี 4 ประการ คือ 1) บุคคลย่อมมีความแตกต่างกัน (Individual Difference) คือ ความแตกต่างกันของแต่ละบุคคลทั้งทางด้านวัฒนธรรม ความคิด สิ่งแวดล้อม พันธุกรรม สติปัญญา อารมณ์ อุดมคติ นิสัยใจคอ รวมทั้งการศึกษาที่มีมาตลอดชีวิต เป็นปัจจัยที่ทำให้บุคคลมีแตกต่างกันทั้งสิ้น 2) การพิจารณาศึกษาบุคคลต้องดูทั้งหมดในฐานะที่เป็นบุคคลคนหนึ่ง (Whole Person) ในแต่ละบุคคลจะมีลักษณะหลาย ๆ อย่างในตัวของตัวเอง ทั้งเรื่องทางกายภาพ ทางจิตใจ การงาน เรื่องส่วนตัว ประสบการณ์ความรู้

ทักษะ ฯลฯ แต่ละเรื่องเป็นเรื่องเดียวกัน มีผลกระทบถึงกัน รวมเป็นตัวของเขาเองทั้งหมด 3) พฤติกรรมของบุคคลนั้นต้องมีสาเหตุ (Caused Behavior) การเรียนรู้ถึงสาเหตุของพฤติกรรมเป็นสิ่งที่จำเป็น ซึ่งเป็นเรื่องของความต้องการ ทั้งทางร่างกายและจิตใจของบุคคล การที่จะมีแรงจูงใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง บุคคลจะต้องมีพฤติกรรมที่ตอบสนองความต้องการเกิดขึ้น ด้วยพฤติกรรมตามความคิดของเขาเอง 4) ศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ (Human Dignity) มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐที่มีสมอง มีความคิด วัฒนธรรม มีสามัญสำนึก ดังนั้นการติดต่อสัมพันธ์กัน จึงต้องมีความเคารพ และตระหนักในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของเขา ไม่ว่าเขาจะเป็นใครมีสถานภาพหรือฐานะอย่างไร เขาก็เป็นมนุษย์เหมือนกับเรา (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2531; วิจิตร อาวะกุล, 2542; อัมพร แต้เกษม, 2539)

จากสภาพปัญหาด้านจิตใจและอารมณ์ของเด็กอายุระหว่าง 10 – 13 ปี ซึ่งเป็นเด็กวัยเรียนระดับประถมศึกษา และจากการศึกษาแนวคิดการจัดโปรแกรมโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ พบว่า มีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้เป็นพื้นฐานในการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาได้ ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

คำถามการวิจัย

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาได้หรือไม่ เพียงใด

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษาโดย

1. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษากับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

สมมติฐานการวิจัย

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะส่งผลให้คะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษาเพิ่มขึ้นโดยพิจารณาจาก

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร คือ นักเรียนระดับประถมศึกษา ภาคปลาย ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนในสังกัดคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 658,140 คน

2. ตัวแปร

2.1 ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

2.2 ตัวแปรตาม คือ คะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การจัดกิจกรรมที่มีลักษณะการทำงานร่วมกันของกลุ่มบุคคลเพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้พฤติกรรมซึ่งกันและกัน นำไปสู่การปรับตัวเข้าหากัน และรู้จักการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การจัดกิจกรรมกลุ่ม เพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งจะแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อย ๆ และมีการทำกิจกรรมร่วมกัน

มนุษยสัมพันธ์ หมายถึง ความสัมพันธ์อันดีต่อกันระหว่างบุคคลทั้งทางกาย วาจาและทางใจ เป็นการอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นหมู่คณะ เพื่อให้เกิดความรักใคร่ยอมรับนับถือ ความเข้าใจซึ่งกันและกัน การให้ความร่วมมือร่วมใจที่ดีต่อกัน ทำให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งคุณลักษณะของผู้มีมนุษยสัมพันธ์ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความใจกว้าง ด้านการติดต่อสื่อสาร ด้านความเห็นอกเห็นใจ ด้านความรับผิดชอบ และด้านการควบคุมตนเอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

นักเรียนระดับประถมศึกษา หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษา โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557

ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

1. ได้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่สามารถนำไปใช้ในการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

2. นักเรียนกลุ่มทดลองมีมนุษยสัมพันธ์ดีขึ้น

3. เป็นแนวทางให้ผู้บริหารโรงเรียนและครูช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาความขัดแย้งกับบุคคลอื่นด้วยการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ไปในทิศทางที่ดีขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 2
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
   - 1.1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
   - 1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์
   - 1.3 ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
   - 1.4 กระบวนการและขั้นตอนจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

2. การสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์
   - 2.1 ความหมายและความสำคัญของมนุษยสัมพันธ์
   - 2.2 ลักษณะธรรมชาติของมนุษย์
   - 2.3 ประเด็นความสำคัญของการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์
   - 2.4 คุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์
   - 2.5 ภาวะการเป็นผู้นำ

3. พัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น
   - 3.1 ลักษณะทั่วไปของวัยรุ่นตอนต้น
   - 3.2 ปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น
   - 3.3 การสร้างบุคลิกภาพ
   - 3.4 ปัจจัยที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีบุคลิกภาพที่ดี

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
   - 4.1 งานวิจัยในประเทศ
   - 4.2 งานวิจัยต่างประเทศ

5. กรอบแนวคิดการวิจัย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

1.1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

นักวิชาการได้กล่าวถึงกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ดังนี้ (เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย, 2554; อุทัย บุญประเสริฐ, 2532)

คำว่ากลุ่มสัมพันธ์ เป็นคำที่แปลมาจากคำในภาษาอังกฤษ คือคำว่า Group Dynamic หรือคำว่า Group Process ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยได้หลายอย่าง เช่น กลุ่มสัมพันธ์ กระบวนการกลุ่ม พลังกลุ่ม พลวัตกลุ่ม ความเคลื่อนไหวหรือการไหวตัวของกลุ่ม กลศาสตร์ของกลุ่ม เป็นต้น แต่คำที่นิยมใช้กันมาก และมีความหมายที่เหมือนหรือใกล้เคียงกัน คือ คำว่า กระบวนการกลุ่ม และคำว่า กลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ หรือกระบวนการกลุ่ม (Group Process) คือ การทำกิจกรรมร่วมกันของกลุ่มคนโดยวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ ซึ่งการดำเนินกิจกรรมนี้มักจะมีวิธีเป็นขั้นเป็นตอน มีการแบ่งบทบาทความรับผิดชอบในการทำงานร่วมกัน และคำว่า พลวัตกลุ่ม พลังกลุ่ม (Group Dynamic) คือ บุคคลในกลุ่มมีการแสดงออก แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวของกลุ่มหรือพลศาสตร์ของกลุ่ม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เป็นกิจกรรมนันทนาการที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับการนำไปใช้เพื่อปรับปรุงพัฒนาการการอยู่ร่วมกันของบุคคล มีผู้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

Cartwright (1968) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ไว้ 3 ความหมาย คือ (1) กลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง การมีส่วนร่วมของสมาชิกในการตัดสินใจ และสิ่งที่พึงได้รับจากเข้าร่วมกลุ่ม ทุกคนจะรวมกลุ่มกันด้วยดี มีความเท่าเทียมกัน และใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ (2) กลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง ชุดของเทคนิค เช่น การเล่นสวมบทบาท (Role Playing) การอภิปรายตามรหัส (Buzz – Sessions) การสังเกต (Observation) การส่งผลย้อนกลับของกระบวนการกลุ่ม (Feedback of Group Process) และการตัดสินใจของกลุ่ม (Group Decision) ซึ่งเทคนิคนี้ใช้ในการอบรมเพื่อปรับปรุงทักษะต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับมนุษยสัมพันธ์ (3) กลุ่มสัมพันธ์ ได้แก่ การสืบสวนสอบสวนเพื่อให้ทราบถึงธรรมชาติของกลุ่ม กฎการพัฒนาของกลุ่มความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

พนม ลิ้มอารีย์ (2529) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ว่า กลุ่มสัมพันธ์ หมายถึง กระบวนการที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันในกลุ่ม ซึ่งในกลุ่มนี้ต้องประกอบไปด้วยบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมาร่วมสังสรรค์ ทำกิจกรรมหรือมาเกี่ยวข้องสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

ทิศนา แขมมณี (2522) ได้กล่าวว่า กลุ่มสัมพันธ์เป็นวิทยาการแขนงหนึ่งซึ่งพยามศึกษาเรื่องเกี่ยวกับกลุ่มคน เพื่อให้ได้ซึ่งความรู้ที่จะนำไปใช้ในการปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติและ

พฤติกรรมของคนอันจะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างความสัมพันธ์และการปรับปรุงการทำงานของกลุ่มคนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) ได้ให้ความหมายของกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ว่า การที่สมาชิกในกลุ่มช่วยกันทำกิจกรรมให้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย กลุ่มสัมพันธ์นี้จะช่วยอธิบายการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่ปรากฏขึ้นภายในกลุ่ม รวมทั้งกระบวนการตีความหมายของพฤติกรรมของบุคคลแต่ละคน โดยอาศัยประสบการณ์กลุ่ม กลุ่มสัมพันธ์ยังช่วยให้เข้าใจกระบวนการทำงานร่วมกัน การเลือกจุดมุ่งหมายของกลุ่ม การเสนอแนะ และประเมินผล วิธีการดำเนินการ การตัดสินใจ การวางแผนเพื่อปฏิบัติ และการดำเนินการตามแผนนั้น

อเนก หงส์ทองคำ (2542) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamic) เป็นกิจกรรมที่ตอบสนองต่อความจำเป็นในการช่วยกระตุ้นและสร้างบรรยากาศที่เปิดกว้าง ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้แสดงออกในรูปแบบต่าง ๆ สามารถนำไปสอดแทรกสาระต่าง ๆ โดยผ่านทางกระบวนการของกลุ่มให้ได้เล่น ได้วิพากษ์ ได้วิจารณ์ วิเคราะห์กันเอง และเพื่อเป็นการศึกษาเรียนรู้ทำความรู้จักระหว่างสมาชิกในกลุ่ม โดยผู้นำนันทนาการจะต้องช่วยเสริม

สมบัติ กาญจนกิจ (2544) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ คือ พลังกลุ่ม เป็นการจัดกิจกรรมให้บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมีกิจกรรมสัมพันธ์กัน มีการสื่อสารและปรับตัวเข้าหากัน ก่อให้เกิดพลังขึ้นภายในกลุ่มโดยวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยในการตัดสินใจร่วมกัน เพื่อพัฒนากลุ่มไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ กิจกรรมนันทนาการกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมการทำงานเป็นทีม การประสานงานร่วมมือของกลุ่มและยังส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้พฤติกรรมของกลุ่ม

นอกจากนี้ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ยังสัมพันธ์กับ การรับรู้ การตอบสนองต่อบุคคลทั้งทางด้านจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องส่งผลกับบุคคลหรือกลุ่มบุคคลกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถดำเนินการได้หลายรูปแบบ เป็นกิจกรรมฝึกอบรม กิจกรรมการเรียนการสอน กิจกรรมสร้างสรรค์ การทำงานร่วมกัน กิจกรรมส่งเสริมภาวะผู้นำและผู้ตาม นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ยังจัดดำเนินการในรูปของเกมเรียกว่า เกมกลุ่มสัมพันธ์ (Group Dynamic Game) หมายถึง เกมทั่วไปที่นำมาใช้จัดให้สมาชิกหรือเจ้าหน้าที่ พนักงาน บุคลากรในองค์กรต่าง ๆ ได้เล่นโดยแฝงด้วยจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์ การเล่นเพื่อให้ผู้เล่นเกิดพัฒนาการด้วยการปฏิบัติงานร่วมกันอันเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาบุคลากรขององค์การนั้น ๆ การจัดเกมกลุ่มสัมพันธ์มักจะใช้สำหรับเป็นส่วนหนึ่งหรือเสริมกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ การจัดอบรม การสัมมนา การประชุม ค่ายพักแรม ค่ายลูกเสือ การเล่นรอบกองไฟ และการจัดในชั้นเรียน

สรุป ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ คือ การทำกิจกรรมร่วมกันของกลุ่มคน โดยมีวัตถุประสงค์ในการสร้างเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ขึ้นระหว่างกลุ่ม

บุคคล/บุคคล สามารถทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุขและประสบผลสำเร็จ ส่งผลให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวมและบุคคล

1.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับกลุ่มสัมพันธ์

Mabry (1980) ได้กล่าวถึง ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

1) ทฤษฎีสนาม (Field Theory)

แนวคิดของทฤษฎีสนามที่สำคัญ คือ ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเกิดมาจากลักษณะของการรวมกลุ่มของบุคคลที่แตกต่างกันมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม การรวมกลุ่มแต่ละครั้ง จะมีปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มในรูปแบบของการกระทำซึ่งแต่ละครั้งความคิดและการปฏิบัติจะแตกต่างกันออกไป สมาชิกในกลุ่มค่อย ๆ ปรับตัวเข้าหากัน พยามยามช่วยกันทำงานให้สำเร็จ และปรับบุคลิกภาพไปพร้อม ๆ กันโดยแต่ละบุคคลจะปรับบุคลิกภาพให้สอดคล้องกัน ซึ่งจะส่งผลให้เกิดพลังของกลุ่ม

2) ทฤษฎีการแลกเปลี่ยน (Exchange Theory)

ทฤษฎีการแลกเปลี่ยน อธิบายถึง ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มที่มีการรวมตัวกันจะทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมที่บุคคลหนึ่งแสดงต่อบุคคลหนึ่งหรือปฏิสัมพันธ์ที่เกิดในรูปแบบของการสื่อสาร ทั้งทางด้านการกระทำ คำพูด เพื่อให้กลุ่มบรรลุวัตถุประสงค์ได้ โดยผลผลิตของกลุ่มเกิดขึ้นจากการแลกเปลี่ยนระหว่างกัน ได้แก่ รางวัล ความสนุกสนาน เพลิดเพลิน สบายใจ มีความกระตือรือร้น และเห็นคุณค่าของการแสดงพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้ การที่บุคคลได้รับคุณค่าหรือรางวัลที่แตกต่างกันออกไป เกิดมาจากการแสดงพฤติกรรมที่มากน้อยต่างกัน

3) ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ (Interaction Theory)

แนวความคิดพื้นฐานของทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ ได้อธิบายถึง ปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มเกิดจากการทำกิจกรรมกลุ่มอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน ซึ่งก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ในทุก ๆ ด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย วาจา และอารมณ์ กิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดปฏิสัมพันธ์ขึ้นภายในกลุ่มจะก่อให้เกิดอารมณ์และความรู้สึกขึ้นในตัวบุคคล

4) ทฤษฎีระบบ (System Theory)

แนวคิดที่สำคัญของทฤษฎีนี้ คือ กลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยโครงสร้างหรือระบบ มีการแสดงบทบาทและกำหนดหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม เปรียบเสมือนกับการลงทุนเพื่อให้ได้ผลลัพธ์อย่างใดอย่างหนึ่ง การแสดงบทบาทตามหน้าที่ของสมาชิกภายในกลุ่ม ทำได้โดยการสื่อสารระหว่างกันภายในกลุ่มและการเปิดเผยต่อกัน

สรุป ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มสัมพันธ์มีจุดเน้นที่สำคัญคือบุคคลมีการรวมกลุ่มกัน ก่อให้เกิดการเรียนรู้ในการทำงานร่วมกัน สมาชิกภายในกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์กัน มีความรับผิดชอบร่วมกัน เพื่อให้กลุ่มประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

1.3 ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

พรรณราย ทรัพยะประภา (2529) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่ช่วยในการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ได้อย่างดี เพราะกิจกิจกรรมกลุ่มมีรูปแบบการเรียนการสอนเป็นกระบวนกรกลุ่มโดยมีขั้นตอนและกระบวนการที่เปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทำงานและมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน จึงส่งผลให้พัฒนาทักษะการอยู่ร่วมกัน อีกทั้งยังปรับปรุงตนเองให้สามารถเข้ากับสังคมที่ใหญ่ขึ้นได้

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย (2554) ได้สรุปประโยชน์ที่ได้จากการทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ไว้ดังนี้

1) เพื่อสร้างความคุ้นเคยและสนิทสนมในกลุ่มสมาชิก กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถดำเนินการได้หลายรูปแบบทั้งเป็นทางการและไม่เป็นทางการ

2) เพื่อส่งเสริมให้บุคคลกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและแสดงออก

3) เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ตลอดจนได้รับความรู้ใหม่เพิ่มเติม

4) เพื่อส่งเสริมความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และใช้ความสามารถวิเคราะห์การเลือกแนวทางการแก้ปัญหา

5) เพื่อให้รู้จักการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น

6) เพื่อให้รู้จักลักษณะของบุคคลทั่วไป โดยเฉพาะความแตกต่างของแต่ละบุคคล

อเนก หงส์ทองคำ (2542) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

1) ทำให้แต่ละคนสามารถเข้าหากันได้อย่างสนิทใจขึ้น

2) ช่วยสร้างบรรยากาศสำหรับการสร้างมิตรภาพที่ดีต่อกัน ไว้วางใจและสนิทสนมกัน เพื่อลดความเครียดที่มีลงได้

3) ช่วยสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ร่วมกัน

4) ช่วยสร้างความคึกคัก สนุกสนาน ความตื่นตัว

กรมพลศึกษา (2555) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

1) เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างเต็มที่

2) การสร้างประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรมรู้จักและสนใจในตัวเองดียิ่งขึ้น

3) สร้างบรรยากาศการเรียนให้ผู้เข้ารับการอบรมสนุกสนานไม่เกิดความรู้สึกว่าถูกสอน และสามารถเรียนรู้ได้ในระยะเวลาอันสั้น

4) เป็นแนวทางในการพัฒนาบุคลากร และการรู้จักแก้ปัญหาทั้งส่วนตัวและส่วนรวม

5) ช่วยให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อกัน มีความเข้าใจ เห็นใจกัน ลดการขัดแย้ง

6) ช่วยส่งเสริมให้การทำงานรวมพลังกันเป็นทีมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

7) ช่วยให้ผลงานเป็นไปตามเป้าหมาย และได้มาตรฐาน เป็นการเสริมสร้างพลังขององค์กรโดยบุคลากรที่ประสิทธิภาพ

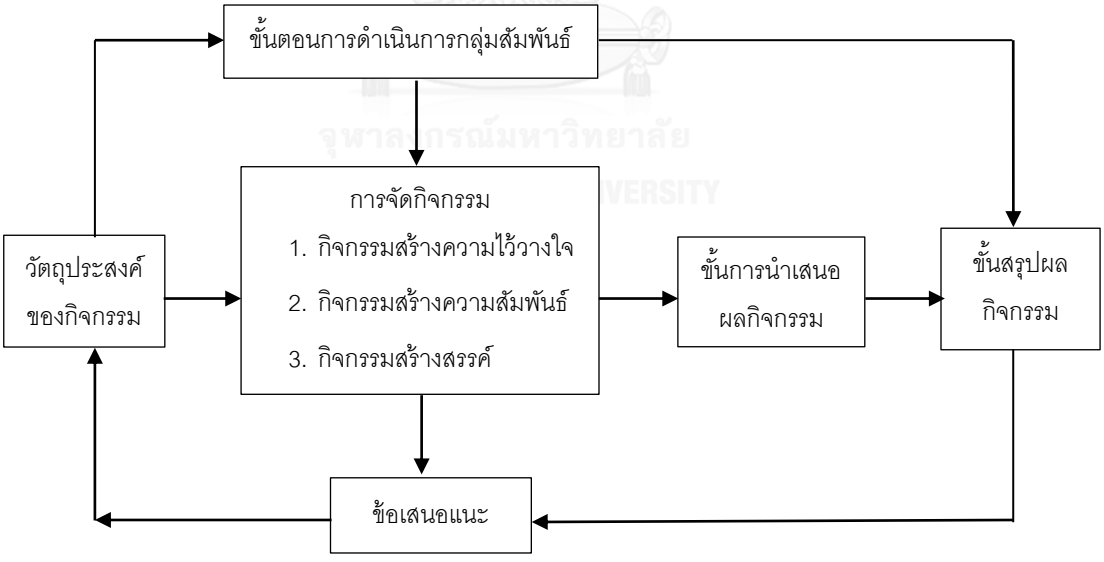
8) ช่วยส่งเสริมในการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและผ่อนคลาย ความตึงเครียด

สรุป ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ก่อให้เกิดความสามัคคีกันในกลุ่ม ก่อให้เกิดมนุษยสัมพันธ์และการทำงานร่วมกันเป็นทีม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้บุคคลได้มีการแสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกัน ลดความเห็นแก่ตัว ช่วยให้มีทัศนคติที่ดีต่อกัน มีความเข้าใจ เห็นใจกัน

1.4 กระบวนการและขั้นตอนจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

กระดำเนินกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของวัตถุประสงค์จำเป็นต้องดำเนินการอย่างเป็นขั้นตอนเพื่อจะปฏิบัติได้สะดวก มีหลักการดำเนินการอย่างชัดเจน เรียกว่ากระบวนการกลุ่มสัมพันธ์

ภาพที่ 1 กระบวนการจัดการกลุ่มสัมพันธ์



ที่มา: เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย, 2554

จากแผนภูมิกระบวนการจัดการกลุ่มสัมพันธ์ จะมีขั้นตอนของกระบวนการเป็นวงจรที่ต่อเนื่องสัมพันธ์กัน โดยเริ่มจากวัตถุประสงค์ของกิจกรรม จะมีเส้นทางของกระบวนการ คือ ขั้นตอน

การดำเนินกิจกรรม 3 ลักษณะกิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมสร้างความไว้วางใจ กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ของบุคคล และกิจกรรมสร้างสรรค์ซึ่งเป็นกิจกรรมกลุ่มซึ่งร่วมกันทำกิจกรรมเพื่อนำเสนอกิจกรรมสู่ขั้นสรุปผลเพื่อสะท้อนกลับข้อเสนอแนะตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

1.4.1 กระบวนการจัดการกลุ่มสัมพันธ์ควรดำเนินการดังต่อไปนี้

1) กำหนดวัตถุประสงค์หรือวิเคราะห์วัตถุประสงค์เพื่อจัดกิจกรรมให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์

2) ขั้นตอนการดำเนินการจัดการกลุ่มสัมพันธ์ โดยตั้งเป้าหมายของกิจกรรมไว้ 3 ขั้นตอน ได้แก่

2.1) กิจกรรมสร้างความไว้วางใจ หมายถึง กิจกรรมที่เข้าร่วมกิจกรรมคลายความกังวลหรือหมดความกังวลในการเข้าร่วมกิจกรรม ไม่ว่าจะเป็นความกังวลใจในสถานะความรู้ความคิด ความสามารถในด้านต่าง ๆ ทั้งร่างกายและสติปัญญา ซึ่งสิ่งเหล่านี้มักจะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องการการปรับตัวเพื่อเข้าสู่กลุ่มบุคคลทั้งรู้จักหรือไม่รู้จักกันมาก่อน ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องหาวิธีการเพื่อให้บุคคลเหล่านี้พร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมต่อไป โดยส่วนใหญ่มักเข้าใจกิจกรรมเบื้องต้นนี้เป็นกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์แล้วที่จริงเป็นเพียงกิจกรรมเริ่มต้นเท่านั้นเอง ซึ่งบางทีเรียกว่า กิจกรรมละลายพฤติกรรม คือ ทำให้เกิดความกลมกลืนในกลุ่มก่อนที่จะทำกิจกรรมที่ซับซ้อนมากขึ้น ลักษณะกิจกรรมสร้างความไว้ใจ ควรมีลักษณะดังนี้

2.1.1 เป็นกิจกรรมที่เข้าใจง่าย และง่ายต่อการปฏิบัติทั้งความคิดและทักษะ

2.1.2 เป็นกิจกรรมที่ไม่มีความซ้ำซ้อนมากนัก เช่น การแนะนำตัวเอง

2.1.3 เป็นกิจกรรมที่ทุกคนทำได้ เช่น กิจกรรมทายลักษณะต่างๆ เช่น การตบมือ

2.1.4 เป็นกิจกรรมการรวมและการแบ่งกลุ่ม เช่น อักษร วันเกิด รวมเงิน เป่ายิงฉุบ

2.1.5 กิจกรรมการทดสอบความสามารถทางกายง่าย ๆ เช่น ความอ่อนตัว การทรงตัว

2.1.6 กิจกรรมเพื่อจับคู่เพื่อมีปฏิสัมพันธ์ เช่น หัวใจครึ่งดวง ชายคู่หญิง

2.2) กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ หมายถึง กิจกรรมที่ทำให้เกิดจุดเริ่มของความสัมพันธ์ของบุคคลที่แสดงออกต่อกลุ่มเป็นกิจกรรมขั้นที่ 2 เมื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความไว้วางใจแล้วจะกล้าแสดงออกซึ่งตัวตนที่แท้จริงไม่ว่าจะเป็นความคิดเห็น ความรู้ ความสามารถ และทักษะด้านต่าง ๆ ต่อกลุ่มโดยเฉพาะผู้ที่ค่อนข้างเก็บตัว ผู้ดำเนินกิจกรรมจำเป็นต้องจัดกิจกรรมสร้างความไว้ใจ (ขั้นที่ 1) จนผู้นั้นเกิดความกล้าหรือลืมตัวเข้ากิจกรรมอย่างเป็นธรรมชาติของบุคคลนั้น ๆ กิจกรรมในขั้นนี้จะทำให้เห็นลักษณะของบุคคลแต่ละบุคคลในกลุ่มมีลักษณะอย่างไร ซึ่งจะส่งผลต่อการดำเนินกิจกรรมในขั้นที่ 3 ซึ่งจำเป็นต้องกำหนดบทบาทของบุคคลในการกิจกรรม

2.2.1) ลักษณะกิจกรรมสร้างสัมพันธ์ควรมีลักษณะดังนี้

(1) เป็นกิจกรรมที่แสดงออกซึ่งลักษณะเฉพาะของบุคคล ได้แก่ความสามารถพิเศษ เช่น การแสดง ขับร้อง การพูดและสนทนา

(2) เป็นกิจกรรมที่มีความซับซ้อนไม่ว่าจะเป็นความคิดหรือทักษะที่มีการกำหนดเงื่อนไขการปฏิบัติมากขึ้น ได้แก่ ปริศนาคำทายที่มีความซับซ้อนของการคิดหาคำตอบการทำกิจกรรม ปฏิบัติที่มีความยาก ความเฉพาะในความสามารถผู้ปฏิบัติ เช่น การเคลื่อนไหว จังหวะหรือคำสั่ง

(3) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมภาวะผู้นำ ได้แก่ ไหวพริบ ปฏิภาณ การแสดงออกถึงภาวะผู้นำ

(4) เป็นกิจกรรมกลุ่มที่มีความซับซ้อนต่อเนื่องของกระบวนการไม่มากนัก ได้แก่ กิจกรรมรวมหรือกิจกรรมลักษณะกลุ่มใหญ่ กิจกรรมผลัดเปลี่ยนต่อเนื่องต่าง ๆ

(5) เป็นกิจกรรมที่ต้องร่วมมือร่วมใจในการทำกิจกรรม เช่น เล่นเกมกีฬาแข่งขันโดยปรับหรือดัดแปลงการเล่นกฎกติกาให้เหมาะกับกลุ่ม

2.3) กิจกรรมสร้างสรรค์ หมายถึง กิจกรรมที่นำมาเป็นกิจกรรมหลักในการดำเนินกิจกรรมหลักในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งลักษณะกิจกรรมต้องเป็นกิจกรรมที่สร้างสรรค์มีกระบวนการปฏิบัติ โดยทำงานร่วมกันมีการใช้ความคิดเพื่อกำหนดบทบาทหรือจัดการร่วมมือกัน ในการทำกิจกรรมให้ประสบผลสำเร็จของกลุ่ม หรือเรียกว่าการทำงานเป็นทีม (Team Work) ซึ่งเป็นหัวใจของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพราะผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะต้องทำกิจกรรมร่วมกันเกิดปฏิสัมพันธ์กันในหลากหลายรูปแบบสุดแต่จะนำกิจกรรมใดมาใช้ดำเนินการ ลักษณะการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกันจะประกอบด้วยการสื่อสารระหว่างบุคคลและกลุ่ม การเกิดภาวะผู้นำ การระดมความคิด การกำหนดบทบาท การแบ่งภาระหน้าที่ การสั่งการ การร่วมมือประสานสัมพันธ์ ความมุ่งมั่นเพื่อส่วนรวม ค่านิยมกลุ่มนิยม ความเสียสละทุมเทสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะสะท้อนให้เห็นลักษณะของกลุ่มที่มีปฏิสัมพันธ์กันของบุคคลในกลุ่มอันเป็นประโยชน์ต่อการนำไปพิจารณาเลือกใช้และแก้ไขปรับปรุงให้พัฒนาต่อไป ไม่ว่าจะเป็นตัวบุคคลหรือกลุ่มองค์กรหรือหน่วยงานก็ตาม

ลักษณะกิจกรรมสร้างสรรค์เป็นกิจกรรมหลักจำเป็นต้องมีการวางแผนของกิจกรรมให้ต่อเนื่องและมีความซับซ้อนของกิจกรรมตามสามารถของกลุ่มอย่างพอเหมาะ เพราะถ้าง่ายเกินไปจะทำให้กิจกรรมไม่สะท้อนผลของการทำกิจกรรม ตรงกันข้ามถ้ายากเกินไปจะทำให้การดำเนินกิจกรรมไม่สำเร็จเท่ากับว่าเกิดความล้มเหลวในการปฏิบัติหน้าที่ สร้างความรู้สึกไม่ดีต่าง ๆ ในการเข้าร่วมกิจกรรม ฉะนั้นผู้นำหรือผู้ดำเนินกิจกรรมต้องใช้ความสามารถในการจัดการกิจกรรมสร้างสรรค์ให้เหมาะสม โดยมีขั้นตอนดังนี้

2.3.1) ลักษณะกิจกรรมสร้างสรรค์มีลักษณะดังนี้

(1) เริ่มจากกิจกรรมในการแบ่งกลุ่มที่มีความซับซ้อนจากง่ายไปยาก เพื่อให้ได้กลุ่มที่มีบุคคลที่มีความกระจายไปในแต่หละกลุ่มอย่างทั่วถึง

(2) กำหนดกิจกรรมตามวัตถุประสงค์ของความต้องการในการจัดการครั้งนี้โดยระบุกิจกรรมที่ต้องการให้สะท้อนผลการร่วมกิจกรรมของกลุ่มอย่างชัดเจน ได้แก่ การวางแผนกิจกรรมเพื่อการสื่อสาร กิจกรรมเพื่อกำหนดบทบาทแบ่งภาระหน้าที่ กิจกรรมที่ต้องการการเสียสละหรือภาวะผู้นำในการสั่งการ กิจกรรมที่ใช้ไหวพริบในการระดมความคิด กิจกรรมสร้างสรรค์ ซึ่งกิจกรรมต่าง ๆ ที่นำมาใช้ต้องสามารถตอบหรือสะท้อนผลการดำเนินการตามหลักการมนุษยสัมพันธ์ เป็นต้น

(3) การจัดกิจกรรมสร้างสรรค์สามารถจัดเป็นกิจกรรมเดียวกันต่อเนื่อง หรือจัดเป็นกิจกรรมย่อย ๆ ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติเป็นกิจกรรมหรือแบ่งเป็นฐานกิจกรรม ขึ้นอยู่กับการกำหนดรูปแบบของการดำเนินการกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ตั้งแต่เริ่มต้น เช่น ใช้กิจกรรม Walk Rally หรือจัดเป็นโครงการกิจกรรม เช่น โครงการมหกรรมกีฬา โดยแต่ละทีมต้องเตรียมการทุกอย่างเพื่อให้ผู้เข้าร่วมการแข่งขันได้ประสบผลสำเร็จ ไม่ว่าจะเป็นนักกีฬา ผู้เข้าร่วมขบวนพาเหรด กองเชียร์ กิจกรรมสมมติเหตุการณ์ขึ้น ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันดำเนินการเพื่อบรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้

(4) ควรมีกิจกรรมที่สัมผัสจับต้องได้โดยเฉพาะการใช้อุปกรณ์ที่ใช้ทำกิจกรรมลักษณะการร่วมกันและการแข่งขัน จะทำให้เกิดกระบวนการของกลุ่มในการทำกิจกรรม

3) ขั้นตอนการนำเสนอผลกิจกรรมเป็นกระบวนการร่วมมือของกลุ่มอีกขั้นตอนหนึ่งเพื่อสะท้อนตามความสัมพันธ์ของกลุ่มว่ามีวิธีการหรือรูปแบบการทำกิจกรรมร่วมกันอย่างไร

4) ขั้นสรุปผลกิจกรรมเป็นหน้าที่ของผู้นำกิจกรรมหรือผู้ดำเนินกิจกรรมต้องสรุปผลกิจกรรมตามหลักการ ทฤษฎีให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม และสอดคล้องกับแนวทางต่าง ๆ ที่นำมาใช้

5) ข้อเสนอแนะ รวบรวมผลการประกอบกิจกรรมทุก ๆ ขั้นตอนนำเสนอเพื่อประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมและองค์กรอีกทั้งนำสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรมเพื่อนำไปใช้ปรับปรุงทั้งผู้ร่วมกิจกรรมและผู้ดำเนินกิจกรรมต่อไป

การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ควรมีขั้นตอนที่เป็นระบบ เพื่อให้มีความสอดคล้องกับการเรียนรู้ โดยมีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้ นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2544)

1) ขั้นการเตรียมการ ผู้นำกิจกรรมต้องศึกษาข้อมูลเบื้องต้น เช่น เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ความสนใจ และจำนวน เป็นต้น แล้วกำหนดจุดมุ่งหมายและขอบเขตของกิจกรรมเพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้รับผลตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ จากนั้นจึงกำหนดรูปแบบและวิธีการถ่ายทอด

2) ขั้นดำเนินกิจกรรม ใช้กระบวนการเดียวกับการสอน คือ มีการนำเข้าสู้กิจกรรมโดยสร้างแรงกระตุ้นให้เกิดการมีส่วนร่วม ผู้นำกิจกรรมจะดึงให้ผู้เข้าร่วมปฏิบัติตามรูปแบบกิจกรรมที่วางไว้ จากนั้นให้มีการอภิปรายร่วมกันถึงความรู้สึก การแสดงความคิดเห็น เพื่อนำไปสรุปตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้

3) ขั้นประเมิน เมื่อดำเนินกิจกรรมเสร็จสิ้นแล้ว ผู้นำกิจกรรมจะต้องประเมินผลว่าตรงตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้หรือไม่ อย่างไร โดยอาจใช้การประเมินจากการสังเกต การใช้แบบสอบถาม หรือการสัมภาษณ์ เป็นต้น

สรุป กระบวนการและขั้นตอนจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ผู้นำกิจกรรมต้องวิเคราะห์วัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ จากนั้นจึงดำเนินการจัดกิจกรรมตามเป้าหมายที่วางไว้ การนำเสนอกิจกรรมหลังจากการทำกิจกรรมจะสะท้อนความสัมพันธ์ของกลุ่มว่าได้ร่วมกันทำกิจกรรมอย่างไร ในขั้นสรุปผลจะเป็นหน้าที่ของผู้นำกิจกรรมที่จะต้องสรุปผลกิจกรรมตามหลักการ ทฤษฎีให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ขั้นสุดท้ายผู้นำกิจกรรมต้องรวบรวมผลการทำกิจกรรมทุก ๆ ขั้นเพื่อนำเสนอให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำไปใช้และปรับปรุงต่อไป

1.4.2 การสรุปกิจกรรม

การสรุปกิจกรรม (เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย, 2554) เป็นหน้าที่ของผู้นำหรือผู้ดำเนินกิจกรรมที่ต้องสรุปการร่วมกิจกรรมโดยใช้หลักทฤษฎีต่างๆ เป็นแนวทางการสรุปผลของการดำเนินการในแต่ละขั้นตอนจนถึงผลงานที่แต่ละกลุ่มสร้างสรรค์ขึ้น ทั้งนี้ต้องสรุปได้ถูกต้องเหมาะสม และที่สำคัญต้องเกิดความพึงพอใจต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม ทุกคนไม่ว่าผู้นั้นจะปฏิบัติได้ดี หรือไม่สามารถปฏิบัติได้ก็ตาม เนื่องจากความแตกต่างของบุคคล ดังนั้น การสรุปการจัดการกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ควรดำเนินกิจกรรมเป็นขั้นตอนดังนี้

1.4.2.1) สร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกัน (กิจกรรมเปิดเผย) กิจกรรมละลายพฤติกรรม

(1) กิจกรรมนำความรู้จักคุ้นเคย กิจกรรมแนะนำตัว

1.4.2.2) ทำกิจกรรมร่วมกันกับผู้อื่นสร้างสัมพันธ์ (เป็นกิจกรรมบุคคล)

(1) กิจกรรมความแตกต่างระหว่างบุคคล

(2) กิจกรรมวิเคราะห์บุคคล

1.4.2.3) กิจกรรมสร้างสรรค์

(1) แสดงความคิดเห็น

(2) กิจกรรมกลุ่มหรือทีม

(3) แบ่งความรับผิดชอบ

(4) กิจกรรมการสื่อสาร

(5) กิจกรรมการบริหารและการจัดการ

1.4.2.4) ได้ผลงานและนำเสนอกิจกรรม

(1) ผลงานเป็นชิ้นงานเชิงปริมาณและคุณภาพ

1.4.2.5) สรุปผลการดำเนินกิจกรรม ตามหลักการและทฤษฎีต่าง ๆ

1.4.3 เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

ศักดิพันธ์ ตันวิมลรัตน์ (2546) ได้อธิบายว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมหนึ่งที่นำมาใช้ในการฝึกอบรม สัมมนา เพื่อเป็นการละลาย พฤติกรรมของบุคคลในกลุ่มที่มีที่มาแตกต่างกัน ให้มีความสัมพันธ์ มีความเป็นมิตรที่ดีต่อกันในกลุ่ม เพื่อจะได้สามารถทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

การจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมละลายพฤติกรรม โดยใช้กิจกรรมหรือเกมเป็นสื่อ มีวัตถุประสงค์สำคัญ คือ เพื่อประโยชน์ในการเรียนรู้ การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ การพัฒนาความคิด สร้างสรรค์และทักษะการทำงานร่วมกัน โดยเน้นที่บรรยากาศและความสัมพันธ์ที่ดี มีความเป็นมิตร และสนุกสนานเป็นสำคัญ

สรุป การสรุปกิจกรรม เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ คือ ผู้ดำเนินกิจกรรมต้องสรุปกิจกรรมโดยใช้ทฤษฎีต่างๆ มาเป็นแนวทางการสรุปผลของการดำเนินการ ให้ถูกต้องเหมาะสม และการจัดกิจกรรมต้องเน้นให้ผู้ที่มีที่มาแตกต่างกันเกิดปฏิสัมพันธ์กันในกลุ่ม สามารถทำงานร่วมกันได้อย่างมีความสุขตามเป้าหมายที่วางไว้

2. การสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

2.1 ความหมายและความสำคัญของมนุษยสัมพันธ์

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2531) ได้ให้ความหมายของมนุษยสัมพันธ์ไว้ว่า พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกต่อกัน ในระบบสังคม จิตวิทยาเป็นศาสตร์ซึ่งศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ ฉะนั้นนักจิตวิทยาจึงให้ความหมายของมนุษย์ในสภาวะการอยู่ร่วมกันในระบบสังคม ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่สอดคล้องกันตามลักษณะของเอกัตบุคคล จากความหมายทั้งสองสาขานี้ เราจะเห็นว่าทั้งสังคมวิทยา และจิตวิทยา ต่างเห็นความหมายของมนุษยสัมพันธ์คล้ายคลึงกัน ว่ามนุษยสัมพันธ์ คือ การสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล เพื่อให้ได้มาซึ่งความรักใคร่ นับถือ ความจงรักภักดี และความร่วมมือ โดยความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล

วิจิตร อาวะกุล (2542) ให้ความหมายไว้ว่า การติดต่อเกี่ยวข้องระหว่างมนุษย์ อันนำไปสู่การสร้างมิตรภาพ รวมทั้งพัฒนาตนเองให้เป็นที่ยอมรับ รักใคร่ของคนทั่วไป พร้อมทั้งยังแสดงให้เห็นถึงลักษณะสำคัญของผู้นำในอนาคตด้วย

ความหมายของมนุษยสัมพันธ์ (Human Relationships) ตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2538) หมายถึง การอยู่ร่วมกันของมนุษย์เป็นหมู่เป็นคณะหรือกลุ่มโดยมีการติดต่อสื่อสารกันระหว่างบุคคลระหว่างกลุ่มเพื่อให้ทราบความต้องการของแต่ละบุคคลหรือกลุ่มรวมไปถึงวิธีการจูงใจและประสานความต้องการของบุคคลและกลุ่มให้ผสมผสานกลมกลืนกันตามระบบที่สังคมต้องการ

สรุป ความหมายของมนุษยสัมพันธ์ คือ ความสัมพันธ์อันดีต่อกันระหว่างบุคคลทั้งทางกาย วาจาและทางใจ เป็นการอยู่รวมกันเป็นกลุ่มเป็นหมู่คณะ เพื่อให้เกิดความรักใคร่ยอมรับนับถือ ความเข้าใจซึ่งกันและกัน การให้ความร่วมมือร่วมใจที่ดีต่อกัน ทำให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

นอกจากนี้ ยังมีผู้ให้ความสำคัญของมนุษยสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2531) ได้กล่าวว่า มนุษยสัมพันธ์นั้นมีบทบาทในการอยู่ร่วมกันในสังคม การสร้างสรรค์บรรยากาศทางมนุษยสัมพันธ์จะช่วยจรรโลงบุคคล และกลุ่มบุคคลไปในทิศทางเดียวกัน ในการปฏิบัติงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ มนุษยสัมพันธ์จึงเป็นปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตของคนทุกคน

มนุษยสัมพันธ์ยังเป็นศาสตร์ที่มีประโยชน์ในการอยู่ร่วมกันเป็นสังคมของมนุษย์ ตั้งแต่ชุมชนจนไปถึงครอบครัว มนุษยสัมพันธ์มีบทบาทความสำคัญอย่างยิ่งต่อการสร้างสถาบันหรือองค์การทางสังคม เพราะจะทำให้มนุษย์เรียนรู้ที่จะยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น และยอมรับบุคคลอื่นบนพื้นฐานของความเป็นมนุษย์เท่ากัน เรียนรู้ที่จะสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกัน คนเก่งที่จะมีความสามารถสูง ถ้าขาดมนุษยสัมพันธ์ก็กลายเป็นบุคคลที่เปล่าประโยชน์ เพราะไม่มีโอกาสที่จะปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มคนและแสดงความสามารถให้ปรากฏแก่กลุ่มคนและความเก่งนั้นก็จะไร้ค่าและหมดความหมายไปในที่สุด เพราะไม่อาจให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวมและสังคมได้ ฉะนั้นมนุษยสัมพันธ์จึงมีบทบาทอย่างยิ่งในการอยู่ร่วมกันเองของมนุษย์อย่างสันติสุข

สรุป ความสำคัญของมนุษยสัมพันธ์ โดยมนุษยสัมพันธ์มีประโยชน์ในการอยู่ร่วมกัน เพราะทำให้มนุษย์ยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างกันของผู้อื่น และอยู่บนพื้นฐานความเท่าเทียมกันของมนุษย์ ทำให้มีความเข้าใจกัน เห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มนุษยสัมพันธ์จึงเป็นพื้นฐานการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ตั้งครอบครัวไปจนถึงสังคมที่ใหญ่ขึ้น

2.2 ลักษณะธรรมชาติของมนุษย์

นักวิชาการได้กล่าวถึงลักษณะธรรมชาติของมนุษย์ ไว้ดังนี้ (Watson. 1930; Edward, 1954; (ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2541)

2.2.1 ความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดของกลุ่มจิตวิทยาเกสตอล “กลุ่มจิตวิทยาเกสตอล” อธิบายว่า ความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์มี 7 ประการคือ

1) มนุษย์ที่สมบูรณ์ประกอบขึ้นด้วยส่วนต่าง ๆ ที่ทำงานประสานกัน คือ ร่างกาย ความคิด ความรู้สึก การรับรู้ ซึ่งส่วนต่าง ๆ เหล่านี้ จะต้องเข้าใจในลักษณะที่สมบูรณ์เป็นตัวบุคคล

2) มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของสภาพแวดล้อม จะเข้าใจบุคคลไม่ได้หากขาดการเข้าใจสภาพแวดล้อมของบุคคลนั้น

3) มนุษย์เป็นผู้เลือกว่าเขาจะตอบสนองกับสิ่งเร้าภายนอกและสิ่งเร้าภายในตัวเขาอย่างไร มนุษย์เป็นผู้แสดงพฤติกรรม

4) มนุษย์มีศักยภาพที่จะรับรู้ สัมผัสในตัวเองได้เกี่ยวกับความคิดความรู้สึกและอารมณ์ของตัวเอง

5) มนุษย์สามารถตัดสินใจได้ เพราะเขาเกิดการรับรู้

6) มนุษย์สามารถรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

7) มนุษย์ไม่สามารถนำตนเองกลับไปสู่อดีตหรืออนาคตได้ เขาสามารถรับรู้เหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ในสภาวะปัจจุบันเท่านั้น

2.2.2 ความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดของ “กลุ่มจิตวิทยาจิตวิเคราะห์” คือ มนุษย์เกิดมาพร้อมกับสัญชาตญาณ (Instinctual Drives) แรงขับดังกล่าวเป็นพลังงานที่สามารถเปลี่ยนแปลงเคลื่อนที่ได้ สัญชาตญาณพื้นฐานคือ สัญชาตญาณแห่งชีวิตและสัญชาตญาณแห่งความตาย พฤติกรรมและการแสดงออกต่าง ๆ ของมนุษย์จะเกี่ยวข้องกับแรงจูงใจที่เป็นไปตามธรรมชาติ พฤติกรรมบางอย่างที่บุคคลแสดงไปโดยไม่รู้สึกตัว เป็นเพราะพลังจากจิตใต้สำนึกกระตุ้นให้บุคคลแสดงออกไปตาม หลักความพึงพอใจของตน อาการป่วยของบุคคลจึงเกิดขึ้นในระดับจิตใต้สำนึก (Unconscious) ทำให้มนุษย์ใช้กลไกในการป้องกันตัวเอง (Defense Mechanism) ความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดของ “กลุ่มพฤติกรรมนิยม” ธรรมชาติของมนุษย์เกิดมามีทั้งดีและไม่ดี มนุษย์ตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมพฤติกรรมทั้งที่ปกติและผิดปกติเป็น ผลมาจากการเรียนรู้ซึ่งการเรียนรู้นี้สามารถทำให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสภาพสิ่งแวดล้อมภายใต้เงื่อนไขต่าง ๆ และสามารถสร้างระบบการเรียนรู้ใหม่ขึ้นได้ มนุษย์มีความสามารถที่จะควบคุมการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง แม้จะตกอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ

2.2.3 ธรรมชาติเกี่ยวกับบุคคล ในเรื่องนี้ อธิบายว่าธรรมชาติเกี่ยวกับบุคคล พอสรุปได้ดังนี้คือ

1) มนุษย์มีธรรมชาติของความเป็นผู้มีเหตุผลและการใช้อารมณ์ บุคคลที่ถูกมองว่าเป็นผู้มีเหตุผลเหมือนคอมพิวเตอร์ที่มีชีวิต คนเป็นผู้มีระบบในการรวบรวมข่าวสารตามที่ต้องการ สามารถวิเคราะห์งานได้ละเอียด และระมัดระวังสามารถชั่งน้ำหนักและประเมินสถานการณ์และรวมถึง ความ

มีเหตุผลในการใช้ความคิด มนุษย์เป็นผู้มีเหตุผลในกระบวนการของข่าวสารใน แนวคิดที่ตรงข้าม มนุษย์เป็นผู้ใช้อารมณ์หรือมนุษย์เป็นผู้ใช้อารมณ์หลากหลายบางคนก็ควบคุมตนเองไม่ได้และขาดสติ

2) มนุษย์มีธรรมชาติในลักษณะพฤติกรรมนิยมกับปรากฏการณ์นิยม นักจิตวิทยา กลุ่มพฤติกรรมนิยม อธิบายว่าการมองบุคคลในการแสดงออกถึงพฤติกรรมต่าง ๆ และเชื่อว่าพฤติกรรมสามารถปรับเปลี่ยนได้ถ้าถูกวางเงื่อนไขให้กระทำได้ พฤติกรรมของมนุษย์สามารถปรับได้ แต่ก็มีนักจิตวิทยาบางท่านที่อาจเห็นว่า บุคคลมีความสามารถตามระดับสติปัญญาของเขาเอง เราไม่สามารถทำนายได้ว่าเขาเป็นอย่างไร เขาอยู่ในโลกของเขา เขามีความเป็นตัวของเขาเอง บุคคลแต่ละคนมีบุคลิกภาพเฉพาะตัว การศึกษาเกี่ยวกับคนต้องศึกษาทุก ๆ ด้าน บุคคลเป็นผู้มีสมรรถภาพมากกว่าที่เรารู้จัก

3) มนุษย์มีธรรมชาติที่จะคำนึงเศรษฐกิจและการรู้จักตนเอง ในหัวข้อนี้อธิบายว่ามนุษย์เป็นผู้มีเหตุผลและใช้เหตุผล การคำนึงถึงสิ่งที่จะสร้างความพึงพอใจของตนเองในการลงทุนและลงแรงน้อยที่สุด ความพึงพอใจไม่ได้หมายถึงความภูมิใจในงานเท่านั้น หากแต่เป็นความรู้สึกถึงความสามารถกระทำสิ่งใด ๆ ได้สำเร็จและบางคนอาจหมายถึงเงินหรือเศรษฐกิจนั่นเอง การที่มนุษย์จะเป็นผู้ที่รู้จักตนเองได้มนุษย์ก็ต้องศึกษาเรื่องของตนเองอย่างละเอียดว่าตนเองต้องการอะไร มีปัจจัยใดบ้างที่ทำให้ตนเองสามารถพัฒนา พฤติกรรมที่เรากระทำอยู่นี้เป็นเหตุเป็นผลเรื่องใด แต่หลายคนคงปฏิเสธไม่ได้ว่าส่วนหนึ่งมาจากเรื่องเศรษฐกิจนั่นเอง

2.2.4 สรุปแนวคิดในเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ คือ

1) มนุษย์เป็นผู้มีศักดิ์ศรี แนวความคิดนี้เชื่อว่ามนุษย์มีความดีงามติดตัวมาตั้งแต่เกิดและมนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพเท่าที่ตนเองต้องการ การเคารพและให้เกียรติกันจึงเป็นสิ่งที่ดี เป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา

2) มนุษย์มีความแตกต่างกัน แตกต่างในเรื่องพันธุกรรม ในเรื่องสิ่งแวดล้อม แตกต่างกัน ในเรื่องการอบรมเลี้ยงดู รวมไปถึงวัฒนธรรมที่ตนเองอยู่ เราไม่เหมือนคนอื่นและคนอื่นก็ไม่เหมือนกับเรา เราก็มีความรู้ความสามารถ ความถนัดอย่างหนึ่ง คนอื่นก็มีความรู้ความสามารถอีกอย่างหนึ่ง ต่างคนต่างมีความรู้ความสามารถที่แตกต่างกันจะให้เขาเหมือนเราและจะให้เราเหมือนเขาคงเป็นไปไม่ได้ หรือในเรื่องเพศต่างกันการกระทำ ความคิด ความสนใจ เจตคติก็แตกต่างกัน ดังนั้นเมื่อรู้ว่ามนุษย์มีความแตกต่างกันเราก็ยอมรับธรรมชาติของแต่ละคน ไม่เอาเขามาเปรียบกับเรา ไม่เอาตัวเราไปตั้งเกณฑ์ประเมินค่าตามคนอื่น อยู่แบบเขาเป็นเขาและเราก็เป็นเรา เคารพและให้เกียรติซึ่งกันและกันชีวิตก็มีค่า ชีวิตก็มีความสุข

3) มนุษย์มีแรงจูงใจในทางที่ดี ที่สูงขึ้นมนุษย์ต้องการที่จะพัฒนาตนเองให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้น มนุษย์มีแรงจูงใจจะทำให้มนุษย์กระทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้ตนเองไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

4) พฤติกรรมของมนุษย์ทุกอย่างต้องมีสาเหตุ มีที่มามีที่ไปบุคคลจะไม่กระทำสิ่งใด ๆ แบบไร้สติ ไร้ความนึกคิด แต่การกระทำของบุคคลมีเหตุผลแห่งการกระทำโดยทั้งสิ้น เช่น คนที่ขยันทำงานอาจมาจากความต้องการผลสัมฤทธิ์ในงาน ต้องการความภูมิใจในตนเอง หรือแม้บางคนอาจต้องการเงินเป็นต้น อย่างไรก็ดีเราไม่สามารถเข้าใจพฤติกรรมของคนอื่นว่ามาจากสาเหตุใด แต่ว่าเราทราบสิ่งที่ตัวเราเป็น ตัวเรากำลังจะทำอะไร การที่จะเป็นและการที่จะทำจะต้องมีพื้นฐานที่ชอบธรรม มีคุณธรรมกำกับ มีมโนธรรมสอนใจซึ่งจะทำให้เราเป็นคนที่ดีมีสุข และมนุษย์ก็รู้ว่าสิ่งที่ตนเองกระทำมีสาเหตุมาจากอะไร

5) มนุษย์มีความต้องการ ความต้องการของมนุษย์จะเริ่มจากสิ่งที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตและเมื่อความต้องการนั้น ๆ ได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลก็จะมีความต้องการในลำดับที่สูงขึ้นตามลำดับ เช่น ต้องการความรัก ต้องการเกียรติยศชื่อเสียง ฯลฯ

6) มนุษย์มีความต้องการพัฒนาการชีวิต การพัฒนาการของมนุษย์จะพัฒนาการเป็นไปตามช่วงวัย วัยต่าง ๆ ของมนุษย์จะทำให้เห็นการพัฒนาบุคลิกภาพของมนุษย์ตามช่วงวัย ถ้าบุคคลที่มีการพัฒนาการปกติ พัฒนาการบุคลิกภาพก็จะเพิ่มขึ้น หรือพัฒนาตามอายุ หรือตามช่วงวัยเช่นเดียวกัน เช่น พัฒนาการบุคลิกภาพของวัยผู้ใหญ่ย่อมจะดีกว่าวัยรุ่น แต่อย่างไรก็ดีพัฒนาการที่เป็นไปตามลำดับขั้นก็จะสร้างเสริมบุคลิกภาพของบุคคลให้เป็นรอยประสบการณ์ของบุคคลด้วย

7) มนุษย์ต้องการการพักผ่อน การนอนหลับหรือแม้แต่การไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจก็เป็น การทำให้ชีวิตสดชื่นขึ้น ยามใดที่บุคคลทำงานจนลืมนึกถึงตนเอง ยามนั้นความเหนื่อยความเมื่อยล้าทำให้ประสิทธิภาพของบุคคลลดน้อยถอยลง นั่นเป็นสิ่งที่เตือนว่าถึงเวลาที่ต้องพักผ่อนแล้ว

8) มนุษย์เป็นสัตว์สังคม มนุษย์ต้องการเพื่อน ต้องการกลุ่ม ต้องการสมาคม ไม่มีใครอยู่คนเดียวในโลก เราไม่ได้เกิดจากกระบอกไม้ไผ่ เราทุกคนมีพ่อมีแม่ มีคนหลายคนเลี้ยงดูเรา มีหลายคนที่ดูแลอบรมให้การศึกษาเรา การมีเพื่อน การมีกลุ่มจะทำให้เราไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ยามทุกข์หรือสุข มีใครสักคนที่พร้อมจะฟังเราอยู่ข้าง ๆ เรานี่แหละที่มนุษย์เป็นสัตว์สังคม

9) มนุษย์ต้องการขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรม มีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันมีกรอบในการดำเนินชีวิตตามกระแสของสังคมและประเทศชาติ และสิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยในการปลูกฝังเจตคติ ค่านิยม แนวคิด การตัดสินใจ รวมไปถึงการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้บุคคลแตกต่างกันด้วย

10) มนุษย์มีความต้องการ การอยากรู้อยากเห็น การอยากเข้าใจในสิ่งที่ตนเองไม่รู้ ดังนั้นมนุษย์ต้องเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเอง และตอบคำถามความอยากรู้ การใคร่จะรู้ด้วยตนเอง และการอยากรู้อยากเห็น ในแต่ละบุคคลก็แตกต่างกันด้วย

สรุป ลักษณะธรรมชาติของมนุษย์ มนุษย์มีความสามรถที่จะพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพเท่าที่ต้องการ รวมไปถึงมนุษย์มีความแตกต่างกันทั้งวัฒนธรรม การเลี้ยงดู ฯลฯมนุษย์จึงต้อง

ให้เกียรติ เคารพสิทธิซึ่งกันและกัน พฤติธรรมของมนุษย์ต้องมีสาเหตุ มีที่มาที่ไป ไม่ทำแบบไร้สติ และมนุษย์ทุกคนมีความต้องการซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต และมนุษย์เป็นสัตว์สังคม ต้องการเพื่อน ไม่ต้องการอยู่คนเดียว ซึ่งการมีกลุ่มจะทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว

2.3 ประเด็นความสำคัญของการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

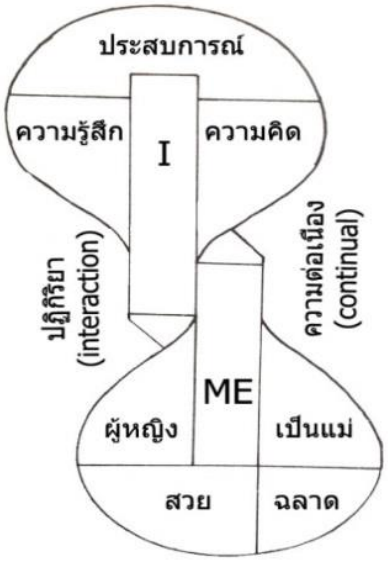
พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2531) ได้กล่าวถึง ประเด็นความสำคัญของการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ไว้ดังนี้

2.3.1 การพัฒนาศักยภาพของตน (Self – Development) ได้แก่การศึกษาพัฒนาตนเองตามศักยภาพให้ดีที่สุดทั้งทางร่างกาย จิตใจ และบุคลิกภาพเพื่อให้ตนเป็นสมาชิก ที่มีประสิทธิภาพของสังคมและเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น และสังคมโดยส่วนรวม และเพื่อการดำรงชีวิตอย่างสันติสุขของตนเอง

การพัฒนาตนและความหมายของตน ซึ่งความเป็นตนนั้นมี 2 ลักษณะ คือ ตนที่เป็นผู้กระทำ คือ “I” เป็นเหตุ องค์ประกอบของ “I” คือความคิด ความรู้สึก ประสบการณ์ และตนที่เรียกว่า “ME” คือ ลักษณะตนที่แสดงออกอันเป็นผลจากเหตุ

ตนทั้ง “I” และ “ME” นั้นรวมกันคือ “SELF” และเมื่อเราทราบว่า “ตน” (self) นั้นคือที่รวมของพฤติกรรมและการกระทำทั้งหมดของบุคคลแต่ละคนซึ่งประกอบรวมกันเป็นตัวบุคคล ดังรูปแผนภูมิต่อไปนี้

ภาพที่ 2 แผนภาพการพัฒนาตน



ที่มา: พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2531

การพัฒนาตนอาจกระทำได้ เป็นขั้นตอนดังต่อไปนี้

1) วิเคราะห์ตน ตนจะพัฒนาตนได้นั้นต้องรู้จักตนก่อน และต้องค้นหาเอกลักษณ์ของตน กำจัดจุดบอดหรือจุดปฏิเสธตนออกไปให้มากที่สุด ยอมรับตามสภาพความเป็นจริง ดูบทบาทของเราว่าเราเป็นอะไรบ้าง นักเรียน น้อง พี่ และวิเคราะห์ดูบทบาทของเราตามหน้าที่ที่จะต้องกระทำให้ถูกต้องหรือไม่ บกพร่องตรงไหน

2) พัฒนาตน ได้แก่ การพัฒนาบุคลิกภาพของตน การพัฒนาตนนั้นเราอาจพัฒนาไปพร้อมกันทั้ง 2 ลักษณะคือทั้งรูปธรรม นามธรรม หรือพัฒนาไปทีละขั้นตอนก็ได้ คือพัฒนารูปธรรมแล้วค่อย ๆ พัฒนาทางนามธรรมก่อนที่จะพัฒนาบุคลิกภาพนั้น และต้องเข้าใจความหมายของบุคลิกภาพก่อน ซึ่งได้มีผู้ให้ความหมายบุคลิกภาพ (Personality) ไว้ด้วยคำจำกัดความต่าง ๆ กัน สรุปได้ว่า บุคลิกภาพ คือ คุณลักษณะต่าง ๆ ที่รวมกันเป็นตัวบุคคลและแสดงออกในการปรับตน ลักษณะพฤติกรรมของบุคคลนั้น บุคลิกภาพ แตกต่างจากอุปนิสัย (Character) อุปนิสัยเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ เป็นส่วนในจิตใจที่ควบคุมการแสดงออกของบุคลิกภาพ บุคคลบางคนอาจมีบุคลิกภาพที่แสดงออกน่านับถือ แต่ถ้าได้คุ้นเคยใกล้ชิดและรู้จักบุคคลนั้นอย่างแท้จริง แต่อาจพบว่าบุคคลนั้นมีอุปนิสัยน่ารังเกียจ แต่คนที่มีอุปนิสัยดีน่าคบ อาจแสดงออกซึ่งบุคลิกภาพไม่ดีก็ได้ ฉะนั้นในการพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง เราต้องพัฒนาทั้งส่วนที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม การที่มีบุคลิกภาพภายนอกดีอย่างเดียวนั้นไม่อาจทำให้ประสบความก้าวหน้าในชีวิตการงานได้ การพัฒนาที่ดีต้องพัฒนาทั้งบุคลิกภาพภายนอกอันเป็นรูปธรรม และพัฒนาบุคลิกภาพภายใน รวมไปถึงอุปนิสัยอันเป็นนามธรรมด้วย

2.1) พัฒนารูปธรรม คือการพัฒนาตนในด้านรูปธรรม คือ การพัฒนาลักษณะที่แสดงออกภายนอก (Extrinsic Value) อันได้แก่ การแต่งกายสะอาด สวยงาม กิริยามารยาทดีงาม

2.2) พัฒนานามธรรม คือการพัฒนาจิตใจ อุปนิสัยของบุคคลนั่นเอง

2.3.2 การเรียนรู้ความรับผิดชอบ (Responsibility) ได้แก่ การเรียนรู้ความรับผิดชอบตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ในการปฏิบัติงานในการทำงานร่วมกัน เพื่อให้งานนั้นบรรลุเป้าหมายอย่างดีที่สุด ที่จริงแล้วประวัติการเคลื่อนไหวของมนุษยสัมพันธ์ ก็คือ ประวัติของความรับผิดชอบของความเป็นผู้นำนั่นเอง

2.3.3 การติดต่อสื่อสาร (Communications) ได้แก่การศึกษาวิธีการติดต่อสื่อสารเช่นไรจึงทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในกลุ่ม ให้กลุ่มได้มีความเห็นสอดคล้องกันและมีความเข้าใจตรงกัน ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับการใช้เวลาในการสื่อสารของชาวอเมริกัน ซึ่งพบว่าประมาณ 70% ของเวลาตื่นนอนใช้ในการสื่อสารทางถ้อยคำ (Verbal Communication) (พูด ฟัง อ่าน และเขียนตามลำดับ) นั้นคือใช้เวลาประมาณวันละ 10 – 11 ชั่วโมง แม้ว่าจะใช้เวลาในด้านนี้มาก แต่ตามทักษะในด้านนี้ก็ยังมีไม่สูง

การสื่อสารดีทำให้เกิดเพื่อน เกิดความเข้าใจอันดี และทำให้ความต้องการของแต่ละฝ่ายบรรลุผล ในวงการธุรกิจปัญหาร่วมกันที่สำคัญยิ่งปัญหาหนึ่งก็คือ ทำอย่างไรจึงจะสามารถทำให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพสูงขึ้น ผู้ที่มีการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ คือผู้ที่สามารถให้ข้อเท็จจริง ความเห็น ความคิดอย่างพอเพียง ด้วยความพยายามน้อยที่สุด และมีทักษะสูงสุด

2.3.4 การจูงใจ (Motivation) ได้แก่ การศึกษาการจูงใจตนเองและการจูงใจผู้อื่นให้มีทัศนคติตรงกัน มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน เพื่อจุดประสงค์ในการทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ รวมตลอดจนถึงการจูงใจตนเองให้มีระเบียบและความรับผิดชอบ คำว่า “การจูงใจ” ตามความหมายของนักจิตวิทยา หมายถึง บางสิ่งบางอย่างที่เกิดขึ้นภายใน อินทรีย์ซึ่งถูกกระตุ้นให้เกิดการกระทำ และเป็นการกระทำที่มีเป้าประสงค์ เมื่อถามว่าทำไมนาย ก. จึงทำสิ่งนั้น และไม่ทำสิ่งนี้ เป็นการถามเกี่ยวกับ ทิศทางของการกระทำ (Direction of Action) และเมื่อถามว่า ทำไมนาย ก. จึงนั่งทำงานนั้นจนถึงตีสองตีสามมาทุกคืนตั้งหนึ่งสัปดาห์แล้ว เป็นการถามเกี่ยวกับ ความมุ่งหน้าไม่ลดละของการกระทำ (Persistence of Action) การศึกษาเกี่ยวกับการจูงใจก็คือ การศึกษาเกี่ยวกับทิศทางของการกระทำ และความมุ่งหน้าไม่ลดละของการกระทำ

2.3.5 การเห็นใจหรือเข้าใจความต้องการของผู้อื่น (Empathization) ได้แก่ การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ศึกษาความแตกต่างของแต่ละบุคคล ตระหนักถึงปัญหาของแต่ละคนซึ่งไม่เหมือนกัน การเรียนมนุษยสัมพันธ์ตามประเด็นสำคัญ (Basic Themes) นั้นต้องเรียนในลักษณะที่นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและในการประกอบอาชีพของตนเอง มนุษยสัมพันธ์จึงมีเนื้อหาเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะ คือ

1) มนุษยสัมพันธ์เป็นศาสตร์ ซึ่งศาสตร์ หมายถึง วิทยาการ หรือความรู้อันมีการจัดระเบียบที่พึงเชื่อถือได้ และสามารถค้นคว้าหาความจริงได้ อย่างมีระเบียบแบบแผน และเป็นระบบ ฉะนั้นมนุษยสัมพันธ์ซึ่งเป็นศาสตร์ที่มีเนื้อหาของวิชาต่าง ๆ เช่น สังคมวิทยา จิตวิทยา ศาสนวิทยา ปรัชญา และศาสตร์อื่น ๆ ผสมผสานกันในเรื่องเกี่ยวกับคน และวิธีปฏิบัติต่อคนโดยวิธีทางวิทยาศาสตร์ จึงจัดว่าเป็นศาสตร์ชนิดหนึ่ง ที่ศึกษาเกี่ยวกับมนุษยสัมพันธ์และความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์

2) มนุษยสัมพันธ์เป็นศิลปะ ด้วยมนุษยสัมพันธ์เป็นศาสตร์ที่ศึกษาถึงการใช้ศิลปะในพฤติกรรมที่แสดงออกของคนต่อคนและต่อระบบสังคม ซึ่งมีวิธีการที่แตกต่างกันและเพราะมนุษยสัมพันธ์เป็นศาสตร์ที่เกิดจากการ บูรณาการของวิทยาการสายาต่าง ๆ ทางสังคมศาสตร์เข้ามาผสมผสานให้กลมเกลียวกัน จึงเป็นศิลปะอย่างหนึ่งที่จะใช้ศาสตร์เหล่านี้ให้เหมาะสมกับบุคคลและสภาพการณ์ที่แตกต่างกันออกไป

สรุป ประเด็นความสำคัญของการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ มนุษยสัมพันธ์ เป็นศาสตร์และศิลป์ในการสร้างเสริมความสัมพันธ์อันดี ระหว่างบุคคลเพื่อให้ได้มาซึ่งความรักใคร่นับถือ และ

ความร่วมมือกัน ซึ่งการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ คือ การพัฒนาศักยภาพของตน การเรียนรู้ความรับผิดชอบ การติดต่อสื่อสาร การจูงใจ และการเห็นอกเห็นใจหรือเข้าใจความต้องการของผู้อื่น

2.4 คุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์

อัมพร แต้เกษม (2539) ได้สรุปคุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์ ไว้ 5 ด้าน ดังนี้

1) ความใจกว้าง คือ ลักษณะนิสัยของบุคคลที่แสดงออกมาเพื่อพร้อมที่จะรับความคิดใหม่ ๆ มีแนวทางในการแก้ไขปัญหา รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตน ให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นที่ไม่ได้เจตนา ยอมรับความไม่แน่นอนของเหตุการณ์และสิ่งต่าง ๆ เชื่อถือไว้วางใจการกระทำและความคิดของผู้อื่น เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน

2) การติดต่อสื่อสาร คือ ลักษณะนิสัยของบุคคลที่มีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น โดยใช้ความสามารถในการพูด การกระทำ หรือการสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเห็นสอดคล้องกันและเกิดความเข้าใจที่ตรงกัน เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพทั้งทางกายและวาจาดี มีความระมัดระวังต่อความรู้สึกของผู้อื่น

3) ความเห็นอกเห็นใจ คือ ลักษณะของบุคคลที่มีลักษณะนิสัยเป็นผู้ที่มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น ให้ความร่วมมือหรือร่วมงานกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ การให้ความช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นได้รับความทุกข์ยาก ไม่เห็นแก่ตัวเอง มีความสนใจในปัญหาและความต้องการของผู้อื่น นอกจากนั้นยังตระหนักถึงปัญหาของแต่ละคนซึ่งมีไม่เหมือนกัน และเคารพในสิทธิของผู้อื่น

4) ความรับผิดชอบ หมายถึง ลักษณะนิสัยของบุคคลที่แสดงออกมาโดยการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน มีความพากเพียรพยายาม มีความละเอียดรอบคอบในการทำงาน เอาใจใส่และขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ของตนที่ได้รับมอบหมาย ใช้ความรู้ ความสามารถอย่างเต็มที่ในการทำงาน มีความพยายามที่จะปรับปรุงแก้ไขในการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป มีความตรงต่อเวลาและรักษาคำพูด

5) การควบคุมตนเอง หมายถึง ลักษณะนิสัยของบุคคลที่มีอารมณ์คงที่สม่ำเสมอ ไม่เปลี่ยนแปลงง่าย ใจคอหนักแน่น ไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญปัญหา ไม่โกรธง่าย เป็นคนที่รู้จักแก้ปัญหาและตัดสินใจอย่างมีเหตุผล มีความเชื่อมั่นในตนเอง ถ้าทำผิดก็ยอมรับผิด ไม่ถือตัวเองเป็นใหญ่ เป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย

สรุป คุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์ ผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต้องมีคุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์ 5 ด้าน ดังนี้ ด้านความใจกว้าง คือผู้ที่พร้อมที่จะยอมรับความคิดเห็นใหม่ ๆ ที่แตกต่างกันของผู้อื่น ด้านการติดต่อสื่อสาร คือ ลักษณะของผู้ที่สามารถสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยการ

สื่อสารด้วยคำพูดหรือการกระทำได้ดี ด้านความเห็นอกเห็นใจ คือ ลักษณะของผู้ที่มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ ด้านความรับผิดชอบ คือ ลักษณะของผู้ที่ขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ด้านควบคุมตนเอง คือ ลักษณะของผู้ที่ใจคอหนักแน่นเมื่อเผชิญกับปัญหา ไม่โกรธง่าย มีอารมณ์คงที่สม่ำเสมอ

2.5 ภาวะการเป็นผู้นำ (Leadership)

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ (2531) ได้กล่าวถึงภาวะการเป็นผู้นำ ไว้ดังนี้

ได้มีผู้ให้ความหมายของผู้นำไว้มาก แต่ความหมายโดยสรุปผู้นำ คือ ผู้ที่มีอิทธิพลต่อกิจกรรมของกลุ่มที่จะนำกิจกรรมไปสู่วัตถุประสงค์ ผู้นำอาจเป็นบุคคล หรือกลุ่มคนซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนในกลุ่ม ผู้นำไม่จำเป็นต้องมีสติปัญญาเหนือทุกคนในกลุ่มเสมอไป ผู้นำโดยทั่วไปมี 2 ลักษณะ คือ

1) ลักษณะการเป็นผู้นำติดตัวมาตั้งแต่เกิด (Born Leader) เช่นลูกชายประธานบริษัท ซึ่งจะต้องมารับมรดกเป็นประธานบริษัทคนต่อไป หรือ ราชโอรส ราชธิดา ที่ต้องเป็นผู้สืบพระราชวงศ์ของกษัตริย์

2) ผู้นำจากการเรียนรู้ฝึกฝน (Earned Leader) การเป็นผู้นำชนิดนี้ ต้องศึกษา ฝึกฝนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้คุณลักษณะของผู้นำ

คุณสมบัติของผู้นำที่ดีนั้น ได้มีผู้ศึกษาไว้เป็นจำนวนมาก แต่ที่ควรกล่าวถึง คือ เมร์ สมิท (May Smith) และ เซอร์ วอลเตอร์ พัคคี (Sir Walter Puckey) จากการศึกษาของ เมร์ สมิท และ เซอร์ วอลเตอร์ พัคคี สรุปได้ว่า คุณสมบัติผู้นำที่ดีได้ดังต่อไปนี้

1) มีความเฉลียวฉลาด มีไหวพริบ ทันคน (Intelligence) เพื่อจะสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าและปัญหาต่าง ๆ ได้ดี

2) มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่โลเล (Self Confidence) ผู้นำที่ดีต้องมีความมั่นใจ ไม่ใช่ฟังแต่ความคิดเห็นของผู้อื่น แต่จะต้องใคร่ครวญในการตัดสินใจอย่างถี่ถ้วนก่อน

3) มีความเด็ดขาดในการตัดสินใจ (Good Decision Making) จะต้องกล้าที่จะตัดสินใจในปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเด็ดขาด ต้องกล้าผจญผลดีกับผลร้ายที่จะเกิดขึ้นได้จากการตัดสินใจ

4) มีกำลังใจเข้มแข็ง (Strong Will Power) มีกำลังใจที่เข้มแข็งจริงจังในการทำงานที่ตั้งใจทำไม่ท้อถอยโดยง่าย ต้องมีพลังบันดาลใจที่แกร่งกล้า

5) มีปฏิภาณไหวพริบดี (Impulsive) ผู้นำที่ดีต้องสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างฉับไว รู้วิธีโต้ตอบสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างทันท่วงทีและถูกต้อง

6) มีความรอบรู้ (Will – Rounded) มีหูกว้าง ตากว้าง สนใจในสถานการณ์รอบด้าน แลมีวิญญาณ ใฝ่รู้ดี ศึกษาสิ่งต่าง ๆ รอบตัวอยู่เสมอ พร้อมทั้งต้องใจกว้างด้วย

7) มีความรับผิดชอบและตื่นตัวอยู่เสมอ (Responsibility) มีความรับผิดชอบสูงต่องานในหน้าที่ และตื่นตัวต่อสภาพการณ์รอบด้านเสมอ ต้องศึกษาสภาพการณ์ต่าง ๆ ที่มีผลต่องานที่รับผิดชอบ

8) มีความสุภาพ เมตตากรุณา และมีความเห็นใจผู้ใต้บังคับบัญชา (Generous, Kind and Sympathy) มีความสุภาพทั้งกายและวาจา รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา ให้ความเมตตาต่อผู้ใต้บังคับบัญชา และครอบครัวของเขา

9) มีความซื่อสัตย์และความยุติธรรม (Royalty and Justice) ต้องให้ความยุติธรรม ความเสมอภาคต่อผู้ปฏิบัติงาน ไม่ลำเอียงเข้าข้างผู้ใดเป็นพิเศษ เมื่อมีความชอบก็ต้องให้ทุกคนเท่าเทียมกัน เมื่อมีความผิดก็ต้องลงโทษเหมือนกัน

10) นอกจากเป็นผู้นำแล้ว ต้องมีความสามารถที่จะสอนผู้อื่นได้ (Good Instructor) จะต้องรู้วิธีมอบงานให้คนทำแล้ว ต้องมีความสามารถที่จะอธิบายวิธีการทำงานหรือสอนให้เขารู้จักการทำงานได้ด้วย เพราะการที่จะเป็นผู้นำที่ดีนั้นต้องศึกษางานในหน้าที่ของตน และ ต้องรู้งานพอที่จะสอนผู้อื่น

11) มีศรัทธาต่อคนในกลุ่ม (Faith) ต้องให้ความไว้ใจและศรัทธาต่อผู้ร่วมงานและศรัทธาในงานที่ทำเองเสียก่อนจึงจะนำผู้ร่วมงานได้

12) มีอารมณ์ขัน (Sense of Humor) ผู้ที่นำที่ดีต้องไม่มีแต่อำนาจ แต่ต้องมีอารมณ์ขันสอดแทรกให้เหมาะเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์ และทำให้ไม่เครียดเกินไปในการทำงาน

นอกจากข้อเสนอแนะคุณสมบัติของผู้นำที่ดีแล้ว ยังมีลักษณะที่ควรหลีกเลี่ยงของผู้นำดังต่อไปนี้ คือ

1) เอาแต่อารมณ์ฉุนเฉียว อิจฉาริษยา

2) หลงและหวงอำนาจ

3) มีความกลัวในความจริง ไม่กล้าตัดสินใจในสิ่งที่ควร

4) มีปมด้อยคอยข่มผู้อื่น ขาดความเชื่อมั่นในตน

5) หูเบา ไม่มีเหตุผล

6) ไม่มีความยุติธรรม

7) ใช้อำนาจ

เพราะถ้าผู้นำใดมีคุณสมบัติที่พึงหลีกเลี่ยงนี้ จะไม่สามารถนำกลุ่มชนหรือสังคมไปสู่ความสำเร็จได้ และการเป็นผู้นำก็จะอยู่ได้ไม่นาน เพราะการยอมรับจากตัวผู้ตาม

สรุป ภาวะการเป็นผู้นำ ในการทำงานของกลุ่มผู้นำของกลุ่มย่อมมีความสำคัญที่สุดต่องานของกลุ่ม ผู้นำมีอิทธิพลต่อผลผลิตของกลุ่ม มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงของกลุ่ม การสร้างค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติต่อกลุ่ม ผู้นำมีบทบาทต่อการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติงาน การดำเนินงานของ

กลุ่มและความก้าวหน้าของสมาชิกของกลุ่ม ผู้นำที่ดีจะนำกลุ่มให้เจริญก้าวหน้า ส่วนผู้นำที่ไม่ดีอาจจะชักจูงกลุ่มไปในทางที่ไม่ถูกไม่ควรได้ ความสำคัญของผู้นำอีกประการหนึ่ง คือความรับผิดชอบในด้านการควบคุมมนุษย์ หรือการสร้างมนุษย์สัมพันธ์ในกลุ่มนั้นตั้งแต่แก้ปัญหาข้อขัดแย้งจูงใจให้สมาชิกกลุ่มรู้จักรับผิดชอบในด้านหน้าที่ ปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพสูง ก่อให้เกิดบูรณาการระหว่างเป้าหมายของหน่วยงานกับบุคคล

3. พัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น

นักวิชาการได้กล่าวถึงพัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น ดังต่อไปนี้ (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2557; สุริยเดว ทรีปาตี, 2556; อนัญญา สินรัชตานันท์, 2555; อนุชา จำปามณี, 2556) ได้แบ่งพัฒนาการของวัยรุ่นออกเป็น 3 ช่วง ซึ่งมีวัยรุ่นตอนต้น (10 – 13 ปี) วัยรุ่นตอนกลาง (14 – 16 ปี) และวัยรุ่นตอนปลาย (17 – 19 ปี) ทั้งนี้เพื่อจะชี้ให้เห็นถึงลักษณะที่เด่นเป็นพิเศษของวัยรุ่นแต่ละช่วงซึ่งมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจนในด้านความรู้สึกนึกคิด และความสัมพันธ์กับบิดามารดา ดังนี้

1) วัยรุ่นตอนต้น (10 – 13 ปี) เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทุกระบบโดยจะมีความคิดหมกมุ่นกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ซึ่งจะส่งผลกระทบไปยังจิตใจทำให้อารมณ์หงุดหงิดและแปรปรวนง่าย

2) วัยรุ่นตอนกลาง (14 – 16 ปี) เป็นช่วงที่วัยรุ่นจะยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นหนุ่มเป็นสาวได้แล้ว มีความคิดที่ลึกซึ้ง (Abstract) จึงหันมาใฝ่หาอุดมการณ์และหาเอกลักษณ์ของตนเองเพื่อความเป็นตัวของตัวเองและพยายามเอาชนะความรู้สึกแบบเด็ก ๆ ที่ผูกพันและอยากจะพึ่งพาพ่อแม่

3) วัยรุ่นตอนปลาย (17 – 19 ปี) เป็นเวลาของการฝึกฝนอาชีพตัดสินใจที่จะเลือกอาชีพที่เหมาะสมและเป็นช่วงเวลาที่จะมีความผูกพันแน่นแฟ้น (Intimacy) กับเพื่อนต่างเพศสภาพทางร่างกายเปลี่ยนแปลงเติบโตโดยสมบูรณ์เต็มที่และบรรลุนิติภาวะในเชิงกฎหมาย

3.1 ลักษณะทั่วไปของวัยรุ่นตอนต้น

โดยทั่วไปเด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นเร็วช้าต่างกันโดยที่เด็กผู้หญิงจะเข้าสู่การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายก่อนเด็กผู้ชายประมาณ 2 ปี ซึ่งมักพบว่าวัยรุ่นหญิงจะมีร่างกายสูงใหญ่ เป็นสาวน้อยแรกรุ่น ในขณะที่พวกเด็กผู้ชายยังดูเป็นเด็กชายตัวเล็ก ๆ ทำให้ทั้งสองฝ่ายเกิดความสับสนและวิตกกังวลได้ เด็กผู้หญิงอาจกังวลว่าตนเองไม่หยุดสูงเสียทีในขณะที่เด็กผู้ชายก็เกิดความกังวลว่าทำไมตัวเองจึงไม่สูงใหญ่

3.1.1 การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย

1) ขนาดและความสูง ในวัยเด็กทั้งเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายจะมีความกว้างของไหล่และสะโพกใกล้เคียงกัน แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น ผู้ชายจะมีอัตราเร็วในการเจริญเติบโตของไหล่มากที่สุดทำให้วัยรุ่นผู้ชายจะมีไหล่กว้างกว่าในขณะที่วัยรุ่นผู้หญิงมีอัตราการเจริญเติบโตของสะโพกมากกว่าผู้ชายนอกจากนี้การที่วัยนี้มีการเจริญเติบโตสูงใหญ่ได้รวดเร็วโดยเฉพาะที่คอแขนขา มากกว่าที่ลำตัวจะทำให้วัยรุ่นรู้สึกว่าตัวเองมีรูปร่างเก้งก้างน่ารำคาญ และการเจริญเติบโตหรือการขยายขนาดของร่างกายในแต่ละส่วน อาจเกิดขึ้นไม่พร้อมกันหรือไม่เป็นไปตามขั้นตอนเช่นร่างกายซีกซ้ายและซีกขวาเจริญเติบโตมีขนาดไม่เท่ากันในระยะแรก ๆ ซึ่งเป็นเหตุทำให้เด็กตกอยู่ในความวิตกกังวลสูงได้จึงควรให้ความมั่นใจกับวัยนี้

2) ไขมันและกล้ามเนื้อ เด็กผู้ชายและเด็กผู้หญิงมีความหนาของไขมันที่สะสมอยู่ใต้ ผิวหนังใกล้เคียงกัน จนกระทั่งอายุประมาณ 8 ปีจะเริ่มมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว วัยรุ่นชายจะมีกำลังของกล้ามเนื้อมากกว่าวัยรุ่นผู้หญิงพละกำลังของกล้ามเนื้อจะแข็งแรงขึ้น หลังจากนั้นวัยรุ่นชายจะมีไขมันใต้ผิวหนังบางลงพร้อม ๆ กับมีกล้ามเนื้อเพิ่มมากขึ้นและแข็งแรงขึ้นซึ่งจะทำให้วัยรุ่นชายดูผอมลงโดยเฉพาะที่ขาน่องและแขน สำหรับวัยรุ่นหญิงถึงแม้ว่าจะมีการเพิ่มขึ้นของกล้ามเนื้อแต่ขณะเดียวกันจะมีการสะสมของไขมันใต้ผิวหนังเพิ่มขึ้นอีกโดยที่น้ำหนักจะเพิ่มได้ถึงร้อยละ 25 ของน้ำหนักโดยเฉพาะไขมันที่สะสมที่เต้านมและสะโพกประมาณร้อยละ 50 ของวัยรุ่นหญิงจะรู้สึกไม่พอใจในรูปลักษณ์ของตน และมักคิดว่าตัวเอง "อ้วน" เกินไปมีวัยรุ่นหลายคนที่พยายามลดน้ำหนักจนถึงขั้นที่มีรูปร่างผอม แห้ง

3) โครงสร้างใบหน้าช่วงนี้กระดูกของจมูกจะโตขึ้นทำให้ดั้งจมูกเป็นสันขึ้นกระดูกขากรรไกรบนและขากรรไกรล่างเติบโตเร็วมากในระยะนี้ เช่นเดียวกับกล่องเสียงลำคอและกระดูกอัยลอยด์และพบว่าในวัยรุ่นชายจะเจริญเติบโตเร็วกว่าวัยรุ่นหญิงชัดเจน เป็นเหตุให้วัยรุ่นชายเสียงแตก

4) การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนทั้งฮอร์โมนการเติบโต (Growth Hormone) และฮอร์โมนจากต่อมธัยรอยด์มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตรวมทั้งฮอร์โมนทางเพศนอกจากระดับฮอร์โมนจะมีผลโดยตรงต่อการเจริญเติบโตทางร่างกายและอวัยวะเพศในวัยรุ่น แล้วตัวของมันเองยังส่งผลถึงความรู้สึกทางอารมณ์และจิตใจ ปฏิกิริยาการเรียนรู้ ฯลฯ ในวัยรุ่นอีกด้วย วัยรุ่นที่จะผ่านช่วงวิกฤตนี้ได้จะต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพร่างกายที่เปลี่ยนไปแล้วยังต้องเข้าใจและควบคุมอารมณ์ความรู้สึกที่พลุ่งพล่านขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนต่าง ๆ อีกด้วยโดยเฉพาะต่อมไขมันใต้ผิวหนังและต่อมเหงื่อจะทำหน้าที่เพิ่มมากขึ้นเป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาเรื่อง "สิว" และ "กลิ่นตัว" แต่เนื่องจากวัยนี้จะให้ความสนใจเกี่ยวกับร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และมีความระมัดระวังตัวเองมาก จึงทำให้วัยรุ่นพยายามที่จะรักษา "สิว" เป็นอย่างมาก ทั้ง ๆ ที่ "สิว" จะเป็นปัญหาในช่วงวัยนี้แค่ระยะสั้น ๆ เท่านั้น

5) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศวัยรุ่นหญิงมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วงระยะ 1 ปีก่อนที่จะมีประจำเดือน โดยเฉพาะการเจริญเติบโตของเต้านมซึ่งเริ่มมีการขยายในขนาดเมื่ออายุประมาณ 8 – 13 ปีและจะใช้เวลา 2 – 2 ปีครึ่ง จึงจะเจริญเติบโตเต็มที่ในช่วงอายุ 11 – 13 ปี วัยรุ่นหญิงส่วนใหญ่ ร้อยละ 80 จะมีรูปร่างเป็นสาวเต็มตัว ดังนั้นในวัยรุ่นตอนต้นจะเห็นว่าวัยรุ่นสาวจะมีรูปร่างสูงใหญ่เป็นสาวแรกรุ่น ในขณะที่ผู้ชายยังดูเป็นเด็กชายตัวเล็ก ๆ ทั้ง ๆ ที่เด็กผู้หญิงเคยตัวเล็กกว่าเด็กผู้ชายมาตลอด ทำให้เด็กสับสนและเป็นกังวลกับสภาพร่างกายได้การมีรอบเดือนครั้งแรกจะมีเมื่ออายุประมาณ 12 – 13 ปี การที่มีประจำเดือนแสดงให้เห็นว่ามดลูกและช่องคลอดได้เจริญเติบโตเต็มที่ แต่ในระยะ 1 – 2 ปีแรกของการมีประจำเดือน มักจะเป็นการมีประจำเดือนโดยไม่มีไข่ตกรอบเดือน ในช่วงปีแรกจะมาไม่สม่ำเสมอ หรือขาดหายไปได้และเมื่อมีประจำเดือนแล้ว พบว่าเด็กผู้หญิงยังสูงต่อไปอีกเล็กน้อยไปได้อีกระยะหนึ่งและจะเติบโตเต็มที่เมื่อประมาณอายุ 15 – 17 ปี การมีรอบเดือนครั้งแรกอาจทำให้รู้สึกพอใจและภูมิใจที่เป็นผู้หญิงเต็มตัว หรืออาจจะรู้สึกในทางลบคือหวั่นไหวหวาดหวั่นหรือตกใจได้ เช่นกัน โดยทั่วไปการมีรอบเดือนครั้งแรกจะเพิ่มความใกล้ชิดระหว่างวัยรุ่นหญิงกับมารดา ถ้าเคยไว้วางใจกันมาก่อนแต่วัยรุ่นหญิงบางคนจะปกปิดไม่กล้าบอกใครเพราะเข้าใจไปว่าอวัยวะเพศฉีกขาดหรือเป็นแผล จากการสำรวจตัวของวัยรุ่นเองในช่วงนี้ วัยรุ่นจะกังวลหมกมุ่นกับรูปร่างหน้าตาและมักใช้เวลาอยู่หน้ากระจกนาน ๆ เพื่อสำรวจรูปร่าง ส่วนเว้าส่วนโค้งหรือใช้กระจกส่งดูบริเวณอวัยวะเพศด้วยความอยากรู้ อยากเห็น ซึ่งก็ไม่ใช่พฤติกรรมที่ผิดปกติแต่อย่างใด

สำหรับวัยรุ่นชายซึ่งจะเริ่มมีการเจริญเติบโตของลูกอัณฑะเมื่อเข้าสู่ช่วงอายุ 10 – 13 ปีครึ่ง และจะใช้เวลานาน 2 – 4 ปีกว่าที่จะเติบโตและทำงานได้อย่างสมบูรณ์ในขณะที่รูปร่างภายนอกจะมีการเจริญเติบโตเปลี่ยนแปลงช้ากว่าวัยรุ่นหญิงประมาณ 2 ปี คือ ประมาณอายุ 12 – 14 ปี ในขณะที่เพื่อนผู้หญิงที่เคยตัวเล็กกว่า กลับเจริญเติบโตแซงหน้าทำให้วัยรุ่นชายมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่างความสูงได้มากเมื่อเติบโตเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางช่วงวัย 14 – 16 ปี ลูกอัณฑะเจริญเติบโตและทำงานได้เต็มที่จึงสามารถพบภาวะฝันเปียกได้บางคนเข้าใจผิดคิดว่าฝันเปียกเกิดจากการสำเร็จความใคร่ด้วยตัวเองหรือเป็นความผิดอย่างแรงหรือทำให้สภาพจิตผิดปกติหรือบางรายวิตกกังวลไปกับจินตนาการหรือความฝันเพราะบางครั้งจะเป็นความคิด ความฝันเกี่ยวข้องกับคนในเพศเดียวกันซึ่งก็ไม่ถือว่าเป็นเรื่องที่ผิดปกติอย่างใด

3.1.2 การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์สังคม

ผลจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจะทำให้เกิดผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจได้อย่างตรงไปตรงมาทั้งความวิตกกังวลหงุดหงิดหมกมุ่นไม่พอใจในรูปร่างที่เปลี่ยนไป ดังนี้

1) ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เด็กผู้ชายที่เข้าสู่วัยรุ่นช้าจะมีความวิตกกังวลสูงเกี่ยวกับความแข็งแรงของร่างกายซึ่งอาจจะไม่มั่นใจในความเป็นชาย รู้สึกว่าตัวเองไม่สมบูรณ์มักลูกล้อเลียนกลั่นแกล้งจากเพื่อน ๆ ที่รูปร่างใหญ่โตกว่ามีความภาคภูมิใจในตนเอง

ในระดับต่ำและรู้สึกว่าตัวเองมีปมด้อยฝังใจไปได้อีกนานวัยรุ่นหญิงที่โตเร็วกว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน (Early Mature) มักจะรู้สึก อึดอัดและรู้สึกเคอะเขิน ประหม่าอายต่อสายตาและคำพูดของเพศตรงข้ามในขณะที่สภาพอารมณ์จิตใจยังเป็นเด็ก

2) ความวิตกกังวลกับอารมณ์เพศที่สูงขึ้น การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนทางเพศซึ่งจะส่งผลทำให้วัยรุ่นเกิดอารมณ์เพศขึ้นมาได้บ่อยวัยรุ่นหลายคนที่มีกิจกรรมส่วนตัวที่เบี่ยงเบนความสนใจทำให้สามารถควบคุมอารมณ์ได้อย่างดีโดยเฉพาะในวัยรุ่นที่ชอบเล่นกีฬากลางแจ้ง เป็นประจำวัยนี้จะมีความสนใจ อยากรู้อยากเห็นอยู่แล้วเป็นทุนและเมื่อมาผสมกับการที่มีระดับฮอร์โมนทางเพศเพิ่มสูงขึ้นจะทำให้เด็กเรียนรู้ที่จะหัดสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง อยากรู้อยากเห็น กิจกรรมทางเพศผู้ใหญ่ควรเข้าใจถึงความรู้สึกนึกคิดร่วมกับความอยากรู้อยากเห็นของวัยรุ่น ควรให้ความรู้ในเรื่องเพศที่ถูกต้อง และถือว่าความรู้สึกในวัยนี้เป็นเรื่องธรรมดาเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง การที่วัยรุ่นจะสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองนั้นไม่มีอันตรายต่อร่างกาย และไม่ถือว่าเป็นเรื่องที่ผิดศีลธรรมถ้ากระทำอย่างระมัดระวังเป็นส่วนตัว และไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน เป็นต้น

3) ความวิตกกังวลกลัวการเป็นผู้ใหญ่ วัยนี้จะมีความคิด วิตกกังวลกลัวจะไม่เป็นที่ยอมรับ จากคนรอบข้างมักจะกลัวความรับผิดชอบ ซึ่งจะรู้สึกว่าเป็นภาระที่หนักหนา ยุ่งยาก บางครั้ง อยากจะเป็นเด็ก อยากแสดงอารมณ์สนุกสนานร่าเริงเบิกบาน

4) ความวิตกกังวลในความงดงามทางร่างกายไม่ว่าวัยรุ่นหญิงหรือชายก็จะมีความรู้สึกต้องการให้คนรอบข้างชื่นชมเกี่ยวกับรูปลักษณ์ภายนอกของตน สมเพศสมวัยนั่นเป็นเพราะว่าเด็กจะสำนึกว่าความสวยงามทางกายเป็นแรงจูงใจทำให้คนยอมรับทำให้เพื่อนยอมรับเข้าไปในกลุ่มได้ง่าย เป็นวิถีทางหนึ่งที่จะเข้าสู่สังคมและเป็นที่ดึงดูดใจของเพศตรงข้าม ช่วงนี้จะเห็นว่าวัยรุ่นจะสนอกสนใจ พิถีพิถันในการเลือกเสื้อผ้าการหวีผม เอาใจใส่ต่อการออกกาลังกายสนใจคุณค่าทางอาหารเครื่องประดับ สุขภาพอนามัยการวางตัวให้สมบทบาททางเพศการวางตัวในสังคมและความสนใจในแต่ละเรื่องอาจอยู่ได้ไม่นาน

3.1.3 การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ

1) ความรักและความห่วงใยความรู้สึกอยากที่จะถูกรักและยังอยากได้รับความเอาใจใส่ ห่วงใย จากบุคคลที่มีความสำคัญต่อเด็กแต่มักจะมีข้อแม้ว่าจะต้องไม่ใช่การแสดงออกของพ่อแม่ที่เคร่งครัดกับเด็กเล็ก ๆ มากเกินไป และไม่ต้องแสดงการให้ความห่วงใยอยู่ตลอดเวลา

2) เป็นอิสระอยากทำอะไรได้ด้วยตัวของตัวเองอยากทำในสิ่งที่ตัวเองคิดแล้วว่าดี อยากมีส่วนในการตัดสินใจอยากที่จะทำตัวห่างจากพ่อแม่ ห่างจากคำสั่ง การเจริญเติบโตในการทำงานของสมองทำให้เด็กวัยนี้เริ่มมีความคิดอ่านเป็นของตนเองเริ่มมีความคิดแบบนามธรรม (Abstract Thinking) การแยกจากพ่อแม่ในเกือบทุกรูปแบบบางครั้งอาจทำให้วัยรุ่นเกิดความรู้สึก

สับสน สองจิตสองใจและอาจมีความรู้สึก "สูญเสีย" ในความรักความเอาใจใส่จากพ่อแม่ แต่ถ้าพวกเขา ยอมรับการดูแลหรือยอมทำตามคำสั่งของพ่อแม่ ก็จะไปขัดกับความต้องการที่จะเป็นเด็กโต เป็นอิสระของตนเองที่ต้องการพึ่งพาตนเอง การให้การเลี้ยงดูจึงต้องอาศัยความเข้าใจและเคารพในสิทธิส่วนบุคคลด้วย

3) ต้องการเป็นตัวของตัวเองความต้องการที่ยอมรับในสิ่งที่มาจากตัวของตัวเขา ทำให้พวกเขามั่นใจในตัวเอง พ่อแม่คงต้องส่งเสริมให้เด็กได้ช่วยเหลือตัวเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ตามวัยเพราะในการฝึกเด็กนั้นนอกจากจะทำให้เด็กได้ใช้มือได้อย่างคล่องแคล่วแล้วยังช่วย ทำให้เด็กได้หัดคิดหัดตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่างๆ ด้วย

4) อยากรู้ อยากเห็น อยากลองการลองผิดลองถูกและคอยสังเกตดูจากปฏิกิริยาของคนรอบข้างเพื่อตัดสินว่าสิ่งที่ทำนั้น ดีเลวเป็นอย่างไร เมื่อความสามารถเพิ่มขึ้น ร่างกายเจริญเติบโตขึ้น สิ่งรอบตัวต่าง ๆ ที่น่าสนใจและท้าทายความสามารถก็จะเริ่มเข้ามาเพื่อทดลองการสนับสนุน ส่งเสริมเด็กให้คงสภาพอยากรู้อยากเห็นอยากลองและได้มีโอกาสทดลองสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ ในขอบเขตที่เหมาะสมเพิ่มขึ้นตามวัยจะทำให้เด็กก้าวเข้าสู่วัยรุ่นด้วยความภาคภูมิใจที่ตนเองเคยมีประสบการณ์ต่าง ๆ มาบ้างสิ่งเหล่านี้จะมาเสริมความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนั้นจะเห็นว่าการฝึกสอนและให้โอกาสเด็กได้ทดลองทำใน สิ่งที่ถูกต้องควรฝึกสอนมาตั้งแต่เด็กและควรค่อย ๆ สอนถึงอันตรายในหลายสิ่งหลายอย่างที่มีอยู่ในสังคม และวิธีการแก้ไขเรียนรู้ทั้งสิ่งที่ดีและไม่ดี การฝึกให้เด็กได้ลองในสิ่งที่น่าลองแต่เสนอให้หัดยั้งตัวเองในสิ่งที่อันตรายจึงเป็นวิธีที่สำคัญมาตั้งแต่วัยเรียนแต่ในทางตรงกันข้ามในกลุ่มวัยรุ่นที่ไม่เคยถูกฝึกให้ลองคิดลองทำก่อนจะเกิดความสับสนวุ่นวายใจขาดความรู้ขาดทักษะขาดการฝึกฝนขาดการลองทำผิดทำถูกมาก่อนจึงทำให้กลุ่มนี้ตกอยู่ในกลุ่มที่มีอันตรายสูงและในกลุ่มเด็กวัยรุ่นที่พ่อแม่ปล่อยปละละเลยหรือไม่เคยสอนให้ยับยั้งชั่งใจมาก่อนนึกอยากทำอะไรก็จะทำไม่เคยต้องผิดหวังไม่เคยสนใจว่าการกระทำของตัวเองจะส่งผลกระทบต่อผู้คนรอบข้างอย่างไร พฤติกรรมอยากลองของมักจะมีสูงสุดในช่วงวัยรุ่นตอนกลางเป็นเด็กก็ไม่ใช่เป็นผู้ใหญ่ก็ไม่เชิงแนวความคิดและการยับยั้งตัวเองมีไม่มากพอ

5) ความถูกต้องยุติธรรมโดยเฉพาะเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางมักจะถือว่าความยุติธรรมเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นผู้ใหญ่ วัยรุ่นจึงให้ความสำคัญอย่างจริงจังกับความถูกต้องยุติธรรมตามทัศนะของตนเป็นอย่างยิ่งและอยากจะทำอะไรหลาย ๆ อย่างเพื่อเรียกร้องความยุติธรรมทั้งในแง่บุคคลและสังคมส่วนรวมจึงมักจะเห็นภาพวัยรุ่นถกเถียงกันเรื่องของสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัว

6) ความตื่นเต้นท้าทายความต้องการหาประสบการณ์แปลก ๆ ใหม่ ๆ เกลียดความจำเจ ซ้ำซากวัยรุ่นกลุ่มนี้จะสร้างความตื่นเต้นท้าทายกับการที่กระทำผิดต่อกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ของทางบ้านและกฎของสังคม นั่นเป็นเพราะว่าเป็นความตื่นเต้นและความรู้สึกว่าถูกท้าทายแนวทางการ

เลี้ยงดูเด็กฝึกให้เด็กได้มีโอกาสทำงานที่ท้าทายความสามารถทีละน้อยอยู่ตลอดเวลาจะส่งผลทำให้เด็กได้พัฒนาความเชี่ยวชาญขึ้นมาได้ แก้ปัญหาได้

7) ต้องการการยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่งของบ้าน ของกลุ่มเพื่อน พื้นฐานการเลี้ยงดูที่ยอมรับและมีความรักความผูกพันระหว่างพ่อแม่เด็ก จะมีผลทำให้เด็กเกิดความรู้สึกดังที่กล่าวมานี้อย่างง่ายดาย จากการฝึกฝนให้โอกาสเด็กในการตัดสินใจลงมือกระทำหรือแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ และรับฟังพยายามทำความเข้าใจตาม ถ้าเบี่ยงเบนก็ช่วยแก้ไข ถ้าถูกต้องก็ชมเชยและชื่นชม สิ่งเหล่านี้จะไปกระตุ้นให้เด็กเกิดความรู้สึกเป็นที่ยอมรับจากบุคคลภายในบ้านซึ่งจะส่งผลทำให้เด็กอยากเป็นที่ยอมรับจากเพื่อนจากครูและจากคนอื่น ๆ ต่อไป จึงเป็นเหตุผลจูงใจกระทำความดีมากขึ้น แต่ในกรณีตรงกันข้ามถ้าเด็กเกิดมาในครอบครัวที่ยุ่งเหยิง พ่อแม่ไม่สามารถที่ดูแลเด็กได้ต้องฝากให้ญาติเลี้ยงเป็นภาระ ไม่มีใครเป็นธุระจัดการอะไรให้อย่างออกนอกหน้า ถ้าไม่จำเป็นก็ไม่ค่อยอยาก จะรับรู้รับฟังเรื่องของเด็กถึงเวลาจะนานก็ไม่รู้ว่าใครจะให้ความอบอุ่นเมตตาหรือรัก มีความรู้สึกโดดเดี่ยวไม่เป็นที่ต้องการของใคร แม้แต่คนในบ้าน ไม่ว่าจะทำถูกหรือทำผิดทำดีหรือทำไม่ดีก็ไม่มีคนเห็นคนทักหาคนที่หวังดีจริงจังในการแนะนำตักเตือนอดทนช่วยฝึกสอนก็ไม่มีในลักษณะเช่นนี้เด็กจะมีชีวิตที่เลื่อนลอยไม่รู้สึกว่าตัวเองเป็นสมาชิกภายในบ้านเป็นคนหนึ่งภายในครอบครัวไม่มีใครรับฟังปัญหาหรือไม่รู้ว่าจะปรึกษาใครเมื่อเติบโตไปโรงเรียนก็มักจะพกพาเอาความรู้สึกโดดเดี่ยวว้าเหว่นี้ไปที่โรงเรียนความที่ทักษะไม่ได้ถูกฝึกสอนมาตั้งแต่ที่บ้านจึงทำให้ผลการเรียนไม่ดีและมักจะแยกตัวออกจากกลุ่มเพื่อน

3.2 ปัญหาการปรับตัวในวัยรุ่น

ความขัดแย้งในจิตใจของวัยรุ่นที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วนั้นเป็นสิ่งที่ปกติธรรมดาของการเจริญพัฒนาไปเป็นผู้ใหญ่ แต่จะไม่รุนแรงจนมีผลกระทบต่อการเรียน การงานหรือด้านสังคม ในกรณีที่ปัญหารุนแรงส่งผลกระทบต่อด้านต่าง ๆ นั้นจึงจะจัดว่ามีปัญหาในการปรับตัว พบได้ร้อยละ 10 – 15 ของวัยรุ่นทั่วไป โดยเฉพาะปฏิกิริยาต่อการรับบทบาทหน้าที่ของความเป็นผู้ใหญ่ รู้สึกว่าการดูแลรับผิดชอบตัวเองเป็นภาระที่หนักหน่วงยากที่จะรับเอาไว้ได้ เกิดความเครง่เครียด บางรายมีอาการวิตกกังวล กลุ่มใจ ท้อแท้ ทานอาหารไม่ได้ นอนไม่หลับ ติดพ่อแม่ ครูหรือเพื่อนเหมือนเด็กเล็ก หรือมีอาการแสดงออกมาทางร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง หรือมีอารมณ์ฉุนเฉียว วู่วาม ก้าวร้าว ต่อต้าน ซึ่งอาการเหล่านี้จะมีอยู่ไม่นาน ในที่สุดจะสามารถพัฒนาต่อไปได้ ฉะนั้นปัญหาที่เข้ามาจึงต้องปรับตัวและแก้ไขความขัดแย้งเป็นประจำวันอยู่ตลอดเวลา แต่ในระยะวัยรุ่นซึ่งมีลักษณะพิเศษเพราะเกิดผลต่อเนื่องลุกลามได้ง่าย ทั้งนี้เนื่องจากวัยรุ่นมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย อยากเป็นอิสระ อยากเป็นผู้ใหญ่ไม่อยากฟังเหตุผลของใคร เจ้าทิฐิ อวดดีถือดี แต่ในขณะเดียวกันก็ยังขาดความเชี่ยวชาญในการแก้ไขปัญหาในการพูด การทำงาน จึงทำให้เพลี่ยงพล้ำได้ง่าย วัยรุ่นผู้เข้าใจ

ปัญหาประจำวัยของตนและสามารถปรับตัว ดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมคือวัยรุ่นที่มีความสุขมีความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในอนาคต

3.3 การสร้างบุคลิกภาพ

3.3.1 การค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองพัฒนาทางด้านความนึกคิดค้นหาสิ่งต่าง ๆ ทั้งท่าทาง คำพูด การแสดงออกการแต่งกาย การเข้าสังคม วัยรุ่นที่สามารถผ่านพ้นภาวะวิกฤติในการค้นหาตัวเองได้อย่างไม่ยุ่งยากนัก มักจะมีลักษณะดังต่อไปนี้ คือ

1) เป็นผู้ที่ใช้สติปัญญาเผชิญกับเหตุการณ์ในชีวิตมากกว่าการใช้อารมณ์

2) เป็นผู้ที่เลือกเผชิญหน้ากับปัญหามากกว่าเป็นผู้ที่จะยอมหลีกเลี่ยงปัญหา

3) เป็นผู้ที่รู้เท่าทันธรรมชาติของตนมาก่อน

4) เป็นผู้ที่ไม่มีความรู้สึกว่าตนเองโดดเดี่ยวมีหนทางที่จะไปขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นได้ วัยรุ่นที่สามารถผ่านวิกฤตการณ์และค้นพบตัวเองก็เท่ากับมีความสามารถที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีบุคลิกภาพมั่นคง

3.3.2 การเอาชนะตัวเองการควบคุมพฤติกรรมอารมณ์ให้ออกมาในรูปที่เหมาะสมในระยะแรก ๆ จะพบลักษณะสองจิตสองใจระหว่างความอยากเป็นเด็กต่อไปกับความอยากเป็นผู้ใหญ่ จากความรู้สึกนึกคิดของวัยรุ่นมักจะมองว่าสภาวะผู้ใหญ่หมายความว่า พึ่งตนเองได้ตัดสินใจได้ถูกต้องการที่จะเอาชนะใจตนเองนั้นเป็นสิ่งที่เด็กควรจะได้รับการเรียนรู้ได้รับโอกาสในการฝึกฝนมาตั้งแต่เด็ก ๆ ทีละเล็กทีละน้อย ผ่านการที่พ่อแม่กำหนดขอบเขตต่าง ๆ ในชีวิตแต่ในวัยเด็กที่ไม่เคยเรียนรู้ที่จะยับยั้งชั่งใจมาก่อนไม่เคยเอาชนะตัวเองโดยการทำตัวให้เหมาะสมได้เลยหรือถูกเลี้ยงดูให้เอาแต่ใจตัวเอง อยากได้อะไรก็ได้อยากทำอะไรก็จะทำ เมื่อเติบโตเข้าวัยรุ่นมีอิสระมากขึ้น ก็จะเห็นพฤติกรรมที่ไม่ยั้งคิดได้บ่อย ๆ และบางครั้งกลับเป็นอันตรายทั้งต่อตนเองและผู้อื่นอีกด้วย

3.3.3 การแยกตัวเองเป็นอิสระคำว่าอิสระในสายตาของวัยรุ่นก็คือมีสิทธิและเสรีภาพเท่าที่บุคคลหนึ่งพึงจะมี ซึ่งรวมทั้งการแสดงความคิดเห็นการตัดสินใจในเหตุการณ์ต่าง ๆ ขณะเดียวกันพวกเขาก็จะสังเกตดูการยอมรับจากพ่อแม่คนข้างเคียงด้วย

1) การได้แสดงออก

2) พึ่งตนเองได้

3) มีความรับผิดชอบ

4) ที่ค่านิยมที่ถูกต้อง

5) มั่นใจและภูมิใจในตนเอง

3.4 ปัจจัยที่ส่งเสริมให้วัยรุ่นมีบุคลิกภาพที่ดี คือ

3.4.1 พ่อแม่มีลักษณะที่ยอมรับความสามารถของเด็กเข้าใจและสนับสนุนในความสามารถด้านอื่น ๆ ที่เหลือมีความภาคภูมิใจในด้านอื่น ๆ ของลูกและปรับสิ่งแวดล้อมในการเรียนให้เหมาะสม คือ ไม่เร่งรัดไม่บังคับแต่ให้กำลังใจยกตัวอย่างเช่นป้อมลูกสาวคนเดียวของพ่อแม่ขยัน รับผิดชอบดีแต่มีคะแนนสอบในชั้น ม. 3 ได้ 2.2 และพ่อแม่ไม่ได้บังคับให้เรียนสายวิทย์ทั้ง ๆ ที่อยากให้ลูกเป็นหมอเพราะรู้ว่าถ้าให้เรียนจะทำให้เด็กลำบากไม่มีความสุขเป็นต้นขณะนี้เรียนจบมหาวิทยาลัยเปิดสาขาสังคมศาสตร์ทำงานด้านคอมพิวเตอร์เจ้านายรักเพราะรับผิดชอบดีเป็นต้น

3.4.2 มีความเป็นตัวของตัวเอง มั่นใจในตนเองมองภาพพจน์ตัวเองดี แต่ไม่ใช่การเอาแต่ใจตัวเองการฝึกให้เด็กเป็นตัวของตัวเองและควบคุมตัวเองเป็น พึ่งพาตัวเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่นได้มีโอกาสคิดตัดสินใจในเหตุการณ์ต่าง ๆ มาเป็นประจำมีความยับยั้งชั่งใจ "การทำ" กับ "การไม่ทำ" ในสิ่งที่ดีและไม่ดีเด็กวัยรุ่นหลายคนที่จำยอมทำตามเพื่อนเพราะกลัวว่าเพื่อนจะดูถูกรังเกียจนั้น ทั้ง ๆ ที่ทำไปแล้วจะขัดต่อความรู้สึกของตัวเองก็ตามเป็นสาเหตุจากที่ตนเองไม่มั่นใจและไม่เป็นตัวของตัวเองอย่างมั่นคงซึ่งจะต้องมาจากการฝึกหัดสะสมความรู้ ความสามารถมาตั้งแต่เด็กผ่านประสบการณ์ที่ถูกเลี้ยงดูมานั่นเอง

3.4.3 มีการสื่อสารที่ดี กล้าพูด กล้าคิด กล้าแสดงออก และกล้าที่จะทำตัวต่างจากผู้อื่นโดยยึดหลักการที่ถูกต้อง

3.4.4 มีทางออกหลายทางเช่นกีฬาดนตรีงานอดิเรกสังคม ศิลปะ การเรียน การงาน ฯลฯ การมีทักษะหลาย ๆ อย่างเป็นสิ่งที่พ่อแม่ต้องดูทักษะเด่นของลูก ซึ่งในความเด่นนั้นอาจไม่เก่งเท่าผู้อื่นก็จริงแต่ก็เป็นความสามารถที่ดีของลูกและควรให้ความสนับสนุนโดยเฉพาะทักษะในการเข้าสังคมและการปรับตัว

3.4.5 มีโอกาสเรียนรู้จัดทั้งส่วนดีและส่วนที่เลวมาก่อนได้เรียนรู้ที่จะเข้าใจถึงคุณลักษณะของการเป็นคนดีไตร่ตรองดูคนเป็นแต่ขณะเดียวกันก็เรียนรู้ที่จะทันคนว่ามีความเจ้าเล่ห์เพทุบายโกหกหลอกลวงซึ่งปะปนกันอยู่ในหมู่เพื่อนและคนในสังคมเรียนรู้ที่จะเข้าใจลักษณะดีและไม่ดีของพฤติกรรมของคนทำให้ขณะที่วัยรุ่นคลุกคลีกับเพื่อนและผู้คนต่าง ๆ จะได้ ไตร่ตรองเพื่อว่าจะได้มาช่วยในการตัดสินใจอีกด้วยการสอนของพ่อแม่จึงควรชี้ให้เด็กเห็นความยับยั้งชั่งใจน้อยลงสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัวจึงดูดีขึ้นดูสบายใจขึ้น ภาระความรับผิดชอบดูเหมือนจะลดน้อยลงนั้นเอง เป็นคำตอบที่ถูกต้องและตรงกับความจริงจะทำให้เด็กเรียนรู้และยอมรับได้ดีกว่าคำตอบที่ว่าคนที่กินเหล้าเป็นเพราะคนนั้นเป็นคนไม่ดี เป็นต้น ถ้าเด็กได้เรียนรู้สิ่งเหล่านั้นทั้งด้านดีและด้านไม่ดีจนเข้าใจแล้วจะช่วยทำให้ความอยากลองอยากรู้อยากเห็นลดลง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สรุป พัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่นตอนต้น เด็กวัยรุ่นตอนต้นมีอัตราการเจริญเติบโตที่แตกต่างกัน เด็กผู้หญิงจะมีการเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กผู้ชายประมาณ 1 – 2 ปี และอัตราการเจริญเติบโตจะรวดเร็วที่สุดจนเข้าสู่วัยแตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาว และอัตราการเจริญเติบโตจะค่อยๆช้าลงอย่างสม่ำเสมอ ปัญหาทางอารมณ์และสังคมของเด็กวัยวัยรุ่นตอนต้นจะเกิดขึ้นเพราะเด็กมีการเจริญเติบโตเข้าสู่วัยแตกเนื้อหนุ่มเนื้อสาวไม่พร้อมกัน เด็กวัยนี้ต้องการทำกิจกรรมรวมกลุ่มกับเพื่อนและไม่ต้องการพึ่งผู้ใหญ่ กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลยิ่งกับเด็กวัยนี้มาก เด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายเริ่มแยกกันเล่นและแยกกันทำกิจกรรม มีความสนใจแตกต่างกัน

4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

4.1 งานวิจัยในประเทศ

พัชรีย์ สัมพันธ์อภัย (2546) ได้ศึกษาผลการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านทุ่งนาวิทยา อำเภอหนองฉาง จังหวัดอุทัยธานี ปีการศึกษา 2545 จำนวน 3 ห้องเรียน นักเรียน 90 คน จัดเป็นกลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม ตามสภาพห้องเรียนเดิม กลุ่มละ 30 คน กลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่มเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีผู้วิจัยและครูที่ปรึกษาอีก 2 คน เป็นผู้นำกลุ่ม ๆ ละคน โดยเข้าร่วมกลุ่มสัมพันธ์ จำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ เหมือนกันทั้ง 3 กลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ โปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์และแบบวัดความมีมนุษยสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า 1. กลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของความมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 กลุ่มตัวอย่างที่มีครูที่ปรึกษาคนที่ 1 และครูที่ปรึกษาคนที่ 2 เป็นผู้นำกลุ่ม มีค่าเฉลี่ยของความมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยภาพรวมพบว่ากลุ่มทดลองรวมทั้งหมดมีค่าเฉลี่ยของความมีมนุษสัมพันธ์หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 2. กลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยเป็นผู้นำกลุ่ม กลุ่มตัวอย่างครูที่ปรึกษาคนที่ 1 เป็นผู้นำลุ่ม และกลุ่มตัวอย่างครีปรึกษาคนที่ 2 เป็นผู้นำกลุ่ม มีค่าเฉลี่ยของความมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

เพ็ญประภา คานปือ (2546) ได้ศึกษาผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านโหลนสามัคคี อำเภอหนองบัวแดง จังหวัดชัยภูมิ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2545 ทำการศึกษาทั้งในกลุ่มประชากรจำนวน 43 คน และกลุ่มตัวอย่างที่เลือกจากนักเรียนที่มีมนุษยสัมพันธ์ต่ำกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 25 จำนวน 11 คน ทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ทั้งหมด 7 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามความมีมนุษยสัมพันธ์ และโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนามนุษย

สัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างได้รับการทดสอบความมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีมนุษยสัมพันธ์หลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภณิตา เจริญสุข (2549) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาเผ่าม้ง โครงการพฒนาเด็กเปี่ยมสุข อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา เป็นการศึกษาเชิงทดลอง แบบทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในกาศึกษาเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 จำนวน 30 คน ใช้กิจกรรมกลุ่ม จำนวน 12 กิจกรรม ใช้เวลานาน 3 สัปดาห์ ผู้ศึกษาดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและนำกิจกรรมกลุ่มด้วยตนเอง โดยใช้แบบสอบถามการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลก่อนและหลังการทำกิจกรรมกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า ผลศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาเผ่าม้ง หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีการพัฒนามนุษยสัมพันธ์โดยรวมเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุภาวดี เรืองคณะ (2543) ได้เปรียบเทียบผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบานอรุโณทัย จังหวัดเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2542 ที่มีคะแนนจากแบบสอบถามความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลตั้งแต่เปอร์เซ็นไทล์ที่ 50 ลงมาจำนวน 27 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ผลการศึกษาพบว่า ภายหลังการฝึกกิจกรรมกลุ่มเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการฝึกกิจกรรมกลุ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนสวนลุมพินี เขตลุมพินี กรุงเทพฯ รวมทั้งสิ้น 30 คน แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มทดลอง 15 คน กลุ่มควบคุม 15 คน ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการทดลองกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในกลุ่มควบคุมไม่พบความแตกต่าง (2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 งานวิจัยต่างประเทศ

Hanham and McCormick (2009) ได้ทำการวิจัยนักเรียนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 563 คน เป็นนักเรียนระดับเกรด 10 จำนวน 280 คน และนักเรียนระดับเกรด 11 จำนวน 283 คน ซึ่งได้

ศึกษาเกี่ยวกับการทำงานเป็นกลุ่มในโรงเรียนกับเพื่อนสนิทและคนรู้จักต่อการเชื่อมโยงกระบวนการตนเองกับกระบวนการกลุ่ม การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการตัวเองที่สำคัญ คือ ความเป็นอิสระกับการพึ่งพาตนเอง และสมรรถนะแห่งตน, กับทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อการทำงานในกลุ่มประกอบด้วยกลุ่มเพื่อนและคนรู้จัก เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามและวิเคราะห์โดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันและการสร้างแบบจำลองสมการโครงสร้าง พึ่งพาตนเอง ผลการศึกษาพบว่ามีการคาดการณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อมทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อการประสานงานกับเพื่อนและคนรู้จักของพวกเขา ทำให้การทำงานกับเพื่อนสนิทและคนรู้จักมีประสิทธิภาพมากขึ้น

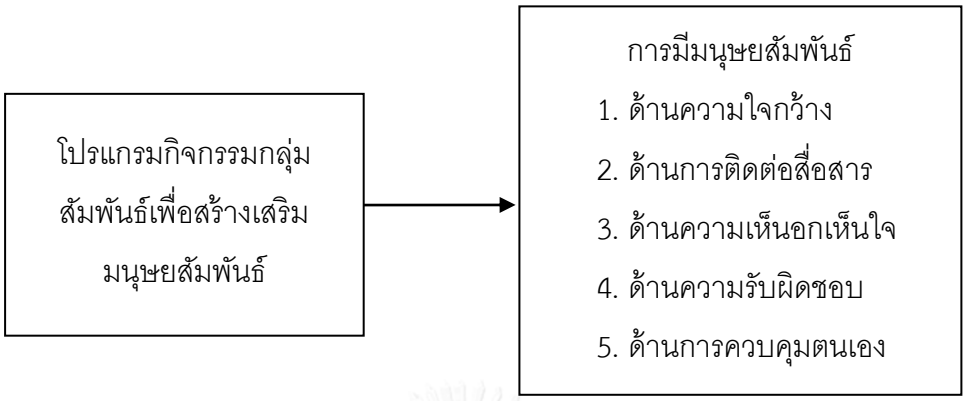
Barron (1993) ได้ศึกษา เรื่อง การร่วมมือแก้ไขปัญหาระหว่างการทำงานคนเดียวกับทำงานเป็นทีม โดยทดลองการทำงานและการอยู่ร่วมกันของบุคคลกับทีม ในระยะเวลาสั้น ๆ ที่มหาวิทยาลัยแวนเดอร์บิวท์ Barron ได้พบว่า การทำงานเป็นทีมจะทำให้การทำงานลุล่วงไปด้วยดีและน่าเชื่อถือ ซึ่งแตกต่างกับการทำงานคนเดียว ประโยชน์ที่ได้จากการทำงานเป็นทีมจะมีการวางแผน การแสดงความคิดเห็นและแก้ปัญหาร่วมกัน ส่งผลให้ทีมประสบความสำเร็จสูง ซึ่งประกอบด้วย กระบวนการกลุ่ม ได้แก่ ความพยายามในการแก้ปัญหาโดยมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะแสดงออก การเปิดเผยความรู้สึกของตนเอง มีการสื่อสาร มีความร่วมมือกัน และการช่วยเหลือกัน

McGuire (1991) ได้นำโปรแกรมการฝึกทักษะการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลไปฝึกให้แก่วัยรุ่นที่มีทักษะการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลต่ำ จำนวน 13 คน ทำการฝึก 12 ครั้ง โดยการฝึกปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน การเริ่มต้นสนทนา การใช้ภาษาถ้อยคำ พบว่า โปรแกรมนี้สามารถเพิ่มทักษะการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้

สรุป จากงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศที่เกี่ยวข้อง พบว่า การใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ได้ ซึ่งการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ต้องมีการปรับวิธีการหรือกิจกรรมต่าง ๆ ตามความเหมาะสมของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

5. กรอบแนวคิดในการทำวิจัย

ภาพที่ **3** กรอบแนวคิดในการวิจัย



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 3
วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.3 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1.3.1 การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

1.3.2 การพัฒนาแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง

2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

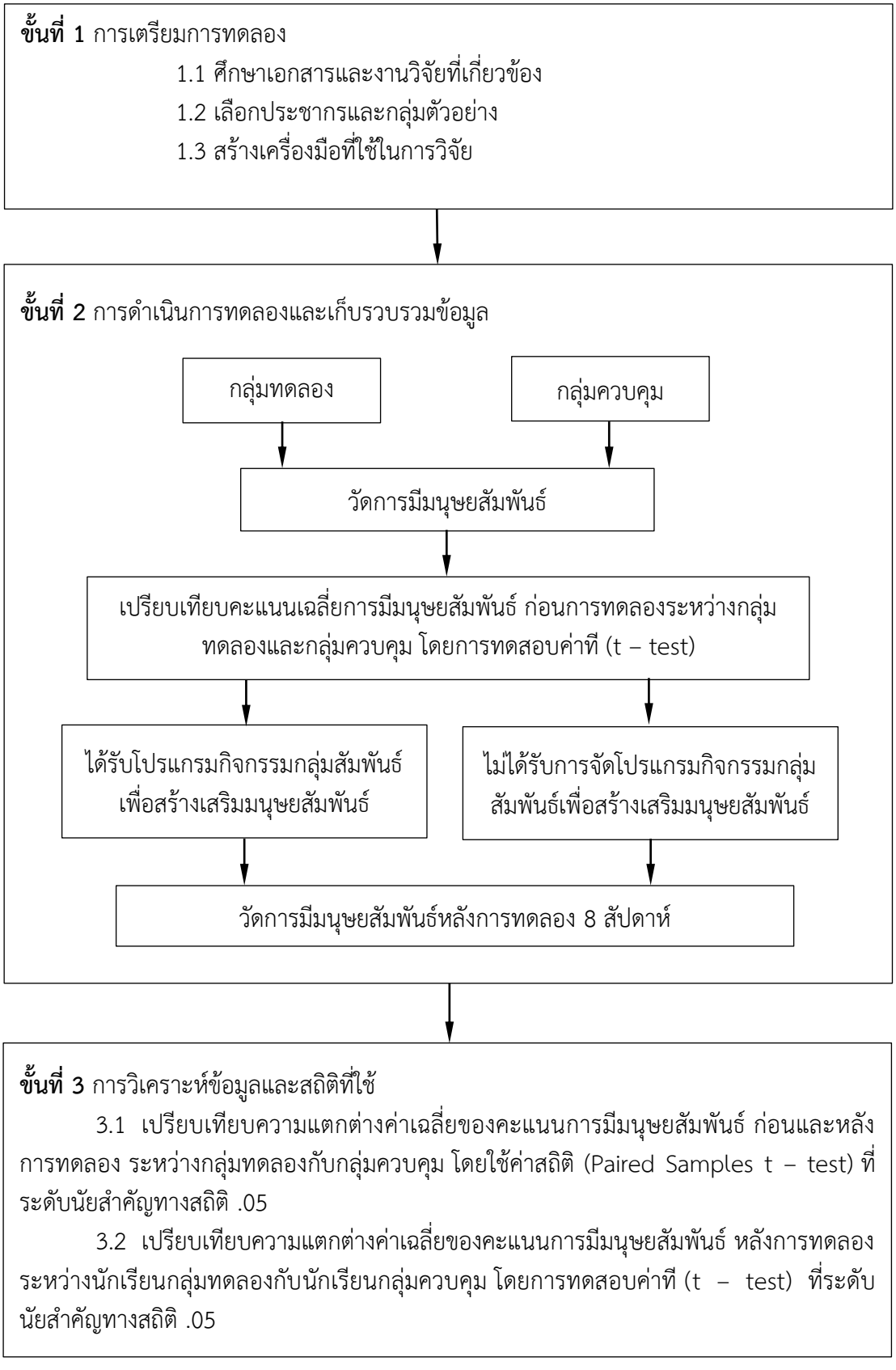
ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.2 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สรุปขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยดังแสดงใน ภาพที่ 4

ภาพที่ 4 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย



ขั้นที่ 1 การเตรียมการทดลอง

1.1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1.1 ศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวัดมนุษยสัมพันธ์ เพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์

1.1.2 ศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

1.1.3 ศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น

1.1.4 ศึกษาเอกสารหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

1.2 การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.2.1 ประชากร คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษา ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 658,140 คน

1.2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนบ้านราชกรูด สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ที่มีมนุษยสัมพันธ์ระดับปานกลาง จำนวน 46 คน แบ่งเป็นนักเรียนกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 23 คน นักเรียนกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม จำนวน 23 คน โดยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1.2.3 การเลือกโรงเรียน ผู้วิจัยใช้การเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selection) เป็นโรงเรียนที่ผู้บริหาร และครู อาจารย์ให้ความร่วมมือในการทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

1.2.3.1 การจัดนักเรียนเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดำเนินการ ดังนี้

1) รับสมัครนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

2) ใช้แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์เพื่อคัดนักเรียนที่มีคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ระดับปานกลาง 46 คน

3) นำนักเรียนที่มีคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง 46 คน มาสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากได้นักเรียนกลุ่มทดลองจำนวน 23 คน และนักเรียนกลุ่มควบคุมจำนวน 23 คน

1.3 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์

1.3.1 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการทดลอง คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1) ศึกษารูปแบบโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์จากตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2) วิเคราะห์กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ที่สร้างเสริมการมีมนุษยสัมพันธ์จากจำนวน 30 กิจกรรม พบว่า กิจกรรมที่สามารถนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้รวม 24 กิจกรรม 1) แรกเราพบกัน 2) ชีวิตของฉัน 3) สะท้อนตนเอง 4) สิ่งของที่เข้ากันได้ 5) เป่ายิ้งฉุบแปลงร่าง 6) เลือกสัตว์ทายนิสัย 7) รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ 8) ตกปลาเก็บแต้ม 9) คู่หูซู่ซ่า 10) ภารกิจที่ต้องทำ 11) บ้าใบ้ 12) หอคอยกระดาษ 13) โชคมากับแป้ง 14) เรื่องราวความรู้สึก 15) น้ำใจงาม 16) ข้อความที่ฉันได้มา 17) คลำมุมโต๊ะ 18) ต่อภาพเล่าเรื่อง 19) จินตนาการสุดล้ำ 20) จิตรกรผู้สร้างสรรค์ 21) วิศวกรก่อสร้าง 22) ร้อยดาว 23) เพราะเราคู่กัน 24) ถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึก มีคุณค่าสอดคล้องกับการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ดังตารางที่ 3.1

3) ดำเนินการสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ใช้เวลาในการดำเนินโปรแกรม 8 สัปดาห์ ๆ ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ วันละ 60 นาที

4) นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจพิจารณาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

5) นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตสาขาสุขศึกษาหรือพลศึกษาหรือสาขาที่เกี่ยวข้อง ตรวจพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์และความเหมาะสมของกิจกรรมในโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ มาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) โดยกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไป ผลการพิจารณาได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.93

6) แก้ไขปรับปรุงโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ให้มีความสมบูรณ์ ตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

7) นำโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนที่มีบริบทใกล้เคียงกับโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง เป็นเวลา 1 สัปดาห์ เพื่อดูความเหมาะสมในเรื่องการจัดกิจกรรมและเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม นำมาปรับปรุงโปรแกรมให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ก่อนนำไปใช้จริง

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	คุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์				
	ความใจกว้าง	การติดต่อสื่อสาร	ความเห็นอกเห็นใจ	ความรับผิดชอบ	การควบคุมตนเอง
แรกเราพบกัน	✓		✓		
ชีวิตของฉัน	✓		✓		
สะท้อนตนเอง			✓		✓
สิ่งของที่เข้ากันได้	✓	✓			✓
เป่ายิงฉุบแปลงร่าง		✓		✓	
เลือกสัตว์ทายนิสัย			✓		✓
รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ	✓	✓			
ตกปลาเก็บแต้ม			✓	✓	
คู่หูซู่ซ่า				✓	✓
ภารกิจที่ต้องทำ		✓		✓	
บ้าใบ้		✓		✓	
หอคอยกระดาษ	✓			✓	
โชคมากับแป้ง				✓	✓
เรื่องราวความรู้สึก			✓		✓
น้ำใจงาม	✓		✓		
ข้อความที่ฉันได้มา		✓			
คลำมุมโต๊ะ	✓		✓		
ต่อภาพเล่าเรื่อง	✓	✓		✓	
จินตนาการสุดล้ำ		✓		✓	
จิตรกรผู้สร้างสรรค์			✓		✓
วิศวกรก่อสร้าง				✓	✓
ร้อยดาว	✓	✓			
เพราะเราคู่กัน	✓	✓			✓
ถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึก			✓		✓

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

1.3.2 การพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1.3.2.1 การพัฒนาแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ ผู้วิจัยดำเนินการ ดังนี้

1) ศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ พบว่าแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลอื่นของอัมพร แต้เกษม (2539) เหมาะสมที่จะนำมาใช้เป็นแบบวัดในการวิจัยครั้งนี้ เนื่องจากแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเป็นแบบวัดที่กำหนดให้ใช้ในกลุ่มนักเรียนระดับประถมศึกษา

2) ดำเนินการพัฒนาแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์เป็นแบบมาตราประเมินค่า (Rating Scale) มี 3 ระดับ

3) แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์มี 35 ข้อ คะแนนรวม 105 คะแนน มีเกณฑ์การให้คะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ในแต่ละข้อของแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ ดังนี้

ข้อความทางบวก

เป็นประจำ	ให้	3	คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ไม่เคยเลย	ให้	1	คะแนน

ข้อความทางลบ

เป็นประจำ	ให้	1	คะแนน
เป็นบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ไม่เคยเลย	ให้	3	คะแนน

4) เกณฑ์การตัดสินระดับการมีมนุษยสัมพันธ์แบ่งออกเป็น 3 ระดับ

คะแนน	0 – 35	มีระดับการมีมนุษยสัมพันธ์น้อย
คะแนน	36 – 70	มีระดับการมีมนุษยสัมพันธ์ปานกลาง
คะแนน	71 – 105	มีระดับการมีมนุษยสัมพันธ์มาก

5) นำแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาความสอดคล้องกับจุดประสงค์ ลักษณะการใช้คำถามและความถูกต้องด้านภาษาเพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข

6) นำแบบการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ผ่านความเห็นชอบของอาจารย์ที่ปรึกษาไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน โดยกำหนดคุณสมบัติของผู้ทรงคุณวุฒิต้องเป็นผู้ที่จบการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิตทางสาขาสุขศึกษาหรือพลศึกษาหรือสาขาที่เกี่ยวข้อง ตรวจพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์และความเหมาะสมของโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

สร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์นำมาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Congruence: IOC) โดยกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .50 ขึ้นไป ผลการพิจารณาได้ค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.95

7) นำแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ไปทดลองใช้กับนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนที่มีบริบทใกล้เคียงกับโรงเรียนของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 25 คน นำผลการทดสอบมาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์ค่าความเที่ยงโดยใช้สูตร (Cronbach Alpha Coefficient) ผลการวิเคราะห์ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.83

ขั้นที่ 2 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 การกำหนดแบบแผนการทดลอง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi–Experimental Research) แบบ 2 กลุ่มมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest-Posttest Control Group Design) ดังแบบแผนการทดลองแผนภาพ 3.2 ดังนี้

ภาพที่ 5 แบบแผนการทดลอง

กลุ่มตัวอย่าง	การวัดก่อนการทดลอง		การวัดหลังการทดลอง
E	O_1	X	O_2
C	O_3		O_4

E = นักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

C = นักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

O_1 O_3 = ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ที่วัดได้ก่อนการทดลอง

O_2 O_4 = ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ที่วัดได้หลังการทดลอง

X = โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

2.2 การติดต่อประสานงานก่อนการทดลอง

2.2.1 ติดต่อขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากผู้บริหารโรงเรียน

2.2.2 ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนการวิจัย การวัดและประเมินผลแก่รองผู้อำนวยการ ฝ่ายวิชาการ และร่วมกันกำหนดตารางเวลา การใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ของนักเรียนประถมศึกษา

2.3 การดำเนินการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

2.3.1 การดำเนินการก่อนการทดลองจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนประถมศึกษา

2.3.1.1 ผู้วิจัยทดสอบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมด้วยแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ที่พัฒนาขึ้น

2.3.1.2 นำผลการวัดมีมนุษยสัมพันธ์ของทั้ง 2 กลุ่มมาเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ด้วยการทดสอบค่าที (t – test) เพื่อทดสอบว่านักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมมีมนุษยสัมพันธ์แตกต่างกันหรือไม่ ผลการทดสอบ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

	n	ก่อนการทดลอง		t	*p*
		$\bar{X}$	SD		
กลุ่มทดลอง	23	67.71	1.57	1.34	0.188
กลุ่มควบคุม	23	67.12	1.73		

*$p<.05$

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 67.71 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 67.12 คะแนน คือมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์

	กลุ่มทดลอง		**กลุ่มควบคุม**		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านความใจกว้าง	14.61	0.56	14.31	0.52	0.74	0.47
ด้านการติดต่อสื่อสาร	13.30	0.64	13.27	0.56	0.08	0.93
ด้านความเห็นอกเห็นใจ	14.46	0.54	14.05	0.56	1.03	0.31
ด้านความรับผิดชอบ	13.69	0.66	13.74	0.63	-0.07	0.95
ด้านการควบคุมตนเอง	11.65	0.62	11.75	0.59	-0.14	0.89
รวม	67.71	0.60	67.12	0.57	1.34	0.19

จากตารางที่ 3 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.71 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.12 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะย่อยของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้านของมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ไม่แตกต่างจากนักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2.3.2 การดำเนินการทดลองโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

ผู้วิจัยดำเนินการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ให้กับนักเรียนกลุ่มทดลอง เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง

2.3.3 การดำเนินการหลังการทดลอง

วัดการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลอง (Post – Test) ทั้งนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยใช้แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ฉบับเดียวกันกับแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลอง

ขั้นที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้คอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์โดยการทดสอบค่าที (t – test) ดังนี้

3.1.1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุมโดยการทดสอบ ค่าที (Paired Samples t – test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.1.2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม โดยการทดสอบ ค่าที (Independent Samples t – test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

3.2 สถิติที่ใช้

3.2.1 วิเคราะห์ข้อมูล คำนวณค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

3.2.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t – test) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

3.2.3 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ด้วยการทดสอบค่าที (t – test) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์และของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์และของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตอนที่ 1 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์และของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์และของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ปรากฏดังตารางที่ 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5 และแผนภาพที่ 4.1, 4.2 และ 4.3

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

	n	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง		t	*p*
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
กลุ่มทดลอง	23	67.71	1.57	83.16	9.13	-8.29	0.00*
กลุ่มควบคุม	23	67.12	1.73	67.46	1.38	-0.89	0.38

*$p<.05$

จากตารางที่ 4 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.71 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ พบว่า หลังการทดลองไม่แตกต่างจากก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.12 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 5 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์

	ก่อนทดลอง		**หลังทดลอง**		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านความใจกว้าง	14.61	0.56	16.65	0.65	-4.62	0.00*
ด้านการติดต่อสื่อสาร	13.30	0.64	16.35	0.60	-5.12	0.00*
ด้านความเห็นอกเห็นใจ	14.46	0.54	16.77	0.69	-3.97	0.01*
ด้านความรับผิดชอบ	13.69	0.66	16.78	0.59	-4.60	0.00*
ด้านการควบคุมตนเอง	11.65	0.62	16.61	0.70	-5.51	0.00*
รวม 5 ด้าน	67.71	0.60	83.16	0.65	-8.29	0.00*

*$p<.05$

จากตารางที่ 5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้ง 5 ด้าน โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์รวม 67.71 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน ของกลุ่มทดลองหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน อยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะย่อยของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้านของกลุ่มทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทุกด้านย่อยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกเป็นรายข้อ

ข้อ คำถาม	ก่อนทดลอง (n = 23)		หลังทดลอง (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านความใจกว้าง						
1. การให้โอกาสทุกคนแสดงความคิดเห็นเป็นเรื่องที่เสียเวลา	2.30	0.64	2.39	0.72	-0.44	0.67
2. ฉันไม่ชอบทำงานร่วมกับคนที่ไม่เก่ง	2.13	0.63	2.30	0.64	-0.94	0.36
3. ฉันรู้สึกไม่พอใจ เมื่อมีคนแย้งความคิดเห็นของฉัน	1.83	0.58	2.30	0.77	-2.55	0.02*
4. ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากฉัน	2.17	0.58	2.35	0.65	-1.00	0.33
5. ฉันให้อภัยในความผิดของผู้อื่นที่ทำโดยไม่ได้ตั้งใจ	2.00	0.43	2.57	0.59	-4.09	0.00*
6. ฉันฟังความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มก่อนตัดสินใจ	2.22	0.60	2.48	0.59	-1.55	0.14
7. ฉันพยายามลืมเรื่องที่เพื่อน ๆ ทำให้ฉันโกรธเคือง	1.96	0.48	2.26	0.62	-1.91	0.07
รวม	14.61	0.56	16.65	0.65	-4.62	0.00*
ด้านการติดต่อสื่อสาร						
8. ฉันคิดถึงความรู้สึกของคนอื่น ก่อนที่จะพูดหรือทำอะไรลงไป	1.91	0.52	2.22	0.60	-1.67	0.11
9. เมื่อพบกับคนที่รู้จัก ฉันจะยิ้มให้เขาก่อนเสมอ	2.13	0.82	2.57	0.66	-2.01	0.06
10. ฉันสามารถเล่าเรื่องราวให้เพื่อน ๆ เข้าใจได้ดี	1.91	0.60	2.35	0.49	-2.87	0.01*
11. ฉันสามารถทำให้เพื่อนที่ทะเลาะกันคืนดีกันได้	1.83	0.58	2.30	0.47	-3.14	0.01*
12. ฉันแสดงความยินดีกับผู้อื่นในโอกาสพิเศษ	2.13	0.63	2.35	0.65	-1.23	0.23

*$p<.05$

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อ คำถาม	ก่อนทดลอง (n = 23)		หลังทดลอง (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
13. เพื่อน ๆ ชมว่าฉันเป็นคนพูดจาไพเราะ	1.65	0.71	2.17	0.65	-2.96	0.01*
14. ฉันพูดในสิ่งที่ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ	1.74	0.62	2.39	0.66	-3.19	0.00*
รวม	13.30	0.64	16.35	0.60	-5.12	0.00*
ด้านความเห็นอกเห็นใจ						
15. ฉันยินดีที่จะอธิบายบทเรียนให้เพื่อนที่ไม่เข้าใจฟัง	2.04	0.56	2.35	0.78	-1.67	0.11
16. ฉันปลอบใจเพื่อน เมื่อเพื่อนไม่สบายใจ	1.87	0.55	2.43	0.79	-3.03	0.01*
17. ฉันยินดีรับฟังปัญหาและให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือ	2.04	0.37	2.43	0.59	-3.22	0.00*
18. ฉันช่วยผู้ใหญ่ถือของทุกครั้งที่มีโอกาส	2.17	0.39	2.52	0.51	-2.91	0.01*
19. ฉันเต็มใจทำงานเพื่อส่วนรวม	2.13	0.69	2.52	0.51	-2.11	0.04*
20. ฉันรู้สึกดีใจที่ได้ช่วยเหลือผู้ที่ลำบากกว่าฉัน	2.04	0.48	2.22	0.80	-1.00	0.33
21. ฉันจะช่วยเหลือคนอื่นก็ต่อเมื่อฉันสมหวังแล้ว	2.17	0.72	2.30	0.88	-0.53	0.60
รวม	14.46	0.54	16.77	0.69	-3.97	0.01*
ด้านความรับผิดชอบ						
22. ฉันยอมลำบาก เพื่อให้ผลงานที่ทำออกมาดี	1.91	0.67	2.48	0.51	-3.21	0.00*
23. เมื่อนัดหมายกับเพื่อนไว้ การไปสายนิดหน่อยเป็นเรื่องธรรมดา	2.13	0.63	2.04	0.56	0.46	0.65
24. ถ้างานที่ทำอยู่มีปัญหายุ่งยาก ฉันจะขอเปลี่ยนไปทำงานอื่นที่ง่ายกว่า	1.78	0.67	2.52	0.59	-3.68	0.00*
25. ฉันส่งงานตรงเวลา	2.04	0.56	2.48	0.51	-2.87	0.01*
26. เมื่อฉันป่วยฉันจะติดตามบทเรียนจากเพื่อน	1.91	0.73	2.48	0.67	-3.21	0.00*

*$p<.05$

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 6 (ต่อ)

ข้อ คำถาม	ก่อนทดลอง (n = 23)		หลังทดลอง (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
27. ฉันเอาใจจดจ่ออยู่กับงานจนกว่างานจะเสร็จ	1.96	0.71	2.35	0.71	-1.74	0.10
28. ฉันทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับคนอื่น	1.96	0.64	2.43	0.59	-2.31	0.03*
รวม	13.69	0.66	16.78	0.59	-4.60	0.00*
ด้านการควบคุมตนเอง						
29. ฉันมักจะทำอะไรตามอารมณ์ตนเอง	1.65	0.71	2.43	0.59	-3.76	0.00*
30. เมื่อตัดสินใจทำอะไรไปแล้ว ฉันมักจะเปลี่ยนใจอยู่บ่อย ๆ	1.96	0.64	2.35	0.71	-2.40	0.03*
31. ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดมาก เมื่อเพื่อนทำอะไรไม่ถูกใจฉัน	1.65	0.57	2.22	0.80	-2.51	0.02*
32. ฉันเป็นคนขี้อาย และค่อนข้างรู้สึกประหม่าเมื่ออยู่ในสังคม	1.74	0.69	2.43	0.66	-3.14	0.01*
33. ขณะทำงานถ้ามีคนมาจ้องดู ฉันจะรู้สึกประหม่าจนทำอะไรไม่ถูก	1.52	0.51	2.35	0.71	-4.03	0.00*
34. ฉันเป็นคนที่ชอบหงุดหงิด	1.52	0.51	2.22	0.80	-3.43	0.00*
35. ฉันเคยโกรธมากถึงกับขนาดขว้างปาหรือทำลายสิ่งของ	1.61	0.72	2.61	0.66	-4.11	0.00*
รวม	11.65	0.62	16.61	0.70	-5.51	0.00*
รวม 5 ด้าน	67.71	0.60	83.16	0.65	-8.29	0.00*

*$p<.05$

จากตารางที่ 6 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.71 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลางและหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ในข้อที่ 3, 5, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 22, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 และ 35

ตารางที่ 7 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์

	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านความใจกว้าง	14.31	0.52	14.44	0.52	-1.00	0.33
ด้านการติดต่อสื่อสาร	13.27	0.56	13.48	0.61	-1.31	0.20
ด้านความเห็นอกเห็นใจ	14.05	0.56	13.74	0.56	1.32	0.20
ด้านความรับผิดชอบ	13.74	0.63	13.83	0.66	-0.42	0.68
ด้านการควบคุมตนเอง	11.75	0.59	11.97	0.56	-0.93	0.37
รวม 5 ด้าน	67.12	0.57	67.46	0.58	-0.89	0.38

จากตารางที่ 7 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุมหลังการทดลองไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 67.12 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนเท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน ของกลุ่มควบคุมก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยก่อนการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง หลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะย่อยของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้านของกลุ่มทดลอง พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนทุกด้านย่อยก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อ

ข้อ	คำถาม	ก่อนทดลอง (n = 23)		หลังทดลอง (n = 23)		t	*p*
		$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
	ด้านความใจกว้าง						
1.	การให้โอกาสทุกคนแสดงความคิดเห็นเป็นเรื่องที่เสียเวลา	2.17	0.72	2.22	0.74	-1.00	0.33
2.	ฉันไม่ชอบทำงานร่วมกับคนที่ไม่เก่ง	2.13	0.55	2.09	0.52	1.00	0.33
3.	ฉันรู้สึกไม่พอใจ เมื่อมีคนแย้งความคิดเห็นของฉัน	1.91	0.52	1.96	0.48	-0.57	0.58
4.	ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากฉัน	1.96	0.56	2.00	0.60	-1.00	0.33
5.	ฉันให้อภัยในความผิดของผู้อื่นที่ทำโดยไม่ได้ตั้งใจ	2.09	0.42	2.13	0.46	-1.00	0.33
6.	ฉันฟังความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มก่อนตัดสินใจ	2.22	0.52	2.17	0.49	0.57	0.58
7.	ฉันพยายามลืมเรื่องที่เพื่อน ๆ ทำให้ฉันโกรธเคือง	1.83	0.39	1.87	0.34	-1.00	0.33
	รวม	14.31	0.52	14.44	0.52	-1.00	0.33
	ด้านการติดต่อสื่อสาร						
8.	ฉันคิดถึงความรู้สึกของคนอื่น ก่อนที่จะพูดหรือทำอะไรลงไป	1.96	0.48	2.09	0.42	-1.82	0.08
9.	เมื่อพบกับคนที่รู้จัก ฉันจะยิ้มให้เขาก่อนเสมอ	2.00	0.80	2.04	0.77	-1.00	0.33
10.	ฉันสามารถเล่าเรื่องราวให้เพื่อน ๆ เข้าใจได้ดี	1.83	0.58	1.87	0.55	-1.00	0.33
11.	ฉันสามารถทำให้เพื่อนที่ทะเลาะกันคืนดีกันได้	1.78	0.60	1.74	0.62	1.00	0.33
12.	ฉันแสดงความยินดีกับผู้อื่นในโอกาสพิเศษ	2.17	0.58	2.17	0.65	0.00	1.00

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ข้อ คำถาม	ก่อนทดลอง (n = 23)		หลังทดลอง (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
13. เพื่อน ๆ ชมว่าฉันเป็นคนพูดจาไพเราะ	1.70	0.64	1.74	0.69	-1.00	0.33
14. ฉันพูดในสิ่งที่ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ	1.83	0.58	1.83	0.58	0.00	0.12
รวม	13.27	0.56	13.48	0.61	-1.31	0.20
ด้านความเห็นอกเห็นใจ						
15. ฉันยินดีที่จะอธิบายบทเรียนให้เพื่อนที่ไม่เข้าใจฟัง	2.00	0.43	2.00	0.43	0.00	0.24
16. ฉันปลอบใจเพื่อน เมื่อเพื่อนไม่สบายใจ	1.83	0.58	1.83	0.58	0.00	0.21
17. ฉันยินดีรับฟังปัญหาและให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือ	1.96	0.48	1.91	0.52	1.00	0.33
18. ฉันช่วยผู้ใหญ่ถือของทุกครั้งที่มีโอกาส	2.17	0.49	2.17	0.58	0.00	1.00
19. ฉันเต็มใจทำงานเพื่อส่วนรวม	2.09	0.79	2.09	0.79	0.00	1.00
20. ฉันรู้สึกดีใจที่ได้ช่วยเหลือผู้ที่ลำบากกว่าฉัน	2.04	0.48	1.91	0.42	1.82	0.08
21. ฉันจะช่วยเหลือคนอื่นก็ต่อเมื่อฉันสมหวังแล้ว	1.96	0.71	1.83	0.65	1.14	0.27
รวม	14.05	0.56	13.74	0.56	1.32	0.20
ด้านความรับผิดชอบ						
22. ฉันยอมลำบาก เพื่อให้ผลงานที่ทำออกมาดี	2.00	0.60	2.09	0.60	-1.45	0.16
23. เมื่อนัดหมายกับเพื่อนไว้ การไปสายนิดหน่อยเป็นเรื่องธรรมดา	1.91	0.67	1.96	0.56	-0.57	0.58
24. ถ้างานที่ทำอยู่มีปัญหายุ่งยาก ฉันจะขอเปลี่ยนไปทำงานอื่นที่ง่ายกว่า	1.87	0.55	1.91	0.67	-0.57	0.58
25. ฉันส่งงานตรงเวลา	1.87	0.63	1.87	0.63	0.00	1.00
26. เมื่อฉันป่วยฉันจะติดตามบทเรียนจากเพื่อน	1.96	0.64	1.87	0.63	1.00	0.33

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ข้อ คำถาม	ก่อนทดลอง (n = 23)		หลังทดลอง (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
27. ฉันเอาใจจดจ่ออยู่กับงาน จนกว่างานจะเสร็จ	2.13	0.70	2.17	0.78	-0.57	0.58
28. ฉันทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับคนอื่น	2.00	0.60	1.96	0.77	0.33	0.75
รวม	13.74	0.63	13.83	0.66	-0.42	0.68
ด้านการควบคุมตนเอง						
29. ฉันมักจะทำอะไรตามอารมณ์ตนเอง	1.48	0.59	1.70	0.64	-2.47	0.02
30. เมื่อตัดสินใจทำอะไรไปแล้ว ฉันมักจะเปลี่ยนใจอยู่บ่อย ๆ	1.87	0.63	1.87	0.55	0.00	1.00
31. ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดมาก เมื่อเพื่อนทำอะไรไม่ถูกใจฉัน	1.70	0.64	1.70	0.64	0.00	1.00
32. ฉันเป็นคนขี้อาย และค่อนข้างรู้สึกประหม่าเมื่ออยู่ในสังคม	1.70	0.64	1.74	0.54	-0.44	0.67
33. ขณะทำงานถ้ามีคนมาจ้องดู ฉันจะรู้สึกประหม่าจนทำอะไรไม่ถูก	1.61	0.50	1.74	0.45	-1.37	0.19
34. ฉันเป็นคนที่ชอบหงุดหงิด	1.65	0.49	1.61	0.50	1.00	0.33
35. ฉันเคยโกรธมากถึงกับขนาดขว้างปาหรือทำลายสิ่งของ	1.74	0.69	1.61	0.58	1.82	0.08
รวม	11.75	0.59	11.97	0.56	-0.93	0.37
รวม 5 ด้าน	67.12	0.57	67.46	0.58	-0.89	0.38

จากตารางที่ 8 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.12 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง และหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ทุกข้อมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ปรากฏดังตารางที่ 9, 10, 11 และแผนภาพที่ 5

ตารางที่ 9 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม

	n	หลังการทดลอง		t	*p*
		$\bar{X}$	SD		
กลุ่มทดลอง	23	83.16	9.13	8.18	0.00*
กลุ่มควบคุม	23	67.46	1.38		

*$p<.05$

จากตารางที่ 9 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 67.46 คะแนน คือมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 10 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์

	กลุ่มทดลอง		**กลุ่มควบคุม**		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านความใจกว้าง	16.65	0.65	14.44	0.52	4.03	0.00*
ด้านการติดต่อสื่อสาร	16.35	0.60	13.48	0.61	5.77	0.00*
ด้านความเห็นอกเห็นใจ	16.77	0.69	13.74	0.56	4.38	0.00*
ด้านความรับผิดชอบ	16.78	0.59	13.83	0.66	4.32	0.00*
ด้านการควบคุมตนเอง	16.61	0.70	11.97	0.56	6.23	0.00*
รวม	83.16	0.65	67.46	0.58	8.18	0.00*

*$p<.05$

จากตารางที่ 10 พบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับมาก ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะย่อยของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้านของมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทุกด้านสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 11 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกเป็นรายข้อ

ข้อ คำถาม	กลุ่มทดลอง (n = 23)		กลุ่มควบคุม (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ด้านความใจกว้าง						
1. การให้โอกาสทุกคนแสดงความคิดเห็นเป็นเรื่องที่เสียเวลา	2.39	0.72	2.22	0.74	0.81	0.42
2. ฉันไม่ชอบทำงานร่วมกับคนที่ไม่เก่ง	2.30	0.64	2.09	0.52	1.28	0.21
3. ฉันรู้สึกไม่พอใจ เมื่อมีคนแย้งความคิดเห็นของฉัน	2.30	0.77	1.96	0.48	1.85	0.07
4. ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากฉัน	2.35	0.65	2.00	0.60	1.89	0.07
5. ฉันให้อภัยในความผิดของผู้อื่นที่ทำโดยไม่ได้ตั้งใจ	2.57	0.59	2.13	0.46	2.79	0.01*
6. ฉันฟังความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มก่อนตัดสินใจ	2.48	0.59	2.17	0.49	1.90	0.07
7. ฉันพยายามลืมเรื่องที่เพื่อนๆ ทำให้ฉันโกรธเคือง	2.26	0.62	1.87	0.34	2.65	0.01*
รวม	16.65	0.65	14.44	0.52	4.03	0.00*
ด้านการติดต่อสื่อสาร						
8. ฉันคิดถึงความรู้สึกของคนอื่น ก่อนที่จะพูดหรือทำอะไรลงไป	2.22	0.60	2.09	0.42	0.86	0.40
9. เมื่อพบกับคนที่รู้จัก ฉันจะยิ้มให้เขาก่อนเสมอ	2.57	0.66	2.04	0.77	2.47	0.02*
10. ฉันสามารถเล่าเรื่องราวให้เพื่อน ๆ เข้าใจได้ดี	2.35	0.49	1.87	0.55	3.13	0.00*
11. ฉันสามารถทำให้เพื่อนที่ทะเลาะกันคืนดีกันได้	2.30	0.47	1.74	0.62	3.49	0.00*

*$p<.05$

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 11 (ต่อ)

ข้อ คำถาม	กลุ่มทดลอง (n = 23)		กลุ่มควบคุม (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
12. ฉันแสดงความยินดีกับผู้อื่นในโอกาสพิเศษ	2.35	0.65	2.17	0.65	0.91	0.37
13. เพื่อน ๆ ชมว่าฉันเป็นคนพูดจาไพเราะ	2.17	0.65	1.74	0.69	2.20	0.03*
14. ฉันพูดในสิ่งที่ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ	2.39	0.66	1.83	0.58	3.10	0.00*
รวม	16.35	0.60	13.48	0.61	5.77	0.00*
ด้านความเห็นอกเห็นใจ						
15. ฉันยินดีที่จะอธิบายบทเรียนให้เพื่อนที่ไม่เข้าใจฟัง	2.35	0.78	2.00	0.43	1.89	0.07
16. ฉันปลอบใจเพื่อน เมื่อเพื่อนไม่สบายใจ	2.43	0.79	1.83	0.58	2.99	0.01*
17. ฉันยินดีรับฟังปัญหาและให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือ	2.43	0.59	1.91	0.52	3.20	0.00*
18. ฉันช่วยผู้ใหญ่ถือของทุกครั้งที่มีโอกาส	2.52	0.51	2.17	0.58	2.17	0.04*
19. ฉันเต็มใจทำงานเพื่อส่วนรวม	2.52	0.51	2.09	0.79	2.21	0.03*
20. ฉันรู้สึกดีใจที่ได้ช่วยเหลือผู้ที่ลำบากกว่าฉัน	2.22	0.80	1.91	0.42	1.63	0.11
21. ฉันจะช่วยเหลือคนอื่นก็ต่อเมื่อฉันสมหวังแล้ว	2.30	0.88	1.83	0.65	2.10	0.04*
รวม	16.77	0.69	13.74	0.56	4.38	0.00*
ด้านความรับผิดชอบ						
22. ฉันยอมลำบาก เพื่อให้ผลงานที่ทำออกมาดี	2.48	0.51	2.09	0.60	2.39	0.02*
23. เมื่อนัดหมายกับเพื่อนไว้ การไปสายนิดหน่อยเป็นเรื่องธรรมดา	2.04	0.56	1.96	0.56	0.52	0.60
24. ถ้างานที่ทำอยู่มีปัญหายุ่งยาก ฉันจะขอเปลี่ยนไปทำงานอื่นที่ง่ายกว่า	2.52	0.59	1.91	0.67	3.27	0.00*

*$p<.05$

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางที่ 11 (ต่อ)

ข้อ คำถาม	กลุ่มทดลอง (n = 23)		กลุ่มควบคุม (n = 23)		t	*p*
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
25. ฉันส่งงานตรงเวลา	2.48	0.51	1.87	0.63	3.62	0.00*
26. เมื่อฉันป่วยฉันจะติดตามบทเรียนจากเพื่อน	2.48	0.67	1.87	0.63	3.20	0.00*
27. ฉันเอาใจจดจ่ออยู่กับงาน จนกว่างานจะเสร็จ	2.35	0.71	2.17	0.78	0.80	0.43
28. ฉันทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับคนอื่น	2.43	0.59	1.96	0.77	2.37	0.02*
รวม	16.78	0.59	13.83	0.66	4.32	0.00*
ด้านการควบคุมตนเอง						
29. ฉันมักจะทำอะไรตามอารมณ์ตนเอง	2.43	0.59	1.70	0.64	4.09	0.00*
30. เมื่อตัดสินใจทำอะไรไปแล้ว ฉันมักจะเปลี่ยนใจอยู่บ่อย ๆ	2.35	0.71	1.87	0.55	2.55	0.01*
31. ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดมาก เมื่อเพื่อนทำอะไรไม่ถูกใจฉัน	2.22	0.80	1.70	0.64	2.46	0.02*
32. ฉันเป็นคนขี้อาย และค่อนข้างรู้สึกประหม่าเมื่ออยู่ในสังคม	2.43	0.66	1.74	0.54	3.90	0.00*
33. ขณะทำงานถ้ามีคนมาจ้องดู ฉันจะรู้สึกประหม่าจนทำอะไรไม่ถูก	2.35	0.71	1.74	0.45	3.46	0.00*
34. ฉันเป็นคนที่ชอบหงุดหงิด	2.22	0.80	1.61	0.50	3.11	0.00*
35. ฉันเคยโกรธมากถึงกับขนาดขว้างปาหรือทำลายสิ่งของ	2.61	0.66	1.61	0.58	5.46	0.00*
รวม	16.61	0.70	11.97	0.56	6.23	0.00*
รวม 5 ด้าน	83.16	0.65	67.46	0.58	8.18	0.00*

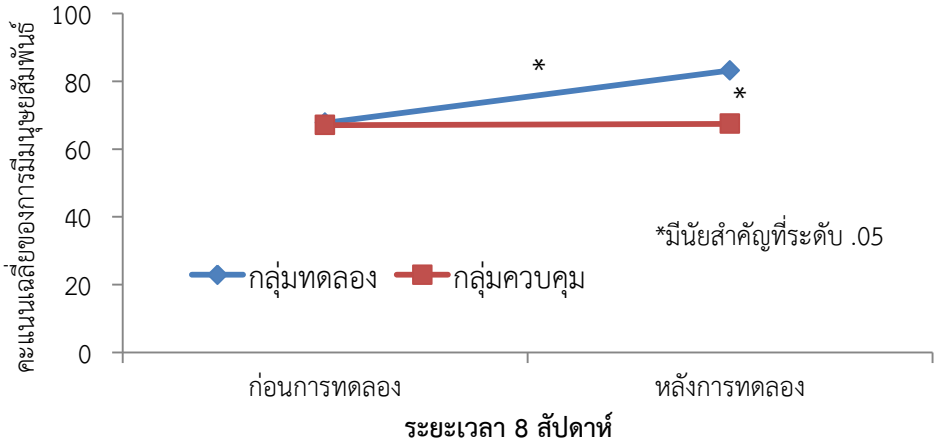
*$p<.05$

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

จากตารางที่ 11 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อ 5, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35

ภาพที่ 6 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ ก่อนและหลังการทดลอง ของนักเรียนกลุ่มทดลองและของนักเรียนกลุ่มควบคุม

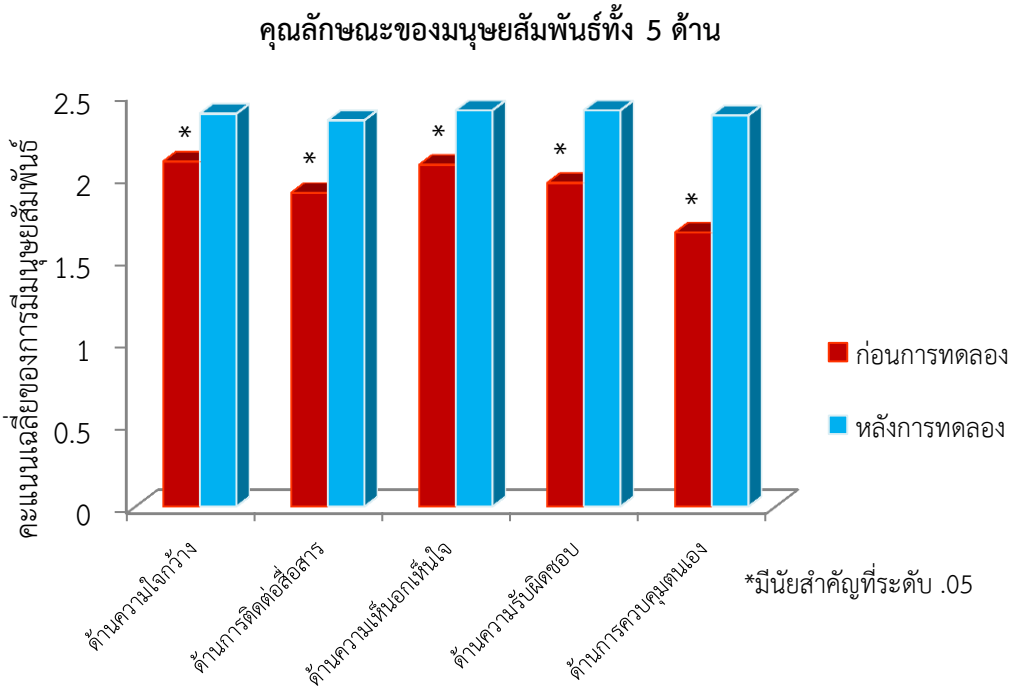


จากแผนภาพที่ 5 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.71 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนหลังการทดลองเท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับมาก

ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ ก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.12 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนหลังการทดลองเท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

และพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ สูงขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 83.16 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับมาก ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.46 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง

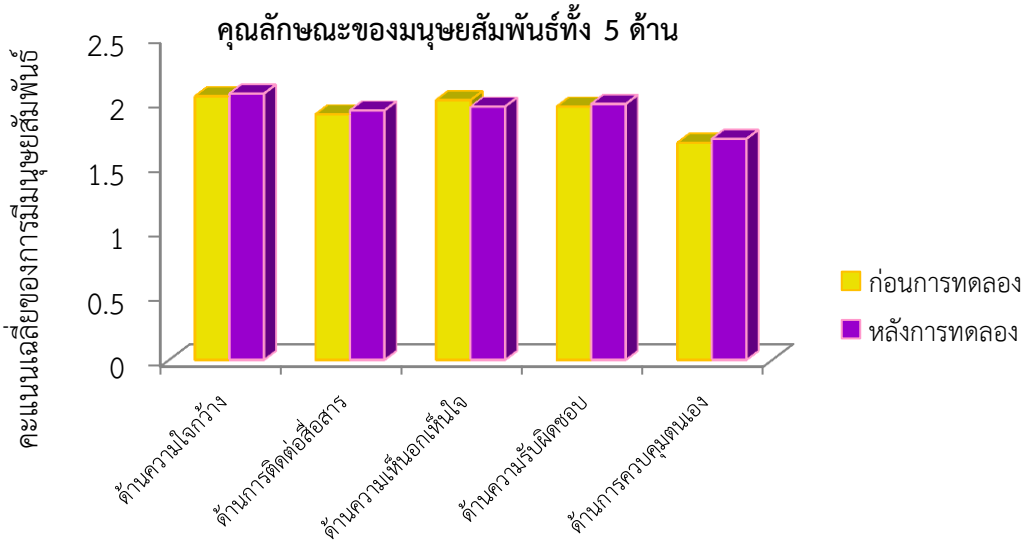
ภาพที่ 7 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์



จากแผนภาพที่ 6 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองหลังได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สูงกว่าก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะย่อยของคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้านของกลุ่มทดลองพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทุกคุณลักษณะย่อยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาพที่ 8 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์

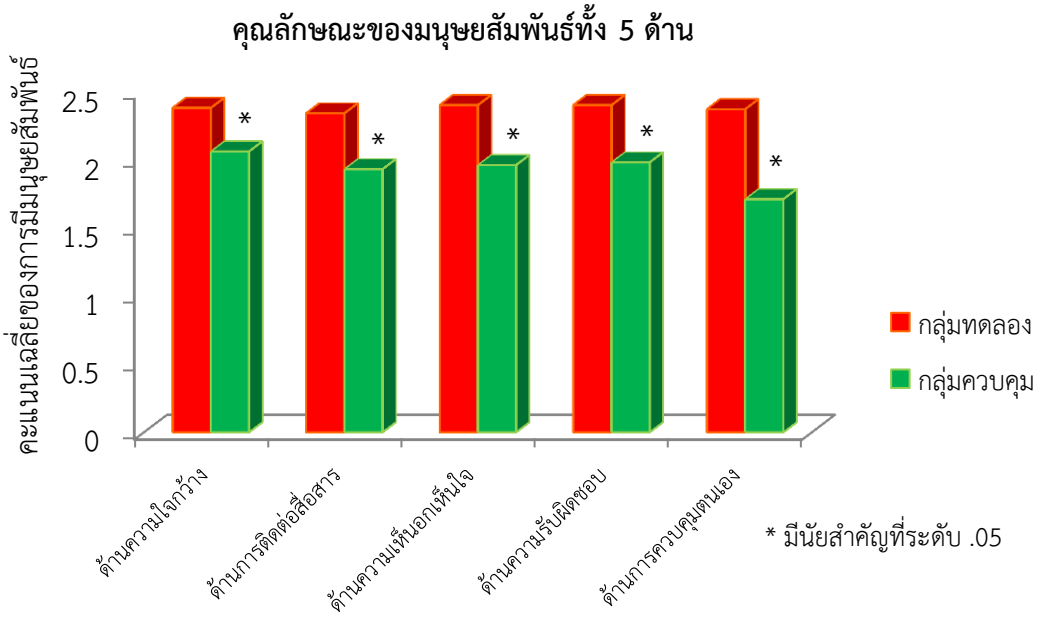


จากแผนภาพที่ 7 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มควบคุม หลังการทดลองไม่เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลอง

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะย่อยของคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้านของกลุ่มควบคุม พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทุกองค์ประกอบย่อยก่อนการทดลองและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาพที่ 9 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองกับนักเรียนกลุ่มควบคุม จำแนกตามคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์



จากแผนภาพที่ 8 พบว่า หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อพิจารณาแต่ละคุณลักษณะพบว่า ทั้ง 5 ด้านของคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ทุกด้านสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

บทที่ 5
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษาโดย 1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา 2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษากับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา ผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีรับสมัครนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ และใช้แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์เพื่อคัดนักเรียนที่มีคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ระดับปานกลาง 46 คน นำนักเรียนที่มีคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง 46 คน มาสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลากได้นักเรียนกลุ่มทดลองจำนวน 23 คน ที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ เป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง และนักเรียนกลุ่มควบคุมจำนวน 23 คนที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.93 ประกอบด้วย 24 กิจกรรมได้แก่ 1) รับรู้ข้อมูล 2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ 3) ประเมินตนเอง 4) ให้คำปรึกษาและเสริมแรง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.95 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) และทดสอบค่าที (t – test) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา สามารถสรุปผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนการทดลองเท่ากับ 67.74 คะแนน คือมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง และหลังการทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 83.17 คะแนน คือมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อที่ 3, 5, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 22, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34 และ 35

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 83.17 คะแนน คือมีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 67.43 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของกลุ่มทดลองเพิ่มขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ในข้อ 5, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 33, 34 และ 35

สรุปได้ว่า โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาได้

อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

จากผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 67.74 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เท่ากับ 83.17 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 1 สามารถอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

1) กิจกรรมรับรู้ข้อมูล

กิจกรรมรับรู้ข้อมูล ประกอบด้วยกิจกรรมย่อย ได้แก่ กิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์และทำความเข้าใจการสร้างมนุษยสัมพันธ์ ผู้วิจัยได้ให้ความรู้ในเรื่องความสำคัญของมนุษยสัมพันธ์ คุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ ตัวอย่างปัญหาที่เกิดจากการขาดมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งพบว่า กิจกรรมรับรู้ข้อมูลนี้ก่อให้เกิดแรงจูงใจที่จะโน้มน้าวและกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความรู้ที่ถูกต้องเอาใจใส่ในการกระทำหรือการปฏิบัติกิจกรรมเพื่อการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี สังเกตได้จากการสอบถามข้อมูลในขณะดำเนินกิจกรรม นักเรียนส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าการกระทำหรือการมีพฤติกรรมบางอย่างเป็นพฤติกรรมที่ขาดมนุษยสัมพันธ์และก่อให้เกิดปัญหา เมื่อผู้วิจัยให้ข้อมูลที่ถูกต้อง สาธิตการใช้คำพูด การแสดงสีหน้าเพื่อต้องการสร้างมนุษยสัมพันธ์ ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ในการปฏิบัติพฤติกรรมที่ถูกต้อง ส่งผลให้คะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ ทิศนา แขมมณี (2522) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เป็นวิทยาการที่ว่าด้วยเรื่องความสัมพันธ์ของกลุ่มคนและกระบวนการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพได้พยายามศึกษาห้ำด้มาซึ่งความรู้ ที่จะนำไปปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมของตน

2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสามัคคีกันในกลุ่ม สร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์และการทำงานร่วมกันเป็นทีม กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้บุคคลได้มีการแสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกัน ลดความเห็นแก่ตัว ช่วยให้มีทัศนคติที่ดีต่อกัน มีความเข้าใจ เห็นใจกัน ซึ่งคุณค่าที่ได้จะมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของการทำกิจกรรม ผู้วิจัยได้วิเคราะห์กิจกรรมที่ส่งเสริมคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ในด้านต่าง ๆ ซึ่งประกอบไปด้วย

2.1) ด้านความใจกว้าง

กิจกรรมแรกเราพบกัน เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียน มีความสุขสนุกสนาน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ในการทำกิจกรรมจะให้นักเรียนบอกลักษณะนิสัยของเจ้าของป้ายชื่อที่ได้มา ทำให้นักเรียนรู้จักตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ และยังทำให้นักเรียนมีความใจกว้างพร้อมที่จะรับความคิดใหม่ ๆ รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตน ให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นที่ไม่ได้เจตนา กิจกรรมชีวิตของฉัน นักเรียนได้รู้จักตัวเอง รู้จักความต้องการของตนเองจากการทำใบงาน และได้วิเคราะห์สิ่งที่เป็นความดี ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ของตนเองต่อสังคม พร้อมทั้งหาจุดบกพร่องของตนเอง โดยรู้จักคิดและหาแนวทางสิ่งที่เป็นความดี และปรับปรุงข้อบกพร่องให้เกิดประโยชน์ในทางที่สร้างสรรค์ต่อตนเองและสังคม กิจกรรมคลำมุมโต๊ะ ในการทำกิจกรรมได้ให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่ม ๆ ละ 4 คน ออกมาคลำโต๊ะคนละมุม ทีละกลุ่ม จากนั้นตัวแทนกลับไปที่กลุ่มปรึกษาหารือกัน แล้วช่วยกันวาดภาพของโต๊ะที่แท้จริงเพื่อแสดงให้เห็นว่า การเคารพ

และรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนทุกคน แสดงถึงความใจกว้าง ให้ความสำคัญของการประสานความคิดในการทำงานร่วมกัน ทำให้เห็นว่าแต่ละคนมีการรับรู้ในแง่มุมที่แตกต่างกัน เนื่องจากมีประสบการณ์ที่ต่างกัน พิจารณาสิ่งต่าง ๆ จากหลาย ๆ แง่ ทำให้นักเรียนมองปัญหาได้กว้างขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ เอนก หงษ์ทองคำ (2542) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ตอบสนองต่อความจำเป็นในการช่วยกระตุ้นและสร้างบรรยากาศที่เปิดกว้าง สามารถนำไปสอดแทรกสาระต่าง ๆ โดยผ่านทางกระบวนการของกลุ่มให้ได้เล่น ได้วิพากษ์ ได้วิจารณ์ วิเคราะห์กันเอง ได้รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตน และเพื่อเป็นการศึกษาเรียนรู้ ทำความรู้จักระหว่างสมาชิกในกลุ่ม

2.2) ด้านการติดต่อสื่อสาร

กิจกรรมร้อยดาว เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนแบ่งงานกันทำในการแยกสีของกระดาษพับดาว เป็นหลักใช้คนให้เหมาะกับงาน นอกจากนี้ ยังฝึกการประสานงานในแต่ละกลุ่ม ที่จะต้องรู้ว่ากลุ่มใดใช้กระดาษพับดาวสีอะไร ดังนั้น เมื่อรู้ว่ากลุ่มใดต้องใช้สีอะไร จึงต้องมีการแยกสีของกระดาษพับดาวต่าง ๆ ไปแลกกับกลุ่มอื่น เป็นการเรียนรู้การแบ่งปันและการเสียสละและที่สำคัญ คือต้องมีการพูดคุยติดต่อสื่อสารกันภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่มด้วย กิจกรรมบ้าใบ้ เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนนั่งเป็นแถว 2 แถว คนที่อยู่หัวแถวเลือกชุดบัตรคำ 1 ชุด พร้อมทั้งจำคำที่อยู่ในบัตรคำให้ได้ แล้วนำไปบอกต่อเพื่อนคนที่ 2 โดยห้ามพูดคำที่อยู่ในบัตรคำหรือเขียนให้เพื่อนดู กิจกรรมนี้ทำให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสาร ถ้าสื่อสารกันไม่ดีอาจทำให้เกิดความขัดแย้งกันได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ สมบัติ กาญจนกิจ (2544) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นการจัดกิจกรรมให้บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป โดยมีกิจกรรมสัมพันธ์กัน มีติดการสื่อสารให้มีความเห็นที่สอดคล้องกันและปรับตัวเข้าหากัน ช่วยในการตัดสินใจร่วมกัน เพื่อพัฒนากลุ่มไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

2.3) ด้านความเห็นอกเห็นใจ

กิจกรรมเลือกสัตว์ทายนิสัย ทำให้นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยของกันและกันเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เปิดเผยตนเอง และได้รู้ถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลที่ไม่เหมือนกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน และยังทำให้รู้จักนิสัยของตนเอง ส่งผลให้สามารถควบคุมตนเองได้ กิจกรรมน้ำใจงาม เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านนิทานเรื่อง ความมีน้ำใจ และให้นักเรียนเขียนความมีน้ำใจของนักเรียนที่เคยปฏิบัติ และให้เหตุผลว่าเพราะเหตุใด จึงปฏิบัติเช่นนั้น จากนั้นให้นักเรียนแต่ละคนเล่าเรื่องราวความมีน้ำใจของตนเองให้เพื่อน ๆ ฟัง ซึ่งทำให้นักเรียนได้ตระหนักถึงการมีน้ำใจไมตรีให้ผู้อื่นเสมอ มีความใจกว้าง และเข้าใจถึงความแตกต่างของบุคคลที่มีไม่เหมือนกัน มีความปรารถนาดีและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สอดคล้องกับทฤษฎีสนามของ Mabry (1980) ได้กล่าวว่า ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งเกิดมาจากลักษณะของการรวมกลุ่มของบุคคลที่แตกต่างกันมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม การรวมกลุ่มแต่ละครั้ง จะมีปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายใน

Chulalongkorn University

กลุ่มในรูปแบบของการกระทำ ซึ่งแต่ละครั้งความคิดและการปฏิบัติจะแตกต่างกันออกไป สมาชิกในกลุ่มค่อย ๆ ปรับตัวเข้าหากัน พยามยามช่วยกันทำงานให้สำเร็จ

2.4) ด้านความรับผิดชอบ

กิจกรรมคู่หูซู่ซ่า เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนแต่ละคู่หาวิธีการย้ายขวดน้ำไปให้ถึงจุดหมายที่กำหนดไว้ เมื่อนำขวดไปถึงจุดหมายแล้วต้องทำให้คู่ของตนเป็นอิสระจากกัน โดยห้ามแกะเชือกออกจากข้อมือ หรือใช้มีดตัดเชือก เมื่อเป็นอิสระจากกันแล้ว ให้นำขวดน้ำกลับไปไว้ที่เดิม โดยหันหลังชนกันแล้วหนีบขวดน้ำไว้ แล้วให้นำขวดไปไว้ที่เดิม คู่ไหนทำเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ ซึ่งทำให้นักเรียนได้ตระหนักถึงความรับผิดชอบ เอาใจใส่และขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย มีความพยายามที่จะทำภาระหน้าที่ของตนเองให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี กิจกรรมภารกิจที่ต้องทำ ผู้วิจัยขอให้แต่ละกลุ่มส่งเจ้าชายมากลุ่มละ 1 คน จากนั้นให้เหล่าเจ้าชายมารับคำสั่งจากราชินี แล้วให้ทำตามภารกิจที่ราชินีสั่งภายในเวลาที่กำหนด 10 วินาที เจ้าชายคนไหนทำภารกิจสำเร็จและทันเวลา ให้ 10 คะแนน ถ้าทำภารกิจสำเร็จแต่ไม่ทันเวลาให้ 5 คะแนน และถ้าทำภารกิจไม่สำเร็จและไม่ทันเวลาให้ 2 คะแนน และให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง “งานเสร็จไม่ทัน...ทำยังไงดี แล้วร่วมกันอภิปรายถึงผลเสียของการทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่กำหนด และแนวทางปฏิบัติในการทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด และออกมานำเสนอให้เพื่อน ๆ ทราบ กิจกรรมเป่ายิงฉุบแปลงร่าง เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยให้นักเรียนเล่นเกม "เป่ายิงฉุบแปลงร่าง" โดยเริ่มตั้งแต่ จิ้งหรีด อึ่งอ่าง วัว ลิง คน และมีการแปลงร่างโดยการเป่ายิงฉุบโดยให้นักเรียนทุกคนนั่งยอง ๆ ลงกับพื้นแล้วร้องจี๊ด ๆๆ เป็นสัญลักษณ์ของจิ้งหรีด เมื่อเจอจิ้งหรีดด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะให้แปลงร่างเป็นอึ่งอ่าง ร้อง " อึ่งอ่าง " เมื่อเจออึ่งอ่างด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็น วัว ร้อง " มอ มอ " เมื่อเจอวัวด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็นลิง ร้อง " เจี๊ยก เจี๊ยก " เมื่อเจอลิงด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็นคน ยืนเท่ห์ ๆ ดูเพื่อนที่กำลังเป่ายิงฉุบ ส่วนคนที่แพ้ต้องเป็นสัตว์เหมือนเดิม ห้ามเป่ายิงฉุบข้ามชนิดสัตว์ สิ้นสุดการเล่นเกมจะเหลือ จิ้งหรีด อึ่งอ่าง วัว ลิง อย่างละตัว นอกนั้นจะเป็นคน ทำให้นักเรียนมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น นักเรียนมีความกล้าแสดงออกถึงความคิด และจินตนาการ รู้จักมารยาทการทักทายแบบต่าง ๆ ทำให้นักเรียนรู้จักการยอมรับซึ่งกันและกัน และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ อุทัย บุญประเสริฐ (2532) กล่าวว่า การทำกิจกรรมร่วมกันของกลุ่มคนโดยวิธีการต่าง ๆ มีวิธีดำเนินกิจกรรมเป็นขั้นเป็นตอน มีการแบ่งบทบาทความรับผิดชอบในการทำงานร่วมกัน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่วางไว้

2.5) ด้านการควบคุมตนเอง

กิจกรรมวิศวกรก่อสร้าง เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มเดินต่อเท้ากัน ไปเอากล่องไม้ขีดไฟที่เส้นกลับตัวทีละกล่องแล้วนำกลับมายังจุดเริ่มต้นจนครบ 15 กล่อง เมื่อครบแล้วให้ต่อ

กล่องไม้ขีดในแนวตั้ง โดยใช้ด้านที่เปิดกล่องต่อกันให้ครบทั้ง 15 กล่อง ทีมไหนต่อได้เสร็จก่อน เป็นทีมที่ชนะ เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนรู้จักควบคุมตนเองไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญกับปัญหา สามารถตัดสินใจ และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมั่นใจ กิจกรรมถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึก นักเรียนได้รับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับเพื่อน และยอมรับในตัวเพื่อน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความเห็นอกเห็นใจกัน และนักเรียนได้รู้จักการควบคุมตนเอง ได้ทบทวนตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น สอดคล้องกับทฤษฎีทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ของ Mabry (1980) ซึ่งได้กล่าวว่า ปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มเกิดจากการทำกิจกรรมกลุ่มอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน ซึ่งก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์ในทุก ๆ ด้าน ทั้งทางด้านร่างกาย วาจา และอารมณ์ กิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดปฏิสัมพันธ์ขึ้นภายในกลุ่มจะก่อให้เกิดอารมณ์ความรู้สึก และการควบคุมตนเองขึ้นในตัวบุคคล

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ดังกล่าวส่งผลทำให้มนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของภณิตา เจริญสุข (2549) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาเผ่าม้ง ผลการวิจัยพบว่า ผลศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาเผ่าม้ง หลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม นักเรียนมีการพัฒนามนุษยสัมพันธ์โดยรวมเพิ่มขึ้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3) กิจกรรมประเมินตนเอง

กิจกรรมประเมินตนเอง เป็นกิจกรรมที่ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนบันทึกพฤติกรรมของตนเองในแต่ละสัปดาห์ว่าตนเองได้สร้างมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลใด มากน้อยเพียงใด โดยนักเรียนจะประเมินตนเองสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง ใช้เวลาประมาน 15 นาที จากการอ่านสมุดบันทึกการประเมินตนเองของนักเรียนทำให้ผู้วิจัยได้ทราบสาเหตุของปัญหาที่เกิดจากการขาดมนุษยสัมพันธ์และนำไปให้คำปรึกษาถึงวิธีในการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ให้กับนักเรียนแต่ละคนได้ เป็นผลให้นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้น

4) กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง

กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง เป็นกิจกรรมที่ดำเนินควบคู่ไปกับกิจกรรมประเมินตนเอง เมื่อผู้วิจัยทราบถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของนักเรียนแต่ละคน ก็ได้นำปัญหามาพูดคุยให้คำปรึกษาพร้อมทั้งมีการเสริมแรง เช่น คำชมเชยในพฤติกรรมที่ทำดีแล้ว หรือของรางวัลเมื่อมีการพัฒนาขึ้น จากการให้คำปรึกษาและเสริมแรงนั้น พบว่า นักเรียนกล้าที่จะพูดคุย ปรึกษาปัญหาต่าง ๆ กับผู้วิจัย พร้อมทั้งให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี ทำให้นักเรียนมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดของ Skinner (1983) กล่าวว่า พฤติกรรมที่แสดงออกเป็นพฤติกรรมการเรียนรู้หรือทฤษฎีการเรียนรู้การวางเงื่อนไขแบบการกระทำ ซึ่งพฤติกรรมการตอบสนองจะขึ้นอยู่กับการ

เสริมแรง (Reinforcement) โดยตัวเสริมแรงแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ ตัวเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) หมายถึง สิ่งเร้าใด ๆ ซึ่งเมื่อนำมาใช้แล้วทำให้มีการตอบสนองเพิ่มมากขึ้น เช่น คำชมเชย รางวัล อาหาร ตัวเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) หมายถึง สิ่งเร้าใด ๆ เมื่อนำมาใช้แล้วทำให้การตอบสนองเพิ่มขึ้นในทางลบ เป็นตัวเสริมแรงทางลบ เช่น คำตำหนิ การทำโทษ สอดคล้องกับงานวิจัยของ เพ็ญประภา คานปือ (2546) ได้ศึกษาผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านโหลนสามัคคี อำเภอหนองบัวแดง จังหวัดชัยภูมิ โดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินกิจกรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามความมีมนุษยสัมพันธ์ และโปรแกรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนามนุษยสัมพันธ์ กลุ่มตัวอย่างไดรับการทดสอบความมีมนุษยสัมพันธ์ก่อนและหลังการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์มีมนุษยสัมพันธ์หลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

จากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยของคะแนนการมีมนุษยสัมพันธ์หลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลองเท่ากับ 83.17 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับมาก นักเรียนกลุ่มควบคุมเท่ากับ 67.43 คะแนน คือ มีมนุษยสัมพันธ์ในระดับปานกลาง ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานการวิจัยข้อที่ 2 สามารถอภิปรายผลได้ในประเด็นต่อไปนี้

1) กิจกรรมรับรู้ข้อมูล

กิจกรรมการรับรู้ข้อมูล ผู้วิจัยได้ให้ความรู้ด้านมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และให้ชมคลิปวิดีโอ สาเหตุ ปัญหา และผลที่ตามมาจากการขาดมนุษยสัมพันธ์ พร้อมทั้งยกตัวอย่างสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจและกระตุ้นให้นักเรียนสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ จากนั้นให้นักเรียนช่วยกันหาแนวทางและความสำคัญของการสร้างเสริมมนุษสัมพันธ์ ซึ่งพบว่า นักเรียนทราบถึงแนวทางที่สามารถสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ได้

2) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ก่อให้บุคคลมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างเต็มที่ การสร้างประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรม จะช่วยให้บุคคลรู้จักและสนใจในตัวเองดียิ่งขึ้น สามารถสร้างบรรยากาศการเรียนให้สนุกสนานไม่เกิดความรู้สึกว่าถูกสอน สามารถเรียนรู้ได้ในระยะเวลาอันสั้น และเป็นแนวทางในการพัฒนาบุคคล และการรู้จักแก้ปัญหาทั้งส่วนตัวและส่วนรวมด้วย ผู้วิจัยได้วิเคราะห์กิจกรรมที่ให้คุณค่าในการสร้างเสริมคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ทั้ง 5 ด้าน และให้นักเรียนทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ซึ่งประกอบไปด้วย

2.1) ด้านความใจกว้าง

กิจกรรมหอคอยกระดาษ ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสร้างหอคอยของฉันจากอุปกรณ์ที่ให้แจกให้ โดยจะให้คะแนนด้านความสูง ความสวยงามและความแข็งแรงด้านละ 100 คะแนน และให้แต่ละกลุ่มออกมา present ผลงานของกลุ่มตนเอง ซึ่งทำให้นักเรียนได้คิดแก้ปัญหาและรู้จักวางแผนการทำงาน ได้แสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ มีความใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น สามารถทำงานร่วมกันผู้อื่นได้ ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ในการทำงาน และทำงานออกมาได้ทันเวลาที่กำหนด กิจกรรมรักยาวให้บั่นรักสั้นให้ต่อ เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนนำสิ่งของเครื่องแต่งกายที่อยู่บนตัวนักเรียน มาเรียงต่อกันให้ยาวที่สุด ภายในเวลา 5 นาที จากนั้นผู้วิจัยบอกให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเก็บของที่นำออกมาต่อให้เร็วที่สุดให้เรียบร้อย กลุ่มไหนเก็บเสร็จเรียบร้อยก่อนเป็นผู้ชนะ จากกิจกรรมทำให้นักเรียนเสียสละเพื่อส่วนรวม มีความใจกว้าง และมีการวางแผนก่อนการทำงาน กิจกรรมเพราะเราคู่กัน ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่คนที่คิดว่านิสัยหรืออารมณ์เหมือนตนเองมากที่สุด แล้วให้แต่ละคู่คุยกันว่าตนเองกับเพื่อนเหมือนกันอย่างไรบ้าง แล้วแต่ละคู่ยืนขึ้นแล้วบอกเพื่อน ๆ ว่าตนเองกับเพื่อนนิสัย อารมณ์เหมือนกันอย่างไรบ้าง ซึ่งทำให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อสารให้คนอื่นเข้าใจตนเองได้ สอดคล้องกับแนวคิดของ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย (2554) กล่าวว่า ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ช่วยสร้างความคุ้นเคยและสนิทสนมในกลุ่มสมาชิก กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์สามารถดำเนินการได้หลายรูปแบบทั้งเป็นทางการและไม่เป็นทางการ เพื่อส่งเสริมให้บุคคลกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและแสดงออก เพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ตลอดจนได้รับและยอมรับความรู้ใหม่ ๆ เพิ่มเติม

2.2) ด้านการติดต่อสื่อสาร

กิจกรรมข้อความที่ฉันได้มา ผู้วิจัยให้คนหลังสุดของแต่ละแถวออกมาอ่านข้อความเพื่อให้เขียนหลังคนถัดไป นักเรียนแต่ละคนจะเขียนข้อความตามที่ตนเข้าใจต่อไปเรื่อย ๆ จนถึงหัวแถว และคนที่อยู่หัวแถวต้องมาออกมาเฉลยว่าข้อความนั้นคืออะไร แถวที่สามารถพูดข้อความได้ถูกต้องถือว่าชนะ ซึ่งทำให้นักเรียนได้เห็นถึงความสำคัญของการสื่อสาร และสามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกันได้ กิจกรรมต่อภาพเล่าเรื่อง เป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมา

ยืนเรียงภาพตามเรื่องราวในกลุ่มของตนเอง และเริ่มเล่าเรื่องราวตามภาพ โดยเริ่มจากรูปภาพแรกเป็นคนเล่าก่อนและเล่าต่อมาเรื่อย ๆ ตามรูปภาพของตนจนครบ ทำให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดีและสามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกัน กิจกรรมจินตนาการสุดล้ำ นักเรียนต้องอธิบายว่าคำในบัตรคำของตนเองเข้ากับคำในบัตรคำของคนอื่นได้อย่างไร จนสุดท้ายให้รวมกันเป็นกลุ่มใหญ่และให้อธิบายว่าคำในในแต่ละบัตรคำเข้ากันได้อย่างไร ซึ่งทำให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดีสามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกัน สอดคล้องกับทฤษฎีระบบของ Mabry (1980) ซึ่งกล่าวไว้ว่า กลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยโครงสร้างหรือระบบ มีการแสดงบทบาทและกำหนดหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม เปรียบเสมือนกับการลงทุนเพื่อให้ได้ผลลัพธ์อย่างใดอย่างหนึ่ง การแสดงบทบาทตามหน้าที่ของสมาชิกภายในกลุ่ม มีการสื่อสารระหว่างกันภายในกลุ่มและมีการเปิดเผยต่อกันเพื่อให้มีความเห็นที่สอดคล้องกัน

2.3) ด้านความเห็นอกเห็นใจ

กิจกรรมเรื่องราวความรู้สึก ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงละครสั้น ๆ เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ หลังจากแต่ละกลุ่มแสดงละครเสร็จ ผู้วิจัยถามถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ ความรู้สึกต่างๆ และจะจัดการกับอารมณ์ ความรู้สึกนั้น ๆ ได้อย่างไร ซึ่งทำให้นักเรียนเข้าใจอารมณ์ต่าง ๆ ของผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความเห็นอกเห็นใจ นักเรียนรู้จักอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง กิจกรรมจิตกรผู้สร้างสรรค์ นักเรียนวาดรูปใบหน้าตนเองลงบนกระดาษ โดยพยายามใส่รายละเอียดที่เป็นจุดเด่นของตนเองลงไปให้มากที่สุด เมื่อวาดเสร็จแล้ว ให้สลับภาพวาดกับคู่ของตนเอง และให้แต่ละคนพิจารณาดูรูปของเพื่อน ว่ามีส่วนใดที่เหมือนที่สุด ส่วนใดที่ควรปรับปรุง ก็ให้แก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น แล้วเขียนชื่อภาพให้เหมาะสมกับบุคลิกของเพื่อนในเชิงบวก คืนภาพวาดให้เจ้าของภาพ พร้อมทั้งบอกด้วยว่า แก้ไขส่วนไหนไปบ้าง ซึ่งทำให้นักเรียนได้ตระหนักถึงปัญหาของแต่ละคนที่มีไม่เหมือนกัน มีความเห็นอกเห็นใจ ได้รู้จักตนเองและผู้อื่น สอดคล้องกับแนวคิดของกรมพลศึกษา (2555) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยการสร้างประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรม ช่วยให้สนใจในตัวเองดียิ่งขึ้น สร้างบรรยากาศการเรียนให้สนุกสนานไม่เกิดความรู้สึกว่าถูกสอน และสามารถเรียนรู้ได้ในระยะเวลาอันสั้น เป็นแนวทางในการพัฒนาบุคลากร และการรู้จักแก้ปัญหาทั้งส่วนตัวและส่วนรวม ช่วยให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อกัน มีความเข้าใจ เห็นใจกัน และยังลดการขัดแย้งกัน

2.4) ด้านความรับผิดชอบ

กิจกรรมตกปลาเก็บแต้ม ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มปรึกษา วางแผนกันว่าก่อนที่จะตกปลา โดยช่วยกันตกปลาขึ้นมาแล้วนำไปหย่อนใส่แก้วที่เตรียมไว้ทีละฝาให้ได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนด โดยฝาแต่ละสีจะมีคะแนนไม่เท่ากัน ซึ่งนักเรียนต้องรู้จักหน้าที่ของตนเองว่าจะต้องทำอะไร และมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่นั้นของตนเอง กิจกรรมโชคมากับแป้ง ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แล้วนำกระปุก

แป้งจอห์นสัน 2 ชุด ให้นักเรียน 2 คนตรงข้ามกัน ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่นเกมโชคมากับแป้ง โดยเมื่อได้ยินเสียงเพลงให้ส่งแป้งต่อไปด้านขวามือ ห้ามโยน เมื่อเพลงหยุดให้หยุดการเล่น ผู้ที่มีแป้งอยู่ในมือให้จับสลากจากผู้วิจัย 1 ใบ ให้ผู้วิจัยอ่านข้อความแล้วให้ปฏิบัติตามขั้นตอนจากข้อความนั้น ส่งผลให้นักเรียนเกิดความสนุกในการร่วมกิจกรรม รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนอย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง และรู้จักการยอมรับกฎกติกาสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และรู้จักยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง สอดคล้องกับทฤษฎีระบบของ Mabry (1980) ซึ่งกล่าวไว้ว่า กลุ่มมีการแสดงบทบาทและกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบของสมาชิกภายในกลุ่ม เปรียบเสมือนกับการลงทุนเพื่อให้ได้ผลลัพธ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งสมาชิกต้องแสดงบทบาทตามหน้าที่ที่ได้รับมอบให้ภายในกลุ่ม

2.5) ด้านการควบคุมตนเอง

กิจกรรมสะท้อนตนเอง นักเรียนได้สำรวจคุณลักษณะที่ดีของตนเองและผู้อื่น เกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจตนเองและมีความมั่นใจในตนเองในการใช้ชีวิต รู้จักการควบคุมตนเอง กิจกรรมสิ่งของที่เข้ากันได้ ผู้วิจัยให้นักเรียนเลือกสิ่งของที่ตนเองชอบและไม่ชอบแล้วให้เก็บไว้ในใจ จากนั้นให้นักเรียนเดินมาหยิบของที่วางไว้กลางวงทีละคนแล้วกลับมานั่งที่เดิมห้ามพูดคุยกับเพื่อนเก็บความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งของที่ตนเองได้มาไว้ในใจ เมื่อหยิบจนครบทุกคนแล้ว จึงเปิดโอกาสให้เปลี่ยนของที่เหลือได้ และให้นักเรียนลุกขึ้นอธิบายสิ่งของที่ตนเองเลือกคืออะไร มีประโยชน์อย่างไร จากนั้นให้นักเรียนจับคู่สิ่งของที่เกี่ยวข้องกันและใช้ประโยชน์ร่วมกันได้ เมื่อจับคู่ได้แล้วนั่งลงต่อกันจากคู่แรกจนถึงคู่สุดท้าย และให้แต่ละคู่อธิบายสิ่งของนั้นเข้ากันได้อย่างไร จนครบทุกคู่ และให้แต่ละคู่พิจารณาอีกว่าสิ่งของในคู่ของตนเองสามารถรวมกันกับคู่อื่นได้อีกหรือไม่ โดยให้แบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ เมื่อรวมเป็น 2 กลุ่มใหญ่ได้แล้วให้อธิบายสิ่งของนั้นเข้ากันได้อย่างไร จนกระทั่งเหลือกลุ่มเดียว แล้วให้ตัวแทนออกมานำเสนอเหตุผลที่อธิบายถึงสิ่งของนั้น ๆ สามารถเข้ากันได้อย่างไร เมื่อนักเรียนอธิบายเสร็จแล้ว ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่ามีใครบ้างที่ได้ของตรงกับที่เลือกไว้ในใจมีความรู้สึกอย่างไร ส่วนคนที่ไม่ได้ตรงกับที่คิดไว้ในใจรู้สึกอย่างไร ทำให้นักเรียนได้รับฟังความคิดเห็นใหม่ ๆ รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตน มีความสามารถในการพูด สื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเห็นสอดคล้องกัน และสามารถควบคุมตนเองได้ในการตัดสินใจ แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมั่นใจทั้งในระดับบุคคลและกลุ่ม กล้าแสดงออกถึงความคิด จินตนาการ เชื่อมโยงอย่างมีเป้าหมาย สอดคล้องกับแนวคิดของกรมพลศึกษา (2555) ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ไว้ว่า กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรมมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างเต็มที่ การสร้างประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เข้ารับการอบรมรู้จักและสนใจในตัวเองดียิ่งขึ้น ช่วยส่งเสริมในการพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและผ่อนคลายความตึงเครียด และรู้จักควบคุมตนเอง

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ช่วยให้บุคคลได้มีการแสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกัน ช่วยให้มีทัศนคติที่ดีต่อกัน ลดความเห็นแก่ตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล (2554) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า (1) หลังการทดลองกลุ่มทดลอง มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าการทดลองและระยะติดตามผลน้อยกว่าการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ในกลุ่มควบคุมไม่พบความแตกต่าง (2) หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) กิจกรรมประเมินตนเอง

กิจกรรมประเมินตนเองเป็นกิจกรรมที่ให้นักเรียนระบายถึงสาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีมนุษยสัมพันธ์น้อย นักเรียนบันทึกพฤติกรรมที่เป็นสาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีมนุษยสัมพันธ์น้อยของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นด้านความใจกว้าง ติดต่อสื่อสาร ความเห็นอกเห็นใจ ความรับผิดชอบ และด้านควบคุมตนเอง ลักษณะที่แสดงออกถึงการขาดมนุษยสัมพันธ์ ระยะเวลาที่แสดงออก วิธีการควบคุมตนเอง โดยให้นักเรียนประเมินตนเองสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง แล้วส่งคืนผู้วิจัย เพื่อให้ผู้วิจัยได้หาสาเหตุของปัญหาที่ทำให้มีมนุษยสัมพันธ์น้อย หลังจากนั้นผู้วิจัยได้หาแนวทางในการแก้ปัญหา และเสนอวิธีการจัดการกับพฤติกรรมดังกล่าวให้นักเรียนแต่ละคน จากการอ่านบันทึกของนักเรียนแต่ละคน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่แสดงออกถึงพฤติกรรมที่ขาดมนุษยสัมพันธ์ด้านการติดต่อสื่อสารและความเห็นอกเห็นใจ โดยการพูดส่อเสียดเพื่อนที่ด้อยกว่า และพูดในเรื่องที่ทำให้เพื่อนรู้สึกไม่ดี จากการที่ให้นักเรียนประเมินตนเอง และให้นักเรียนสรุปว่าในหนึ่งสัปดาห์ นักเรียนแสดงออกถึงพฤติกรรมที่ขาดมนุษยสัมพันธ์กี่ครั้ง และให้นักเรียนฝึกตนเองให้แสดงออกถึงพฤติกรรมที่ขาดมนุษยสัมพันธ์นั้นน้อยลงเรื่อย ๆ ซึ่งในสัปดาห์ต่อ ๆ มาพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองส่วนใหญ่ มีการแสดงออกถึงพฤติกรรมที่มีมนุษยสัมพันธ์ที่เพิ่มขึ้น

4) กิจกรรมให้คำปรึกษา และเสริมแรง

กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรงจะดำเนินควบคู่กับกิจกรรมประเมินตนเอง เมื่อผู้วิจัยได้รับรู้การแสดงออกถึงพฤติกรรมที่ขาดมนุษยสัมพันธ์ของตนเองจากกิจกรรมประเมินตนเองแล้ว ผู้วิจัยจะศึกษาและหาแนวทางแก้ไขปัญหาของนักเรียนแต่ละคน และนำนักเรียนที่มีปัญหาด้านพฤติกรรมที่ขาดมนุษยสัมพันธ์มาพูดคุยให้คำปรึกษา และสังเกต พฤติกรรมของนักเรียนว่า จากกิจกรรมการรับรู้ข้อมูล กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ นักเรียนสามารถใช้กิจกรรมใด เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของตนเองได้ดีที่สุดและนักเรียนมีมนุษยสัมพันธ์เพิ่มขึ้นมากน้อยเพียงใด พร้อมทั้งให้เสริมแรงโดยการ กำหนดว่าถ้านักเรียนคนใดมีมนุษยสัมพันธ์ในแต่ละสัปดาห์ได้มากที่สุด จะได้ ของรางวัลจากผู้วิจัย เป็นการเสริมแรงให้นักเรียนมีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม และเสริมแรงให้นักเรียนมีมนุษย

สัมพันธ์ให้มากขึ้น จากการให้กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง พบว่า นักเรียนให้ความสนใจกับกิจกรรมนี้ กล้าที่จะมาพูดคุยกับผู้วิจัย และปรึกษาปัญหาต่าง ๆ และให้ความร่วมมือกับการทำกิจกรรมเป็นอย่างดี สอดคล้องกับแนวคิดของ พรรณราย ทรัพยะประภา (2529) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นกิจกรรมที่ช่วยในการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ได้อย่างดี เพราะกิจกิจกรรมกลุ่มมีรูปแบบการเรียนการสอนเป็นกระบวนกรกลุ่มโดยมีขั้นตอนและกระบวนการที่เปิดโอกาสให้สมาชิกได้ทำงานและมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน จึงส่งผลให้พัฒนาทักษะการอยู่ร่วมกัน อีกทั้งยังปรับปรุงตนเองให้สามารถเข้ากับสังคมที่ใหญ่ขึ้นได้

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ควรนำโปรแกรมนี้ไปใช้ในโรงเรียน เพราะมีประสิทธิภาพจริง
2. หากนำโปรแกรมนี้ไปใช้ ข้อเสนอแนะสำหรับผู้นำไปใช้ คือ

2.1 ผู้สอนควรสร้างความเป็นกันเองกับนักเรียน ในการทำกิจกรรมโดยเฉพาะ กิจกรรมให้คำปรึกษาและเสริมแรง ส่งผลให้นักเรียนกล้าที่จะพูดคุยกับผู้วิจัย และปรึกษาปัญหาต่าง ๆ

2.2 ผู้สอนควรเลือกกิจกรรมที่ส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ได้เป็นกิจกรรมที่สนุกสนาน และเกิดแรงจูงใจให้นักเรียนเข้าร่วมทุกครั้ง โดยผู้วิจัยพบว่า กิจกรรมแรกเราพบกัน, สะท้อนตนเอง, สิ่งของที่เข้ากันได้, รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ, ภารกิจที่ต้องทำ, เรื่องราวความรู้สึก, เพราะเราคู่กัน เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างคุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์ในด้านความใจกว้าง, การติดต่อสื่อสาร, ความเห็นอกเห็นใจ, ความรับผิดชอบ, การควบคุมตนเอง

2.3 ควรจัดสถานที่ที่เหมาะสมในการจัดกิจกรรมแต่ละประเภท เช่น กิจกรรมคู่หูซู่ซ่า ควรเป็นสถานที่นอกอาคาร และกิจกรรมตกปลาเก็บแต้ม ควรให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการช่วยกันหาอุปกรณ์มา

2.4 ในการทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ควรระมัดระวังเรื่องความปลอดภัยมาเป็นอันดับแรก เช่น กิจกรรมโชคมากับแป้ง ควรระวังไม่ให้แป้งเข้าจมูก เข้าตาเพื่อน

2.5 ในกิจกรรมประเมินตนเอง ครูผู้สอนควรมีการจดบันทึกสถิติเขียนตามความเป็นจริงและแสดงผลเป็นกราฟ หรือแผนภูมิ ให้นักเรียนทราบถึงสถิติการมีมนุษยสัมพันธ์ของตนเอง

2.6 การให้คำปรึกษาด้านพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคนนั้น เนื่องจากนักเรียนมีความสามารถในการเรียนรู้ และปรับตัวที่ต่างกันจึงต้องให้นักเรียนเริ่มจากสิ่งที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ง่ายไปหายาก

2.7 การเสริมแรงด้วยของรางวัลหรือคำชมเชยเป็นสิ่งจูงใจที่สำคัญในการที่จะทำให้นักเรียนสนใจเข้าร่วมกิจกรรม

2.8 ในการวิจัยที่ใช้นักเรียนกลุ่มทดลองจำนวนมากควรจะมีผู้ช่วยวิจัย เพื่อที่จะดูแลนักเรียนและสังเกตพฤติกรรมได้อย่างทั่วถึง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาผลของการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์เฉพาะในกลุ่มนักเรียนชาย หรือกลุ่มนักเรียนหญิง เนื่องจากปัญหาด้านพฤติกรรมที่อาจจะแตกต่างกัน

2. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ โดยใช้แนวคิด ทฤษฎีอื่น ๆ เปรียบเทียบกับการจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

รายการอ้างอิง

Barron, B.J. (1993). Collaborative Problem Solving: is Team Performance Greater than What is Expected From The Most Competent Member. *Dissertation Abstracts International*.

Cartwright, D., Zander, A.,. (1968). *Group Dynamics: Research and Theory*. New York: Harper & Row Publishers.

Hanham, J., & McCormick, J. . (2009). Group work schools with close friends and acquaintances: Linking self – processes with group processes. *Learning and Instruction,* 19(3), 214-227.

Mabry, E.A., Barnes, R.E. . (1980). *The dynamics of small group communication*: Prentice – Hall.

McGuire, D.E. . (1991). An evaluation of a social skill program for adolescents with facial disfigurement. *Dissertation Abstracts International, 52*(8).

Skinner, B.F. (1983). *The Technology of Teaching*. New York: Appleton – Crofts.

เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย. (2554). การนันทนาการ. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ครั้งที่ 1 สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เพ็ญประภา คานปือ. (2546). ผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านโหล่นสามัคคี อำเภอหนองบัวแดง จังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

กรมพลศึกษา. (2555). ประโยชน์ของการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. Retrieved from http://www.dpe.go.th/recreation/

กรมสุขภาพจิต. (2553). ผลสำรวจความเข้มแข็งเด็กไทย. Retrieved from http://variety.thaiza.com/detail173103.html

กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร.

คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2530). เอกสารการสอนกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ฉัตรพันธ์ ดุสิตกุล. (2554). ผลของการจัดกิจกรรมพลศึกษาโดยใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ดลจรัส ทิพย์มโนสิงห์ และ รัตโนทัย พลับรู้การ. (2555). การศึกษาปัญหาทางพฤติกรรมเด็กวัยเรียนอายุ 10 – 12 ปี โดยใช้แบบคัดกรองสอบถามพฤติกรรมจากตัว;เด็กในโรงเรียนแห่งหนึ่ง สังกัดกรุงเทพมหานคร เขตดินแดง. กุมารเวชสาร, 19(1), 13 – 22.

ทิศนา แขมมณี. (2522). กลุ่มสัมพันธ์: ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: บูรพาศิลป์การพิมพ์.

นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2544). กลุ่มสัมพันธ์สำหรับการฝึกอบรม. สงขลา: พิมพ์ครั้งที่ 4 เทมการพิมพ์.

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2541). จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ปัณณ์พัฒน์ จันทร์สว่าง. (2553). ลูกไม่มีเพื่อน. Retrieved from http://taamkru.com/th/ลูกไม่มีเพื่อน/

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (2538). กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์.

พนม ลิ้มอารีย์. (2529). กลุ่มสัมพันธ์. ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม: พิมพ์ครั้งที่ 3 ปรีดาออฟเซทการพิมพ์.

พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์. (2531). มนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ครั้งที่ 2 รุ่งเรืองสาส์นการพิมพ์.

พรรณราย ทรัพยะประภา. (2529). จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์.

พัชรีย์ สัมพันธ์อภัย. (2546). ได้ศึกษาผลการใช้กลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยนเรศวร.

พัชรีวรรณ แสงเรือง และ รัตโนทัย พลับรู้การ. (2555). การศึกษาระดับสติปัญญาของเด็กวัยเรียนอายุ 10 – 12 ปี ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. กุมารเวชสาร, 19(1), 31-39.

ภณิตา เจริญสุข. (2549). การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาเผ่าม้ง. วิทยานิพนธ์ปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. (2557). พัฒนาการของเด็ก. Retrieved from http://student.swu.ac.th/ed481010056/การศึกษาเด็ก.doc

วิจิตร อาวะกุล. (2542). เทคนิคมนุษยสัมพันธ์. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ครั้งที่ 8 โอ.เอส.พริ้นติ้ง เฮ้าส์.

Chulalongkorn University

ศักดิพันธ์ ตันวิมลรัตน์. (2546). เทคนิคและวิธีการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. วารสารวิทยบริการ, 14(1), 40-55.

สมบัติ กาญจนกิจ. (2544). นันทนาการและอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุภาวดี เรืองคณะ. (2543). ผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบานอรุโณทัย จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สุริยเดว ทรีปาตี. (2556). พัฒนาการและการปรับตัวในวัยรุ่น. Retrieved from www.nicfd.cf.mahidol.ac.th/th/images/documents/3.pdf

อเนก หงส์ทองคำ. (2542). นันทนาการกับสังคม. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.

อนัญญา สินรัชตานันท์. (2555). รู้จักและเข้าใจ ลูกวัยประถมปลาย. Retrieved from www.thawsischool.com/.../อบรม_เข้าใจเตรียมตัวสู่วันรุ่น_ป.4-6_.pdf

อนุชา จำปามณี. (2556). จิตวิทยาเด็กด้านพัฒนาการวัยเด็กตอนปลาย. Retrieved from http://mcpswis.mcp.ac.th/html_edu/cgibin/mcp/main_php/print_informed.php?id_count_inform=15019

อัมพร แต้เกษม. (2539). การวิเคราะห์องค์ประกอบคุณลักษณะทางด้านมนุษยสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

อำนวย แสงสว่าง. (2544). จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ครั้งที่ 3 อักษราพิพัฒน์.

อุทัย บุญประเสริฐ. (2532). กลุ่มสัมพันธ์และการบริหารทีมงานที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.รัชนี ขวัญบุญจัน
อาจารย์พิเศษคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. รองศาสตราจารย์ เทพประสิทธิ์ กุลธวัชวิชัย
อาจารย์ประจำคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุธนะ ติงศภัทิย์
อาจารย์ประจำสาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

4. อาจารย์สริญญา รอดพิพัฒน์
อาจารย์ประจำโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายประถม

5. อาจารย์ศรานุวัฒน์ ชุ่มชัง
อาจารย์ประจำโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายประถม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

1. โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา
2. ตารางโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา
3. ตารางวิเคราะห์กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

ตารางสรุปกิจกรรม

1) แรกเราพบกัน
2) ชีวิตของฉัน
3) สะท้อนตนเอง
4) สิ่งของที่เข้ากันได้
5) เป่ายิงฉุบแปลงร่าง
6) เลือกสัตว์ทายนิสัย
7) รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ
8) ตกปลาเก็บแต้ม
9) คู่หูซู่ซ่า
10) ภารกิจที่ต้องทำ
11) บ้าใบ้
12) หอคอยกระดาษ
13) โชคมากับแป้ง
14) เรื่องราวความรู้สึก
15) น้ำใจงาม
16) ข้อความที่ฉันได้มา
17) คลำมุมโต๊ะ
18) ต่อภาพเล่าเรื่อง
19) จินตนาการสุดล้ำ
20) จิตรกรผู้สร้างสรรค์
21) วิศวกรก่อสร้าง
22) ร้อยดาว
23) เพราะเราคู่กัน
24) ถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

กิจกรรมที่ 1 แรกเราพบกัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความสุขสนุกสนาน
2. เพื่อให้นักเรียนสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น
3. เพื่อให้นักเรียนรู้จักตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ
4. เพื่อให้นักเรียนมีความใจกว้างพร้อมที่จะรับความคิดใหม่ ๆ รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตน ให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นที่ไม่ได้เจตนา

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. ดอกกุหลาบหลากสี
2. ป้ายชื่อของนักเรียน

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนนักเป็นวงกลม และจับมือเพื่อนข้าง ๆ ไว้และหลับตาพร้อมเปิดเพลงเบา ๆ
2. ผู้วิจัยนำดอกกุหลาบไปวางไว้ที่ตักของนักเรียน เมื่อวางเสร็จแล้วให้นักเรียนเอามือมาจับสิ่งของที่วางไว้ที่ตักพร้อมกับพิจารณาว่าคือสิ่งใด
3. ผู้วิจัยซักถามและร่วมกันอภิปรายถึงดอกกุหลาบ ว่าแต่ละสีสื่อถึงอะไร
4. ผู้วิจัยนำดอกกุหลาบไปมอบให้กับคนที่อยากมอบให้ที่สุด
5. ผู้วิจัยกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการมอบดอกไม้ให้ผู้อื่น ก่อให้เกิดความรู้สึกอย่างไร
6. นักเรียนคนใดที่แสดงความคิดเห็นจะมีรางวัลให้และกล่าวชมเชยทุกครั้ง
7. ให้นักเรียนลุกขึ้นแนะนำตัวทีละคนพร้อมกับบอกสิ่งที่ตนเองชอบและไม่ชอบ เมื่อแนะนำตัวเสร็จให้ชี้ไปที่เพื่อนว่าจะให้ใครแนะนำตัวคนต่อไปจนครบทุกคน
8. ผู้วิจัยนำป้ายมาคละกันแล้วแจกให้นักเรียนโดยไม่ตรงกับชื่อตนเองแล้วให้เก็บป้ายชื่อไว้โดยไม่ให้คนอื่นรู้
9. ให้นักเรียนบอกลักษณะนิสัยของเจ้าของป้ายชื่อ
10. หลังจากที่บอกจนครบแล้วให้นักเรียนแต่ละคนคิดว่าป้ายชื่อตนเองอยู่ที่ใคร พร้อมกับสุ่มขึ้นมาให้ทาย 4 – 5 คน
11. ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีความสุขสนุกสนาน

2. นักเรียนสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

3. นักเรียนรู้จักตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ

4. นักเรียนมีความใจกว้างพร้อมที่จะรับความคิดใหม่ ๆ รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตน ให้อภัยในความผิดพลาดของผู้อื่นที่ไม่ได้เจตนา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 2 ชีวิตของฉัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักตัวเองรู้จักความต้องการของตนเอง

2. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์สิ่งที่เป็นความดี ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และจุดบกพร่องของตนเอง

3. เพื่อให้นักเรียนรู้จักคิดและหาแนวทางสิ่งที่เป็นความดี และปรับปรุงข้อบกพร่องให้เกิดประโยชน์ในทางที่สร้างสรรค์ต่อตนเองและสังคม และมีความเห็นอกเห็นใจ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. เอกสารบทเพลง หน้าที่เด็ก (เด็กเอ๋ยเด็กดี) 2. ใบงานชีวิตของฉัน

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันร้องเพลง หน้าที่เด็ก และขออาสาสมัครออกมาอธิบายถึงหน้าที่ในแต่ละข้อ

2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5 คน และแจกใบงานชีวิตของฉัน และให้นักเรียนพูดคุยเรื่องของตนเองตามใบงานในกลุ่มย่อย

3. ผู้วิจัยขออาสาสมัคร 3 – 5 คน ออกมานำเสนอเรื่องของตนเองตามใบงานต่อกลุ่มใหญ่

การประเมิน

1. นักเรียนรู้จักตัวเองรู้จักความต้องการของตนเอง

2. นักเรียนวิเคราะห์สิ่งที่เป็นความดี ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ของตนเองต่อสังคมและจุดบกพร่องของตนเองได้

3. นักเรียนรู้จักคิดและหาแนวทางสิ่งที่เป็นความดี และปรับปรุงข้อบกพร่องให้เกิดประโยชน์ในทางที่สร้างสรรค์ต่อตนเองและสังคม และมีความเห็นอกเห็นใจ

ใบงานชีวิตของฉัน

เป้าหมาย

.....

.....

.....

(ความฝันด้านการศึกษา อาชีพ ครอบครัว คุณค่าต่อสังคม ชุมชน)

สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วทำให้เกิดความทุกข์ ความลำบากใจ สิ่งที่เป็นข้อบกพร่องของตน

.....

.....

.....

สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วทำให้เกิดความสุข เกิดความภาคภูมิใจ สิ่งที่เป็นความดีของตน

.....

.....

.....

วัน เดือน ปี เกิด.....

สถานที่เกิด.....

จำนวนพี่น้อง.....

อาชีพของครอบครัว.....

คติประจำใจ

.....

.....

.....

สิ่งที่ตนเองเคยเสียสละ เอื้อเฟื้อต่อส่วนรวม

.....

.....

ในอนาคตจะทำสิ่งใด เพื่อส่วนรวม

.....

กิจกรรมที่ 3 สะท้อนตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจคุณลักษณะที่ดีของตนเองและผู้อื่น

2. เพื่อให้นักเรียนเกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

3. เพื่อให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจตนเองและมีความมั่นใจในตนเองในการใช้ชีวิต รู้จักการควบคุมตนเอง

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. ซองจนหมายภายในบรรจุกระดาษตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้าเท่าจำนวนสมาชิก

2. ดินสอ 3. กระจกส่องหน้าบานเล็ก ๆ

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแจกกระจกและซองจดหมายให้สมาชิกพร้อมทั้งเขียนชื่อที่หน้าซองจดหมาย

2. ให้นักเรียนนำกระจกขึ้นมาส่องดูสำรวจตนเอง

3. ให้นักเรียนช่วยกันตอบว่าส่องแล้วเห็นอะไรบ้าง กระตุ้นพยายามให้นักเรียนตอบทุกคน

4. แบ่งนักเรียน 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน

5. นักเรียนหยิบกระดาษในซองจดหมายออกมา 1 แผ่น แล้วเขียนข้อดีของตนเอง 4 ข้อ เก็บไว้ที่ตนเอง จากนั้นส่งซองจดหมายให้เพื่อนด้านขวามือในกลุ่ม

6. ให้นักเรียนที่ได้ซองจดหมายของเพื่อน หยิบกระดาษในซองออกมา 1 แผ่น แล้วเขียนข้อดีของเจ้าของซอง 1 ข้อ แล้วใส่กลับไปในซองตามเดิมแล้วส่งต่อไปให้เพื่อนด้านขวามือจนซองจดหมายวนกลับมาถึงเจ้าของซอง

7. ให้นักเรียนหยิบกระดาษที่เพื่อนเขียนข้อดีในซองจดหมายของตนเองออกมาอ่าน แล้วเปรียบเทียบกับข้อความที่ตนเองเคยเขียนไว้ 4 ข้อ จากนั้นผู้วิจัยขออาสาสมัครออกมาพูดเรื่องของตนเอง

การประเมิน

1. นักเรียนได้สำรวจคุณลักษณะที่ดีของตนเองและผู้อื่น

2. นักเรียนเกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

3. นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจตนเองและมีความมั่นใจในตนเองในการใช้ชีวิต รู้จักการควบคุมตนเอง

กิจกรรมที่ 4 สิ่งของที่เข้ากันได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นใหม่ ๆ รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตน

2. เพื่อให้นักเรียนใช้ความสามารถในการพูด สื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเห็นสอดคล้องกัน มีการติดต่อสื่อที่ดี

3. เพื่อให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองได้ในการตัดสินใจ และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมั่นใจทั้งในระดับบุคคลและกลุ่ม

4. เพื่อให้นักเรียนกล้าแสดงออกถึงความคิด จินตนาการ เชื่อมโยงอย่างมีเป้าหมาย

เวลาที่ใช้ 60 นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบของออกมาคนละ 1 ชิ้น (เป็นของที่นิ่ม ไม่แตกหัก โยนได้)

2. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แล้วผู้วิจัยอธิบายกติกาการเล่น ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมแล้วส่งของไปเรื่อย ๆ ตามจังหวะ “แท็บ แท็บ แท็บทะละแล็บแท็บแท็บ" โดย แท็บ แรกให้ส่งของ แท็บที่สอง ให้ส่งของ และแท็บทะละแล็บแท็บแท็บ ให้เอาของเคาะลงกับพื้นที่ตนเองนั่งซ้ายขวา แล้วส่งของให้คนต่อไป

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเอาของชุดเดิมวางไว้ข้างหลังตนเอง จากนั้นผู้วิจัยนำของชุดใหม่ที่มากกว่าจำนวนนักเรียนมาวางไว้ตรงกลางกลุ่ม

4. ให้นักเรียนเลือกสิ่งของที่ตนเองชอบและไม่ชอบแล้วให้เก็บไว้ในใจ จากนั้นให้นักเรียนเดินมาหยิบของที่วางไว้กลางวงทีละคนแล้วกลับมานั่งที่เดิมห้ามพูดคุยกับเพื่อนเก็บความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งของที่ตนเองได้มาไว้ในใจ เมื่อหยิบจนครบทุกคนแล้ว จึงเปิดโอกาสให้เปลี่ยนของที่เหลือได้

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนลุกขึ้นอธิบายสิ่งของที่ตนเองเลือกคืออะไร และมีประโยชน์อย่างไร

6. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่สิ่งของที่เกี่ยวข้องกันและใช้ประโยชน์ร่วมกันได้ เมื่อจับคู่ได้แล้วนั่งลงต่อกันจากคู่แรกจนถึงคู่สุดท้าย และให้แต่ละคู่อธิบายสิ่งของนั้นเข้ากันได้อย่างไร จนครบทุกคู่

7. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่พิจารณาว่าสิ่งของในคู่ของตนเองสามารถรวมกันกับคู่อื่นได้อีกหรือไม่ โดยให้แบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ เมื่อรวมเป็น 2 กลุ่มใหญ่ได้แล้วให้อธิบายสิ่งของนั้นเข้ากันได้อย่างไร

8. ผู้วิจัยให้นักเรียนรวมกลุ่มจนกระทั่งเหลือกลุ่มเดียว แล้วให้ตัวแทนออกมานำเสนอเหตุผลที่อธิบายถึงสิ่งของนั้น ๆ สามารถเข้ากันได้อย่างไร

9. ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่ามีใครบ้างที่ได้ของตรงกับที่เลือกไว้ในใจมีความรู้สึกอย่างไร ส่วนคนที่ไม่ได้ตรงกับที่คิดไว้ในใจรู้สึกอย่างไร จากนั้นผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีความใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นใหม่ ๆ รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตน

2. นักเรียนมีความสามารถในการพูด สื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเห็นสอดคล้องกัน มีการติดต่อสื่อที่ดี

3. นักเรียนควบคุมตนเองได้ในการตัดสินใจ และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมั่นใจทั้งในระดับบุคคลและกลุ่ม

4. นักเรียนกล้าแสดงออกถึงความคิด จินตนาการ เชื่อมโยงอย่างมีเป้าหมาย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 5 เป่ายิงฉุบแปลงร่าง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้แสดงบทบาทตามหน้าที่ของตน
2. เพื่อให้นักเรียนมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น
5. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการยอมรับซึ่งกันและกัน และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. เพลง แม่มด

ถ้าหากฉัน ให้นักเรียนเอานิ้วโป้งทั้งสองมือชี้มาที่ตัวเอง
มีเวทย์มนต์ เป็นแม่มดมีฤทธิ์เหมือน ให้นักเรียนเอานิ้วชี้ทั้งสองมือมาวน ๆ ที่ขมับ
ในนิยาย ให้นักเรียนเอานิ้วชี้ทั้งสองมือชี้ขึ้นด้านบน
จะเสกเธอ ให้นักเรียนเอานิ้วชี้ทั้งสองมือชี้ไปที่เพื่อน
ให้สนใจ ให้เธอยอมเอาใจทั้งใจ ให้นักเรียนเอามือทำเป็นรูปหัวใจ วน ๆ ที่หน้าอก
ให้ฉัน ให้นักเรียนเอามือที่ทำเป็นรูปหัวใจ ไปชนกับเพื่อน
ถ้าหากเธอ ให้นักเรียนเอานิ้วชี้ทั้งสองมือชี้ไปที่เพื่อน
ยังดื้อดึง ทำขัดขืนฉันคงต้องใช้กำลัง ให้นักเรียนจับมือกับเพื่อนแล้วดึงกันไปมา
จะเสกเธอ ให้เชื่อฟัง ให้นักเรียนเอานิ้วชี้ทั้งสองมือชี้ไปที่เพื่อน
ให้บอกฉันดัง ๆ ว่ารักซักหน่อย ให้นักเรียนเอาแขนไปควงเพื่อนแล้ววิ่งวนขวา ครึ่งวง
หากยอมเป็นคู่ใจ เอาอะไรก็ว่ามา ให้นักเรียนเอาแขนไปควงเพื่อนแล้ววิ่งวนซ้าย ครึ่งวง
ขี่ไม้กวาดไปหา ให้นักเรียนทำท่าขี่ไม้กวาด โดยเอามือมาทำท่าจับไม้กวาดไว้
พาบินไปด้วยกัน ให้นักเรียนทำท่าบิน ๆ
ไกวเปลให้ทุกคืน ให้นักเรียนเอาแขนมาทำเป็นเปลด้านหน้าลำตัวแล้วไกวไปมา
จะเกาคางให้ทุกวัน ให้นักเรียนทำท่าเกาคางเพื่อน
อย่าห่วงเลยตัวฉัน จะดูแลเธอเอง ให้นักเรียนทำท่าตบไหล่เพื่อนเบา ๆ

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียนและให้นักเรียนนับ 1 และ 2 อยู่ในแถวจนครบ คนที่นับ 2 อยู่นอกวง คนที่นับ 1 อยู่ในวง แล้วหันหน้าเข้าหากันเป็นคู่ ๆ

2. ผู้วิจัยร้องเพลงแม่มดให้ฟัง 1 รอบ รอบต่อไปให้นักเรียนร้องตาม เมื่อร้องจนคล่องแล้ว ให้ทำท่าประกอบเพลงโดยดูตัวอย่างจากผู้วิจัยก่อน 1 รอบ รอบต่อไปให้นักเรียนทำตาม เมื่อจบเพลงให้นักเรียนเปลี่ยนคู่โดยวนไปทางขวา ประมาณ 4 – 5 รอบ

3. ผู้วิจัยอธิบายกติกาวิธีการเล่นเกม "เป่ายิงฉุบแปลงร่าง" เริ่มตั้งแต่ จิ้งหรีด อึ่งอ่าง วัว ลิง คน และมีการแปลงร่างโดยการเป่ายิงฉุบโดยให้นักเรียนทุกคนนั่งยองๆลงกับพื้นแล้วร้องจี๊ด ๆๆ เป็นสัญลักษณ์ของจิ้งหรีด เมื่อเจอจิ้งหรีดด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะให้แปลงร่างเป็นอึ่งอ่าง ร้อง " อึ่งอ่าง " เมื่อเจออึ่งอ่างด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็น วัว ร้อง " มอ มอ " เมื่อเจอวัวด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะ แปลงร่างเป็นลิง ร้อง " เจี๊ยก เจี๊ยก " เมื่อเจอลิงด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็นคน ยืนเท่ห์ ๆ ดูเพื่อนที่กำลังเป่ายิงฉุบ ส่วนคนที่แพ้ต้องเป็นสัตว์เหมือนเดิม ห้ามเป่ายิงฉุบข้ามชนิดสัตว์ สิ้นสุดการเล่นเกมจะเหลือ จิ้งหรีด อึ่งอ่าง วัว ลิง อย่างละตัว นอกนั้นจะเป็นคน

4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น
2. นักเรียนกล้าแสดงออกถึงความคิด และจินตนาการ
3. นักเรียนรู้จักมารยาทการทักทายแบบต่าง ๆ
4. นักเรียนรู้จักการยอมรับซึ่งกันและกัน และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

กิจกรรมที่ 6 เลือกสัตว์ทำนายนิสัย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยของกันและกัน
2. เพื่อให้นักเรียนได้เปิดเผยตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนได้รู้ถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีไม่เหมือนกัน เห็นอกเห็นใจกัน
4. เพื่อให้นักเรียนรู้จักนิสัยของตนเอง และรู้จักควบคุมตนเองได้

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. คำเฉลยลักษณะนิสัยของคนที่ชอบและไม่ชอบ เป็นสัตว์ชนิดต่าง ๆ
2. เพลงแก้ว กะลา ขัน โอ่ง

แก้ว	ให้นักเรียนทำมือเป็นแก้วน้ำ
กะลา	ให้นักเรียนทำมือเป็นกะลาคว่ำ
ขัน	ให้นักเรียนทำมือเป็นขันหงาย
โอ่ง	ให้นักเรียนทำมือเป็นโอ่ง
พอเป่าลูกโป่ง	ให้นักเรียนทำท่าเป่าลูกโป่ง โดยเอามือป้องปาก
โอ่ง	ให้นักเรียนทำมือเป็นโอ่ง
ขัน	ให้นักเรียนทำมือเป็นขันหงาย
กะลา	ให้นักเรียนทำมือเป็นกะลาคว่ำ
แก้ว	ให้นักเรียนทำมือเป็นแก้วน้ำ

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อม นักเรียน ด้วยการร้องเพลง แก้ว กะลา ขัน โอ่ง

2. ผู้วิจัยให้ นักเรียนเลือกสัตว์ที่ตนเองชอบ และไม่ชอบมากที่สุด จากสัตว์ทั้งหมด 9 ชนิด คือ ปลา ลิง เลียงผา สุนัข นกยูง แมว ช้าง ม้า สิงโต

3. ผู้วิจัยสัตว์ที่นักเรียนชอบมากที่สุดโดยเริ่มจาก ปลา ให้นักเรียนยกมือขึ้นแล้วไปรวมกลุ่มกัน ถามอย่างนี้จนถึงสิงโต

4. เมื่อนักเรียนอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ๆ แล้ว ให้นักเรียนช่วยกันหาเหตุผลว่าทำไมถึงชอบสัตว์ชนิดนั้นมากที่สุด ให้เวลาคุยกันในกลุ่ม 5 นาที

5. ให้นักเรียนออกมาแนะนำตัวเป็นกลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยจึงเฉลยลักษณะนิสัยของแต่ละกลุ่ม แล้วถามว่าถูกต้องหรือไม่

6. เมื่อเฉลยลักษณะนิสัยจากสัตว์ที่ชอบเสร็จแล้ว คราวนี้ผู้วิจัยให้นักเรียนเลือกสัตว์ที่ไม่ชอบที่สุดบ้าง แล้วให้รวมกลุ่มตามชนิดของสัตว์ที่ไม่ชอบ จากนั้นให้หาเหตุผลที่ไม่ชอบสัตว์นั้นร่วมกัน

7. ผู้วิจัยเฉลยคำทำนายเป็นกลุ่ม ๆ แล้วถามว่าถูกต้องหรือไม่

การประเมิน

1. นักเรียนรู้จักลักษณะนิสัยของกันและกัน
2. นักเรียนเปิดเผยตนเอง
3. นักเรียนรู้ถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีไม่เหมือนกัน เห็นอกเห็นใจกัน
4. นักเรียนรู้จักนิสัยของตนเอง และรู้จักควบคุมตนเองได้เป็นมิตรมากยิ่งขึ้น

คำทำนาย ทายนิสัยคนจากการเลือกสัตว์

เจ้าของตำรับนี้รอบรองอย่างแข็งแรงว่าสามารถอ่านนิสัยของมิตรสหายหรือคนรักของท่านได้ถูก 80% โดยพิจารณาจากสัตว์ทั้ง 9 ชนิด แล้วให้หัวใจของท่านเป็นผู้ตัดสินว่าท่านชอบที่จะเป็นสัตว์ชนิดใดมากที่สุด (โดยเลือกสัตว์ 1 ตัวเท่านั้น เกินกว่านั้นไม่ได้เด็ดขาด) และท่านไม่ชอบเป็นสัตว์ชนิดใดที่สุด (เลือก 1 ตัวเท่านั้นเหมือนกัน)
ข้อสำคัญที่สุด ขอให้ท่านซื่อสัตย์กับตัวท่านเองที่สุด สมมติว่าท่านไม่ชอบจะเป็นสัตว์ชนิดใด โปรดเลือกดูว่าท่านเกลียดสัตว์ใดที่สุด เมื่อเลือกได้แล้ว สามารถดูคำทำนายได้ตามนี้

ชอบเป็นปลา ท่านเป็นคนมีนิสัยอ่อนโยน เข้าไหนเข้าได้ ส่วนมากมิตรสหายชอบนิสัยและเสน่ห์ในความเป็นคนหัวอ่อนของท่าน ซึ่งบางทีดูอาจจะอ่อนแอ ท่านเป็นคนไม่ชอบออกสังคม ไม่ชอบทำเด่นชอบทำตัวอยู่เงียบๆ ท่านดูเหมือนจะเป็นของทุกคน ขณะเดียวกันท่านไม่ได้เป็นของใครเลย ท่านอาจจะรั้นและดื้อดึงบ้างบางเวลา แต่ท่านเป็นคนรักความยุติธรรมและมีมนุษยธรรม ท่านซ่อนความรู้สึกเก่ง ไม่ชอบแสดงความรู้สึกออกนอกหน้า จึงไม่มีใครรู้เนื้อแท้แห่งจิตใจ นั้นท่านคิดอย่างไร สิ่งที่ท่านชอบและเป็นสุขดีอยู่เงียบๆ เป็นคนรักเพื่อน ไม่ชอบความพิธีรีตอง เป็นคนชอบทำอะไรตามสบาย เป็นคนทนต่อระเบียบวินัยได้ และไม่ได้ทำให้ท่านปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมยาก เป็นคนที่น่ารบหาตรงที่ไม่มีลับลมคมใน ท่านปรารถนาความรักที่มั่นคง และตั้งอยู่บนรากฐานที่แน่นอน ซื่อสัตย์ต่อความรัก แต่ไม่ตกหลุมรักง่ายๆ ส่วนมากจะถูกรักก่อน

ไม่ชอบเป็นปลา ท่านยืนหยัดอยู่บนโลกด้วยความสามารถของตัวเอง มองโลกในแง่ของความเป็นจริงและไม่เคยเพ้อฝัน ก่อนทำอะไรท่านคิดหน้าคิดหลังรอบคอบและไตร่ตรองก่อนเสมอและเมื่อมั่นใจแล้วก็ลงมือทำอย่างทุ่มเทแบบถวายชีวิต เป็นคนมีมรนะอดทนและจิตใจแข็งแกร่ง ท่านเป็นคนมั่นใจในตัวเองและสิ่งที่กระทำลงไป เป็นคนมีฝีมือ เป็นคนกระฉับกระเฉง มีชีวิตชีวา ไม่งมงายต่อสิ่งเหลวไหลไร้สาระ เช่นศาสตร์ลึกลับหรือการทรงเจ้าเข้าผี เป็นคนมีความคิดริเริ่มดี อยู่ในระเบียบวินัยและคำสั่ง มีความอุตสาหะ และงานที่ทำเต็มไปด้วยประสิทธิภาพ ถ้าท่านมีความรักท่านมักจะได้ชัยชนะโดยเปิดเผย มีรักเดียวและรักแท้ ซื่อสัตว์ต่อความรัก แต่ออกจะขี้หึงอย่างน่ากลัว

ชอบเป็นลิง ท่านเป็นคนมีอารมณ์ขัน และมีนิสัยอยากรู้อยากเห็นโดยไม่สิ้นสุด ชอบสิ่งใหม่ๆ ท่านเป็นคนที่มีเหลี่ยมคมสูง เป็นคนที่มีแง่คิดที่ดี พอใจเป็นคนเสียสละ ท่านมีความปรารถนาสิ่งใดแล้วต้องเอาสิ่งนั้นให้ได้ ชอบเอาของดีๆ สำคัญๆ ไปแลกกับสิ่งที่ท่านต้องการ ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ดีมากในทันที เป็นคนไม่มีปัญหา รู้จักทำตัวให้มีชีวิตชีวา คึกคักเป็นหนุ่มสาวอยู่เสมอ ชอบนำแฟชั่นแตงตัวนำสมัยอยู่เสมอ เป็นผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่างก่อนใคร ๆ เสมอ ท่านเป็นคนแข็งแรงไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อยและท้อถอยต่อการงาน ชอบหยอกล้อ กระเซ้าเย้าแหย่ผู้อื่น เป็นคนมีความรู้สึกสังหรณ์ได้ดี ชอบรู้อะไรล่วงหน้าได้ดีกว่าใคร จึงสามารถนำมาใช้กับการปฏิบัติงานได้ หากท่านมีความรักท่านไม่สู้จะรักด้วยหัวใจ ท่านมักจะคิดสะระตะดีดลูกคิดหือใช้สมองคิดก่อนเสมอ ฉลาดในเรื่องความรัก เป็นคนมีหลายหน้า จึงดูไม่แก่เร็ว

ไม่ชอบเป็นลิง ท่านเป็นคนใจเย็น มีท่าทางสง่างามและเชื่องช้า เป็นคนมีความคิดสุขุมรอบคอบ ตรึกตรองก่อนทำทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย พูดอะไรตรง ๆ มีมารยาทดีไม่ชอบคนฉวยโอกาส มีบุคลิกดี เป็นคนตรงเกินไป ไม่คำนึงถึงความสะเทือนใจของคนอื่น เป็นคนที่ร่วมสุขร่วมทุกข์ได้ ทำงานเก่ง ไม่ท้องานหนัก เป็นคนไว้ใจและให้เกียรติคนอื่น ถ้าท่านมีคนรัก ชอบรักประเภทเห็นอกเห็นใจและร่วมสุขร่วมทุกข์ได้

ชอบเป็นเลียงผา ท่านเป็นคนสร้างความหวังให้กับตัวเองอยู่ตลอดเวลา ไม่ค่อยพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่เป็นคนคิดการณ์ไกลคนหนึ่ง ขวนขวายในสิ่งที่ตนอยากได้ แต่พอได้เป็นของตนแล้วกลับไม่สนใจ ไม่เคยเพียงพอใจในสิ่งที่ตนต้องการ แม้จะสุขสบายก็อยากได้โน่นได้นี่อยู่ต่อไปไม่จบสิ้น ในเรื่องความรัก ท่านหลงและบูชาความรักมากเกินไป ตกเป็นทาสรักได้โดยง่าย ถ้าเป็นชายก็เป็น "ทาสเทวี" หรืออะไรทำนองนั้นท่านลืมอดีตได้ง่าย เช่น ถ้ามีเรื่องหย่าร้างกับภรรยาหรือสามีแล้วก็สามารถกลับมาสนิทสนมเป็นเพื่อนฝูงกันอีกได้ ในเรื่องการทำงาน ท่านเป็นคนมีความสามารถคนหนึ่ง กล้าคิดกล้าทำสิ่งใหม่ ๆ ชอบแต่งตัว และเป็นคนอยู่ในแฟชั่นคนหนึ่ง

ไม่ชอบเป็นเลียงผา ท่านไม่ไว้ใจใครง่ายๆ เป็นคนคิดหน้าคิดหลังและรอบคอบ ต้องแน่ใจและพิสูจน์กันให้เห็นจริงเสียก่อนจึงจะเชื่อหรือทำอะไร ชอบชีวิตเงียบๆ สบาย ๆ ชอบความมั่นคงในเรื่องความรัก การแต่งงาน และการงาน ไม่ชอบเปลี่ยนอะไรง่าย ๆ ไม่ทะเยอทะยาน ไม่อยากรู้อยากเห็น ท่านเป็นคนเฉยๆ เรียบๆ อยู่ในโลกของท่านเพียงผู้เดียวจึงจะมีความสุข สำหรับความรักความมั่นคงอบอุ่น คลุกคลีอยู่กับบ้าน ลูกและสามี (ภรรยา) รักบ้านเหมือนนกรักรังที่แสนจะอบอุ่นของมัน ชอบคู่ครองที่อ่อนหวานไว้ใจได้ และเป็นคนที่ท่านสนใจและมั่นใจ ส่วนมากท่านต้องให้เพื่อนฝูงไปหาไปชักชวนก่อนจึงจะไปไหนต่อไหนกับเขา ถ้าแต่งงานแล้วก็ต้องอยู่ในบังคับของสามีหรือภรรยาของตน จะทำอะไรก็ต้องถามต้องขอความเห็นจากเขาก่อน เรื่องการงานท่านเคยอยู่อย่างไรก็อยู่อย่างนั้นไปเรื่อย ๆ เฉื่อย ๆ ตามแต่ดวง

ชอบเป็นสุนัข ความสุขของท่านคือการได้อยู่ร่วมกันรับรู้กับผู้อื่น คือต้องให้ผู้อื่นได้ร่วมรู้เห็นด้วย ชอบแบ่งความสุขให้ผู้อื่น ขณะเดียวกันยินดีที่ผู้อื่นมีความสุขหรือได้ดีด้วย ในเรื่องของความรักเป็นเช่นเดียวกับเรื่องมิตรภาพ ท่านมีแนวโน้มที่จะให้มีขึ้นอย่างรวดเร็ว ท่านลังเลใจในเรื่องบุคลิกของท่าน เพราะท่านไม่แน่ใจว่าอะไรเหมาะกับคนอย่างท่าน ทั้งนี้ เพราะผลจากอิทธิพลของผู้อื่น เมื่อจะทำอะไรท่านมีความตั้งอกตั้งใจแทบจะถอดวิญญาณให้ไปกับสิ่งนั้น ท่านเป็นคนรุนแรงและค่อนข้างเจ้าอารมณ์ ในบางครั้งท่านเป็นคนคิดการณ์ไกล เป็นคนเข้าใจโลกและชีวิต แต่ใจไม่เข้มแข็งพอ ท่านเป็นคนร่าเริงแจ่มใส การเลือกคู่ครองจึงสำคัญมาก เพราะความพยายามดิ้นรนอย่างไม่หยุดยั้งของท่านจะทำให้ท่านไม่ปกติสุขนัก เป็นคนเสียสละและอุทิศตนเพื่อผู้อื่นเสมอ มีรสนิยมแน่นอน เป็นผลเนื่องมาจากสัญชาตญาณ

ไม่ชอบเป็นสุนัข ท่านเป็นคนใช้สมองในทุกเรื่อง ไม่ว่าความรัก การงาน หรือเพื่อนฝูง ท่านดีดลูกคิดตลอดเวลา และไม่เคยเปลี่ยนแปลงความคิดหรือความตั้งใจของตน ถือความคิดของตนเป็นใหญ่ เป็นคนพอใจที่จะทำอะไรคนเดียว เป็นตัวของตัวเอง จิตใจของท่านออกจะแข็งกระด้าง ไม่ประจบสอพลอ และเป็นคนเผด็จการ ท่านเกลียดการลังเล การขาดการตัดสินใจ และคนขี้ขลาด ถ้าท่านจะแต่งงาน ท่านต้องดูว่าเขาร่ำรวยหรือไม่ มีฐานะอย่างไร ซึ่งหมายความว่ารักด้วยสมอง ไม่ใช่ด้วยอารมณ์และจิตใจ ขณะเดียวกันก็คิดเรื่องเพศด้วย เป็นคนชอบต่อสู้กับความลำบาก ชอบสั่งชอบเป็นหัวหน้า และเป็นคนใจน้อยและคิดมาก ต้องการให้คนอื่นสนใจและเอาใจใส่ท่านอยู่เสมอ

ชอบเป็นนกยูง ท่านชอบให้คนแวดล้อมตัวท่านพูดถึงอย่างชมเชย ยกย่อง เป็นคนชอบแสดงและต้องการเด่นกว่าคนอื่น การแสดงออกจึงออกมาทางเสื้อผ้า และการงาน ท่านต้องให้สวย ให้ดี การให้ใครเห็นว่ารู้ทุกสิ่งทุกอย่างในโลก แต่ใจจริงเป็นคนอ่อนแอ อ่อนไหวง่าย ใครชักชวนหรือพูด

แบบใดก็เป็นไปตามคนชวน มีเพื่อนน้อยคนนักที่รู้นิสัยและความเป็นอยู่อันแท้จริงของท่าน เป็นคนลืมตัวในบางครั้ง และเป็นคนไม่กล้าสู้กับความจริง มีรสนิยมสูง ประณีตในเรื่องแต่งตัว ชอบให้คนอื่นสนใจตัวท่านในทุกอย่าง และชอบให้คนมอง ถ้ารักใครก็ชอบให้มีนิสัยเหมือนๆ ท่านจึงหาได้ยากและไม่ค่อยสมหวังนัก เป็นคนปากหวาน เป็นคนมั่นใจในตัวเองที่สุดคนหนึ่ง และไม่ค่อยแคร์ต่อสิ่งใดทั้งสิ้น

ไม่ชอบเป็นยูง ท่านเป็นคนมีนิสัยเงียบ ๆ ง่าย ๆ ไม่ชอบแสดงตัวให้ใครรู้จัก เกลียดการแสดงออก ชอบช่วยเหลือผู้อื่นแบบอยู่หลังฉากเสมอ ลำบากใจในการสมาคมผู้อื่น ใครออกจะเป็นคนที่ไม่สบายใจถ้าได้อยู่กับคนที่ท่านไม่ชอบเป็นพิเศษจริงๆ ถ้าจะรักใครสักคนก็ต้องมีความเคารพนับถือศรัทธาเสมอ ความรักจึงตามมาทีหลัง มีความอ่อนโยน ทำงานเรียบร้อยและเป็นคนทำงานดีและขวนขวายหาความรู้ให้ตัวเองทันโลกอยู่เสมอ ไม่ใช่เป็นแบบเช้าชามเย็นชามทำอะไรต้องไว้ฝีมือ คือต้องทำให้ดีที่สุด ไม่เป็นคนหยาบหรือจู้จี้ ไม่เป็นคนขี้บ่น ไม่คำนึงถึงความเหนื่อยยาก เป็นคนรู้จักรับผิดชอบ ไม่เคยลืมตัว ไม่ชอบเล่นละครหรือตีสองหน้า และไม่เคยหลอกลวงใคร

ชอบเป็นแมว ท่านเป็นคนมีอารมณ์รุนแรงพอใช้ เวลาสุขก็สุขมา เวลาทุกข์หรือโกรธแค้นก็รู้สึกมากจนหน้ากลัว ท่านออกจะดุและ หงุดหงิดโดยหาสาเหตุไม่ได้ในบางครั้ง ชอบเสี่ยงและชอบเล่นกับไฟ เป็นคนรั้นและดันทุรัง ถ้ามีเพื่อนที่แข็งกว่าท่านก็อ่อนให้เขาได้ ถ้าพบคนที่อ่อนกว่าท่านก็จะข่มเขา แต่โดยเหตุที่ท่านมีเสน่ห์และมีความน่าสงสารในบางอย่าง ทุกคนจึงอภัยให้ท่านและโกรธท่านไม่ลง ท่านชอบหาเรื่องใส่ตัว อยู่เฉยไม่ได้เป็นต้องหาทางทำอะไรสักอย่างหนึ่ง ซึ่งผลที่สุดทำให้กลุ้มใจ เป็นคนทันสมัย นำแฟชั่น ชอบเครื่องเพชรพลอย เป็นคนมีเสน่ห์ ชอบทำอะไรแปลก ๆ ที่คนอื่นไม่กล้าทำ เป็นคนละเอียดอ่อน และไม่แคร์อะไรในโลก

ไม่ชอบเป็นแมว ท่านเป็นคนเงียบสงบและสุขุม ไม่งมงายกับศาสตร์ลึกลับและทุกสิ่งที่พิสูจน์ยังไม่ได้ เป็นคนระวังตัวเสมอ ชอบสังคม เป็นคนสม่ำเสมอไม่มากก็น้อย แต่ไม่ชอบการแสดงออก เป็นคนสุภาพและถ่อมตน อารมณ์ดีและมีความเข้าใจในทุกสิ่งทุกอย่าง ชอบช่วยเหลือผู่อื่น ไม่ชอบการวิพากษ์วิจารณ์ ไม่ทำลายและพยาบาท และไม่เก็บความรู้สึกไว้ ถ้ารักใครก็รักด้วยใจจริงและบริสุทธิ์มากกว่าด้วยสมอง ชอบความสมหวังในความรัก และไม่ชอบความยุ่งเหยิง ในชีวิตครอบครัวจะแต่งงานกับใครก็ต้องชอบคนที่ละเอียดอ่อนและเข้าใจท่าน และอภัยให้ท่าน ถ้ารักใครก็ไม่เคยมีเรื่องถึงคอขาดบาดตาย หากแต่งงานแล้วก็ไม่ชอบมีเรื่อง ท่านนึกด้วยความสุภาพ อ่อนโยนและเป็นอมตะ ชอบงานที่มั่นคงและทำงานนั้นโดยไม่มีการเปลี่ยน และมีเพื่อนร่วมงานที่มั่นคง ทำงานตามแบบแผน เป็นคนตรงต่อเวลา แต่เป็นคนไม่มีอุดมคติ ปล่อยตัวตามสบายในบางเวลา ไม่ทะเยอทะยาน และไม่เชื่อในโชคชะตาหรือดวง

ชอบเป็นช้าง ท่านเป็นคนเงียบสงบ แช่มช้า และสง่าผ่าเผย มีอารมณ์สม่ำเสมอ เป็นผู้ที่ได้รับความสำเร็จ เพราะอารมณ์ไม่วู่วาม คาดการณ์ได้ถูกต้อง และตัดสินใจถูก ทำให้ผู้อื่นคอยไว้ใจในการตัดสินใจของท่านไปด้วย เป็นคนเก็บความรู้สึกเก่ง ดูจากภายนอกคล้ายเป็นคนเฉยเมยและเย็นชา แต่ใจจริงเป็นคนหัวอ่อน มีความซื่อสัตย์ ถ้ามีความรักก็แบบมิตรภาพ คือมีความมั่นคงไม่ใช่ชั่วครู่ชั่วยาม ไม่อ่อนไหวหรือเอนเอียงง่าย ๆ ต่อความเปลี่ยนแปลงและเหตุการณ์ ชอบอยู่คนเดียว แต่ก็ปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นหรือสิ่งอื่นได้โดยไม่ลำบาก ท่านจึงสามารถทำงานได้ดีไม่มีอุปสรรค คิดอย่างไรก็พูดออกไปอย่างนั้น เป็นคนที่เคารพต่อกฎเกณฑ์ และระเบียบวินัยทุกชนิด เป็นคนสู้กับงานทุกชนิด และไม่จู้จี้ขี้บ่น มีข้อเสียบางอย่างคือท่านทำงานไม่ละเอียด อาจจะสะเพร่าในบางครั้ง ไม่ชอบเสื้อผ้าอาภรณ์ที่ฟู่ฟ่าหรือแพรวพราวมากเกินไป ชอบของที่แข็งแรงและทนทาน ชอบงานที่ให้ความมั่นคงแก่ตัวเอง และชอบรักหรือมีรักประเภทแข็งแรงด้วยรากฐานที่มั่นคง

ไม่ชอบช้าง โลกของท่านเป็นโลกของความนึกคิด คิดฟันเสียส่วนมาก ถ้ามาพบกับความเป็นจริง ท่านก็เกิดความเศร้าอย่างมากมาย ท่านเป็นคนหลงใหลและคลั่งไคล้กับบางสิ่งบางอย่าง มากเกินไป ถ้ารักก็รักจนตาบอด เป็นคนรักง่ายเกลียดง่าย และคิดเสมอว่าการได้รักหรืออกหักเป็นของธรรมดาสามัญ เก็บความลับไม่อยู่ เที่ยวเล่าใครต่อใครหมด ไม่เก็บความรู้สึก แสดงออกหมด เป็นคนรักความอิสระและชอบสนุกสนาน ไม่จริงจังกับชีวิต ไม่ชอบคนที่เคร่งครัดและดุ ถ้าตัดสินใจรักใครแล้วก็สามารถทิ้งการงานพ่อแม่พี่น้อง เข้าทำนอง “ได้เมียเสียเพื่อน” อะไรทำนองนั้น เป็นคนคิดมากและวาดวิมานในอากาศ ชอบฝันว่าควรจะเป็นอย่างนั้น ควรจะเป็นอย่างนี้ คาดการณ์และทายนิสัยไม่ชอบระเบียบวินัย ชอบทำตัวตามสบาย ไม่ชอบงานหนัก เป็นคนทำงานแบบถวายชีวิต แต่บางทีก็ทำแบบเหยาะแหยะ เอาแน่ไม่ได้ เป็นคนไม่สู้กับชีวิตและงานหนัก

ชอบเป็นม้า ท่านเป็นคนเสาะหาความสุขอยู่ตลอดเวลา เป็นคนชอบสิ่งสวยงามและสูงส่ง มีรสนิยมสูง มีสปิริตดี และเป็นคนเอื้อเฟื้ออารีอารอบ มีอารมณ์ขัน หนึ่งในจำนวนอุดมคติทั้งหลายคือการเสาะแสวงหารักแท้ ซึ่งบังเอิญท่านจะหาไม่ค่อยพบ แต่ท่านก็ต้องร่ำร้องต้องการความรักแท้นั้นอยู่ตลอดชีวิตทีเดียว ดังนั้น ในเรื่องความรักขอให้ระมัดระวังให้จงหนัก เพราะท่านอาจจะเล่นกับไฟ ครั้งแล้วครั้งเล่า กล่าวคือถ้าท่านไปไกลหรือปีนป่ายขึ้นไปสูงมากเท่าไหร่ ก็อาจตกลงมาเจ็บช้ำได้ง่ายมาก ท่านเป็นคนรอบรู้ เป็นคนเห็นการณ์ไกล มีความรักที่ยิ่งใหญ่ ถ้าลองรักใครแล้วก็เห็นผู้นั้นเป็นวีรบุรุษหรือเทพเจ้า ท่านชอบทำงานที่เป็นอิสระ ไม่ชอบให้ใครบังคับบัญชามากเกินไป ชอบงานประเภทติดต่อหรือประชาสัมพันธ์ เป็นคนแต่งตัวเก่ง และชอบของเก๋ ๆ รสนิยมสูงแบบคลาสสิก ชอบสีสันแปลก ๆ เฉี่ยว ๆ

ไม่ชอบเป็นม้า ท่านเป็นคนไม่เข้มแข็ง และไม่มีความกระตือรือร้นในชีวิต ใช้ชีวิตไปเรื่อย ๆ ตามสบาย ลักษณะงานของท่านคือมีความสงบเสงี่ยมเจียมตัว ถ่อมตัว และมีความมักน้อยในทุกสิ่ง ทุกอย่าง ทั้งนี้เพราะท่านรู้ตัวดีว่ามีรสนิยมและขอบเขตของตนเองดี จึงมีความสันโดษและต้องการในสิ่งนั้นพอตัวเสมอ ท่านเลิกคบหรือเลิกสนใจใยดีกับผู้อื่นอย่างง่ายดาย แต่ยอมรับสังคมโดยไม่ขัดแย้ง ไม่เคยฝันถึงรักแท้ และท่านไม่เคยคิดจะมีรักแท้เพราะท่านไม่คิดว่าจะมีจริง ไม่มีอะไรที่จะทำให้ท่านไม่พอใจเท่ากับการแสดงออกสู่ความรู้สึกของท่านเอง กล่าวคือท่านไม่ชอบแสดงความรู้สึกของตนเองออกมาความขี้อายและขันติธรรมคือจุดอ่อนของท่าน และเช่นเดียวกับทุกคนความขี้อายทำให้ท่านล้มเหลว

ชอบเป็นสิงโต ถ้าท่านเป็นนักปกครอง ท่านก็เป็นนักปกครองประเภทเผด็จการและเอาชนะผู้อยู่ในปกครองทุกวิถีทาง ท่านกำหนดจุดหมายในชีวิตไว้สูงมาก และพยายามสุดความสามารถ ที่จะให้ถึงจุดนั้น แม้จะประสบอุปสรรคและความยุ่งยากเพียงไรก็ตาม ท่านก็ต้องแสดงตัวเป็นหนึ่งอยู่เสมอ ท่านต้องการการยอมรับนับถือและความนิยมยกย่องจากผู้อื่น แม้บางครั้งทำให้ผู้แวดล้อมตกอกตกใจและอกสั่นขวัญแขวน เพราะการแสดงอำนาจบาตรใหญ่และความเป็นคนเจ้าอารมณ์ของท่าน จึงทำให้ผู้อื่นเจ็บช้ำ เจ็บแค้นหรือกระทบกระเทือนใจโดยไม่รู้ตัว สิ่งที่ท่านแสดงออกบางอย่างจึงควรระวังและรักษาน้ำใจของผู้อื่นไว้ให้จงหนัก เพราะอาจเป็นอันตรายต่อตนเองได้ภายหลัง ท่านอาจพลาดพลั้งเก็บสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ได้ความสุขและโชคลาภของท่านเกิดขึ้น อย่างประหลาดและไม่คาดฝัน ท่านมีความรักที่รุนแรงและเกาะกินใจอยู่ตลอดเวลา แต่ตัวท่านเองเป็นผู้ปรารถนาจะเป็นฝ่ายถูกรัก ท่านมีวิญญาณของผู้สร้างสรรค์ มีความทะเยอทะยาน มีรสนิยม และความต้องการที่จะทำอะไรให้เป็นจริงเป็นจังขึ้นมา และต้องทำความพยายามนั้นให้สำเร็จ ชอบความโอ่อ่าหรูหราและเอิกเกริก นิยมของที่มีคุณภาพ มีค่า และดูแฟชั่นอยู่เสมอ

ไม่ชอบเป็นสิงโต ถ้าท่านโกรธแค้นหรือชิงชังใครสักคน ท่านก็จะเก็บไว้เจ็บแค้นในส่วนลึกของหัวใจ พลางปลอบใจตัวเองว่าสักวันคนคนนั้นจะถูกเวรกรรมตามสนองเอาเอง โดยท่านไม่ต้องไปจัดการสิ่งใดตอบ ไม่ชอบยุ่งกับผู้อื่นหรือทำให้ผู้อื่นกระเทือนใจเลย มีความเข้าใจผู้อื่น เกลียดความรุนแรงแรง การขัดแย้ง หรือการแสดงออก ความจุ้นจ้านวุ่นวาย แต่ท่านวุ่นวายกับตัวเองมากที่สุด ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้ท่านออกห่างเหินจากโลกภายนอกอยู่บ้าง ชอบสันโดษ ชอบอยู่คนเดียว ปล่อยจิตให้คิดอะไรต่ออะไรไปตามเรื่อง ท่านเป็นคนเก็บความลับได้ดี มีความซื่อสัตย์ละเมียดละไม บางครั้งท่านเป็นคนเจ้าทุกข์และเจ็บช้ำมากเหลือเกิน แต่ท่านทำได้เพียงแต่เก็บเอาไว้เท่านั้น ท่านยอมรับนับถือความรู้สึกและอารมณ์ของผู้อื่นด้วย ท่านออกจะขาดความเข้มแข็ง เป็นคนอ่อนแอแต่สามารถเข้าใจและให้อภัยได้เสมอ ท่านชอบความรักที่อบอุ่นและอ่อนโยนท่านจึงยอมเสียสละทุกอย่างเพื่อความรักได้เสมอ

กิจกรรมที่ 7 รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการเสียสละเพื่อส่วนรวม มีความใจกว้าง
3. เพื่อให้นักเรียนรู้จักวางแผนก่อนการทำงาน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. บทเพลง ตบมือ

ตบมือ 5 ครั้ง	ตบมือ 12 123
ตบให้ดังกว่านี้	ตบมือ 12 123
ตบให้ดังอีกสักที	ตบมือ 12 123
ตบให้ดีดัง ๆ	ตบมือ 12 123

เที่ยวต่อไป ให้ตบส่วนไหนของร่างกายก็ได้ ตามที่ผู้วิจัยบอก

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมของนักเรียนด้วยการร้องเพลง ตบมือ พร้อมทำท่าประกอบ
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
3. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่นเกม รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ โดยให้นักเรียนนำสิ่งของเครื่องแต่งกายที่อยู่บนตัวนักเรียน เช่น รองเท้า ถุงเท้า นาฬิกา ยางรัดผม (ห้ามถอดเสื้อ กางเกง) มาเรียงต่อกันให้ยาวที่สุด ภายในเวลา 5 นาที เมื่อหมดเวลาให้ปรบมือให้กับกลุ่มที่ต่อได้ยาวที่สุด
4. จากนั้นผู้วิจัยบอกให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเก็บของที่นำออกมาต่อให้เร็วที่สุดให้เรียบร้อย เช่น ถุงเท้า ก็ใส่ให้เรียบร้อย เป็นต้น กลุ่มไหนเก็บเสร็จเรียบร้อยก่อนเป็นผู้ชนะ และเพื่อเป็นการแสดงความยินดีให้กับทีมที่ชนะ ให้ทีมที่แพ้เต้นเพลงสับปะรดให้เพื่อนดู
5. ผู้วิจัยกล่าวชมเชยกลุ่มที่ชนะ และสรุปกิจกรรม

การประเมินผล

1. นักเรียนทำงานร่วมกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น
2. นักเรียนเสียสละเพื่อส่วนรวม มีความใจกว้าง
3. นักเรียนมีการวางแผนก่อนการทำงาน

กิจกรรมที่ 8 ตกปลาเก็บแต้ม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถคิดวางแผน และสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้
2. เพื่อฝึกความรับผิดชอบให้นักเรียนขยันแข็ง และทำหน้าที่ของตนเองให้เต็มความสามารถ
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถทำงานเป็นทีมได้ มีความเห็นอกเห็นใจเพื่อนร่วมทีม

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. แม่เหล็กผูกด้วยเชือกโยงเป็นสาย 15 เส้น (แทนเบ็ดตกปลา)
2. ฝาปิดขวดน้ำอัดลมจำนวน 50 ฝา (สีแดง, สีส้ม, สีเขียว)
3. แก้ว
4. บทเพลง กระจั๊ว

เพลง กระจั๊ว

กระจั๊วมีปีก ตึงๆๆ	ให้นักเรียนทำท่าบิน
กระจั๊วบินได้ ตึงๆๆ	ให้นักเรียนทำท่าบิน
กระจั๊วจะบิน ๆ ไปอเมริกา	ให้นักเรียนทำท่าบิน แล้วหมุนไปรอบ ๆ ตัว
กระจั๊วคิดว่า	ให้นักเรียนยืนกอดอกหันไปทางซ้าย
ถ้าเป็นไปได้	ให้นักเรียนยืนกอดอกหันไปทางขวา
กระจั๊วจะบินไปให้ถึงดวงดาว	ให้นักเรียนหมุนรอบตัวเอง เอามือชี้ขึ้นไปด้านบน
เด้อนางเด่อ เด้อเด้อนางเด่อ	ให้นักเรียนทำท่าฟ้อนรำ

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนร้องเพลง กระจั๊ว ประกอบท่าทาง
2. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ 5 คน ให้นักเรียนยืนล้อมเป็นวงกลม
3. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่น และแจกอุปกรณ์ เบ็ดตกปลา และฝาปิดขวดน้ำอัดลมเป็นปลา
4. ให้แต่ละกลุ่มปรึกษา วางแผนกันว่าก่อนที่จะตกปลา โดยช่วยกันตกปลาขึ้นมาแล้วนำไปหย่อนใส่แก้วที่เตรียมไว้ทีละฝาให้ได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนด
5. การเล่นให้เวลา 10 นาที ฝาแต่ละสีจะมีคะแนนไม่เท่ากัน (โดยสีเขียว 10 คะแนน สีส้ม 5 คะแนน สีแดง 2 คะแนน)

6. ผู้วิจัยให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นักเรียนจับที่ปลายเชือกแล้วช่วยกันตกปลาให้ได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนด

7. สรุปผลการแข่งขัน และมอบรางวัลให้กับทีมที่ชนะ

8. ทีมที่ได้คะแนนน้อยที่สุดให้เต้นเพลง กระจั๊วให้เพื่อนดู

การประเมิน

1. นักเรียนสามารถคิดวางแผน และสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้

2. นักเรียนมีความรับผิดชอบให้นักเรียนขยันแข็ง และทำหน้าที่ของตนเองให้เต็มความสามารถ

3. นักเรียนสามารถทำงานเป็นทีมได้ มีความเห็นอกเห็นใจเพื่อนร่วมทีม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 9 คู่หูซู่ซ่า

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ เอาใจใส่และขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
2. เพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์และมีความภาคภูมิใจในตนเอง
3. เพื่อพัฒนาความสามารถในการแสดงความคิดเห็นและขจัดความขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์
4. เพื่อให้นักเรียนรู้จักควบคุมตนเองไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญกับปัญหา

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. เชือกยาวประมาณ 1 เมตร (เท่าจำนวนนักเรียน)
2. ขวดน้ำ 13 ขวด

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน ทบทวนกิจกรรมในครั้งที่แล้ว
2. ผู้วิจัยอธิบายและสาธิตการเล่น โดยให้นักเรียนจับคู่กับเพื่อน จากนั้นแจกเชือกให้กับนักเรียนคนละ 1 เส้น
3. ให้นักเรียนผูกเชือกที่ข้อมือให้เพื่อนที่อยู่ในคู่เดียวกัน โดยให้เชือกมาคล้องขัดกันไว้กับคู่ของตน
4. ให้นักเรียนแต่ละคู่หาวิธีการย้ายขวดน้ำไปให้ถึงจุดหมายที่กำหนดไว้ โดยห้ามใช้ทุกส่วนของร่างกาย เมื่อนำขวดไปถึงจุดหมายแล้วต้องทำให้คู่ของตนเป็นอิสระจากกัน โดยห้ามแกะเชือกออกจากข้อมือ หรือใช้มีดตัดเชือก
5. เมื่อเป็นอิสระจากกันแล้ว ให้นำขวดน้ำกลับไปไว้ที่เดิม โดยหันหลังชนกันแล้วหนีบขวดน้ำไว้
6. เมื่อนำขวดน้ำมาวางไว้ที่เดิมแล้ว ให้หาวิธีการนำกลับเข้าไปขัดกันเหมือนเดิมโดยห้ามแกะออกจากข้อมือ คู่ไหนทำเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ
7. ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันอภิปรายและสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีความรับผิดชอบ เอาใจใส่และขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
2. นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์และมีความภาคภูมิใจในตนเอง
3. นักเรียนแสดงความคิดเห็นและขจัดความขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์
4. นักเรียนรู้จักควบคุมตนเอง ไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญกับปัญหา

กิจกรรมที่ 10 ภารกิจที่ต้องทำ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักต่อความรับผิดชอบของงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันเวลา
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสารที่ดี

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. เอกสารกรณีตัวอย่าง เรื่อง “งานเสร็จไม่ทัน...ทำยังไงดี”
2. ใบงาน เรื่อง “งานเสร็จไม่ทัน...ทำยังไงดี”

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ 5 คน

2. ผู้วิจัยสมมติตัวเองเป็นราชินี และขอให้แต่ละกลุ่มส่งเจ้าชายมากลุ่มละ 1 คน จากนั้นให้เหล่าเจ้าชายมารับคำสั่งจากราชินี แล้วให้ทำตามภารกิจที่ราชินีสั่งภายในเวลาที่กำหนด 10 วินาที เจ้าชายคนไหนทำภารกิจสำเร็จและทันเวลา ให้ 10 คะแนน ถ้าทำภารกิจสำเร็จแต่ไม่ทันเวลาให้ 5 คะแนน และถ้าทำภารกิจไม่สำเร็จและไม่ทันเวลาให้ 2 คะแนน เช่น ราชินีสั่งให้ไปเอาถุงเท้าจากเพื่อนในกลุ่มมา 5 ข้าง เป็นต้น

3. ผู้วิจัยแจกกรณีตัวอย่างให้นักเรียน คนละ 1 ชุด

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง “งานเสร็จไม่ทัน...ทำยังไงดี”

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปรายถึงผลไม่ดีของการทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่กำหนด และแนวทางปฏิบัติในการทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด และออกมานำเสนอให้เพื่อน ๆ ทราบ

การประเมิน

1. นักเรียนตระหนักต่อความรับผิดชอบของงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันเวลา
2. นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสารที่ดี

กรณีตัวอย่าง

“งานเสร็จไม่ทัน...ทำยังไงดี”

เฉื่อย เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 เขามีพฤติกรรมการทำงานช้า เขาเป็นนักเรียนคนเดียวในห้องที่มักจะทำงานไม่เสร็จทันเวลาที่กำหนดส่ง ครูและเพื่อนๆ ต้องคอยกระตุ้นเตือนเฉื่อยอยู่เสมอ เขามักจะโทษว่าการที่เขามีพฤติกรรมเฉื่อยช้าอย่างนี้ เนื่องมาจากพ่อแม่ ตั้งชื่อเขาว่า “เฉื่อย” ทำให้เขาเป็นคนที่เฉื่อยสมชื่อ

เฉื่อย มีเพื่อนสนิท 1 คน ชื่อ “เก่ง” เก่งเป็นเด็กที่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง ในแต่ละวันเก่งจะรีบทำการบ้าน หรืองานที่ได้รับมอบหมายจากครูเสร็จก่อนแล้วจึงค่อยเล่น หรือทำกิจกรรมอื่น

เช้าวันหนึ่ง เมื่อหมดคาบเรียนวิชาภาษาไทย หัวหน้าห้อง ซึ่งมีหน้าที่ในการนำสมุดการบ้านของทุกคนไปส่งบนโต๊ะครู นับสมุดแล้วไม่ครบ พบว่าขาด 1 เล่ม จึงตะโกนถามเพื่อน ๆ ในห้องว่า “มีใครยังไม่ได้ส่งการบ้านบ้าง ?” ไม่มีใครตอบ เก่งจึงเดินไปหาเฉื่อย แล้วถามว่า “เฉื่อย...นายยังไม่ได้ส่งการบ้านใช่ไหม ?” เฉื่อยพยักหน้า แล้วพูดว่า “เราทำไม่ทันก็ครูให้การบ้านเยอะ วิชาคณิตศาสตร์ก็ยังทำไม่เสร็จ วิชา กพอ. งานก็ยังไม่ได้ทำ ” เก่งจึงพูดว่า “ทำไมนายไม่ทำงานมาส่งครู ถึงเวลาเรียนนายก็นั่งหลับ เราไม่เห็นนายทำอะไรสักอย่าง” เฉื่อยจึงพูดว่า “ที่ชีวิตเราเป็นอย่างนี้ เพราะพ่อแม่ ตั้งชื่อให้เราอย่างนี้ ทำให้เราทำอะไรก็เฉื่อยช้า สมชื่อของเราเลย” เก่งจึงพูดว่า “ทำไมนายคิดอย่างนั้น” เฉื่อยตอบว่า “ก็จริงนี่นา” เก่งจึงพาเฉื่อยไปปรึกษาครูแนะแนว

เด็กทั้งสองพูดคุยเรื่องของตนให้ครูฟัง ครูบอกว่า “ไม่ใช่ปัญหาตรงนั้นหรอก แต่เพื่อความสบายใจ เรามาช่วยกันตั้งชื่อใหม่...ชื่อสมหวัง ดีไหม?” เฉื่อยยิ้มรับ พอใจกับชื่อใหม่ของตน และก็คิดว่าตอนนี้ชีวิตของเราก็จะสมหวังกับเขาเสียที ไม่เฉื่อยเหมือนชื่อแล้ว เด็กทั้งสองกล่าวขอบคุณครู แล้วขออนุญาตไปเรียนวิชาต่อไป

3 วันต่อมา ครูเดินผ่านมาที่ห้อง เห็นเก่งและเฉื่อยนั่งคุยกัน จึงเข้ามาทักทาย แล้วถามว่า “เป็นอย่างไรบ้างสมหวัง ตอนนี้การบ้านคงเสร็จทันเวลากำหนด ไม่หลับในห้อง ตั้งใจเรียนเป็นคนใหม่แล้วใช่ไหม?” เฉื่อยส่ายหัว ครูจึงถามว่ามีปัญหาอะไรหรือ เก่ง จึงพูดว่าเขาก็เหมือนเดิมการบ้านก็ไม่ทำงานก็ไม่ส่ง นั่งหลับในห้องเรียนเสมอ เฉื่อยจึงขอให้ครูตั้งชื่อใหม่ให้ ครูจึงพูดว่า “ไม่ใช่เกี่ยวกับการตั้งชื่อหรอก ถึงตั้งชื่อดีแค่ไหน แต่ถ้าหากไม่ตั้งใจเรียนไม่รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมาย ไม่เปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง ชื่อดีแค่ไหนก็คงช่วยไม่ได้” ครูจึงเสนอแนะให้เฉื่อยเปลี่ยนพฤติกรรมการเรียนของตนเสียใหม่ และตั้งเป้าหมายให้กับตนเองแล้วพยายามไปให้ถึงเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้

ใบงาน

เรื่อง “งานเสร็จไม่ทัน...ทำยังไงดี”

1. ผลเสียของงานเสร็จไม่ทันตามกำหนด มีอะไรบ้าง?

.....

.....

.....

.....

.....

2. สาเหตุของการทำงานเสร็จไม่ทันตามกำหนด มีอะไรบ้าง?

.....

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. แนวทางปฏิบัติในการทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด มีอะไรบ้าง?

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 11 บ้าใบ้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนฝึกสมาธิ
2. เพื่อให้นักเรียนมีความพากเพียร พยามยามในการทำหน้าที่ให้สำเร็จ มีความรับผิดชอบ
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถทำงานเป็นทีม การประสานงานได้
4. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสาร

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและวัสดุอุปกรณ์

1. ชุดบัตรคำ 4 ชุด
   - ชุดที่ 1 ปฐมพยาบาล
   - ชุดที่ 2 อาหารหลัก 5 หมู่
   - ชุดที่ 3 ฝนตกแดดออก
   - ชุดที่ 4 แม่ค้าปากตลาด

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และให้นั่งเป็นแถว 2 แถว คนที่อยู่หัวแถวเลือกชุดบัตรคำ 1 ชุด พร้อมทั้งจำคำที่อยู่ในบัตรคำให้ได้ แล้วนำไปบอกต่อเพื่อนคนที่ 2 โดยห้ามพูดคำที่อยู่ในบัตรคำ หรือเขียนให้เพื่อนดู ให้ใบ้เพื่อนโดยวิธีไหนก็ได้ (ถ้าหากทีมไหนหลุดพูดคำที่อยู่ในบัตรคำขณะที่ใบ้คำขึ้นมา ให้เปลี่ยนคำและเริ่มใหม่) แถวไหนใบ้คำได้เสร็จก่อนและถูกต้องเป็นฝ่ายชนะ

2. จากนั้นให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม และอธิบายกติกาในการเล่น พร้อมทั้งกำหนดผู้เล่นคนแรก

3. โดยให้ผู้เล่นคนแรกให้พูดว่า “ปลา 1 ตัว” คนที่ 2 พูดว่า “กระโดดน้ำ 1 ที” คนที่ 3 พูดว่า “จ๋อม” จบ 1 ประโยค ต่อไปคนที่ 4 พูดว่า “ปลา 2 ตัว” คนที่ 5 พูดว่า “ปลา 2 ตัว” คนที่ 6 พูดว่า “กระโดดน้ำ 2 ที” คนที่ 7 พูดว่า “กระโดดน้ำ 2 ที” คนที่ 8 พูดว่า “จ๋อม” คนที่ 9 พูดว่า “จ๋อม” จบประโยคที่ 2 โดยเมื่อจบ 1 ประโยคจะเพิ่มคำซ้ำขึ้นไปเรื่อย ๆ จาก 1 เป็น 2 จาก 2 เป็น 3

4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีสมาธิ
2. นักเรียนมีความพากเพียร พยามยามในการทำหน้าที่ให้สำเร็จ มีความรับผิดชอบ
3. นักเรียนทำงานเป็นทีม มีการประสานงานกัน
4. นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสาร

กิจกรรมที่ 12 หอคอยกระดาษ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถคิด แก้ปัญหาและวางแผนได้
2. เพื่อให้นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์
3. เพื่อให้นักเรียนมีความใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น สามารถทำงานเป็นทีมได้
4. เพื่อให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ในการทำงาน และสามารถทำงานออกมาได้ทันเวลาที่กำหนด

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ
    - กระดาษแข็งขาว – เทา 5 แผ่นใหญ่
    - กระดาษขาวแผ่นใหญ่ 5 แผ่น
2. อุปกรณ์ กรรไกร 5 ตัว แม็กเย็บกระดาษพร้อมลูก 5 ชุด เทปใส 5 ม้วน

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม
2. ผู้วิจัยแจกกระดาษขาว – เทา กระดาษขาวแผ่นใหญ่ กรรไกร ที่เย็บกระดาษ เทปใส ปากกาเมจิก กลุ่มละ 1 ชุด โดยให้นักเรียนช่วยกันสร้างหอคอยของฉัน โดยจะให้คะแนนด้านความสูง ความสวยงามและความแข็งแรงด้านละ 100 คะแนน ให้เวลาสร้างหอคอย 30 นาที
3. ให้แต่ละกลุ่ม present ผลงานของกลุ่มตนเอง กลุ่มละ 5 นาที
4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนคิด แก้ปัญหาและวางแผนได้
2. นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์
3. นักเรียนมีความใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำงานเป็นทีมได้
4. นักเรียนมีความรับผิดชอบ ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ในการทำงาน และทำงานออกมาได้ทันเวลาที่กำหนด

กิจกรรมที่ 13 โชคมากับแป้ง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเกิดความสุขในการร่วมกิจกรรม
2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักบทบาทหน้าที่ของตนอย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการยอมรับกฎกติกาและปรับตัวได้อย่างเหมาะสม
4. เพื่อให้นักเรียนรู้จักยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง มีการควบคุมอารมณ์

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. เพลง หากว่าเรากำลังสบาย

หากว่าเรากำลังสบายจงปรบมือพลัน (ปรบมือ 2 ครั้ง)

หากว่าเรากำลังสบายจงปรบมือพลัน (ปรบมือ 2 ครั้ง)

หากว่าเรากำลังมีสุข หมดเรื่องทุกข์ใดๆทุกสิ่ง

มัวประวิงอะไรกันเล่าจงปรบมือพลัน (ปรบมือ 2 ครั้ง)

*** สามารถเปลี่ยนคำแสดงท่าทางตามคำที่ขีดเส้นใต้ในเนื้อเพลงได้ ***

2. แป้งเด็ก จำนวน 2 กระปุก
3. สลากจับ มีข้อความให้ปฏิบัติตาม 4 ชุด

- เทแป้งใส่มือเยอะ ๆ แล้วปะแป้งคนที่นั่งถัดไปอีก 2 คนทางขวามือ
- เทแป้งใส่มือเยอะ ๆ จากนั้นให้เดินไปหาเพื่อนที่เราอยากปะแป้งมากที่สุด แล้วพูดว่า “เพื่อนจ๋า เพื่อนข้าง ๆ เธอหน้าดำ ช่วยปะแป้งคนขวามือเธอให้ฉันหน่อยสิ”
- ให้คนที่ถือแป้งยืนขึ้น จากนั้นให้เดินออกมารับของที่ระลึกจากผู้วิจัย 1 อย่าง
- เทแป้งใส่มือเยอะ ๆ จากนั้นให้มองไปทางซ้ายแล้วหันมองไปทางขวา แล้วพูดว่า “หน้าฉันดำทาหน้าตัวเองดีกว่า”

4. เสียงเพลงที่มีจังหวะเร็ว 1 เพลง

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันร้องเพลง หากว่าเรากำลังสบาย พร้อมท่าทางประกอบ
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แล้วนำกระปุกแป้งจอห์นสัน 2 ชุด ให้นักเรียน 2 คน ตรงข้ามกัน

3. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่นเกมโชคมากับแป้ง โดย เมื่อได้ยินเสียงเพลงให้ส่งแป้งต่อไปด้านขวามือ ห้ามโยน เมื่อเพลงหยุดให้หยุดการเล่น ผู้ที่มีแป้งอยู่ในมือให้จับสลากจากผู้วิจัย 1 ใบ ให้ผู้วิจัยอ่านข้อความแล้วให้ปฏิบัติตามขั้นตอนจากข้อความนั้น

4. ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนเกิดความสุขในการร่วมกิจกรรม
2. นักเรียนรู้จักบทบาทหน้าที่ของตนอย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง
3. นักเรียนรู้จักการยอมรับกฎกติกาและปรับตัวได้อย่างเหมาะสม
4. เพื่อให้นักเรียนรู้จักยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง มีการควบคุมอารมณ์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 14 เรื่องราวความรู้สึก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนควบคุมอารมณ์ได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจอารมณ์ต่าง ๆ ของผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความเห็นอกเห็นใจ
3. เพื่อให้นักเรียนรู้จักอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ –

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และถามนักเรียนถึงอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ พร้อมกับให้นักเรียนแสดงใบหน้าที่สื่อถึงอารมณ์ต่าง ๆ ออกมา

2. .ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5 คน และให้นักเรียนแสดงละครสั้น ๆ เกี่ยวกับอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ ซึ่งในแต่ละกลุ่มจะมีตัวละครที่แสดงอารมณ์ ความรู้สึกที่ไม่ซ้ำกัน เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ กลัว เบื่อ หงุดหงิด เป็นต้น

3. หลังจากแต่ละกลุ่มแสดงละครเสร็จ ผู้วิจัยถามถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ และจะจัดการกับอารมณ์ ความรู้สึกนั้น ๆ ได้อย่างไร

การประเมิน

1. นักเรียนควบคุมอารมณ์ของตนเองได้
2. นักเรียนเข้าใจอารมณ์ต่าง ๆ ของผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความเห็นอกเห็นใจ
3. นักเรียนรู้จักอารมณ์ต่าง ๆ ของตนเอง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 15 น้ำใจงาม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงการมีน้ำใจไมตรีให้ผู้อื่นเสมอ มีความใจกว้าง

2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงความแตกต่างของบุคคลที่มีไม่เหมือนกัน มีความปรารถนาดีและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ –

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแจกใบงาน เรื่อง... น้ำใจงาม ให้นักเรียนอ่าน

2. หลังจากอ่านนิทานจบ ให้นักเรียนเขียน ความมีน้ำใจของนักเรียนที่เคยปฏิบัติ และเพราะเหตุใด จึงปฏิบัติเช่นนั้น

3. ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าเรื่องราวความมีน้ำใจของตนเองให้เพื่อน ๆ ฟัง

การประเมิน

1. นักเรียนมีน้ำใจไมตรีให้ผู้อื่นเสมอ มีความใจกว้าง

2. นักเรียนเข้าใจถึงความแตกต่างของบุคคลที่มีไม่เหมือนกัน มีความปรารถนาดี และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ใบงาน

นิทานเรื่อง... น้ำใจงาม

มีครอบครัวชาวนาครอบครัวหนึ่งมีลูกชายสองคน ทั้งสองเป็นพี่น้องที่รักกันมากจนกระทั่งพ่อแม่แก่เฒ่า และสิ้นอายุขัยไป สองพี่น้องจึงแยกย้ายกันไปสร้างครอบครัวของตนเอง แต่ก็ยังปลูกบ้านที่ในหมู่บ้านเดียวกัน และไปมาหาสู่และรักใคร่กันเสมอ สองพี่น้องยังคงยึดอาชีพชาวนาปลูกข้าวเลี้ยงชีพเช่นเดียวกับพ่อแม่และใช้ชีวิตสันโดษพอเพียง แม้จะไม่มีเงินทองร่ำรวยอะไรแต่ก็มีความสุขตามอัตภาพ มิได้ลำบากยากแค้นอะไรนัก

อยู่มาปีหนึ่ง ชาวนาคนพี่ทำนาได้ข้าวมากกว่าทุก ๆ ปี จึงมีใจคิดเผื่อแผ่ไปถึงน้องชาย เขากล่าวกับภรรยาของตนในเย็นวันหนึ่งว่า

"เธอจะว่าอย่างไร หากฉันจะเอาข้าวที่เราเก็บเกี่ยวได้ในปีนี้ไปแบ่งให้น้องชายของฉันบ้าง"

"ทำไมหรอจ๊ะ นาของน้องชายเธอได้ข้าวไม่ดีนักหรือ” ภรรยาของชาวนาผู้พี่เอ่ยถาม

"เปล่าหรอกจ้า นาของน้องชายฉันก็ให้ข้าวรวงดีไม่แพ้ของเราหรอก แต่ฉันเห็นว่าครอบครัวของเขามีหลายปากท้องต้องให้เลี้ยงดู ทั้งตัวเขา เมียเขา และลูกเล็ก ๆ อีกหลายคน ส่วนเรานั้นมีกันแค่สองผัวเมีย ซึ่งฉันคิดว่า แค่ข้าวเพียงไม่กี่กระสอบก็น่าจะทำให้เราสองคนอิ่มท้องไปจนถึงปีหน้าได้แล้ว" ชาวนาผู้พี่กล่าว

"อืม ฉันเห็นด้วยจ้ะ น้องชายของเธอก็มีน้ำใจกับเราสองคนเสมอมา เมื่อมีผักผลไม้ดี ๆ เกิดขึ้นในไร่นาของเขา เขาก็นำมาให้เราทุกครั้ง เมื่อเรามีข้าวมากจนเหลือกิน เธอก็จัดแบ่งไปให้ครอบครัวของน้องชายเธอบ้างเถิดจ้ะ"

เมื่อภรรยาสนับสนุนเป็นอย่างดีเช่นนั้น ชาวนาผู้พี่ก็จัดการบรรจุข้าวลงกระสอบขนาดใหญ่แล้วรอจนมืดค่ำจึงค่อยแบกกระสอบข้าวกระสอบนั้นไปยังบ้านของน้องชาย และทิ้งกระสอบข้าวไว้ข้างนอกประตูบ้านอย่างเงียบเชียบ ที่ต้องทำแบบนี้เพราะชาวนาผู้พี่เกรงว่า ถ้าเอาไปให้ตอนกลางวันแล้วน้องชายรู้ น้องชายอาจจะปฏิเสธข้าวของเขาเพราะความเกรงใจก็เป็นได้

วันรุ่งขึ้น เมื่อชาวนาผู้พี่ไปนับกระสอบข้าวที่เหลืออยู่ในยุ้งเขาต้องประหลาดใจเพราะปรากฏว่า กระสอบข้าวยังมีจำนวนเท่าเดิม

"เอ เมื่อคืนเรานำข้าวไปให้น้องหนึ่งกระสอบ แล้วทำไมข้าวเราจึงเหลืออยู่เท่าเดิม หรือว่าเราจะนับผิด ถ้าอย่างนั้นเราเอาข้าวไปให้น้องสักหนึ่งกระสอบแล้วกัน" พี่ชายผู้พี่บอกกับตัวเอง

คืนวันนั้นเข้าก็เอาข้าวอีกกระสอบไปให้น้องชาย แต่พอเช้าวันต่อมา เมื่อเขาเข้าไปนับก็ปรากฏว่าข้าวยังคงเหลือเท่าเดิมเหมือนครั้งแรก

"เอ๊ะ! จะให้เชื่ออย่างไรนี่" ชายผู้พี่ร้อง "ถ้าอย่างนั้นเราก็ต้องเอาข้าวไปให้น้องเราอีกกระสอบหนึ่ง" คืนนั้นชาวนาผู้พี่จึงแบกกระสอบข้าวไปบ้านน้องชายอีกหนึ่งกระสอบเป็นรอบที่สาม

แสงจันทร์ส่องแสงเจิดจ้าในคืนวันนั้น ชายผู้พี่มองเห็นร่างของใครคนหนึ่ง กำลังแบกกระสอบข้าวตรงมาทางเขา ชายผู้พี่จ้องเขม็งตามองอีกครั้ง จึงเห็นว่า ร่างของคนคนนั้นก็คือน้องชายของเขานั่นเอง ชาวนาผู้พี่ และชาวนาผู้น้องต่างหยุดวางกระสอบข้าวลงบนพื้น แล้วมองหน้ากันอย่างงุนงงอยู่ครู่หนึ่ง แล้วทั้งสองร้องขึ้นมาพร้อมกันว่า

"เอ๊ะ! พี่เองเหรอที่เอาข้าวมาวางไว้หน้าบ้านของฉันน่ะ"

"อ๊ะ แกเองเหรอน้องรักที่เอาข้าวมาวางไว้ในยุ้งข้าวของพี่ทุกคืน"

แล้วทั้งสองก็พากันหัวเราะด้วยความขบขันเป็นเวลานาน ต่างคนต่างก็รู้สึกรักและผูกพันกับอีกคนมากขึ้น โดยไม่ต้องพูดจาอะไรมากไปกว่านั้นอีกแล้ว

บทสรุปของผู้แต่ง

สองพี่น้องชาวนารักใคร่กันดี เพราะมีน้ำใจไมตรีให้แก่กันอยู่เสมอ เขาอาจจะรักกันบนพื้นฐานความเป็นพี่น้องก็จริง แต่เราก็สามารถรักและให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นอย่างจริงใจได้ โดยไม่ต้องเป็นอะไรกับเขาเลย เพราะความรัก ความเมตตา และความปรารถนาอยากจะให้ผู้อื่นมีความสุขนั้น ไม่ใช่คุณธรรมที่สงวนไว้เฉพาะพี่น้องร่วมสายโลหิต แต่เป็นสิ่งที่ทุกคนควรปฏิบัติต่อกันเสมือนเช่นนั้น ถ้าทำได้แบบนี้ สังคมของเราคงน่าอยู่ขึ้นมาก เพราะเราจะมีแต่พี่น้องที่รักกันอยู่ทั่วทุกหนทุกแห่ง แม้ในความเป็นจริง ทุกคนอาจไม่เกี่ยวข้องกันทางสายเลือดเลยก็ตาม

ดังนั้น จำไว้เถิดว่า การช่วยเหลือคนที่อ่อนด้อยกว่าด้วยความแบ่งปันนั้นจะสร้างความสุขให้แก่ตัวเราเองมากมาย อย่ากลัวเลยว่า ถ้าแบ่งสิ่งที่เราพอจะมีให้แก่ผู้อื่นแล้ว เราจะไม่มีอะไรเหลือเลย เพราะถ้าเรามีใจที่พร้อมจะแบ่งปัน และช่วยเหลือผู้อื่นอยู่ตลอดเวลาก็จะไม่มีใครต้องเสียอะไรไป เนื่องจากเมื่อเราแบ่งปันบางสิ่งให้คนอื่นเพื่อช่วยเหลือเขา เขาก็จะแบ่งปันบางอย่างเพื่อช่วยเหลือเรา หากเราต่างก็ช่วยเหลือกันดีเช่นนี้ เราก็ไม่ต้องสูญเสียอะไรไป และยังคงมีเท่าเดิมเหมือนกันทุกคน ดังเช่นชาวนาสองพี่น้องที่แม้จะแบ่งข้าวของตัวเองให้อีกฝ่าย แต่พวกเขาก็ยังมีข้าวอยู่เท่าเดิม ด้วยน้ำใจแห่งการแบ่งปันนั่นอย่างไรเล่า

ที่มา : ชุดหนังสือนิทานสีขาวของ ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา สำนักพิมพ์ฟรีมายด์

กิจกรรมที่ 16 ข้อความที่ฉันได้มา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการทำงานเสร็จทันเวลา

2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสาร และสามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกันได้

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. ดินสอ (เขียนไม่ติด)

2. ชุดคำ

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และสรุปกิจกรรมที่ผ่านมา

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนเขียนชุดคำที่กำหนดให้ ให้เสร็จ ภายในเวลา 5 นาที

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมการเขียนชุดคำ

4. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็นแถวตอนลึก 3 แถว

5. ให้คนหลังสุดของแต่ละแถวออกมาอ่านข้อความเพื่อให้เขียนหลังคนถัดไป นักเรียนแต่ละคนจะเขียนข้อความตามที่ตนเข้าใจต่อไปเรื่อย ๆ จนถึงหัวแถว และคนที่อยู่หัวแถวต้องมาออกมาเฉลยว่าข้อความนั้นคืออะไร

6. แถวที่สามารถพูดข้อความได้ถูกต้องถือว่าชนะ

7. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

การประเมินผล

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการทำงานเสร็จทันเวลา

2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการสื่อสาร และสามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกันได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ใบงาน

เขียนให้เสร็จทันเวลา

ให้นักเรียนเขียนคำต่อไปนี้ อย่างละ 15 คำ ภายในเวลา 5 นาที

ฉันใจดี ฉันมีวินัย ฉันพูดเก่ง ฉันร่าเริง

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 17 คลำมุมโต๊ะ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ความเคารพและรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนทุกคน มีความใจกว้าง

2. เพื่อให้ความสำคัญของการประสานความคิดในการทำงานร่วมกัน

3. เพื่อแสดงให้เห็นว่าแต่ละคนมีการรับรู้ในแง่มุมที่แตกต่างกันและมีประสบการณ์ที่ต่างกัน เห็นอกเห็นใจกัน

4. เพื่อให้พิจารณาสิ่งต่าง ๆ หลาย ๆ แง่ และมองปัญหาให้กว้างขึ้น

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. โต๊ะจำลองทำด้วยกระดาษแข็งหรือไม้ ตัดมุมแต่ละมุมเป็นรูปต่าง ๆ ไม่เหมือนกัน กลุ่มละ 1 ตัว

2. หน้ากากหรือแถบผ้าปิดตา กลุ่มละ 4 อัน

3. กระดาษโรเนียว กลุ่มละ 5 แผ่น

4. ปากกาเมจิ กลุ่มละ 1 ด้าม

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. เอาผ้าคลุมปิดโต๊ะไว้ โดยไม่ให้เห็นโต๊ะนี้ก่อน

2. ก่อนที่จะเล่นให้ผู้วิจัยเล่าเรื่องตาบอดคลำช้างก่อน

ตาบอดคลำช้าง

มีเรื่องเล่าว่า มีตาบอด 4 คน ได้ถกเถียงกันเรื่องช้าง ว่าช้างมีลักษณะเป็นอย่างนี้อย่างนั้น ตามประสบการณ์ของแต่ละคน คือ

คนที่ 1 คลำช้างถูกที่ลำตัว ก็พูดว่า “ช้างเหมือนกับฝาเรือน”

คนที่ 2 คลำช้างถูกที่ขา ก็พูดว่า “ช้างเหมือนเสาเรือน”

คนที่ 3 คลำช้างถูกที่งวง ก็พูดว่า “ช้างเหมือนมือคนนั่นแหละ”

คนที่ 4 คลำช้างถูกที่หาง ก็พูดว่า “ช้างเหมือนไม้กวาดนั่นแหละ”

ทั้งสี่คนต่างถกเถียงกันคอเป็นเอ็นไม่ยอมกัน เกิดทะเลาะกันอย่างรุนแรง ถึงขั้นตัดสัมพันธมิตร หมดเยื่อใยไมตรีจิต เป็นศัตรูกันไปในที่สุด

3. เมื่อเล่านิทานเสร็จ ให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่ม ๆ ละ 4 คน ออกมาคลำโต๊ะคนละมุม ทีละกลุ่ม 5 กลุ่ม

4. ตัวแทนกลับไปที่กลุ่มปรึกษาหารือกัน แล้วช่วยกันวาดภาพของโต๊ะที่แท้จริง

5. เมื่อได้ข้อสรุปแล้ว ให้ตัวแทนออกมาเขียนภาพที่ได้ไว้บนกระดานดำ แล้วเฉลยเปิดผ้าคลุมโต๊ะ

การประเมิน

1. นักเรียนมีการเคารพและรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนทุกคน มีความใจกว้าง
2. นักเรียนประสานความคิดในการทำงานร่วมกัน
3. นักเรียนแต่ละคนมีการรับรู้ในแง่มุมที่แตกต่างกันและมีประสบการณ์ที่ต่างกัน เห็นอกเห็นใจกัน
4. นักเรียนมองปัญหากว้างขึ้น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 18 ต่อภาพเล่าเรื่อง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นใหม่ ๆ ที่ต่างจากตน

2. เพื่อให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกัน

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. รูปภาพต่าง ๆ เท่ากับจำนวนนักเรียน

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และนำรูปภาพต่างมาวางไว้หน้าแถว

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละแถวออกมาหยิบรูปคนละ 1 รูป โดยห้ามเลือกรูปภาพ แล้วกลับไปนั่งตามเดิม

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนนับ 1, 2, 3, 4, 5 และให้จำเลขของตัวเองไว้ ให้คนที่นับเลขอะไรก็ไปรวมกลุ่มกับเลขนั้น

4. ให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มนำภาพในกลุ่มตนเองมาเรียงต่อกันแล้วคิดเรื่องราวตามรูปภาพที่เรียงต่อกัน ให้เวลาคิด 10 นาที

5. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมายืนเรียงภาพตามเรื่องราวในกลุ่มของตนเอง และเริ่มเล่าเรื่องราวตามภาพ โดยเริ่มจากรูปภาพแรกเป็นคนเล่าก่อนและเล่าต่อมาเรื่อย ๆ ตามรูปภาพของตนจนครบ

6. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีความใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความคิดเห็นใหม่ ๆ ที่ต่างจากตน

2. นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกัน

กิจกรรมที่ 19 จินตนาการสุดล้ำ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกัน

2. เพื่อให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ต่องานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันเวลา

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษบัตรคำทีม้วนหรือพับ เท่ากับจำนวนนักเรียน แต่ละชิ้นมี 1 ข้อมูลที่เขียนไว้ เช่น มะม่วง รองเท้า โต๊ะ คอมพิวเตอร์ ตลก โทรทัศน์ เป็นต้น

2. ใบงานภารกิจ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยพับบัตรคำแล้วแจกให้กับนักเรียนคนละ 1 ใบโดยไม่ต้องเลือก

2. ผู้วิจัยอธิบายกติกา โดยให้นักเรียนพิจารณาดูบัตรคำที่ได้มานั้นควรจะคู่กับสิ่งใดแล้วให้ไปจับคู่กัน พร้อมกับทำภารกิจตามใบงานที่ได้ ภายในเวลา 3 นาที เมื่อหาคู่บัตรคำได้แล้วให้นั่งลง

3. เมื่อหมดเวลา นักเรียนจะต้องจับคู่กันให้ได้

4. ให้แต่ละคู่อธิบายเหตุผลว่าทำไมสิ่งของทั้งสองสิ่งจึงคู่กัน เมื่ออธิบายทุกคู่แล้วจึงออกคำสั่งใหม่

5. ผู้วิจัยออกคำสั่งให้จับกลุ่มใหญ่ขึ้น พร้อมกับทำภารกิจของตนเองให้เสร็จ เช่น กลุ่มละ 5 คน จนเหลือกลุ่มใหญ่ 2 กลุ่ม

6. ให้แต่ละกลุ่มอธิบายเหตุผลว่าทำไมสิ่งของทั้งหมดจึงเกี่ยวข้องกัน โดยเล่าเป็นเรื่องราว และให้มีข้อมูลของทุกคนอยู่ในเรื่องนั้น

การประเมิน

1. เพื่อให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อความหมายให้ผู้อื่นมีความเข้าใจที่ตรงกัน

2. เพื่อให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ต่องานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันเวลา

Chulalongkorn University

ใบงานภารกิจ 1 ให้นักเรียนหาเพื่อนที่มีคุณสมบัติตามใบงาน แล้วให้เพื่อนเขียนชื่อกำกับให้ตรงกับคุณสมบัติของเพื่อน โดยห้ามซ้ำคนเดิมในคุณสมบัติอื่น ๆ

1. ชอบสุนัข..... 2. ชอบสีเขียว.....
3. ชอบเล่นปิงปอง..... 4. คิดเลขเก่ง.....
5. ชอบเล่นวอลเลย์บอล..... 6. เป็นผู้หญิงสวย.....
7. ชอบร้องเพลง..... 8. ยิ้มสวย.....
9. ตั้งใจเรียน..... 10. วาดรูปเก่ง.....
11. ชอบสีชมพู..... 12. มาโรงเรียนด้วยตัวเอง.....

.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ใบงานภารกิจ 2 ให้นักเรียนหาเพื่อนที่มีคุณสมบัติตามใบงาน แล้วให้เพื่อนเขียนชื่อกำกับให้ตรงกับคุณสมบัติของเพื่อน โดยห้ามซ้ำคนเดิมในคุณสมบัติอื่น ๆ

1. ชอบแมว..... 2. ชอบสีฟ้า.....
3. ชอบเล่นฟุตบอล..... 4. เก่งภาษาไทย.....
5. ชอบว่ายน้ำ..... 6. เป็นผู้ชายหล่อ.....
7. เล่นดนตรีเป็น..... 8. เป็นคนผิวขาว.....
9. เรียนเก่ง..... 10. ใส่นาฬิกาข้อมือ.....
11. ชอบสีเหลือง..... 12. ชอบช่วยเหลือเพื่อน.....

กิจกรรมที่ 20 จิตรกรผู้สร้างสรรค์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักถึงปัญหาของแต่ละคนซึ่งมีไม่เหมือนกัน มีความเห็นอกเห็นใจ ได้รู้จักตนเองและผู้อื่น

2. เพื่อให้นักเรียนฝึกสมาธิ มีอารมณ์คงที่ สม่ำเสมอ ควบคุมตนเองได้ดี

3. เพื่อความสนุกสนาน

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4 เท่าจำนวนนักเรียน 2. ดินสอ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมนักเรียนด้วยการนำปรบมือ 4 จังหวะแล้วให้นักเรียนทั้งหมดปฏิบัติพร้อมกัน ดังนี้

จังหวะที่ 1 ปรบมือเหนือศีรษะ 12 123

จังหวะที่ 2 ปรบมือไขว้ที่หน้าอก 12 123

จังหวะที่ 3 ตบที่หน้าขา 12 123

จังหวะที่ 4 กระทืบเท้าพร้อมกันทั้ง 2 เท้า 12 123

แล้วพูดว่า ไชโย พร้อมชูมือขึ้น

2. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 เริ่มปรบมือห่างกัน 1 จังหวะ 2 – 3 รอบโดยให้กลุ่มที่ 1 เริ่มก่อน

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่กันแล้วแจกกระดาษ A4 เปล่า ๆ ให้คนละ 1 แผ่น

5. ให้นักเรียนวาดรูปใบหน้าตนเองลงบนกระดาษ A4 ที่แจกให้ โดยพยายามใส่รายละเอียดที่เป็นจุดเด่นของตนเองลงไปให้มากที่สุด

6. เมื่อวาดเสร็จแล้ว ให้สลับภาพวาดกับคู่ของตนเอง

7. ผู้วิจัยให้แต่ละคนพิจารณาดูรูปของเพื่อน ว่ามีส่วนใดที่เหมือนที่สุด ส่วนใดที่ควรปรับปรุงก็ให้แก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น แล้วเขียนชื่อภาพให้เหมาะสมกับบุคลิกของเพื่อนในเชิงบวก

10. คืนภาพวาดให้เจ้าของภาพ พร้อมทั้งบอกด้วยว่า แก้ไขส่วนไหนไปบ้าง

การประเมิน

1. นักเรียนตระหนักถึงปัญหาของแต่ละคนซึ่งมีไม่เหมือนกัน มีความเห็นอกเห็นใจ ได้รู้จักตนเองและผู้อื่น

2. นักเรียนฝึกสมาธิ มีอารมณ์คงที่ สม่ำเสมอ ควบคุมตนเองได้ดี

3. นักเรียนมีความสนุกสนาน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 21 วิศวกรก่อสร้าง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนฝึกการมีความรับผิดชอบ ขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย มีการปรับปรุงแก้ไขในการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น

2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักควบคุมตนเองไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญกับปัญหา สามารถตัดสินใจ และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมั่นใจ

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กล่องไม่ขีดไฟ 75 กล่อง
2. ตลับเมตร
3. กรวย

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียน 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน
2. ให้นักเรียนร้องทบทวนเพลง ดอกไม้บาน พร้อมทำท่าประกอบ
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละเข้าประจำที่ที่จุดเริ่มต้น ผู้วิจัยสาธิตและอธิบายวิธีการเล่น โดยให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มเดินต่อเท้ากัน ไปเอากล่องไม้ขีดไฟที่เส้นกลับตัวทีละกล่องแล้วนำกลับมายังจุดเริ่มต้นจนครบ 15 กล่อง เมื่อครบแล้วให้ต่อกล่องไม้ขีดในแนวตั้ง โดยใช้ด้านที่เปิดกล่องต่อกันให้ครบทั้ง 15 กล่อง ทีมไหนต่อได้เสร็จก่อน เป็นทีมที่ชนะ
4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนมีความรับผิดชอบ ขยันขันแข็งต่อภาระหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย มีการปรับปรุงแก้ไขในการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น

2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักควบคุมตนเองไม่หวั่นไหวเมื่อเผชิญกับปัญหา สามารถตัดสินใจ และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างมั่นใจ

กิจกรรมที่ 22 ร้อยดาว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้มีการติดต่อสื่อสารเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น โดยการพูดที่ระมัดระวังต่อความรู้สึกของผู้อื่น

2. เพื่อฝึกการแบ่งงานกันทำ การประสานงานกัน

3. เพื่อให้เรียนรู้ความเสียสละ การแบ่งปัน มีความใจกว้าง

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษพับดาวสีต่าง ๆ (จำนวนสีไม่ควรน้อยกว่าจำนวนกลุ่ม)

2. เชือกด้ายความยาวประมาณ 2 เมตร จำนวนเส้นเท่ากับจำนวนกลุ่ม

3. เข็มเย็บผ้า (สำหรับร้อยดาว)

เวลาที่ใช้ 60 นาที

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนเล่นเกมตบแผละ โดยนับเลขไปเรื่อย ๆ ทีละคน แต่มีข้อแม้ว่าไม่ต้องออกเสียงเลขที่ลงท้ายด้วย 2 5 7 (แล้วแต่จะกำหนดเลขอะไร) แต่ให้ตบแผละแทนนับเลข ใครทำผิดให้ยืนขึ้นแล้วพูดชมคนอื่น ๆ ที่ทำถูก เช่น พวกเธอเก่งที่สุดเลย เป็นต้น แล้วออกไปนั่งนอกวง

2. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียน 5 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน

3. ผู้วิจัยแจกเชือกด้ายและกระดาษพับดาวที่คละสี กลุ่มละ 1 ชุด

4. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันพับดาวแล้วร้อยให้มีความยาวมากที่สุดภายในเวลา 15 นาที โดยแต่ละกลุ่มสีของดาวห้ามซ้ำกัน

5. ถ้ามีกลุ่มที่ใช้สีของดาวสีเดียวกัน (ซ้ำกัน) ให้กลุ่มที่มีความยาวที่สุดเข้ารอบ ส่วนกลุ่มที่สั้นกว่าถือว่าตกรอบ

6. กลุ่มที่ผ่านเข้ารอบแต่ละกลุ่ม ให้เลือกร้อยดาวเฉพาะสีใดสีหนึ่งเท่านั้น ห้ามนำสีอื่นมาปะปน กลุ่มใดยาวที่สุดเป็นฝ่ายชนะ

7. ผู้วิจัยสรุปถึงการแบ่งงานกันทำในการแยกสีของกระดาษพับดาว คนที่พับดาว โดยใช้คนให้เหมาะกับงาน นอกจากนี้ ยังฝึกการประสานงานในแต่ละกลุ่ม ที่จะต้องรู้ว่ากลุ่มใดใช้กระดาษพับดาวสีอะไร ดังนั้น เมื่อรู้ว่ากลุ่มใดต้องใช้สีอะไร จึงต้องมีการแยกสีของกระดาษพับดาวต่าง ๆ ไปแลกกับกลุ่มอื่น เป็นการเรียนรู้การแบ่งปันและการเสียสละ

การประเมิน

1. นักเรียนมีการติดต่อสื่อเพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น โดยการพูดที่ระมัดระวังต่อความรู้สึกของผู้อื่น

2. นักเรียนแบ่งงานกันทำ มีการประสานงานกัน

3. นักเรียนมีความความเสียสละ มีการแบ่งปัน มีความใจกว้าง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 23 เพราะเราคู่กัน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตนได้

2. เพื่อให้นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อสารให้คนอื่นเข้าใจตนเองได้

3. เพื่อให้นักเรียนรู้จักอารมณ์ของตัวเอง และควบคุมอารมณ์ได้

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแจกกระดาษ A4 ให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนชื่อเล่นของเพื่อนที่ทำกิจกรรมร่วมกับเราทั้งหมด พร้อมทั้งระบุอารมณ์ของเพื่อนแต่ละคนที่แสดงออกมาบ่อยที่สุด เช่น หนูนิด ร่าเริง, เก่ง เงียบขรึม เป็นต้น

3. ผู้วิจัยสุ่มนักเรียนสัก 3 – 4 คน ให้ลุกขึ้น บอกอารมณ์ของเพื่อนแต่ละคนที่ตนเองเขียนไว้ และสุ่มถามนักเรียนบางคนว่าตรงกับที่เพื่อนบอกหรือไม่

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่คนที่คิดว่านิสัยหรืออารมณ์เหมือนตนเองมากที่สุด ภายใน 3 นาที แล้วให้นั่งลงเป็นคู่ ๆ

5. แล้วให้แต่ละคู่คุยกัน 3 นาทีว่าตนเองกับเพื่อนเหมือนกันอย่างไรบ้าง

6. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่ยืนขึ้นแล้วบอกเพื่อน ๆ ว่าตนเองกับเพื่อนนิสัย อารมณ์เหมือนกันอย่างไร

7. ผู้วิจัยและนักเรียนสรุปกิจกรรมร่วมกัน

การประเมิน

1. นักเรียนมีความใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากตนหรือคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เกี่ยวกับตนได้

2. นักเรียนมีการติดต่อสื่อสารที่ดี สามารถสื่อสารให้คนอื่นเข้าใจตนเองได้

3. นักเรียนรู้จักอารมณ์ของตัวเอง และควบคุมอารมณ์ได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

กิจกรรมที่ 24 ถ่ายทอดอารมณ์ ความรู้สึก

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับเพื่อน ยอมรับในตัวเพื่อน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความเห็นอกเห็นใจ

2. เพื่อให้นักเรียนรู้จักการควบคุมตนเอง ได้ทบทวนตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น

เวลาที่ใช้ 60 นาที

สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4

2. สลาก อารมณ์ เช่น เพลิดเพลิน ตกใจ กลัว เครียด เศร้า ดีใจ

ขั้นตอนดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแจกกระดาษ A4 ให้คนละ 1 แผ่น

2. .ให้นักเรียนแต่ละคนแสดงอารมณ์ของตนเองให้สอดคล้องกับกระดาษของตนเองที่สร้างขึ้นมา โดยผ่านการ พับ ตัด ฉีก ขยำ กระดาษอย่างไรก็ได้ เช่น ฉีกกระดาษเป็นริ้ว ๆ ทำให้เกิดความรู้สึกอ่อนไหว

3. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียน 5 กลุ่ม ๆ 5 คน และให้จับสลากอารมณ์ กลุ่มละ 3 อารมณ์

4. ผู้วิจัยสมมติเหตุการณ์ให้นักเรียนนั่งเรือสำเภาไปเที่ยวทะเล แล้วเกิดลมพายุขึ้น พัดเอาเรือทะลุมิติไปยังอีกโลกหนึ่งที่ไม่เคยเจอมาก่อน และได้เจอเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ ตามที่แต่ละกลุ่มจับได้มา

5. ให้แต่ละกลุ่มคิดเรื่องและซ้อม 5 นาที และออกมาแสดงให้เพื่อน ๆ ดู

6. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

การประเมิน

1. นักเรียนรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับเพื่อน ยอมรับในตัวเพื่อน รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา และมีความเห็นอกเห็นใจ

2. นักเรียนรู้จักการควบคุมตนเอง ได้ทบทวนตนเองเพื่อให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น

ตารางโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา

วันจันทร์ พุธ และศุกร์ เวลา 15:00 – 16:00 น. (เวลาหลังเลิกเรียน)

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
1/จันทร์	แรกเราพบกัน	1. ให้นักเรียนนักเป็นวงกลม และจับมือเพื่อนข้าง ๆ ไว้และหลับตาพร้อมเปิดเพลงเบา ๆ 2. ผู้วิจัยนำดอกกุหลาบไปวางไว้ที่ตักของนักเรียน เมื่อวางเสร็จแล้วให้นักเรียนเอามือมาจับสิ่งของที่วางไว้ที่ตักพร้อมกับพิจารณาว่าคือสิ่งใด 3.ผู้วิจัยซักถามและร่วมกันอภิปรายถึงดอกกุหลาบ ว่าแต่ละสีสื่อถึงอะไร 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำดอกกุหลาบไปมอบให้กับคนที่อยากมอบให้ที่สุด 5. ผู้วิจัยกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการมอบดอกไม้ให้ผู้อื่น ก่อให้เกิดความรู้สึกอย่างไร 6. นักเรียนคนใดที่แสดงความคิดเห็นจะมีรางวัลให้และกล่าวชมเชยทุกครั้ง 7. ให้นักเรียนลุกขึ้นแนะนำตัวทีละคนพร้อมกับบอกสิ่งที่ตนเองชอบและไม่ชอบ เมื่อแนะนำตัวเสร็จให้ชี้ไปที่เพื่อนว่า จะให้ใครแนะนำตัวคนต่อไปจนครบทุกคน 8. ผู้วิจัยนำป้ายมาคละกันแล้วแจกให้นักเรียนโดยไม่ตรงกับชื่อตนเองแล้วให้เก็บป้ายชื่อไว้โดยไม่ให้คนอื่นรู้ 9. ให้นักเรียนบอกลักษณะนิสัยของเจ้าของป้ายชื่อ 10. หลังจากที่บอกจนครบแล้วให้นักเรียนแต่ละคนคิดว่าป้ายชื่อตนเองอยู่ที่ใคร พร้อมกับสุ่มขึ้นมาให้ทาย 4 – 5 คน 11. ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม
1/พุธ	ชีวิตของฉัน	1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันร้องเพลง หน้าที่เด็ก 2. ขออาสาสมัครออกมาอธิบายถึงหน้าที่ในแต่ละข้อ 3. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มๆ ละ 5 คน และแจกใบงานชีวิตของฉัน

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		4. ให้นักเรียนพูดคุยเรื่องของตนเองตามใบงานในกลุ่มย่อย 5. ผู้วิจัยขออาสาสมัคร 3 – 5 คน ออกมานำเสนอเรื่องของตนเองตามใบงานต่อกลุ่มใหญ่
1/ศุกร์	สะท้อนตนเอง	1. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันร้องเพลง "คนล่าฝัน" 2. ผู้วิจัยแจกกระจกและซองจดหมายให้สมาชิกพร้อมทั้งเขียนชื่อที่หน้าซองจดหมาย 3. ให้นักเรียนนำกระจกขึ้นมาส่องดูสำรวจตนเอง 4. ให้นักเรียนช่วยกันตอบว่าส่องแล้วเห็นอะไรบ้าง กระตุ้นพยายามให้นักเรียนตอบทุกคน 5. แบ่งนักเรียน 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน 6. นักเรียนหยิบกระดาษในซองจดหมายออกมา 1 แผ่น แล้วเขียนข้อดีของตนเอง 4 ข้อ แล้วเก็บไว้ที่ตนเอง 7. ส่งซองจดหมายให้เพื่อนด้านขวามือในกลุ่ม 8. ให้นักเรียนที่ได้ซองจดหมายของเพื่อน หยิบกระดาษในซองออกมา 1 แผ่น แล้วเขียนข้อดีของเจ้าของซอง 1 ข้อ แล้วใส่กลับไปในซองตามเดิมแล้วส่งต่อไปให้เพื่อนด้านขวามือจนซองจดหมายวนกลับมาถึงเจ้าของซอง 9. ให้นักเรียนหยิบกระดาษที่เพื่อนเขียนข้อดีในซองจดหมายของตนเองออกมาอ่าน แล้วเปรียบ เทียบกับข้อความที่ตนเองเคยเขียนไว้ 4 ข้อ 10. ผู้วิจัยขออาสาสมัครออกมาพูดเรื่องของตนเอง
2/จันทร์	สิ่งที่เข้ากันได้	1. ผู้วิจัยให้นักเรียนหยิบของออกมาคนละ 1 ชิ้น (เป็นของที่นิ่ม ไม่แตกหัก โยนได้) 2. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แล้วผู้วิจัยอธิบายกติกาการเล่น ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลมแล้วส่งของไปเรื่อย ๆ ตามจังหวะ “แท็บ แท็บ แท็บทะละแล็บแท็บแท็บ" โดย แท็บ แรกให้ส่งของ แท็บที่สอง ให้ส่งของ และแท็บทะ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		ละแล็บแท็บแท็บ ให้เอาของเคาะลงกับพื้นที่ตนเองนั่ง ซ้ายขวา แล้วส่งของให้คนต่อไป 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนเอาของชุดเดิมวางไว้ข้างหลังตนเอง จากนั้นผู้วิจัยนำของชุดใหม่ที่มากกว่าจำนวนนักเรียนมาวางไว้ตรงกลางกลุ่ม 4. ให้นักเรียนเลือกสิ่งของที่ตนเองชอบและไม่ชอบแล้วให้เก็บไว้ในใจ จากนั้นให้นักเรียนเดินมาหยิบของที่วางไว้กลางวงทีละคนแล้วกลับมานั่งที่เดิมห้ามพูดคุยกับเพื่อน เก็บความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งของที่ตนเองได้มาไว้ในใจ เมื่อหยิบจนครบทุกคนแล้ว จึงเปิดโอกาสให้เปลี่ยนของที่เหลือได้ 5. ผู้วิจัยให้นักเรียนลุกขึ้นอธิบายสิ่งของที่ตนเองเลือกคืออะไร และมีประโยชน์อย่างไร 6. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่สิ่งของที่เกี่ยวข้องกันและใช้ประโยชน์ร่วมกันได้ เมื่อจับคู่ได้แล้วนั่งลงต่อกันจากคู่แรกจนถึงคู่สุดท้าย และให้แต่ละคู่อธิบายสิ่งของนั้นเข้ากันได้อย่างไร จนครบทุกคู่ 7. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่พิจารณาว่าสิ่งของในคู่ของตนเองสามารถรวมกันกับคู่อื่นได้อีกหรือไม่ โดยให้แบ่งเป็น 2 กลุ่มใหญ่ เมื่อรวมเป็น 2 กลุ่มใหญ่ได้แล้วให้อธิบายสิ่งของนั้นเข้ากันได้อย่างไร 8. ผู้วิจัยให้นักเรียนรวมกลุ่มจนกระทั่งเหลือกลุ่มเดียว แล้วให้ตัวแทนออกมานำเสนอเหตุผลที่อธิบายถึงสิ่งของนั้น ๆ สามารถเข้ากันได้อย่างไร 9. ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่ามีใครบ้างที่ได้ของตรงกับที่เลือกไว้ในใจมีความรู้สึกอย่างไร ส่วนคนที่ไม่ได้ตรงกับที่คิดไว้ในใจรู้สึกอย่างไร

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		10. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม
2/พุธ	เป่ายิงฉุบแปลงร่าง	1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียนและให้นักเรียนนับ 1 และ 2 อยู่ในแถวจนครบ คนที่นับ 2 อยู่นอกวง คนที่นับ 1 อยู่ในวง แล้วหันหน้าเข้าหากันเป็นคู่ ๆ 2. ผู้วิจัยร้องเพลงแม่มดให้ฟัง 1 รอบ รอบต่อไปให้นักเรียนร้องตาม เมื่อร้องจนคล่องแล้ว ให้ทำท่าประกอบเพลงโดยดูตัวอย่างจากผู้วิจัยก่อน 1 รอบ รอบต่อไปให้นักเรียนทำตาม เมื่อจบเพลงให้นักเรียนเปลี่ยนคู่โดยวนไปทางขวา ประมาณ 4 – 5 รอบ 3. ผู้วิจัยอธิบายกติกาวิธีการเล่นเกม "เป่ายิงฉุบแปลงร่าง" เริ่มตั้งแต่ จิ้งหรีด อึ่งอ่าง วัว ลิง คน และมีการแปลงร่างโดยการเป่ายิงฉุบโดยให้นักเรียนทุกคนนั่งยองๆลงกับพื้นแล้วร้องจี๊ด ๆๆ เป็นสัญลักษณ์ของจิ้งหรีด เมื่อเจอจิ้งหรีดด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะให้แปลงร่างเป็นอึ่งอ่าง ร้อง "อึ่งอ่าง" เมื่อเจออึ่งอ่างด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็น วัว ร้อง "มอ มอ" เมื่อเจอวัวด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะ แปลงร่างเป็นลิง ร้อง "เจี๊ยก เจี๊ยก" เมื่อเจอลิงด้วยกันให้เป่ายิงฉุบ ผู้ชนะแปลงร่างเป็นคน ยืนเท่ห์ ๆ ดูเพื่อนที่กำลังเป่ายิงฉุบ ส่วนคนที่แพ้ต้องเป็นสัตว์เหมือนเดิม ห้ามเป่ายิงฉุบข้ามชนิดสัตว์ สิ้นสุดการเล่นเกมจะเหลือ จิ้งหรีด อึ่งอ่าง วัว ลิง อย่างละตัว นอกนั้นจะเป็นคน 4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม
2/ศุกร์	เลือกสัตว์ทายนิสัย	1. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อม นักเรียน ด้วยการร้องเพลงแก้ว กะลา ขัน โอ่ง 2. ผู้วิจัยให้ นักเรียนเลือกสัตว์ที่ตนเองชอบ และไม่ชอบมากที่สุด จากสัตว์ทั้งหมด 9 ชนิด คือ ปลา ลิง เลียงผา

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		สุนัข นกยูง แมว ช้าง ม้า สิงโต 3. ผู้วิจัยสัตว์ที่นักเรียนชอบมากที่สุดโดยเริ่มจาก ปลา ให้นักเรียนยกมือขึ้นแล้วไปรวมกลุ่มกัน ถามอย่างนี้จนถึงสิงโต 4. เมื่อนักเรียนอยู่รวมกันเป็นกลุ่ม ๆ แล้ว ให้นักเรียนช่วยกันหาเหตุผลว่าทำไมถึงชอบสัตว์ชนิดนั้นมากที่สุด ให้เวลาคุยกันในกลุ่ม 5 นาที 5. ให้นักเรียนออกมาแนะนำตัวเป็นกลุ่ม จากนั้นผู้วิจัยจึงเฉลยลักษณะนิสัยของแต่ละกลุ่ม แล้วถามว่าถูกต้องหรือไม่ 6. เมื่อเฉลยลักษณะนิสัยจากสัตว์ที่ชอบเสร็จแล้ว คราวนี้ผู้วิจัยให้นักเรียนเลือกสัตว์ที่ไม่ชอบที่สุดบ้าง แล้วให้รวมกลุ่มตามชนิดของสัตว์ที่ไม่ชอบ จากนั้นให้หาเหตุผลที่ไม่ชอบสัตว์นั้นร่วมกัน 7. ผู้วิจัยเฉลยคำทำนายเป็นกลุ่ม ๆ แล้วถามว่าถูกต้องหรือไม่
3/จันทร์	รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ	1. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมของนักเรียนด้วยการร้องเพลง ตบมือ พร้อมทำท่าประกอบ 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน 3. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่นเกม รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ โดยให้นักเรียนนำสิ่งของเครื่องแต่งกายที่อยู่บนตัวนักเรียน เช่น รองเท้า ถุงเท้า นาฬิกา ยางรัดผม (ห้ามถอดเสื้อ กางเกง) มาเรียงต่อกันให้ยาวที่สุด ภายในเวลา 5 นาที เมื่อหมดเวลาให้ปรบมือให้กับกลุ่มที่ต่อได้ยาวที่สุด 4. จากนั้นผู้วิจัยบอกให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเก็บของที่นำออกมาต่อให้เร็วที่สุดให้เรียบร้อย เช่น ถุงเท้า ก็ใส่ให้เรียบร้อย เป็นต้น กลุ่มไหนเก็บเสร็จเรียบร้อยก่อนเป็นผู้ชนะ และเพื่อเป็นการแสดงความยินดีให้กับทีมที่ชนะให้ทีมที่แพ้เต้นเพลงสับปะรดให้เพื่อนดู

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		5. ผู้วิจัยกล่าวชมเชยกลุ่มที่ชนะ และสรุปกิจกรรม
3/พุธ	ตกปลาเก็บแต้ม	1. ผู้วิจัยให้นักเรียนร้องเพลง กระจั๊ว ประกอบท่าทาง 2. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ 5 คน ให้นักเรียนยืนล้อมเป็นวงกลม 3. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่น และแจกอุปกรณ์ เบ็ดตกปลา และฝาปิดขวดน้ำอัดลมเป็นปลา 4. ให้แต่ละกลุ่มปรึกษา วางแผนกันว่าก่อนที่จะตกปลาโดยช่วยกันตกปลาขึ้นมาแล้วนำไปหย่อนใส่แก้วที่เตรียมไว้ทีละฝาให้ได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนด 5. การเล่นให้เวลา 10 นาที ฝาแต่ละสีจะมีคะแนนไม่เท่ากัน (โดยสีเขียว 10 คะแนน สีส้ม 5 คะแนน สีแดง 2 คะแนน) 6. ผู้วิจัยให้สัญญาณเริ่มเล่น ให้นักเรียนจับที่ปลายเชือกแล้วช่วยกันตกปลาให้ได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนด 7. สรุปผลการแข่งขัน และมอบรางวัลให้กับทีมที่ชนะ 8. ทีมที่ได้คะแนนน้อยที่สุดให้เต้นเพลง กระจั๊วให้เพื่อนดู
3/ศุกร์	คู่หูซู่ซ่า	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน ทบทวนกิจกรรมในครั้งที่แล้ว 2. ผู้วิจัยอธิบายและสาธิตการเล่น โดยให้นักเรียนจับคู่กับเพื่อน จากนั้นแจกเชือกให้กับนักเรียนคนละ 1 เส้น 3. ให้นักเรียนผูกเชือกที่ข้อมือให้เพื่อนที่อยู่ในคู่เดียวกัน โดยให้เชือกมาคล้องขัดกันไว้กับคู่ของตน 4. ให้นักเรียนแต่ละคู่หาวิธีการย้ายขวดน้ำไปให้ถึงจุดหมายที่กำหนดไว้ โดยห้ามใช้ทุกส่วนของร่างกายเมื่อนำขวดไปถึงจุดหมายแล้วต้องทำให้คู่ของตนเป็นอิสระจากกัน โดยห้ามแกะเชือกออกจากข้อมือ หรือใช้มีดตัดเชือก 5. เมื่อเป็นอิสระจากกันแล้ว ให้นำขวดน้ำกลับไปไว้ที่

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		เดิม โดยหันหลังชนกันแล้วหนีบขวดน้ำไว้ แล้วนำขวดน้ำไปไว้ที่เดิม 6. เมื่อนำขวดน้ำมาวางไว้ที่เดิมแล้ว ให้หาวิธีการนำคู่ของตนกลับเข้าไปขัดกันเหมือนเดิมโดยห้ามแกะเชือกออกจากข้อมือ คู่ไหนทำเสร็จก่อนเป็นผู้ชนะ 7. ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันอภิปรายและสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม
4/จันทร์	ภารกิจที่ต้องทำ	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม ๆ 5 คน 2. ผู้วิจัยสมมติตัวเองเป็นราชินี และขอให้แต่ละกลุ่มส่งเจ้าชายมากลุ่มละ 1 คน จากนั้นให้เหล่าเจ้าชายมารับคำสั่งจากราชินี แล้วให้ทำตามภารกิจที่ราชินีสั่งภายในเวลาที่กำหนด 10 วินาที เจ้าชายคนไหนทำภารกิจสำเร็จและทันเวลา ให้ 10 คะแนน ถ้าทำภารกิจสำเร็จแต่ไม่ทันเวลาให้ 5 คะแนน และถ้าทำภารกิจไม่สำเร็จและไม่ทันเวลาให้ 2 คะแนน เช่น ราชินีสั่งให้ไปเอาถุงเท้าจากเพื่อนในกลุ่มมา 5 ข้าง เป็นต้น 3. ผู้วิจัยแจกกรณีตัวอย่างให้นักเรียน คนละ 1 ชุด 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง “งานเสร็จไม่ทัน... ทำยังไงดี” 5. ผู้วิจัยให้นักเรียนอภิปรายถึงผลไม่ดีของการทำงานไม่เสร็จตามเวลาที่กำหนด และแนวทางปฏิบัติในการทำงานเสร็จตามเวลาที่กำหนด และออกมานำเสนอให้เพื่อน ๆ ทราบ
4/พุธ	บ้าใบ้	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และให้นั่งเป็นแถว 2 แถว คนที่อยู่หัวแถวเลือกชุดบัตรคำ 1 ชุด พร้อมทั้งจำคำที่อยู่ในบัตรคำให้ได้ แล้วนำไปบอกต่อเพื่อนคนที่ 2 โดย

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		ห้ามพูดคำที่อยู่ในบัตรคำหรือเขียนให้เพื่อนดู ให้ใบ้เพื่อนโดยวิธีไหนก็ได้ (ถ้าหากทีมไหนหลุดพูดคำที่อยู่ในบัตรคำขณะที่ใบ้คำขึ้นมา ให้เปลี่ยนคำและเริ่มใหม่) แถวไหนใบ้คำได้เสร็จก่อนและถูกต้องเป็นฝ่ายชนะ 2. จากนั้นให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม และอธิบายกติกาในการเล่น พร้อมทั้งกำหนดผู้เล่นคนแรก 3. โดยให้ผู้เล่นคนแรกให้พูดว่า “ปลา 1 ตัว” คนที่ 2 พูดว่า “กระโดดน้ำ 1 ที” คนที่ 3 พูดว่า “จ๋อม” จบ 1 ประโยค ต่อไปคนที่ 4 พูดว่า “ปลา 2 ตัว” คนที่ 5 พูดว่า “ปลา 2 ตัว” คนที่ 6 พูดว่า “กระโดดน้ำ 2 ที” คนที่ 7 พูดว่า “กระโดดน้ำ 2 ที” คนที่ 8 พูดว่า “จ๋อม” คนที่ 9 พูดว่า “จ๋อม” จบประโยคที่ 2 โดยเมื่อจบ 1 ประโยคจะเพิ่มคำซ้ำขึ้นไปเรื่อย ๆ จาก 1 เป็น 2 จาก 2 เป็น 3 4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม
4/ศุกร์	หอคอยกระดาษ	1. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 5 กลุ่ม 3. ผู้วิจัยแจกกระดาษขาว – เทา กระดาษขาวแผ่นใหญ่ กรรไกร ที่เย็บกระดาษ เทปใส ปากกาเมจิก กลุ่มละ 1 ชุด โดยให้นักเรียนช่วยกันสร้างหอคอยของฉัน โดยจะให้คะแนนด้านความสูง ความสวยงามและความแข็งแรง ด้านละ 100 คะแนน ให้เวลาสร้างหอคอย 30 นาที 4. ให้แต่ละกลุ่ม present ผลงานของกลุ่มตนเอง กลุ่มละ 5 นาที 5. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม
5/จันทร์	โชคมากับแป้ง	1. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันร้องเพลง หากว่าเรากำลังสบาย พร้อมท่าทางประกอบ 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แล้วนำกระปุกแป้งจอห์นสัน 2 ชุด ให้นักเรียน 2 คน ตรงข้ามกัน

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		3. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเล่นเกมโชคมากับแป้ง โดย เมื่อได้ยินเสียงเพลงให้ส่งแป้งต่อไปด้านขวามือ ห้ามโยน เมื่อเพลงหยุดให้หยุดการเล่น ผู้ที่มีแป้งอยู่ในมือให้จับสลากจากผู้วิจัย 1 ใบ ให้ผู้วิจัยอ่านข้อความแล้วให้ปฏิบัติตามขั้นตอนจากข้อความนั้น 4. ผู้นำกิจกรรมและนักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรม
5/พุธ	เรื่องราวความรู้สึก	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และถามนักเรียนถึงอารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ พร้อมกับให้นักเรียนแสดงใบหน้าที่สื่อถึงอารมณ์ต่าง ๆ ออกมา 2. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม ๆ ละ 5 คน และให้นักเรียนแสดงละครสั้น ๆ เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ ซึ่งในแต่ละกลุ่มจะมีตัวละครที่แสดงอารมณ์ ความรู้สึกที่ไม่ซ้ำกัน เช่น ดีใจ เสียใจ โกรธ กลัว เบื่อ หงุดหงิด เป็นต้น 3. หลังจากแต่ละกลุ่มแสดงละครเสร็จ ผู้วิจัยถาม ถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ ความรู้สึกต่าง ๆ และจะจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกนั้น ๆ ได้อย่างไร
5/ศุกร์	น้ำใจงาม	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแจกใบงาน เรื่อง... น้ำใจงาม ให้นักเรียนอ่าน 2. หลังจากอ่านนิทานจบ ให้นักเรียนเขียน ความมีน้ำใจของนักเรียนที่เคยปฏิบัติ และเพราะเหตุใด จึงปฏิบัติเช่นนั้น 3. ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าเรื่องราวความมีน้ำใจของตนเองให้เพื่อน ๆ ฟัง
6/จันทร์	ข้อความที่ฉันได้มา	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และสรุปกิจกรรมที่ผ่านมา 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนเขียนชุดคำที่กำหนดให้ ให้เสร็จ ภายในเวลา 5 นาที

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		3. ผู้วิจัยให้นักเรียนร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากกิจกรรมการเขียนชุดคำ 4. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนเป็นแถวตอนลึก 3 แถว 5. ให้คนหลังสุดของแต่ละแถวออกมาอ่านข้อความเพื่อให้เขียนหลังคนถัดไป นักเรียนแต่ละคนจะเขียนข้อความตามที่ตนเข้าใจต่อไปเรื่อย ๆ จนถึงหัวแถว และคนที่อยู่หัวแถวต้องมาออกมาเฉลยว่าข้อความนั้นคืออะไร 6. แถวที่สามารถพูดข้อความได้ถูกต้องถือว่าชนะ 7. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม
6/พุธ	คลำมุมโต๊ะ	1. เอาผ้าคลุมปิดโต๊ะไว้ โดยไม่ให้เห็นโต๊ะนี้ก่อน 2. ก่อนที่จะเล่นให้ผู้วิจัยเล่าเรื่องตาบอดคลำช้างก่อน 3. เมื่อเล่านิทานเสร็จ ให้ตัวแทนของแต่ละ กลุ่ม ๆ ละ 4 คน ออกมาคลำโต๊ะคนละมุม ทีละกลุ่ม 5 กลุ่ม 4. ตัวแทนกลับไปที่กลุ่มปรึกษาหารือกัน แล้วช่วยกันวาดภาพของโต๊ะที่แท้จริง 5. เมื่อได้ข้อสรุปแล้ว ให้ตัวแทนออกมาเขียนภาพที่ได้ไว้บนกระดานดำ 6. เฉลยเปิดผ้าคลุมโต๊ะ
6/ศุกร์	ต่อภาพเล่าเรื่อง	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และนำรูปภาพต่างมาวางไว้หน้าแถว 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละแถวออกมาหยิบรูปคนละ 1 รูป โดยห้ามเลือกรูปภาพ แล้วกลับไปนั่งตามเดิม 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนนับ 1, 2, 3, 4, 5 และให้จำเลขของตัวเองไว้ ให้คนที่นับเลขอะไรก็ไปรวมกลุ่มกับเลขนั้น 4. ให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มนำภาพในกลุ่มตนเองมาเรียงต่อกันแล้วคิดเรื่องราวตามรูปภาพที่เรียงต่อกัน ให้เวลา

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		คิด10 นาที 5. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมายืนเรียงภาพตามเรื่องราวในกลุ่มของตนเอง และเริ่มเล่าเรื่องราวตามภาพโดยเริ่มจากรูปภาพแรกเป็นคนเล่าก่อนและเล่าต่อมาเรื่อย ๆ ตามรูปภาพของตนจนครบ 6. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม
7/จันทร์	จินตนาการสุดล้ำ	1. ผู้วิจัยพับบัตรคำแล้วแจกให้กับนักเรียนคนละ 1 ใบ โดยไม่ต้องเลือก 2. ผู้วิจัยอธิบายกติกา โดยให้นักเรียนพิจารณาดูบัตรคำที่ได้มานั้นควรจะคู่กับสิ่งใดแล้วให้ไปจับคู่กัน พร้อมกับทำภารกิจตามใบงานที่ได้ ภายในเวลา 3 นาที เมื่อหาคู่บัตรคำได้แล้วให้นั่งลง 3. เมื่อหมดเวลา นักเรียนจะต้องจับคู่กันให้ได้ 4. ให้แต่ละคู่อธิบายเหตุผลว่าทำไมสิ่งของทั้งสองสิ่งจึงคู่กัน เมื่ออธิบายทุกคู่แล้วจึงออกคำสั่งใหม่ 5. ผู้วิจัยออกคำสั่งให้จับกลุ่มใหญ่ขึ้น พร้อมกับทำภารกิจของตนเองให้เสร็จ เช่น กลุ่มละ 5 คน จนเหลือกลุ่มใหญ่ 2 กลุ่ม 6. ให้แต่ละกลุ่มอธิบายเหตุผลว่าทำไมสิ่งของทั้งหมดจึงเกี่ยวข้องกัน โดยเล่าเป็นเรื่องราวและให้มีข้อมูลของทุกคนอยู่ในเรื่องนั้น
7/พุธ	จิตรกรผู้สร้างสรรค์	1. ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมนักเรียนด้วยการนำปรบมือ 4 จังหวะแล้วให้นักเรียนทั้งหมดปฏิบัติพร้อมกัน ดังนี้ **จังหวะที่ 1** ปรบมือเหนือศีรษะ 12 123 **จังหวะที่ 2** ปรบมือไขว้ที่หน้าอก 12 123 **จังหวะที่ 3** ตบที่หน้าขา 12 123 **จังหวะที่** 4 กระทืบเท้าพร้อมกันทั้ง 2 เท้า 12 123

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		แล้วพูดว่า ไชโย พร้อมชูมือขึ้น 2. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 เริ่มปรบมือห่างกัน 1 จังหวะ 2 – 3 รอบโดยให้กลุ่มที่ 1 เริ่มก่อน 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่กันแล้วแจกกระดาษ A4 เปล่าคนละ 1 แผ่น 5. ให้นักเรียนวาดรูปใบหน้าตนเองลงบนกระดาษ A4 ที่แจกให้ โดยพยายามใส่รายละเอียดที่เป็นจุดเด่นของตนเองลงไปให้มากที่สุด 6. เมื่อวาดเสร็จแล้วให้สลับภาพวาดกับคู่ของตนเอง 7. ผู้วิจัยให้แต่ละคนพิจารณาดูรูปของเพื่อน ว่ามีส่วนใดที่เหมือนที่สุด ส่วนใดที่ควรปรับปรุง ก็ให้แก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น แล้วเขียนชื่อภาพให้เหมาะสมกับบุคลิกของเพื่อนในเชิงบวก 8. คืนภาพวาดให้เจ้าของภาพ พร้อมทั้งบอกด้วยว่าแก้ไขส่วนไหนไปบ้าง
7/ศุกร์	วิศวกรก่อสร้าง	1. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียน 5 กลุ่ม ๆ ละ 5 คน 2. ให้นักเรียนร้องทบทวนเพลง ดอกไม้บาน พร้อมทำท่าประกอบ 3. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละเข้าประจำที่ที่จุดเริ่มต้น ผู้วิจัยสาธิตและอธิบายวิธีการเล่น โดยให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มเดินต่อเท้ากัน ไปเอากล่องไม้ขีดไฟที่เส้นกลับตัวทีละกล่องแล้วนำกลับมายังจุดเริ่มต้นจนครบ 15 กล่อง เมื่อครบแล้วให้ต่อกล่องไม้ขีดในแนวตั้ง โดยใช้ด้านที่เปิดกล่องต่อกันให้ครบทั้ง 15 กล่อง ทีมไหนต่อได้เสร็จก่อน เป็นทีมที่ชนะ 4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
8/จันทร์	ร้อยดาว	1. ให้นักเรียนเล่นเกมตบแผละ โดยนับเลขไปเรื่อย ๆ ทีละคน แต่มีข้อแม้ว่าไม่ต้องออกเสียงเลขที่ลงท้ายด้วย 2 5 7 (แล้วแต่จะกำหนดเลขอะไร) แต่ให้ตบแผละแทนนับเลข ใครทำผิดให้ยืนขึ้นแล้วพูดชมคนอื่น ๆ ที่ทำถูก เช่น พวกเธอเก่งที่สุดเลย เป็นต้น แล้วออกไปนั่งนอกวง 2. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียน 5 กลุ่ม กลุ่มละ 5 คน 3. ผู้วิจัยแจกเชือกด้ายและกระดาษพับดาวที่คละสี กลุ่มละ 1 ชุด 4. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันพับดาวแล้วร้อยให้มีความยาวมากที่สุดภายในเวลา 15 นาที โดยแต่ละกลุ่มสีของดาวห้ามซ้ำกัน 5. ถ้ามีกลุ่มที่ใช้สีของดาวสีเดียวกัน (ซ้ำกัน) ให้กลุ่มที่มีความยาวที่สุดเข้ารอบ ส่วนกลุ่มที่สั้นกว่าถือว่าตกรอบ 6. กลุ่มที่ผ่านเข้ารอบแต่ละกลุ่ม ให้เลือกร้อยดาวเฉพาะสีใดสีหนึ่งเท่านั้น ห้ามนำสีอื่นมาปะปน กลุ่มใดยาวที่สุดเป็นฝ่ายชนะ 7. ผู้วิจัยสรุปถึงการแบ่งงานกันทำในการแยกสีของกระดาษพับดาว คนที่พับดาว โดยใช้คนให้เหมาะกับงาน
8/พุธ	เพราะเราคู่กัน	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแจกกระดาษ A4 ให้นักเรียนคนละ 1 แผ่น 2. ผู้วิจัยให้นักเรียนเขียนชื่อเล่นของเพื่อนที่ทำกิจกรรมร่วมกับเราทั้งหมด พร้อมทั้งระบุอารมณ์ของเพื่อนแต่ละคนที่แสดงออกมาบ่อยที่สุด เช่น หนูนิด ร่าเริง, เก่ง เงียบขรึม เป็นต้น 3. ผู้วิจัยสุ่มนักเรียนสัก 3 – 4 คน ให้ลุกขึ้น บอกอารมณ์ของเพื่อนแต่ละคนที่ตนเองเขียนไว้ และสุ่มถามนักเรียนบางคนว่าตรงกับที่เพื่อนบอกหรือไม่ 4. ผู้วิจัยให้นักเรียนจับคู่คนที่คิดว่านิสัยหรืออารมณ์

สัปดาห์ที่ / วัน	ชื่อกิจกรรม	กิจกรรม
		เหมือนตนเองมากที่สุด ภายใน 3 นาที แล้วให้นั่งลงเป็นคู่ ๆ 5. แล้วให้แต่ละคู่คุยกัน 3 นาทีว่าตนเองกับเพื่อนเหมือนกันอย่างไรบ้าง 6. ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคู่ยืนขึ้นแล้วบอกเพื่อน ๆ ว่าตนเองกับเพื่อนนิสัย อารมณ์เหมือนกันอย่างไร 7. ผู้วิจัยและนักเรียนสรุปกิจกรรมร่วมกัน
8/ศุกร์	ถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึก	1. ผู้วิจัยกล่าวทักทายนักเรียน และแจกกระดาษ A4 ให้คนละ 1 แผ่น 2. ให้นักเรียนแต่ละคนแสดงอารมณ์ของตนเองให้สอดคล้องกับกระดาษของตนเองที่สร้างขึ้นมา โดยผ่านการ พับ ตัด ฉีก ขยำ กระดาษอย่างไรก็ได้ เช่น ฉีกกระดาษเป็นริ้ว ๆ ทำให้เกิดความรู้สึกอ่อนไหว 3. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียน 5 กลุ่ม ๆ 5 คน และให้จับสลากอารมณ์ กลุ่มละ 3 อารมณ์ 4. ผู้วิจัยสมมติเหตุการณ์ให้นักเรียนนั่งเรือสำเภาไปเที่ยวทะเล แล้วเกิดลมพายุขึ้น พัดเอาเรือทะลุมิติไปยังอีกโลกหนึ่งที่ไม่เคยเจอมาก่อน และได้เจอเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดอารมณ์ต่าง ๆ ตามที่แต่ละกลุ่มจับได้มา 5. ให้แต่ละกลุ่มคิดเรื่องและซ้อม 5 นาที และออกมาแสดงให้เพื่อน ๆ ดู 6. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันสรุปกิจกรรม

ตารางที่ 3.1 ผลการวิเคราะห์กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อเสริมสร้างมนุษยสัมพันธ์

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์	คุณลักษณะของมนุษยสัมพันธ์				
	ความใจกว้าง	การติดต่อสื่อสาร	ความเห็นอกเห็นใจ	ความรับผิดชอบ	การควบคุมตนเอง
แรกเราพบกัน	✓		✓		
ชีวิตของฉัน	✓		✓		
สะท้อนตนเอง			✓		✓
สิ่งของที่เข้ากันได้	✓	✓			✓
เป่ายิงฉุบแปลงร่าง		✓		✓	
เลือกสัตว์ทายนิสัย			✓		✓
รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ	✓	✓			
ตกปลาเก็บแต้ม			✓	✓	
คู่หูซู่ซ่า				✓	✓
ภารกิจที่ต้องทำ		✓		✓	
บ้าใบ้		✓		✓	
หอคอยกระดาษ	✓			✓	
โชคมากับแป้ง				✓	✓
เรื่องราวความรู้สึก			✓		✓
น้ำใจงาม	✓		✓		
ข้อความที่ฉันได้มา		✓			
คลำมุมโต๊ะ	✓		✓		
ต่อภาพเล่าเรื่อง	✓	✓		✓	
จินตนาการสุดล้ำ		✓		✓	
จิตรกรผู้สร้างสรรค์			✓		✓
วิศวกรก่อสร้าง				✓	✓
ร้อยดาว	✓	✓			
เพราะเราคู่กัน	✓	✓			✓
ถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึก			✓		✓

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่น

เมื่อนักเรียนอ่านสถานการณ์ที่กำหนดไว้ให้แล้ว ให้ตอบคำถามตามความรู้สึกหรือการกระทำของนักเรียน ถ้าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับตัวเอง คำตอบที่นักเรียนเลือกไม่มีข้อถูกหรือผิด และไม่มีผลกระทบต่อการเรียนและตัวนักเรียน จึงขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความจริงมากที่สุด ด้วยการทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่เป็นจริงกับตัวนักเรียน

ข้อความ	เป็นประจำ	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยเลย
1. การให้โอกาสทุกคนแสดงความคิดเห็น เป็นเรื่องที่เสียเวลา			
2. ฉันไม่ชอบทำงานร่วมกับคนที่ไม่เก่ง			
3. ฉันรู้สึกไม่พอใจ เมื่อมีคนแย้งความคิดเห็นของฉัน			
4. ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากฉัน			
5. ฉันให้อภัยในความผิดของผู้อื่นที่ทำโดยไม่ได้ตั้งใจ			
6. ฉันฟังความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มก่อนตัดสินใจ			
7. ฉันพยายามลืมเรื่องที่เพื่อน ๆ ทำให้ฉันโกรธเคือง			
8. ฉันคิดถึงความรู้สึกของคนอื่น ก่อนที่จะพูดหรือทำอะไรลงไป			
9. เมื่อพบกับคนที่รู้จัก ฉันจะยิ้มให้เขาก่อนเสมอ			
10. ฉันสามารถเล่าเรื่องราวให้เพื่อน ๆ เข้าใจได้ดี			
11. ฉันสามารถทำให้เพื่อนที่ทะเลาะกันคืนดีกันได้			
12. ฉันแสดงความยินดีกับผู้อื่นในโอกาสพิเศษ			
13. เพื่อน ๆ ชมว่าฉันเป็นคนพูดจาไพเราะ			
14. ฉันพูดในสิ่งที่ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ			
15. ฉันยินดีที่จะอธิบายบทเรียนให้เพื่อนที่ไม่เข้าใจฟัง			
16. ฉันปลอบใจเพื่อน เมื่อเพื่อนไม่สบายใจ			
17.ฉันยินดีรับฟังปัญหาและให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือ			
18. ฉันช่วยผู้ใหญ่ถือของทุกครั้งที่มีโอกาส			
19. ฉันเต็มใจทำงานเพื่อส่วนรวม			
20. ฉันรู้สึกดีใจที่ได้ช่วยเหลือผู้ที่ลำบากกว่าฉัน			
21. ฉันจะช่วยเหลือคนอื่น ก็ต่อเมื่อฉันสมหวังแล้ว			

ข้อความ	เป็นประจำ	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยเลย
22. ฉันยอมลำบาก เพื่อให้ผลงานที่ทำออกมาดี			
23. เมื่อนัดหมายกับเพื่อนไว้ การไปสายนิดหน่อยเป็นเรื่องธรรมดา			
24. ถ้างานที่ทำอยู่มีปัญหายุ่งยาก ฉันจะขอเปลี่ยนไปทำงานอื่นที่ง่ายกว่า			
25. ฉันส่งงานตรงเวลา			
26. เมื่อฉันป่วย ฉันจะติดตามบทเรียนจากเพื่อน			
27. ฉันเอาใจจดจ่ออยู่กับงาน จนกว่างานจะเสร็จ			
28. ฉันทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับคนอื่น			
29. ฉันมักจะทำอะไรตามอารมณ์ตนเอง			
30. เมื่อตัดสินใจทำอะไรไปแล้ว ฉันมักจะเปลี่ยนใจอยู่บ่อย ๆ			
31. ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดมาก เมื่อเพื่อนทำอะไรไม่ถูกใจฉัน			
32. ฉันเป็นคนขี้อาย และค่อนข้างรู้สึกประหม่าเมื่ออยู่ในสังคม			
33. ขณะทำงานถ้ามีคนมาจ้องดู ฉันจะรู้สึกประหม่าจนทำอะไรไม่ถูก			
34. ฉันเป็นคนที่ชอบหงุดหงิด			
35 ฉันเคยโกรธมากถึงกับขนาดขว้างปาหรือทำลายสิ่งของ			

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ภาคผนวก ง
การวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. คุณภาพของการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่น
2. ตารางแสดงค่า IOC โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา
3. ตารางแสดงค่า IOC แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่น

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางแสดงค่า IOC แบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่น

ข้อคำถาม	ผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
1. การให้โอกาสทุกคนแสดงความคิดเห็นเป็นเรื่องที่เสียเวลา	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
2. ฉันไม่ชอบทำงานร่วมกับคนที่ไม่เก่ง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
3. ฉันรู้สึกไม่พอใจ เมื่อมีคนแย้งความคิดเห็นของฉัน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
4. ฉันยินดีรับฟังความคิดเห็นที่ต่างจากฉัน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
5. ฉันให้อภัยในความผิดของผู้อื่นที่ทำโดยไม่ได้ตั้งใจ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
6. ฉันฟังความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่มก่อนตัดสินใจ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
7. ฉันพยายามลืมเรื่องที่เพื่อน ๆ ทำให้ฉันโกรธเคือง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
8. ฉันคิดถึงความรู้สึกของคนอื่น ก่อนที่จะพูดหรือทำอะไรลงไป	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
9. เมื่อพบกับคนที่รู้จัก ฉันจะยิ้มให้เขาก่อนเสมอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
10. ฉันสามารถเล่าเรื่องราวให้เพื่อน ๆ เข้าใจได้ดี	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
11. ฉันสามารถทำให้เพื่อนที่ทะเลาะกันคืนดีกันได้	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
12. ฉันแสดงความยินดีกับผู้อื่นในโอกาสพิเศษ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ข้อคำถาม	ผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
13. เพื่อน ๆ ชมว่าฉันเป็นคนพูดจาไพเราะ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
14. ฉันพูดในสิ่งที่ทำให้เพื่อนรู้สึกเสียใจ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
15. ฉันยินดีที่จะอธิบายบทเรียนให้เพื่อนทีไม่เข้าใจฟัง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
16. ฉันปลอบใจเพื่อน เมื่อเพื่อนไม่สบายใจ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
17. ฉันยินดีรับฟังปัญหาและให้คำแนะนำแก่เพื่อนที่ต้องการความช่วยเหลือ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
18. ฉันช่วยผู้ใหญ่ถือของทุกครั้งที่มีโอกาส	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
19. ฉันเต็มใจทำงานเพื่อส่วนรวม	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
20. ฉันรู้สึกดีใจที่ได้ช่วยเหลือผู้ที่ลำบากกว่าฉัน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
21. ฉันจะช่วยเหลือคนอื่น ก็ต่อเมื่อฉันสมหวังแล้ว	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
22. ฉันยอมลำบาก เพื่อให้ผลงานที่ทำออกมาดี	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
23. เมื่อนัดหมายกับเพื่อนไว้ การไปสายนิดหน่อยเป็นเรื่องธรรมดา	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
24. ถ้างานที่ทำอยู่มีปัญหายุ่งยาก ฉันจะขอเปลี่ยนไปทำงานอื่นที่ง่ายกว่า	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
25. ฉันส่งงานตรงเวลา	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ข้อคำถาม	ผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
26. เมื่อฉันป่วย ฉันจะติดตามบทเรียนจากเพื่อน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
27. ฉันเอาใจจดจ่ออยู่กับงาน จนกว่างานจะเสร็จ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
28. ฉันทำตามสัญญาที่ให้ไว้กับคนอื่น	+1	0	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
29. ฉันมักจะทำอะไรตามอารมณ์ตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
30. เมื่อตัดสินใจทำอะไรไปแล้ว ฉันมักจะเปลี่ยนใจอยู่บ่อย ๆ	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
31. ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดมาก เมื่อเพื่อนทำอะไรไม่ถูกใจฉัน	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
32. ฉันเป็นคนขี้อาย และค่อนข้างรู้สึกประหม่าเมื่ออยู่ในสังคม	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
33. ขณะทำงานถ้ามีคนมาจ้องดู ฉันจะรู้สึกประหม่า จนทำอะไรไม่ถูก	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
34. ฉันเป็นคนที่ชอบหงุดหงิด	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
35. ฉันเคยโกรธมากถึงกับขนาดขว้างปาหรือทำลายสิ่งของ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ตารางแสดงค่า IOC โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อสร้างเสริมมนุษยสัมพันธ์ สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา

ข้อคำถาม	ผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
1. แรกเราพบกัน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
2. ชีวิตของฉัน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
3. สะท้อนตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
4. สิ่งของที่เข้ากันได้	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
5. เป่ายิงฉุบแปลงร่าง	+1	0	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
6. เลือกสัตว์ทายนิสัย	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
7. รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
8. ตกปลาเก็บแต้ม	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
9. คู่หูซู่ซ่า	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
10. ภารกิจที่ต้องทำ	0	0	+1	+1	+1	3	0.6	ใช้ได้
11. บ้าใบ้	+1	0	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
12. หอคอยกระดาษ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
13. โชคมากับแป้ง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
14. เรื่องราวความรู้สึก	0	0	+1	+1	+1	3	0.6	ใช้ได้
15. น้ำใจงาม	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
16. ข้อความที่ฉันได้มา	+1	0	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
17. คลำมุมโต๊ะ	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
18. ต่อภาพเล่าเรื่อง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
19. จินตนาการสุดล้ำ	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้
20. จิตรกรผู้สร้างสรรค์	0	+1	+1	+1	+1	4	0.8	ใช้ได้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

ข้อคำถาม	ผลการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวม	ค่า IOC	การแปลผล
	คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3	คนที่ 4	คนที่ 5			
21. วิศวกรก่อสร้าง	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
22. ร้อยดาว	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
23. เพราะเราคู่กัน	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้
24. ถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึก	+1	+1	+1	+1	+1	5	1	ใช้ได้

การหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบแบบวัดการมีมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนกับบุคคลอื่นที่นำไปทดลองใช้กับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4 – 6 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างกลุ่มทดลองจำนวน 25 คน นำผลการทดสอบมาตรวจให้คะแนนและหาค่าความเที่ยงโดยใช้สูตร Cronbach Alpha Coefficient

Reliability

****** Method 1 (space saver) will be used for this analysis ******

CHULALONGKORN UNIVERSITY

_

RELIABILITY ANALYSIS - SCALE (ALPHA)

Reliability Coefficients

N of Cases = 25.0 N of Items = 35

Alpha = .8313

ภาคผนวก จ
ภาพการจัดกิจกรรม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University

<u>กิจกรรมแรกเราพบกัน</u>

ผู้วิจัยให้นักเรียนนำดอกกุหลาบไปมอบให้กับคนที่อยากมอบให้มากที่สุด และกระตุ้นให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการมอบดอกไม้ให้ผู้อื่น ก่อให้เกิดความรู้สึกอย่างไร

<u>กิจกรรมชีวิตของฉัน</u>

ผู้วิจัยแจกใบงานชีวิตของฉัน และให้นักเรียนพูดคุยเรื่องของตนเองตามใบงานในกลุ่มย่อย และอาสาสมัคร 3 – 5 คน ออกมานำเสนอเรื่องของตนเองตามใบงานต่อกลุ่มใหญ่

<u>กิจกรรมสะท้อนตนเอง</u>

ให้นักเรียนนำกระจกขึ้นมาส่องดูสำรวจตนเอง แล้วช่วยกันตอบว่าส่องแล้วเห็นอะไรบ้าง จากนั้นให้เขียนข้อดีของตนเอง 4 ข้อ ของเพื่อนคนละ 1 ข้อ แล้วดูว่าข้อดีที่ตนเองเขียนตรงกับที่เพื่อนเขียนหรือไม่

<u>กิจกรรมสิ่งของที่เข้ากันได้</u>

ผู้วิจัยให้นักเรียนเลือกสิ่งของที่ตนเองชอบและไม่ชอบแล้วให้เก็บไว้ในใจ จากนั้นให้นักเรียนเดินมหยิบของที่วางไว้กลางวงทีละคนแล้วกลับมานั่งที่เดิม โดยห้ามพูดคุยกับเพื่อน เก็บความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบสิ่งของที่ตนเองได้มาไว้ในใจ เมื่อหยิบจนครบทุกคนแล้ว จึงเปิดโอกาสให้เปลี่ยนของที่เหลือได้ ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่ามีใครบ้างที่ได้ของตรงกับที่เลือกไว้ในใจมีความรู้สึกอย่างไร ส่วนคนที่ไม่ได้ตรงกับที่คิดไว้ในใจรู้สึกอย่างไร

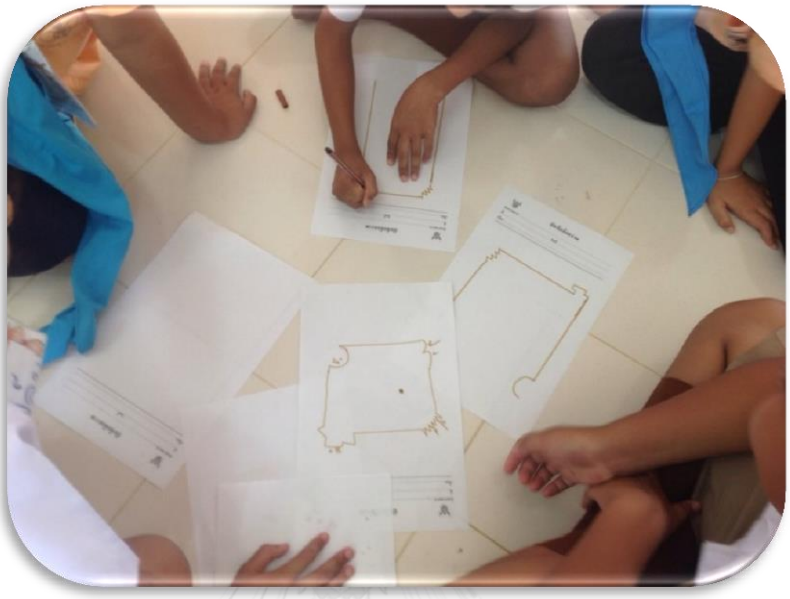
รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ

ผู้วิจัยให้นักเรียนนำสิ่งของเครื่องแต่งกายที่อยู่บนตัวนักเรียน เช่น รองเท้า ถุงเท้า นาฬิกา ยางรัดผม (ห้ามถอดเสื้อ กางเกง) มาเรียงต่อกันให้ยาวที่สุด ภายในเวลา 5 นาที เมื่อหมดเวลาให้ปรบมือให้กับกลุ่มที่ต่อได้ยาวที่สุด จากนั้นผู้วิจัยบอกให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเก็บของที่นำออกมาต่อให้เร็วที่สุดให้เรียบร้อย เช่น ถุงเท้า ก็ใส่ให้เรียบร้อย เป็นต้น กลุ่มไหนเก็บเสร็จเรียบร้อยก่อนเป็นผู้ชนะ ทำให้นักเรียนรู้จักการเสียสละเพื่อส่วนรวม

กิจกรรมหอคอยกระดาษ

ผู้วิจัยแจกให้นักเรียนช่วยกันสร้างหอคอยของฉัน โดยจะให้คะแนนด้านความสูง ความสวยงามและความแข็งแรงด้านละ 100 คะแนน และให้แต่ละกลุ่ม present ผลงานของกลุ่มตนเอง จากการทำกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนเกิดความใจกว้าง รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำงานเป็นทีมได้ และมีความรับผิดชอบ ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ในการทำงาน สามารถทำงานออกมาได้ทันเวลาที่กำหนด

กิจกรรมคลำมุมโต๊ะ



ผู้วิจัยให้นักเรียนออกมาคลำโต๊ะคนละมุม ทีละกลุ่ม ตัวแทนกลับไปที่กลุ่มปรึกษาหารือกัน แล้ช่วยกันวาดภาพของโต๊ะที่แท้จริงเมื่อได้ข้อสรุปแล้ว ให้ตัวแทนออกมาเขียนภาพที่ได้ไว้บนกระดานดำ จากการทำกิจกรรมเพื่อให้นักเรียนให้ความเคารพและรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนทุกคน มีความใจกว้างให้ความสำคัญของการประสานความคิดในการทำงานร่วมกัน เพื่อแสดงให้เห็นว่าแต่ละคนมีการรับรู้ในแง่มุมที่แตกต่างกัน มีประสบการณ์ที่ต่างกัน และพิจารณาสิ่งต่าง ๆ หลาย ๆ แง่ และมองปัญหาให้กว้างขึ้น

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ผู้วิจัยชื่อ นางสาวโศภิตา เถนว้อง เกิดวันที่ 12 มกราคม พ.ศ. 2533 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสภาราชินี ปีการศึกษา 2551 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาวิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2555 และเข้าศึกษาต่อระดับปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2556

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
Chulalongkorn University