

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กมล หล้าสุรวงษ์. 2524. เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาเบื้องต้น. ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ก่องแก้ว เจริญอักษร. 2530. การจัดการเรียนการสอนจริยศึกษาในพฤติกรรมที่พึงประสงค์. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กิจจา เวสประชุม. 2550. การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อส่งเสริมทักษะการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันสำหรับเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- กิตติวดี บุญชื้อ. 2540. การเรียนรู้อย่างมีความสุข. กรุงเทพฯ: ศูนย์พัฒนาคุณภาพการเรียนการสอน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2535. นีโอฮิวแมนนิส เราทั้งผองคือพี่น้องกัน. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- จรรยา สุวรรณทัต. 2521. พฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- จรวพร ธรณินทร์. 2551. ยุคเครื่องกสน.ยุคใหม่ปี2551: ปฏิรูปงานการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.charuaypontorranin.com/index.php?lay=show&ac=article&Id=5371649&Ntype=6> [25 สิงหาคม 2551].
- จันทิมา ปัญจวัฒน์. 2543. การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับเด็กด้อยโอกาสในวัดสวนแก้ว. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชัยพร วิชาวุธ. 2517. เด็กและเยาวชนไทยภาพฉายสู่อนาคต. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คณัย จันท์เจ้าฉาย. 2549. ในหลวงในรอยธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : คีเอ็มจี.
- คาร์ตัน ศิริวิริยะกุล. 2525. คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ในทัศนะของครูประจำชั้น และผู้ปกครองในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ทองอยู่ แก้วไทรชะ. 2544. จากใจ ดร.ทองอยู่ แก้วไทรชะ อธิบัตริกรรมการศึกษาออกโรงเรียนในวันสถาปนา กศน. วารสารการศึกษาออกโรงเรียน 6 (มีนาคม 2544): 4-12.
- ธรรมรักษ์ การพิศิษฐ์และคณะ. 2535. เด็กเร่ร่อนในสังคมไทย. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสร้างสรรค์เด็ก.
- นภาพร พุ่มพฤษย์. 2529. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพระนารายณ์ ลพบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- นันทภา ชมพูนุตร. 2549. การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กชายในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปฐม นิคมานนท์. 2522. การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: อักษรบัณฑิต.
- ประเวศ วะสี, บรรณาธิการ. 2547. ธรรมชาติของสรรพสิ่ง : การเข้าถึงความจริงทั้งหมด. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสำนึกรักบ้านเกิด.
- ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา. 2523. ค่านิยมและความคาดหวังของเยาวชนไทย. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551. ราชกิจจานุเบกษา 125 (3 มีนาคม 2551).
- ภานุพันธุ์ ประสิทธิ์คุณาพร. 2550. ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มสตรีในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มันทนา อึ้งตระกูล. 2524. การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนหนองเรือวิทยา จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เมตตา จินดารักษ์. 2525. ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ยุพดี กะจะวงษ์. 2526. ทรรศนะของนักสังคมวิทยาไทยต่อการจัดประสบการณ์ในการศึกษาภาคบังคับ พุทธศักราช 2524. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- รัชณี สุริยา. 2508. การสำรวจทัศนคติของผู้ปกครองเกี่ยวกับเด็กไทยในอุดมคติในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา และธนบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัฐพล ไผ่งาม. 2543. ผลของการใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษาในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัตนา พุ่มไพศาล. 2530. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเปรียบเทียบ. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- รัตนา รัตนประสพโชค. 2524. การพัฒนาการสื่อสารระหว่างบุคคลด้วยกิจกรรมกลุ่ม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ลักขณา ธรรมไพโรจน์. 2524. การปรับพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออกด้วยวิธีการกลุ่มสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ลักคดาวรรณ ณ ระนอง. 2525. การทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วรรรัตน์ อภินันท์กุล. 2548. การพัฒนารูปแบบกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดนี้โอฮิวแมนนิสเพื่อเสริมสร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ที่ประสบความสำเร็จตามกฎแห่งความสำเร็จของนโปเลียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วัลลภ กัณฑ์ทรัพย์. 2527. จริยธรรมกับพฤติกรรมด้านคุณลักษณะ. วารสารการวิจัยทางการศึกษา. หน้า 43-51.
- วิจิตร ศรีสะอาด. 2529. การศึกษาทางไกล. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- วิรัช จีระแพทย์. 2546. ทฤษฎีการอยู่ร่วมกันในสังคมอันมีวัฒนธรรมที่แตกต่างหลากหลาย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: http://www.ago.go.th/bods/bkc2_310749.html [16 สิงหาคม 2551].
- วิทิต มั่นตาภรณ์. 2537. เอดส์ และ สิทธิเด็ก : ผลกระทบต่อประเทศไทย. กรุงเทพฯ : ศูนย์เครือข่ายสิทธิเด็กเอเชียเน็ท. (อัคราเนมา).
- วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. 2545. การพัฒนารูปแบบการเสริมอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี สำหรับเยาวชนตอนปลาย โดยใช้หลักการของนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. 2549. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมคิด อิศระวัฒน์. 2543. การสอนผู้ใหญ่. กรุงเทพมหานคร: จรัสสินทวงศ์.

- สมพงษ์ จิตระดับ. 2540. วัฒนธรรมเด็กเร่ร่อนในสังคมไทย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สมภาร พรหมทา. 2549. ศาสนาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : โครงการ
จัดทำตำราเพื่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาในระดับอุดมศึกษา สำนักงานคณะกรรมการ
การอุดมศึกษา.
- สายสุรี จุติกุล. 2535. เด็กเร่ร่อนในสังคมไทย. กรุงเทพฯ. (อัดสำเนา).
- สารีพันธ์ุ์ สุภวรรณ. 2545. การพัฒนาโปรแกรมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนตามแนวคิดการเรียนรู้
แบบร่วมกันเพื่อพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาของเด็กเร่ร่อน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการประสานงานเยาวชนแห่งชาติ. 2542. การดำเนินงานเรื่อง อนุสัญญาว่าด้วย
สิทธิเด็กของประเทศไทย. กรุงเทพฯ.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคม. 2550. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม
แห่งชาติ ฉบับที่ 10. (อัดสำเนา).
- สำนักงานคณะกรรมการศึกษาแห่งชาติ. 2544. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542.
กรุงเทพฯ: สกายบุ๊กส์.
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. 2550.
พระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550. (อัดสำเนา).
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. 2548. นโยบายการจัดการศึกษานอก
โรงเรียนสำหรับเด็กด้อยโอกาส. กรุงเทพฯ: บริษัท พริกหวานกราฟฟิค จำกัด.
- สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนและการศึกษาตามอัธยาศัย .2551.พระราชบัญญัติ
ส่งเสริมการศึกษานอกระบบ โรงเรียนและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ .2551 (อัดสำเนา)
- สำนักงานส่งเสริมและพิทักษ์เยาวชน.2551. นโยบายและแผนยุทธศาสตร์ระดับชาติ ด้านการพัฒนา
เด็กตามแนวทาง “โลกที่เหมาะสมสำหรับเด็ก” (อัดสำเนา).
- สุนทร สุนันท์ชัย. 2529. การศึกษานอกโรงเรียน... เส้นทางที่ไม่สิ้นสุด. กรุงเทพฯ : อมรินทร์
การพิมพ์.
- สุนีย์รัตน์ ฤทธิรงค์ชัยเลิศ. 2530. ผลจากการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการพัฒนาความเชื่อมั่นใน
ตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนแตกต่างกัน.
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมน อมรวิวัฒน์. 2530. สมบัติพิพม์ของการศึกษาไทย. ทิศทางการที่ท้าทาย. 2-16. คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สมาลี สังข์ศรี. 2539. การศึกษานอกโรงเรียนสำหรับนักการศึกษานอกโรงเรียนโดยประยุกต์ใช้วิธี
การศึกษาทางไกล. นนทบุรี : 9119 เทคนิคพรินต์ติ้ง.
- สมาลี สังข์ศรี. 2545. การจัดการศึกษานอกระบบด้วยวิธีการศึกษาทางไกลเพื่อการศึกษาตลอดชีวิต.
นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สุรกุล เจนอบรม. 2533. เรื่อนำรู้ทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- หรรษา ประนอมสกุล. 2526. ทรรชนะของนักเศรษฐศาสตร์ไทยต่อการจัดประสบการณ์ใน
การศึกษาภาคบังคับ พุทธศักราช 2524. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อ้อม ประนอม. 2527. จากแผนการสอนสู่คุณภาพการให้การศึกษา. ประชากรศึกษา. 6: 22-26.
- อาชัญญา รัตนอุบล. 2541. การศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับเด็กด้อยโอกาส. กรุงเทพฯ:
ครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชัญญา รัตนอุบล. 2542. การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: ครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- อาชัญญา รัตนอุบล. 2544. การเรียนรู้และพัฒนาการของผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษานอก
โรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุ้นตา นพคุณ. 2528. แนวคิดทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนและการพัฒนาชุมชนเรื่องคิดเป็น.
กรุงเทพฯ: กรุงเทพมหานครการพิมพ์
- อุ้นตา นพคุณ. 2532. การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล.
- อุ้นตา นพคุณ. 2535. การศึกษาสถานภาพและนโยบายเกี่ยวกับเด็กและเยาวชนผู้ด้อยโอกาส : เด็ก
ถูกทอดทิ้ง : รายงานผลการวิจัย. กรุงเทพฯ : โครงการสตรีและเยาวชนศึกษา สถาบันวิจัย
สังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อุสนีย์ จันทร์เงิน. ผู้อำนวยการมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล. สัมภาษณ์. 22 สิงหาคม 2550.

ภาษาอังกฤษ

- Atwater, E. 1992. Adolescence. 3rd ed. New Jersey: Prentice-Hall.
- Bloom, S. 1967. Human Characteristic and School Learning. New York: Mcgraw. Hill Book. Co.
- Combs, A.W. 1974. "Humanistic Goals of Education," Educational Accountability: A Humanistic Perspective. San Francisco: Shields.
- Covey, S. 2006. The 6 most important decisions you'll ever make. New York : Fireside.
- Covey, S. 2006. The 7 Habits of Highly Effective Teens. New York : Fireside.
- Mitchell, W. 1983. The Power of Positive Students. South Carolina : Columbia.
- Knowles, M.S.1980. The Modern Practice Of Adult Education from Pedagogy to Andragogy. Chicago : Follect.
- Krop, H., Calhoon, B., & Verrier, R. 1971. Modification of the "self-concept" of emotionally disturbed children by covert reinforcement. Behavior Therapy, 2, 201-204.
- Sakar, Shrii Prabhat Ranjan. 1984. Iden and Ideology.6th ed.Calcutta : Ananda Mara Publications.
- Swanson, Cheryl Anne. 1998. "The Development of The Music Therapy Profile of Children Abilities", Masters Abstract International. 27: 175.
- Tyler, Ralph W. 1986. Basic Principles of Curriculum and Instruction. Chicago: The University of Chicago Press.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
ตรวจสอบแบบวัดความรู้เรื่องความเป็นผู้นำตนเอง แบบวัดทัศนคติความเป็นผู้นำตนเอง แบบ
สังเกตพฤติกรรมความเป็นผู้นำตนเอง และ แผนกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
เพื่อเสริมสร้างความเป็นผู้นำตนเองของกลุ่มวัยรุ่นในมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1. ผศ. ดร. ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ | คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 2. ผศ. ดร. วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา | คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 3. บาทหลวงสมจิตร์ พึ่งพรชัยพร | นักจัดกิจกรรม / ผู้อำนวยการ โรงเรียนคาราสมูทบริหารธุรกิจ |
| 4. นาย กุลธร เลิศสุริยะกุล | ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนจังหวัดสมุทรปราการ |
| 5. นางอุษณีย์ จันทร์เงิน | ผู้อำนวยการมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล |

ภาคผนวก ข

จดหมายขอความร่วมมือในการตรวจเครื่องมือ

โรงเรียนคณาจารย์มหาวิทยาลัย	
เลขที่รับ	993
วันที่รับ	9, 8, 51 157
เวลา	



ที่ ศบ 0512.6(2771)/1132

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

25 พฤศจิกายน 2551

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย


เรียน ผู้อำนวยการ บาทหลวงสมจิตร์ พึ่งธรรมพร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นางสาวเจนจิรา เพิ่มพูล นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชานโยบาย การจัดการและความ เป็นผู้นำทางการศึกษา สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยรุ่น ในมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล" โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานใน รายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่าน โปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทาง วิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

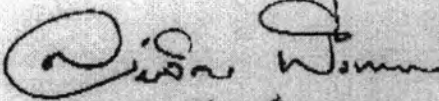

(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชัญญา รัตนอุบล)

รองคณบดี

ปฏิบัติกรแทนคณบดี

สำนักงานหลักสูตรและการสอน

โทร. 0-2218-2680-82 ต่อ 612



(บาทหลวงสมจิตร์ พึ่งธรรมพร)

ผู้อำนวยการ โรงเรียนคณาจารย์มหาวิทยาลัย

9, 8, 51

ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- แบบวัดความรู้เรื่องความเป็นผู้นำตนเอง
- แบบวัดทัศนคติความเป็นผู้นำตนเอง
- แบบสังเกตพฤติกรรมความเป็นผู้นำตนเอง
- แบบประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

แบบวัดความรู้เรื่องความเป็นผู้นำตนเอง

คำชี้แจง

ข้อคำถามจะมี 4 ตัวเลือกได้แก่ ก ข ค และ ง วิธีการตอบและการให้คะแนน ให้ผู้อ่านในแต่ละข้อ ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียวให้ถูกต้องทั้งก่อนการจัดกิจกรรมและหลังการดำเนินการจัดกิจกรรม โดยตอบทีละข้อทั้งหมด 5 ข้อ โปรดพิจารณาข้อคำถามต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย X ที่ท่านคิดว่าถูกต้องมากที่สุด เพียงเครื่องหมายเดียวในแต่ละข้อ และขอความกรุณาตอบทุกข้อ

- 1 ผู้ที่มีลักษณะมุ่งปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข เป็นผู้ให้มากกว่าผู้รับนั้น ถือว่ามีความเป็นผู้นำตนเองในด้านใด ?
 - ก การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง
 - ข การมองโลกในแง่บวก
 - ค การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน
 - ง การเผื่อแผ่แบ่งปัน
- 2 ผู้ที่มีความเป็นผู้นำตนเอง ด้านความรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง ย่อมมีลักษณะนิสัยแบบใด ?
 - ก คอยคิดหาวิธีที่จะชนะผู้อื่นให้ได้
 - ข มีความมุ่งมั่นที่จะพัฒนาตนเอง
 - ค โทษชะตากรรมตนเองเสมอ เมื่อมีสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้น
 - ง เปลี่ยนแปลงในทุกสถานการณ์ที่คับขันได้
- 3 สิ่งใดที่เราสามารถควบคุมได้ด้วยตนเอง ?
 - ก คำวิจารณ์ที่หยาบคาย
 - ข การตอบสนองต่อคำพูดที่หยาบคาย
 - ค ความผิดพลาดในอดีต
 - ง สีผิว ดิน ฟ้า อากาศ
- 4 คำพูดใดที่ไม่แสดงถึงการกล่าวโทษผู้อื่น ?
 - ก ผมบาดเจ็บ ทำให้ผมพลาดโอกาสที่สำคัญไปเสมอ
 - ข ผมพยายามเต็มที่ แต่ผมก็แพ้การเลือกตั้ง เพราะ ทีมผมพยายามอยู่คนเดียว
 - ค ผมไม่ชอบเขา ทำให้เขาชอบนิทาผม
 - ง ผมล้าหลัง ทำให้ผมต้องพยายามมากกว่าคนอื่น

- 5 ข้อใดทำให้เราสามารถ “หยุด” และ “ไตร่ตรอง” สิ่งที่เกิดขึ้นได้ ?
- การถอยห่างจากตนเอง
 - การฟังเสียงจิตสำนึก
 - การมองเห็นภาพของตัวเอง
 - การเลือกสิ่งต่างๆด้วยตนเอง
- 6 เมื่อเพื่อนต่อว่าเราเรื่องงานที่ได้รับมอบหมายต่อหน้าคนอื่น เราควรทำอย่างไร ?
- โต้ตอบเพื่อนคนนั้นทันที
 - หาวิธีที่จะคอยกลั่นแกล้งในภายหลัง
 - หยุดคิดและไตร่ตรองในสิ่งที่ทำ
 - กล่าวโทษเพื่อนคนอื่นว่าเป็นเหตุให้งานออกมาไม่ดี
- 7 ใครมีความเป็นผู้นำตนเองเหมาะสมที่สุด ?
- แหมมปรีดคอยโอกาสดีๆ เข้ามาในชีวิต
 - เป่ากราบไหว้ขอพรสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้งานประสบความสำเร็จ
 - ปอมุ่งมั่นทำงานให้สำเร็จด้วยตนเอง
 - พึ่งขอความช่วยเหลือจากเพื่อนบ่อยๆ
- 8 ข้อใดเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของผู้ที่มีความเป็นผู้นำตนเอง ด้านการมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน ?
- การซ้ำเติมผู้อื่น ด้วยวาจาเสียสติ
 - การพยายามทำตัวเองให้โคเคนอยู่เสมอ
 - การซักถามในสิ่งที่ตนไม่ทราบ
 - สอบถามเพื่อนถึงสิ่งที่ตนทำผิดพลาด
- 9 ข้อใดแสดงถึงความรับผิดชอบต่อตนเอง ?
- รู้จักวิเคราะห์ข้อดีและข้อเสียของตนเอง
 - พยายามเปรียบเทียบข้อดีและข้อเสียของตนเองกับคนอื่น
 - เอาใจใส่บุคคลอื่นให้มากๆ
 - ถูกทุกข้อ
- 10 ทุกข้อเป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของความเป็นผู้นำตนเองยกเว้นข้อใด ?
- ตระหนักถึงความสำคัญของการปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง
 - จมอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต
 - ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล
 - รู้จักมองคนอื่นอย่างเห็นอกเห็นใจ

แบบวัดทัศนคติความเป็นผู้นำตนเอง

เรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบ โรงเรียนที่มีต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์
ของวัยรุ่นในมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่กำหนดให้ตามระดับความเป็นผู้นำตนเอง
ที่ตรงกับความรู้สึกจริงมากที่สุด โดยมีเกณฑ์เลือกดังนี้

บ่อยครั้งที่สุด	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้งที่สุด	ได้ 5 คะแนน
บ่อยครั้ง	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้ง	ได้ 4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	หมายถึง	ไม่แน่ใจในความรู้สึกนั้น	ได้ 3 คะแนน
นานๆครั้ง	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นนานๆครั้ง	ได้ 2 คะแนน
ไม่เคย	หมายถึง	ไม่เคยมีความรู้สึกเช่นนั้น	ได้ 1 คะแนน

ข้อ	ข้อความ	ระดับการแสดงออก				
		บ่อยครั้ง ที่สุด (5)	บ่อยครั้ง (4)	ไม่แน่ใจ (3)	นานครั้ง (2)	ไม่เคย (1)
1	ฉันเชื่อว่าตัวฉันสามารถพัฒนาให้ดีขึ้นได้					
2	ฉันชอบเป็นผู้ให้มากกว่าเป็นผู้รับ					
3	ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของตัวเองไม่ได้					
4	ฉันคิดเล็กคิดน้อยในเรื่องที่ไม่สำคัญอยู่เสมอ					
5	ฉันรู้ว่าสิ่งที่ควรปรับปรุงสำหรับตัวฉัน คืออะไรและฉันพยายามปรับปรุงอยู่					
6	ฉันไม่พร้อมที่จะมีเพื่อนใหม่ในช่วงนี้					
7	ฉันชอบตั้งความหวังไว้สูงที่สุดเท่าที่จะสูง ได้					
8	ฉันรู้สึกว่าคุณค่า					
9	ฉันเป็นคนรักษาสัญญาเสมอ					
10	ฉันมักถูกครุฑเรื่องความประพฤติอยู่ บ่อยครั้ง					

ข้อ	ข้อความ	ระดับการแสดงออก				
		บ่อยครั้ง ที่สุด (5)	บ่อยครั้ง (4)	ไม่แน่ใจ (3)	นานครั้ง (2)	ไม่เคย (1)
11	ฉันชอบเดินหนีหรือหลีกเลี่ยงปัญหา					
12	ฉันไม่เคยเห็นสิ่งดีๆ ในตัวเองเลย					
13	ฉันไม่เคยมองหันกลับไปมองสิ่งที่ตัวเอง เคยทำผิดไว้					
14	เมื่อเห็นผู้อื่นมีความสุข ฉันมักจะมี ความสุขตาม					
15	ฉันมักผิดหวังในเรื่องเดิมซ้ำแล้วซ้ำเล่า					
16	ฉันเป็นคนอารมณ์ดี					
17	ฉันเป็นคนชอบเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ					
18	ฉันมักจะรอคอยผลตอบแทนจากสิ่งที่ฉัน เคยทำให้ผู้อื่น					
19	ฉันชอบฟังข่าวสถานการณ์บ้านเมือง					
20	ฉันมักมีอารมณ์โมโหอยู่บ่อยครั้ง					
21	ก่อนที่ฉันจะสัญญาอะไร ฉันจะคิด ไตร่ตรองถึงความเป็นไปได้ก่อนเสมอ					
22	เวลาครูพูดถึงเรื่องเกี่ยวกับฉัน ฉันมักอด ไม่ได้ที่จะต้องเถียงกลับ					
23	เมื่อผิดหวังในสิ่งใด ฉันสามารถปลอบใจ ตัวเองได้					
24	ฉันอดไม่ได้ที่จะต้องว่าใครก็ตามที่มาว่า ร้ายฉัน					
25	ฉันเชื่อว่าเราทุกคนฝึกฝนความรู้ ความสามารถได้					
26	ฉันชอบทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นเมื่อมี โอกาส					
27	ฉันชอบแก้ไขปัญหาคับตนเองก่อนเสมอ					

ข้อ	ข้อความ	ระดับการแสดงออก				
		บ่อยครั้ง ที่สุด (5)	บ่อยครั้ง (4)	ไม่แน่ใจ (3)	นานครั้ง (2)	ไม่เคย (1)
28	ฉันชอบหาสิ่งที่ทำแล้วมีความสุขทำเป็นประจำ					
29	ฉันเป็นคนชอบรอคอยโอกาส					
30	ใครทำให้ฉันเจ็บแค้น ฉันจะต้องเอาคืนให้ได้ทุกครั้ง					
31	ฉันมักนำสิ่งที่ผิดพลาดมาเป็นบทเรียนอยู่เป็นประจำ					
32	ฉันไม่เคยชมตัวเองเลย					
33	ฉันมักจะฝึกฝนตนเองให้เก่งโดยไม่รอให้ใครมาสั่ง					
34	ฉันให้อภัยเพื่อนเสมอ					
35	ฉันไม่เคยปล่อยให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์					
36	ฉันมีความกระตือรือร้นในการทำงานเสมอ					
37	ฉันชอบสัญญากับตัวเอง แต่มักจะทำไม่ได้เป็นประจำ					
38	นิสัยปกติของฉันคือการช่วยเหลือผู้อื่น					
39	ฉันไม่ชอบการเปลี่ยนแปลงในชีวิต					
40	ฉันชอบวางแผนอนาคตของตนเองไว้ก่อนเสมอ					
41	ฉันให้ความสำคัญกับคำสัญญาที่ให้ไว้กับผู้อื่นเท่าเทียมกับคำสัญญาที่ให้ไว้กับตนเอง					
42	ฉันมักหาทางออกไม่ได้ เมื่อประสบปัญหา					
43	ฉันชอบวิตกกังวลในทุกเรื่อง					

แบบสังเกตพฤติกรรมความเป็นผู้นำตนเอง

เรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบ โรงเรียนที่มีต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นในมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล

แบบสังเกตพฤติกรรม ครอบคลุมองค์ประกอบของความเป็นผู้นำตนเองตามแนวคิดของ Covey (2006) ใน 4 ด้าน ได้แก่ การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง การเพื่อแม่แบ่งปัน การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน และ การมองโลกในแง่บวก เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างมีตัวอย่างของพฤติกรรมดังต่อไปนี้

องค์ประกอบความเป็นผู้นำตนเอง	พฤติกรรม
1. ด้านการรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง	เก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบได้โดยไม่จำเป็นต้องสั่ง
	ส่งการบ้านทุกครั้งที่ให้เสมอ
	สัญญาด้วยคำพูดและกระทำได้ตามนั้นเสมอ
	หมั่นศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ
2. ด้านการเพื่อแม่แบ่งปัน	ให้เพื่อนยืมสิ่งของเป็นประจำ
	ไม่แสดงอาการโกรธเคืองเพื่อนเมื่อไม่ได้ตามที่คาดหวัง
	ไม่แสดงอาการไม่พอใจเมื่อเพื่อนหยิบของไปใช้
	แสดงสีหน้าดีใจเมื่อเห็นเพื่อนมีความสุข
3. ด้านการมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน	สอบถามความเห็นเพื่อนถึงสิ่งที่ตัวเองทำผิดพลาด
	ไม่น้อยใจ/เสียใจในสิ่งที่ทำผิดพลาด
	แสดงสีหน้าไม่พอใจเมื่อถูกวิจารณ์การกระทำของตนเอง
	ผลงานที่ส่ง ไม่ผิดพลาดที่จุดเดิมซ้ำอีก

องค์ประกอบความเป็นผู้นำตนเอง	พฤติกรรม
4. ด้านการมองโลกในแง่บวก	พยายามแสดงเหตุผลให้ทุกคนเห็นถึงข้อดี/ประโยชน์ในสิ่งที่กำลังกระทำอยู่ได้
	สามารถกล่าวชมเชยตนเองและผู้อื่นในชั้นเรียนได้
	มีความกระตือรือร้นในระหว่างทำกิจกรรมตลอดเวลา
	ไม่แสดงอาการเหนื่อยอ่อน/ย่อท้อต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น

วิธีการตอบและการให้คะแนน ให้ผู้ตอบอ่านในแต่ละข้อ ผู้ตอบจะเลือกตอบเพียงคำตอบเดียวให้ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบและพฤติกรรมของผู้

ถูกสังเกต โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ดีมาก	หมายถึง	มีการแสดงออกในพฤติกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับดีมาก	ได้ 5 คะแนน
ดี	หมายถึง	มีการแสดงออกในพฤติกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับดี	ได้ 4 คะแนน
ปานกลาง	หมายถึง	มีการแสดงออกในพฤติกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับปานกลาง	ได้ 3 คะแนน
พอใช้	หมายถึง	มีการแสดงออกในพฤติกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับพอใช้	ได้ 2 คะแนน
ปรับปรุง	หมายถึง	มีการแสดงออกในพฤติกรรมดังกล่าวอยู่ในระดับปรับปรุง	ได้ 1 คะแนน

ลงชื่อ.....ผู้สังเกต

ตำแหน่ง / หน้าที่

(.....)

...../...../.....

ที่ ข้อ - สกุด	การแสดงออกทางพฤติกรรม	การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง					การเผื่อแผ่แบ่งปัน					มองความผิดพลาดเป็นบทเรียน					การมองโลกในแง่บวก					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
1																						
2																						
3																						
4																						
5																						
6																						
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

ที่	การแสดงผลทางพฤติกรรม ชื่อ -สกุล	การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง					การเผื่อแผ่แบ่งปัน					มองความผิดพลาดเป็นบทเรียน					การมองโลกในแง่บวก					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
21																						
22																						
23																						
24																						
25																						
26																						
27																						
28																						
29																						
30																						

แบบประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

คำชี้แจง

แบบประเมินฉบับนี้เป็นแบบประเมินความพึงพอใจในกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีข้อคำถามทั้งหมด ข้อ โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความพึงพอใจสำหรับกิจกรรมของท่าน เพียงเครื่องหมายเดียวในแต่ละข้อ และขอความกรุณาตอบทุกข้อ โดยมีเกณฑ์การพิจารณาดังนี้

มากที่สุด	หมายถึง	มีความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมมากที่สุด	ได้ระดับ 5
มาก	หมายถึง	มีความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมมาก	ได้ระดับ 4
ปานกลาง	หมายถึง	มีความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมปานกลาง	ได้ระดับ 3
น้อย	หมายถึง	มีความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมน้อย	ได้ระดับ 2
น้อยที่สุด	หมายถึง	มีความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมน้อยที่สุด	ได้ระดับ 1

ข้อ	ข้อความ	ความพึงพอใจในการจัดกิจกรรม				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ความน่าสนใจของเนื้อหาและกิจกรรม					
2	เอกสารประกอบการบรรยายและ กิจกรรม					
3	การบรรยายและการตอบคำถามของ วิทยากร					
4	คุณภาพของสื่อที่ใช้ในกิจกรรม (ถ้ามี)					
5	จำนวนอุปกรณ์เพียงพอกับความต้องการ ของผู้เข้ารับการฝึกอบรม (ถ้ามี)					
6	ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกอบรม					
7	ความเหมาะสมของสถานที่					
8	ความเหมาะสมของเวลาในการจัด กิจกรรม					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม.....

ภาคผนวก ง

**แผนกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
ที่มีต่อพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยรุ่นในมูลนิธิส่งเสริมพัฒนาบุคคล**

กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

ครอบคลุมองค์ประกอบของความเป็นผู้นำตนเอง ใน 4 ด้าน ได้แก่ การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง การเฝ้าแบ่งปัน การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน และการมองโลกในแง่บวก เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง รายละเอียดของขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม มีดังนี้

1. ก่อนเข้าสู่บทเรียน ให้ผู้เรียนฝึกสมาธิเพื่อเตรียมพร้อมในการทำกิจกรรมต่อไป ประมาณ 10 นาที

2. ทำกิจกรรมเสริมสร้างความเป็นผู้นำตนเอง เป็นกระบวนการรายบุคคลและกลุ่ม ตามแนวคิด Covey (2006) ประมาณ 150 นาที

3. จบกิจกรรมด้วยการสรุปเนื้อหากิจกรรม ประมาณ 20 นาที

ซึ่งประกอบด้วยแผนการจัดกิจกรรม 20 แผน ดังนี้

กิจกรรมที่ 1 เกียรติบัตรความสำเร็จ

กิจกรรมที่ 2 ต้นไม้หลายมิติ

กิจกรรมที่ 3 ข้าพเจ้าเป็นใคร

กิจกรรมที่ 4 ปัญหาที่ทางออก

กิจกรรมที่ 5 รวมกันเราอยู่ หรือไป

กิจกรรมที่ 6 กระดาษกำหนด

กิจกรรมที่ 7 X และ Y

กิจกรรมที่ 8 หยอดเหรียญ

กิจกรรมที่ 9 ของของผู้อื่น

กิจกรรมที่ 10 ข้อพลาดข้อปลั่ง

กิจกรรมที่ 11 ไข่ตกใจ

กิจกรรมที่ 12 ปัญหาที่ทางออก

กิจกรรมที่ 13 ค่อให้สูง

กิจกรรมที่ 14 รูปนี้โดนใจ

กิจกรรมที่ 15 ปมมนุษย์

กิจกรรมที่ 16 สร้างความสุข

กิจกรรมที่ 17 พลังทางบวก

กิจกรรมที่ 18 กระเช้าศิลป์

กิจกรรมที่ 19 มหัศจรรย์พันไข่

กิจกรรมที่ 20 ลำเลียงกล่องดวงใจ

พัฒนาองค์ประกอบทางด้านการรับผิดชอบต่อตนเอง

พัฒนาองค์ประกอบทางด้านการเฝ้าแบ่งปัน

พัฒนาองค์ประกอบทางด้านการมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน

พัฒนาองค์ประกอบทางด้านการมองโลกในแง่บวก

กิจกรรมที่ 1 (การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง)

“เกียรติบัตรความสำเร็จ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตั้งเป้าหมายและบันทึกความสำเร็จของชีวิต
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสร้างแนวทางในการพัฒนาความสามารถของตนเอง

เวลาที่ใช้ 90 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษและปากกา จำนวนเท่าสมาชิก
2. ใบงาน
3. แผ่นเกียรติบัตร

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ขั้นกิจกรรม

1) วิทยากรกล่าวนำ ชีวิตของคนเราที่ผ่านมาย่อมประสบความสำเร็จ ความสำเร็จ ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในชีวิต ทำให้เป็นฐานความคิดผลักดันให้ตั้งใจในการทำงานต่อไป

2) แจกกระดาษ ปากกา แผ่นเกียรติบัตรให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมและให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตอบคำถามลงในแต่ละช่องของเกียรติบัตร ดังนี้

- เป้าหมายในชีวิตของท่านคืออะไร
- ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในชีวิตที่ผ่านมาคืออะไร (บอกมา 3 อย่าง)
- ความสามารถของตนเองที่ท่านภาคภูมิใจมีอะไรบ้าง (บอกมา 3 อย่าง)
- สิ่งที่ท่านอยากให้ผู้อื่นกล่าวขวัญถึงตัวท่านมากที่สุด มีอะไรบ้าง
- ความดีที่ท่านอยากบอกให้ผู้อื่นทราบคืออะไร (บอกมา 3 อย่าง)
- อะไรคือสิ่งที่ท่านพยายามอย่างยิ่งที่จะได้รับ

3) สรุปและอภิปรายผล

ให้ผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้จากกิจกรรมนี้ และวิทยากรสรุปเพิ่มเติม

การประเมินผล

1. สังกัดจากความสนใจร่วมกิจกรรมของผู้เข้าร่วมกิจกรรม
2. สังกัดจากการร่วมแสดงความคิดเห็นและการตอบคำถามของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ใบงาน

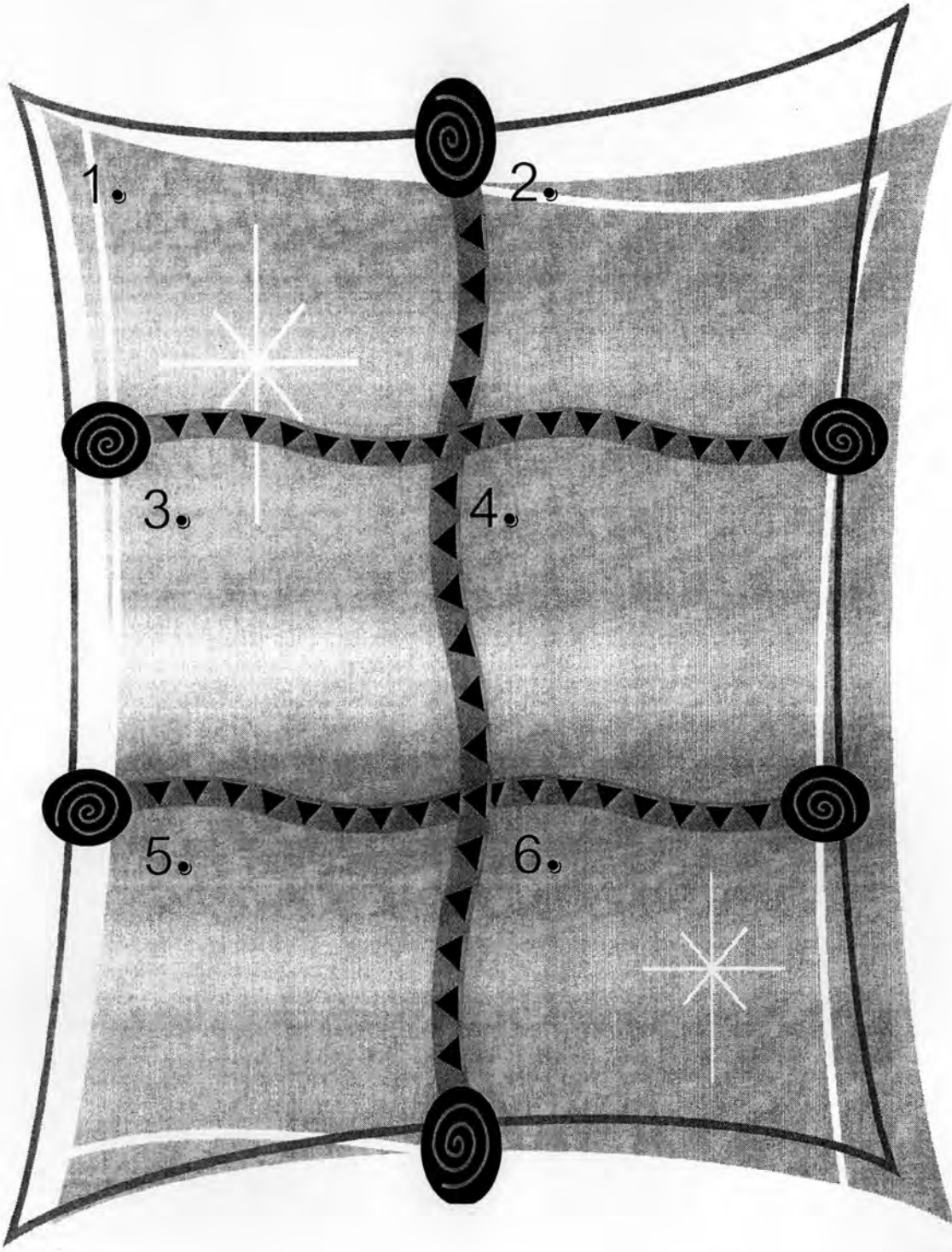
เกียรติบัตร ตั้งเป้าหมาย และความสำเร็จของชีวิต

คำแนะนำ : ให้ตอบคำถามแต่ละข้อ ลงตามหมายเลขในแผ่นเกียรติบัตร

- เป้าหมายในชีวิตของท่านคืออะไร
- ความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ในชีวิตที่ผ่านมาคืออะไร (บอกมา 3 อย่าง)
- ความสามารถของตนเองที่ท่านภาคภูมิใจมีอะไรบ้าง (บอกมา 3 อย่าง)
- สิ่งที่ท่านอยากให้ผู้อื่นกล่าวขวัญถึงตัวท่านมากที่สุด มีอะไรบ้าง
- ความดีที่ท่านอยากบอกให้ผู้อื่นทราบคืออะไร (บอกมา 3 อย่าง)
- อะไรคือสิ่งที่ท่านพยายามอย่างยิ่งที่จะได้รับ

หลังจากนั้น ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแบ่งเป็น 3 กลุ่มๆละ 6 คน แลกเปลี่ยนเกียรติบัตรดู
ภายในกลุ่ม อภิปรายแสดงความคิดเห็น เสนอแนะแนวทางให้ได้มาในสิ่งนั้น

เกียรติบัตรของ.....
มอบให้ ณ วันที่.....



กิจกรรมที่ 2 (การรับผิดชอบต่อตนเอง)

“ต้นไม้หลายมิติ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกรู้จักตัวเองมากยิ่งขึ้น
2. เพื่อให้สมาชิกรู้จักเคารพในความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
3. เพื่อให้สมาชิกเข้าใจและยอมรับในความแตกต่างซึ่งกันและกันแต่มิใช่เป็นการแตกแยก

เวลาที่ใช้ 90 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษต้นไม้
2. โต้ะสำหรับตั้งกระดาษต้นไม้
3. กระดาษ ปากกาหรือดินสอ

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรจัดให้สมาชิกรั้งเป็นวงกลม
2. นำกระดาษต้นไม้ตั้งไว้บนโต๊ะกลางวง
3. แจกกระดาษพร้อมปากกาหรือดินสอให้แก่สมาชิกคนละ 1 ชุด และให้แต่ละคนวาดกระดาษต้นไม้ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงตามที่ตนเห็น
4. เมื่อสมาชิกทุกคนวาดเสร็จแล้วให้เขียนชื่อซัดๆ ไว้บนกระดาษที่วาดแล้วให้นั่งพิจารณาคุณภาพที่ตนวาดกับกระดาษต้นไม้สักครู่หนึ่ง
5. ให้สมาชิกแต่ละคนส่งภาพของตนเองไปให้เพื่อนสมาชิกที่นั่งอยู่ขวามือแล้วส่งต่อกันไปอย่างช้าๆ เพื่อให้เปรียบเทียบภาพที่สมาชิกแต่ละคนวาดกับของจริงหลังจากผ่านครบทุกคนแล้วสมาชิกแต่ละคนก็จะได้ภาพของตนเองกลับคืนมา
6. สรุปข้อคิด
 - 6.1 วิทยากรให้สมาชิกร่วมกันอภิปรายตามหัวข้อดังนี้
 - 1) มีสมาชิกท่านใดบ้างที่คิดว่าภาพวาดของตนเองที่วาดกระดาษต้นไม้ นั้น แยกแยะของผู้อื่น แต่กลับพบว่าของผู้อื่นแยกแยะกว่าภาพของตนเอง

2) มีสมาชิกท่านใดบ้างที่คิดว่าภาพของตนดีแล้ว แต่กลับพบว่ามิของคนอื่นดีกว่าภาพของตน

3) สมาชิกมีความรู้สึกอย่างไรบ้างเมื่อดูภาพ ของเราเองและของผู้อื่น และภาพของแต่ละคนมีส่วนใดบ้างที่เหมือนกัน

4) วิทยากรนำภาพของสมาชิกที่นั่งตรงข้ามกับสมาชิกบางคน แล้วถามสมาชิกทุกคนว่าภาพของคนที่นั่งตรงข้ามกับเรามีอะไรแตกต่างกันบ้าง

5) กระจกต้นไม้นั้นจะมีโต๊ะรองรับ แต่ทำไมบางคนวาดโต๊ะรอบรับไว้ด้วย บางคนกลับไม่วาด และทำไมกระจกต้นไม้มันจึงต้องมีที่รองรับ

6) สมมุติว่าถ้าเราเป็นกระจกต้นไม้นั้น เราได้ข้อคิดอะไรบ้าง

7) การที่เรามองเห็นกระจกต้นไม้มันและต้นไม้มันเพียงด้านเดียว เราสามารถจะสรุปลักษณะทั้งหมดของต้นไม้มันและกระจกได้หรือไม่เพราะเหตุใด

8) สมาชิกได้รับข้อคิดเห็นใดบ้างจากกิจกรรมนี้

6.2 วิทยากรสรุปข้อคิดเพิ่มเติมว่า “จากกิจกรรมนี้ต้องการปลูกฝังให้สมาชิกมองคนอื่นในแง่ดี ในเมื่อความคิดหรือคำพูดใดที่เราคิดว่าของเราถูกต้อง แต่ก็อย่าเพิ่งไปตัดสินใจหรือที่กหักเอาว่าของผู้อื่นที่ตรงข้ามกับเราว่าของเขาคิด นอกจากนั้นเราต้องรู้จักนำใจเขามาใส่ใจเรา หมายความว่า ถ้าหากเรานำตัวเราไปนั่งในซีกเดียวกับเขา เราก็ต้องคิดและพูดแบบเขา เราจึงไม่มีอคติต่อเพื่อน มีหลายอย่างในตัวเราที่เรามักคิดว่าถ้าเป็นฉัน ฉันจะไม่ทำแบบนั้นอย่างแน่แท้ แต่ถ้าหากเรานำตัวเราไปอยู่ในสภาพแวดล้อม ในเหตุการณ์ หรือในระดับการศึกษาเช่นเดียวกับเขาแล้ว เราก็จะต้องทำเช่นเดียวกับเขาเป็นแน่แท้ เพราะฉะนั้นเวลาเราเห็นว่าใครทำอะไร ไม่ถูกตาถูกใจเรา เราก็อย่าเพิ่งไปด่วนตัดสิน เพราะเขาได้รับประสบการณ์ที่ไม่เหมือนกับเรา”

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการเข้าร่วมและทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 3 (การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง)

“ข้าพเจ้าเป็นใคร”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักที่จะมองคนในแง่ดี
3. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของตนเอง
4. เพื่อให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของการปรับปรุงข้อบกพร่องของตนเอง

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบงาน 1 (คุณชอบสัตว์อะไร)
2. คำเฉลยสัตว์ 8 ชนิด
3. ใบงาน 2 (อุงุ่น ส้ม กล้วย แดง โม)
4. คำเฉลยผลไม้ 4 ชนิด

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. แจกใบงาน 1 (คุณชอบสัตว์อะไร) ให้ผู้เรียนเลือกคนละ 1 ชนิด เขียนลงในกระดาษ พร้อมบอกเหตุผลว่าทำไมชอบสัตว์ชนิดนั้น
 2. เมื่อผู้เรียนเลือกเสร็จแล้ว
 - 2.1 ผู้สอนถามการเลือกของผู้เรียน
 - 2.2 ให้ผู้เรียนที่เลือกสัตว์ชนิดเดียวกันยืนขึ้น ผู้สอนอ่านคำทำนายให้ฟังจนครบ ทั้ง 8 ชนิด
3. แจกใบงาน 2 (อุงุ่น ส้ม กล้วย แดง โม) ให้ผู้เรียนทำแบบทดสอบในใบงาน 2 จากนั้น รอให้ผู้เรียนเติมคำตอบให้เสร็จ

4. เมื่อผู้เรียนทำแบบทดสอบเสร็จแล้ว

4.1 ผู้สอนสอนวิธีการรวมคะแนนตามใบงานที่ 2

4.2 ให้ผู้เรียนที่ได้ผลไม่ชนิดเดียวกันยื่นขึ้น ผู้สอนอ่านคำทำนายให้ฟังจนครบ

ทั้ง 4 ชนิด

5. สรุปข้อคิด

5.1 กิจกรรมนี้มีเจตนาเพื่อให้ท่านหันมามองตัวเองว่า มีจุดดี จุดเสียอะไรบ้าง ไม่ได้ตัดสินว่าท่านจะต้องเป็นอย่างคำเฉลย

5.2 พฤติกรรมของมนุษย์ทุกคนมีข้อดีและข้อเสีย คนที่ประสบความสำเร็จในการทำงานจะต้องรู้จักวิเคราะห์ตนเองเพื่อการปรับปรุงและพัฒนาอยู่ตลอดเวลา

5.3 การทำงานร่วมกันกับผู้อื่น ต้องยอมรับความแตกต่างรู้จักมองคนในแง่ดี และเราต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจคนอยู่ตลอดเวลา

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น

ใบงาน 1
คุณชอบสัตว์อะไร

คุณชอบสัตว์อะไรต่อไปนี้มากที่สุด

- | | | | |
|--------|---------|----------|----------|
| 1. ปลา | 2. ลิง | 3. สุนัข | 4. นกยูง |
| 5. แมว | 6. ช้าง | 7. ม้า | 8. สิงโต |

คุณชอบ.....เหตุผลที่ชอบเพราะ.....

ข้าพเจ้าเป็นใคร?

1. ชื่อ.....นามสกุล.....วันเกิด.....
2. ชื่อเล่น.....หรือฉายาที่เพื่อนสนิทตั้งให้คือ.....
3. ลักษณะเด่นที่ใครๆเห็นแล้วจะต้องจำได้อย่างแม่นยำ คือ.....
.....
4. ความสามารถพิเศษ.....
5. ถ้ามีฤทธิ์สามารถเสกอะไรได้ อยากเสกให้เกิดอะไรขึ้น (ครั้งเดียวเท่านั้น)
อยากเสกให้เกิด.....
เหตุผล.....
6. จงบอกข้อดีของตนเองมา 3 ข้อ
 - 1)
 - 2)
 - 3)
7. จงบอกข้อเสียของตนเองมา 3 ข้อ
 - 1)
 - 2)
 - 3)
8. สิ่งประทับใจมากที่สุดในชีวิต.....

คำเฉลย คุณชอบสัตว์อะไร

- ปลา

คุณเป็นคนมีนิสัยอ่อนโยนเข้าใหนเข้าได้ส่วนมากสหายชอบนิสัย เป็นคนหัวอ่อน คุณเป็นคนไม่ชอบออกสังคม ไม่ชอบทำเด่น ชอบเก็บตัวอยู่คนเดียว อาจจะรั้นคือคิงในบางเวลา แต่เป็นคนรักความยุติธรรม ซ่อนความรู้สึกเก่ง ไม่ชอบพิธีรีตอง ชอบทำอะไรตามสบาย ทนต่อระเบียบวินัยได้ คุณปรารถนาความรักที่มั่นคง ตั้งอยู่บนกฎเกณฑ์ที่แน่นอน ซื่อสัตย์ต่อความรัก แต่ไม่ตกหลุมรัก ส่วนมากจะถูกรักก่อน

- ลิง

คุณเป็นคนมีอารมณ์ขัน มีนิสัยอยากเห็นโดยไม่สิ้นสุด ชอบสิ่งใหม่ๆ คุณเป็นคนที่มีเหลี่ยม เป็นคนที่เสียดสี ถ้ามีความปรารถนาที่จะได้สิ่งไหนแล้ว จะต้องได้และต้องหาทางที่จะเป็นเจ้าของ เป็นคนไม่มีปัญหา รู้จักทำตัวให้มีชีวิตชีวา ชอบแฟชั่น แต่งตัวตามสมัยอยู่เสมอ เป็นผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่างก่อนคนอื่นเสมอ คุณเป็นคนขยัน (เป็นคนมีกลางสังหรณ์) หากคุณมีคนรักด้วย จะสงสารก่อนใช้สมองใครตรงอยู่เสมอ เป็นผู้ฉลาดในเรื่องรัก เป็นคนมีหลายหน้าจึงดูไม่แก่

- สุนัข

ความสุขของคุณคือ การได้รับรู้กับผู้อื่น คือ ต้องให้ผู้อื่นได้รู้ได้เห็นด้วย ชอบแบ่งความสุขให้ผู้อื่น ในเรื่องความรักเป็นเรื่องเดียวกับมิตรภาพ คุณมีแนวโน้มที่จะขึ้นอย่างรวดเร็ว คุณดังเลในเรื่องบุคลิกของคุณ เพราะไม่แน่ใจว่าจะอะไรเหมาะสมสำหรับคนอย่างคุณ คุณเป็นคนมีอารมณ์รุนแรง และค่อนข้างเจ้าอารมณ์ในบางครั้ง เป็นคนคิดการณ์ไกล เข้าใจผู้อื่นแต่ไม่เข้มแข็งพอ คุณเป็นคนร่าเริงแจ่มใส แต่เนื่องจากเป็นคนอารมณ์รุนแรง และชอบสิ่งที่อันตราย การเลือกคู่ครองจึงสำคัญมาก เพราะความดีร้นอย่าง ไม่หยุดยั้งของคุณจะทำให้คุณเป็นคนที่ไม่เป็นสุขมากนัก เป็นคนเสียดสีและอุทิศตนเพื่อผู้อื่นเสมอ

- นกยูง

คุณชอบให้คนอื่นที่แวดล้อมคุณพูดถึงคุณ ในทำนองยกย่องชมเชย เป็นคนกล้าแสดงออก ต้องการเด่นกว่าคนอื่น เรื่องการงานต้องไม่ให้ใครติชอบบพร่อง เป็นคนอวดดีและต้องการให้ผู้อื่นเห็นว่า คุณเป็นผู้รู้ทุกอย่างในโลก คุณเป็นคนใจอ่อน อ่อนไหวง่าย ใครชักชวนหรือพูดแบบใดมักจะเป็นไปตามคำชวน มีเพื่อนน้อยคนที่จะรู้จักนิสัยและความเป็นอยู่ที่แท้จริงของคุณ

เป็นคนลืมหืมตาในบางครั้งแต่ไม่ค่อยกลัวผู้ที่มีความเป็นจริงของคุณ มีรสนิยมสูง ชอบให้ผู้อื่นสนใจในตัวคุณ ชอบให้คนมองถ้ารักใครก็ชอบให้มีนิสัยเหมือนกันจึงหาคู่ได้ยากและไม่สมหวังนัก คุณเป็นคนปากหวาน มีความมั่นใจในตนเองจึงไม่แคร์ต่อสิ่งใดทั้งสิ้น

- แมว

เป็นคนมีอารมณ์รุนแรงพอใช้ เวลาสุขก็สุขขนาด เวลาทุกข์หรือ โกรธแค้นก็รู้สึกมากจนน่ากลัว คุณออกจะดุและหงุดหงิด โดยหาสาเหตุไม่ได้ในบางครั้ง ชอบเสียงเล่นกับไฟ เป็นคนดีร้อนและดันทุรัง ถ้ามีเพื่อนที่แข็งแกร่งกว่าคุณก็ให้เขา ถ้าพบคนอื่นที่อ่อนกว่าก็จะข่ม แต่โดยเหตุที่คุณมีเสน่ห์มีความน่าสงสารในบางครั้ง ทุกคนจึงให้อภัย คุณชอบที่จะหาเรื่องใส่ตัว อยู่เฉยๆ ไม่ได้ เป็นต้องหาทางทำอะไรสักอย่าง ซึ่งผลที่ได้จะทำให้คุณภูมิใจเป็นคนทันสมัย แฟชั่นชอบเครื่องเพชรพลอย เป็นคนมีเสน่ห์ ชอบทำอะไรแปลกๆ ในสิ่งที่คนอื่นไม่ทำ เป็นคนละเอียดอ่อนและไม่แคร์อะไรเท่าไรนัก

- ช้าง

เป็นคนเจียบสงบเก็บตัวและสง่าผ่าเผย เป็นผู้ที่ได้รับความสำเร็จในอนาคตเพราะความเป็นคนเก็บความรู้สึกเก่ง มีความซื่อสัตย์ ถ้ามีความรักก็เป็นแบบมิตรภาพ คือมีความรักมั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่ายต่อเหตุการณ์ รักความสันโดษ ออกจะสะเพร่าในบางครั้ง เป็นคนรู้งานทุกอย่างไม่จู้จี้ขี้นบ มีข้อเสียบางอย่างคือ งานไม่ละเอียด ไม่ชอบเสื้อผ้าอาภรณ์ที่ฟูฟ่าแพรวพราวมากเกินไป ชอบของที่เข้มแข็งทนทาน ชอบงานที่ให้ความมั่นคงแก่ตนเอง เป็นคนที่มั่นคงในความรัก

- ม้า

ชอบแสวงหาความสุขของตนเองอยู่ตลอดเวลา เป็นคนชอบสิ่งสวยงามและสูงส่ง มีรสนิยมเอื้อเฟื้อ มีอารมณ์ขัน หนึ่งในอุดมคติทั้งหลายคือ การเสาะแสวงหารักแท้ เป็นคนเห็นการณ์ไกล เป็นผู้รอบรู้ มีความรักที่ยิ่งใหญ่ ชอบทำงานอิสระ ไม่ชอบให้มีใครมาบังคับมากเกินไป ชอบทำงานประเภทติดต่อประชาสัมพันธ์และงานส่วนตัวอื่นๆ เป็นคนแต่งตัวเก่ง ชอบของเก่าและคลาสสิก

- สิงโต

เป็นนักปกครองประเภทเผด็จการ ต้องการให้ผู้อื่นอยู่ใต้อำนาจ คุณกำหนดจุดหมายในชีวิตไว้สูงมาก และพยายามสุดความสามารถที่จะป่ายป็นให้ถึงจุดนั้น จะต้องแสดงตัว

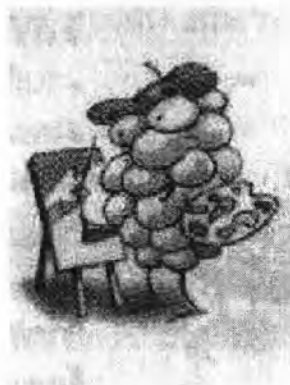
เป็นหนึ่งในอยู่เสมอ ต้องการให้ผู้อื่นยกย่องและนับถือในตัวคุณ ชอบที่จะแสดงอำนาจบาตรใหญ่
ความเป็นคนเจ้าอารมณ์ของคุณจะทำให้ผู้อื่นเจ็บตัวได้ ดังนั้น สิ่งที่คุณแสดงออกมาบางอย่างจึงควร
ระมัดระวัง และรักษาน้ำใจของผู้อื่นไว้ให้มากๆ เพราะอาจจะเป็นอันตรายต่อคุณเองในภายหลัง
เป็นคนที่มีความรักรุนแรง โดยมีความปรารถนาที่จะเป็นฝ่ายถูกรัก มีความทะเยอทะยานมีรสนิยม
และมีความต้องการที่จะทำอะไรให้เป็นจริงเป็นจังขึ้นแล้วและต้องทำให้สิ่งนั้นบรรลุผลสำเร็จ ชอบ
ความโอ้อ่าหุหุและเอิกเกริก

ถ้าคะแนนสูงสุดของคุณอยู่ในคอลัมน์ 3 คุณอยู่ในกลุ่มกล้วย
ถ้าคะแนนสูงสุดของคุณอยู่ในคอลัมน์ 4 คุณอยู่ในกลุ่มแตงโม

องุ่น

ความสามารถตามธรรมชาติขององุ่น

- สะท้อนกลับ
- ไวความรู้สึก
- ยืดหยุ่น
- สร้างสรรค์
- โปรดการทำงานเป็นกลุ่ม



องุ่นเรียนรู้ได้ดีเมื่อ

- ทำงานและแบ่งปันกับผู้อื่นได้
- เกือบการเล่นและเรียนได้สมดุล
- สื่อสารได้
- ไม่มีการแข่งขัน

องุ่นอาจมีปัญหาเมื่อ

- ให้คำตอบที่ชัดเจน
- เฟื่องสนใจเรื่องเดียว
- จัดระบบ

หากองุ่นต้องการขยายขีด

ความสามารถ

- สนใจรายละเอียด
- ไม่เร่งร้อน
- ใช้อารมณ์ให้น้อยลง
เมื่อต้องตัดสินใจ

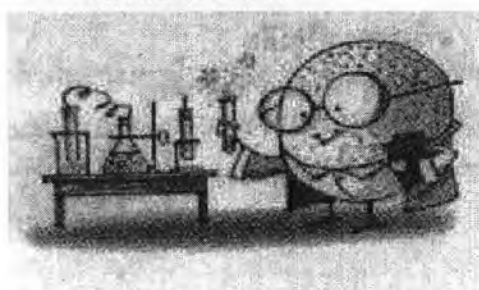
ส้ม

ความสามารถตามธรรมชาติของส้ม

- ทดลอง
- ฟังพาดตนเอง
- สนใจใคร่รู้
- มองหาหนทางอื่น
- สร้างความเปลี่ยนแปลง

ส้มอาจมีปัญหาเมื่อ

- ทำงานให้ทันเวลา
- ฟังคำบรรยาย
- มีทางเลือกให้น้อย



ส้มเรียนรู้ได้ดีเมื่อ

- ได้ใช้การลองผิดลองถูก
- สร้างผลงานจริง
- มีการแข่งขัน

หากส้มต้องการขยายขีดความสามารถ

- มอบหมายความรับผิดชอบ
- ขอมรับไอเดียของผู้อื่นบ้าง

- กำหนดทิศทางเอง

- เรียนรู้การจัดลำดับความสำคัญ

กล้วย

ความสามารถตามธรรมชาติของกล้วย

- วางแผน
- ค้นข้อมูล
- จัดระบบ
- ปฏิบัติตามคำสั่ง



กล้วยเรียนรู้ได้ดีเมื่อ

- อยู่ในสภาพแวดล้อมเป็นระบบ
- มีผลลัพธ์กำหนดไว้ชัดเจนแล้ว
- เชื่อใจว่าผู้อื่นทำหน้าที่ของตน
- อยู่ในสถานการณ์พยากรณ์ได้

กล้วยอาจมีปัญหาเมื่อ

- เข้าใจความรู้สึก
- รับมือกับการโต้แย้ง
- ตอบคำถาม
- “จะเกิดอะไรขึ้น ถ้า....”

หากกล้วยต้องการขยายขีด

ความสามารถ

- แสดงความรู้สึกของตนออกมาให้มากกว่านี้
- ขอคำอธิบายมุมมองของผู้อื่น
- ลดความเคร่งลงบ้าง

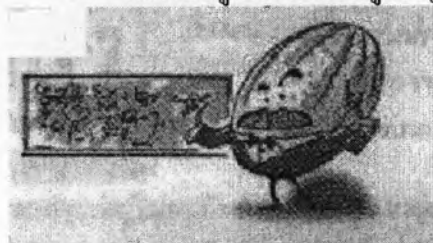
แตงโม

ความสามารถตามธรรมชาติของแตงโม

- อภิปรายมุมมอง
- ค้นหาคำตอบแก้ปัญหา
- วิเคราะห์ไอเดีย
- ระบุค่าหรือความสำคัญ

แตงโมอาจมีปัญหาเมื่อ

- ทำงานเป็นกลุ่ม
- ถูกวิจารณ์
- ใช้ภาษาพูดห้วนล้อมงูใจผู้อื่น



แตงโมเรียนรู้ได้ดีเมื่อ

- เข้าถึงแหล่งทรัพยากร

หากแตงโมต้องการขยายขีดความสามารถ

- ยอมรับความไม่สมบูรณ์แบบ

- ทำงานเป็นอิสระ
- ได้รับการยอมรับในสติปัญญา
- ปฏิบัติตามรูปแบบดั้งเดิม
- พิจารณาทางเลือกอื่นๆ
- รับรู้ความรู้สึกผู้อื่น

กิจกรรมที่ 4 (การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง)

“ปัญหาที่มีทางออก”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการวิเคราะห์ปัญหาของตนเอง
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักช่วยการระดมสมองคิดแก้ไขปัญหาของผู้อื่น
3. เพื่อให้ผู้เรียนตระหนักถึงความรู้สึกของตัวเอง

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบงานปัญหาของข้าพเจ้า

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆละ 6 คน พร้อมแจกกระดาษให้แก่ทุกคน โดยให้นักเรียนเดิมกำลังในช่องว่างของประโยคที่ว่า “ปัญหาที่ข้าพเจ้ากำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้คือ...” ให้สมบูรณ์ สอดคล้องกับความเป็นจริง โดยไม่ต้องระบุว่าใครเป็นผู้เขียน จากนั้นครูจะเป็นผู้รวบรวม แล้วสลับเพื่อแจกให้นักเรียนอีกครั้ง หากผู้ใดได้ของตนเอง ให้ทำการเปลี่ยน

2. เมื่อแต่ละคนได้รับกระดาษข้อความแล้ว ให้ลองคิดหาหนทางในการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจัง (ราวกับว่าปัญหาที่อยู่ตรงหน้านั้นคือปัญหาของเราเอง) จากนั้นให้แต่ละคนนำเสนอหัวข้อของปัญหา พร้อมวิธีการแก้ไขแก่เพื่อนๆ ร่วมกลุ่ม คนอื่นๆ ที่เหลือจะต้องช่วยกันให้ข้อเสนอแนะ

3. ให้แต่ละกลุ่มพยายามดำเนินการตามขั้นตอนข้างต้นนี้จนครบทุกคน

4. ผู้สอนถามคำถามเพื่อนำเข้าสู่การสรุปกิจกรรม

4.1 ผู้เรียนได้ยื่นประเด็นปัญหาของตนที่เพื่อนๆ ช่วยกันหาหนทางในการแก้ไข ปัญหาบ้างหรือไม่? คำแนะนำของเพื่อนๆ มีประโยชน์หรือไม่? ผู้เรียนคิดว่ากิจกรรมนี้มีคุณค่า เพราะเหตุใด?

4.2 ผู้เรียนรู้สึกอย่างไรบ้าง เมื่อได้ยินใครสักคนกำลังอ่านประเด็นปัญหาของผู้เรียนอยู่? ผู้เรียนคิดว่ามันช่วยนักเรียน หรือมันทำให้รู้สึกอึดอัดใจมากขึ้น? และเพราะเหตุใด?

5. สรุปข้อคิด

5.1 คงปฏิเสธไม่ได้ว่า ทุกคนในทุกวันย่อมล้วนประสบปัญหา มา แต่บางคนประสบมามาก บางคนประสบมาน้อยแตกต่างกันไป แล้วแต่ในการดำเนินชีวิตของแต่ละคน

5.2 การที่ผู้เรียนเท่าทันความรู้สึกรู้สึกของตนเอง เท่าทันปัญหาของตนเอง ย่อมทำให้มองหาวิธีการแก้ปัญหา สิ่งหนึ่งที่สำคัญคือ เพื่อน ถ้าเราไม่สามารถแก้ไขปัญหได้ด้วยตนเอง ย่อมจำเป็นต้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น แต่การจะเล่าเรื่องปัญหาให้ใครสักคนฟัง จำเป็นต้องไตร่ตรองก่อน และวางใจในคนผู้นั้น

5.3 ก้าวแรกของการกล้าเล่าอะไรสักอย่างที่เป็นปัญหาหนักหนาสาหัสย่อมยากที่สุด แต่เมื่อเราได้ปลดปล่อยมันออกไปแล้ว ย่อมทำให้เราสบายใจ และมีเพื่อนคอยช่วยหาทางออกจากปัญหาให้เราได้

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 5 (การรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง)

“รวมกันเราอยู่...หรือไป”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการมองคนอื่นอย่างเข้าอกเข้าใจ

เวลาที่ใช้ 360 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. สลากบัตรคำ มี 6 ใบ (6 สถานที่)

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มตามสะดวก กลุ่มละ 5 คน (6 กลุ่ม) เมื่อได้กลุ่มแล้วให้นักเรียนเตรียมร้อย
2. ผู้สอนให้ตัวแทนกลุ่มออกมาจับสลากเลือกสถานที่
3. ผู้สอนให้เลือกกลุ่มทำท่าเคลื่อนไหวและหยุดค้างการเคลื่อนไหวนั้นเมื่อผู้สอนสั่งให้หยุด จากนั้นให้ผู้เรียนกลุ่มอื่นทายว่านั่นคือสถานที่อะไร ทำเช่นนี้จนครบทุกกลุ่ม
4. ผู้สอนให้ผู้เรียนเลือกอาชีพจากในสถานที่นั้น โดยเหมือนกันทั้งกลุ่ม เช่น อยู่ในตลาดเลือกเป็นพ่อค้า ทั้งกลุ่มจะประกอบอาชีพเป็นพ่อค้า เป็นต้น
5. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มจับคู่กับกลุ่มอื่น โดยเลือกว่า กลุ่มไหนจะสามารถช่วยเหลือกันได้ โดยโจทย์คือ ให้มีสัญญากันว่าจะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดร่วมกัน โดยอธิบายการทำให้สัญญานั้นบรรลุผล เช่น พ่อค้าในตลาด กับ คนให้เช่าพื้นที่ จับมือร่วมกันสร้างตลาดนัดกลางคืน โดยมีขั้นตอน 1 2 3 ... เป็นต้น
6. ผู้สอนให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่ม (เหลือ 3 กลุ่ม จาก 6 กลุ่ม) ออกมาแสดงจากนั้นถามกลุ่มอื่นถึงความเหมาะสมและเป็นไปได้ ทำเช่นนี้จนครบทุกกลุ่ม
7. ผู้สอนให้ผู้เรียนทั้งหมดเลือกเพื่อนในกลุ่ม โดยโจทย์คือ เลือกเพื่อนที่อาชีพต่างกันโดยห้ามซ้ำอาชีพกัน เมื่อได้กลุ่มแล้วให้นักเรียนลง จากนั้นผู้สอนเดินตรวจสอบถามเพื่อความเรียบร้อย

8. ผู้สอนให้ผู้เรียนคิดว่าการรวมกลุ่มแบบต่างอาชีพนี้จะทำอะไรร่วมกัน โดยมีอาชีพทั้งหมดทำร่วมกัน

9. ผู้เรียนออกมาแสดงให้เพื่อนชม ทำเช่นนี้จนครบทุกกลุ่ม (6 กลุ่ม)

10. สรุปกิจกรรม

10.1 การรู้จักตนเอง จะทำให้สามารถรู้หน้าที่ตนเอง รู้สิ่งที่ตัวเองกำลังทำ อย่างเช่นในอาชีพที่สมมุติขึ้น ทำให้เราเข้าใจบทบาทของเรา ว่าเราจะสามารถทำอะไรเพื่อกลุ่มได้บ้าง ด้วยศักยภาพของเรา

10.2 การที่เราเหมือนกับคนอื่น ไม่จำเป็นที่เราจะต้องอยู่เหนือกว่าคนอื่น แต่ให้เราเกิดความรู้สึกแบ่งรับแบ่งสู้ แบ่งปัน นำไปสู่การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

10.3 เมื่อเราต่างอาชีพกันมาอยู่ด้วยกัน (คนต่างกันมาอยู่ด้วยกัน) ไม่ใช่เอาเวลามานั่งทะเลาะกันว่าใครดีเด่นกว่าใคร แต่ให้มองถึงสิ่งที่เกิดขึ้นร่วมกัน ทำสิ่งนั้นให้เกิดขึ้นด้วยความร่วมมือ สิ่งไหนเราช่วยได้ให้ช่วยกัน ทำมันให้สำเร็จออกมาเป็นผลงานที่ภาคภูมิใจ

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 6 (การเพื่อแบ่งปัน)

“กระดาษกำหนด”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการมองคนอื่นอย่างเข้าอกเข้าใจ

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษสติ๊กเกอร์ 5 สี ตัดเป็นชิ้นเล็กๆ อย่างละเท่าๆกัน จำนวนรวมเท่ากับนักเรียน และสติ๊กเกอร์สีที่ต่างกับ 5 สีแรก อีก 3 สี สีละ 1 ชิ้น

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนให้ผู้เรียนจับกลุ่มตามที่ตัวเองต้องการกลุ่มละ 5 คน เมื่อได้กลุ่มแล้วให้นั่งลง
2. ให้ผู้เรียนทุกคนหลับตาตลอดเวลาในขณะที่ครูติดสติ๊กเกอร์สีใดสีหนึ่ง (ใน 5 สี) ไว้ที่บริเวณหน้าผากของผู้เรียนทุกคน ให้เลือกผู้เรียนไว้สัก 3 คน เพื่อติดสติ๊กเกอร์ที่สีแตกต่างไปจากเพื่อนๆทุกคน (ต่างไปจาก 5 สีแรก) ที่สำคัญก็คือ กิจกรรมนี้ห้ามพูดคุยใช้เสียงใดๆทั้งสิ้น
3. จากนั้นให้ผู้เรียนทุกคนลืมตา แต่ละคนก็จะไม่รู้ว่าตัวเองติดสติ๊กเกอร์สีอะไร แต่ครูจะสั่งให้นักเรียนไปหาเพื่อนๆ ในกลุ่มของตนที่สติ๊กเกอร์สีเดียวกัน ซึ่งถึงแม้ว่าผู้เรียนอาจจะจัดการให้ตัวเองไม่ได้ แต่ก็สามารถจะช่วยให้เพื่อนสามารถหากกลุ่มของเขาได้ โดยที่ต้องเน้นเป็นพิเศษอีกครั้งก็คือ ห้ามใช้เสียง! เมื่อผู้เรียนคิดว่าพบกลุ่มของตนได้ครบถ้วนแล้ว ก็ให้รออยู่เงียบๆ ซึ่งในท้ายที่สุดทุกคนก็จะพบว่ายังมีเพื่อนอีก 3 คน ที่ไม่มีกลุ่ม
4. ให้ผู้เรียนที่พบกลุ่มแล้วนั่ง พร้อมทั้งทบทวนความถูกต้องอีกครั้ง
5. ผู้สอนให้ผู้เรียนอภิปรายในชั้นเรียน
 - 5.1 นักเรียนรู้สึกอย่างไรบ้างที่พบกลุ่มของตน ในขณะที่เพื่อนอีก 3 คน ไม่มีกลุ่ม ?
 - 5.2 นักเรียนคิดว่าที่จะชวนเพื่อนที่ไม่มีกลุ่มให้มานั่งร่วมกลุ่มกับนักเรียนหรือไม่? (ไม่มีกลุ่มสำหรับการห้ามมิให้เพื่อนที่มีสติ๊กเกอร์สีอื่นมาร่วมกลุ่ม)
 - 5.3 นักเรียนรู้สึกอย่างไรบ้างเมื่อรู้ว่าตัวเองไม่มีกลุ่ม ?

6. สรุปกิจกรรม

6.1 มนุษย์เป็นสัตว์สังคม ย่อมต้องการเพื่อนฝูงที่มีลักษณะเหมือนเรา ใกล้เคียงกับเรา หรือว่าถูกคอกัน

6.2 เมื่อบางครั้งด้วยสถานการณ์ที่จำกัด บังคับให้เราต้องเลือกกลุ่ม ถ้าเรามีกลุ่มก็ถือว่าโชคดี แต่ถ้าเป็นเราถ้าไม่มีคนเลือกเรา เราย่อมรู้สึกอ้างว้าง ดังนั้น ด้วยสถานการณ์นี้ สอนให้เราได้รู้จักการเข้าอกเข้าใจผู้อื่น เห็นใจผู้อื่น และพร้อมจะช่วยเหลือผู้อื่น แบ่งปันผู้อื่น รักเพื่อนมนุษย์ให้มากยิ่งขึ้น

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 7 (เพื่อแม่แบ่งปัน)

“X และ Y”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเพื่อแม่แบ่งปัน
2. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องความซื่อสัตย์

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4 และสีเทียน (1 แท่ง) จำนวน 5 ชุด

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนแบ่งกลุ่มให้ผู้เรียน กลุ่มละ 6 คน (5 กลุ่ม) เมื่อได้กลุ่มแล้วให้นั่งให้เรียบร้อย
2. ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มออกมารับกระดาษ A4 และสีเทียนแท่ง
3. ผู้สอนให้ผู้เรียนเขียน ตัว X และ Y เต็มแผ่นกระดาษ โดยหน้าละ 1 ตัวอักษร
4. ผู้สอนตั้งกฎกติกาว่า
 - 4.1 ทุกกลุ่มต้องส่งตัวแทนออกมา แสดงตัวอักษร X และ Y ทุกครั้งและแสดงพร้อมกับกลุ่มอื่น
 - 4.2 ถ้ามี X 1 ตัว และ Y 4 ตัว Y จะเสียเงินให้ X กลุ่มละ 20 บาท
 - 4.3 ถ้ามี X 2 ตัว และ Y 3 ตัว Y จะเสียเงินให้ X กลุ่มละ 10 บาท
 - 4.4 ถ้ามี X 3 ตัว และ Y 2 ตัว X จะเสียเงินให้ Y กลุ่มละ 10 บาท
 - 4.5 ถ้ามี X 4 ตัว และ Y 1 ตัว X จะเสียเงินให้ Y กลุ่มละ 20 บาท
 - 4.6 ถ้าออกเหมือนกันหมด ไม่ว่าจะ X หรือ Y จะได้เงินทุกกลุ่ม กลุ่มละ 10 บาท
 - 4.7 เล่นทั้งหมด 10 รอบ โดย รอบที่ 1,2,3,4 เล่นตามกฎข้อ (4.1) ถึง (4.5)
 - 4.8 รอบที่ 5,6,7 เสียเงิน 2 เท่า ก่อนเล่นรอบที่ 5 ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมา

เจรจากัน

- 4.9 รอบที่ 8,9,10 เสียเงิน 3,4,5 เท่า ตามลำดับและทุกรอบให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทน

ออกมาเจรจากัน

4.10 ดำเนินการเล่น ตั้งแต่รอบที่ 1 ไปจนถึงรอบที่ 10 และแจ้งกติกาในแต่ละรอบ โดยเฉพาะกฎที่มีเพิ่มเติม

5. อภิปรายกิจกรรม

5.1 มีสถานการณ์ในชีวิตประจำวันอันใดบ้างที่มีการตั้งกฎ และได้รับการปฏิบัติ ตามอย่างซื่อสัตย์ ? และสิ่งนั้นเป็นแนวความคิดที่ดีหรือไม่ ?

5.2 จะมีโอกาสใดบ้างหรือไม่ ? ที่เราไม่ควรปฏิบัติตามกติกา ?

6. สรุปกิจกรรม

6.1 ธรรมชาติของมนุษย์เราข่มต้องการให้ได้มากกว่าผู้อื่น เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่ง ต่างๆเราจำเป็นต้องแข่งขัน แข่งแย่ง หรือแม้กระทั่งหักหลังเพื่อนก็ตาม

6.2 ถ้าวันหนึ่งเพื่อนสนิทที่สุดมาหักหลังเรา เราคงรู้สึกเจ็บช้ำใจมากเป็นธรรมดา แต่ทำอะไรให้ไม่เกิดเหตุการณ์นี้ขึ้น นั่นคือเรื่องความซื่อสัตย์ ถ้าเราซื่อสัตย์ด้วยเรื่องการตกลงกัน เพื่อเป็นการแบ่งปันผู้อื่น ข่อมทำให้เราไม่ถูกหักหลัง และได้ในสิ่งที่ควรจะได้

6.3 การแบ่งปันเป็นสิ่งที่ดี ถ้าเราร่วมมือกัน ข่อมมีพลังมากกว่าการทำสิ่งต่างๆด้วย ตัวคนเดียวอย่างแน่นอน

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 8 (เพื่อแม่แบ่งปัน)

“หยอดเหรียญ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้หน้าที่รู้จักการวางแผนแบ่งหน้าที่กัน
2. เพื่อส่งเสริมการช่วยเหลือและไว้วางใจเพื่อนร่วมทีม

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระปุกเงินบรรจุเหรียญ 15 เหรียญ 3 กระปุก
2. แก้วน้ำทรงสูงติดแฉ้ม 5, 10 และ 15 คะแนน

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนให้ผู้ที่มีหมายเลข 1 - 10 เป็นทีมที่ 1 ผู้ที่มีหมายเลข 11 - 20 เป็นทีมที่ 2 และผู้ที่มีหมายเลข 21 - 31 เป็นทีมที่ 3 รวมได้ 3 ทีม
 2. ผู้สอนและทีมงานจัดวางแก้วน้ำห่างจากจุดยืนที่กำหนดเป็น 3 ระยะ ของแต่ละทีมคือ
 - 1) แก้วที่มีแฉ้ม 5 คะแนน ห่างจากจุดยืนประมาณ 1.80 เมตร
 - 2) แก้วที่มีแฉ้ม 10 คะแนน ห่างจากจุดยืนประมาณ 1.90 เมตร
 - 3) แก้วที่มีแฉ้ม 15 คะแนน ห่างจากจุดยืนประมาณ 2.00 เมตร
 3. ผู้สอนและทีมงานแจกกระปุกเหรียญให้แต่ละทีม
 4. ผู้สอนชี้แจงว่าแต่ละทีมจะต้องช่วยกันหยอดเหรียญใส่แก้วที่กำหนดให้ ให้ได้ตามเป้าหมายคือ 150 คะแนน โดยทุกคนจะต้องมีส่วนร่วมกับการหยอดเหรียญใส่แก้ว โดยจะต้องห้ามยื่นเอาเท้าเหยียบเกินเขตที่ผู้สอนกำหนด แต่สามารถยื่นมือเข้าไปได้
 5. เมื่อทุกคนเข้าใจตรงกันแล้ว ผู้สอนจับเวลา 1 นาที เพื่อประชุมวางแผน และเตรียมการว่าจะต้องหยอดเหรียญใส่แก้วไหนเป็นจำนวนเท่าไรบ้าง ถึงจะได้ครบ 150 คะแนน ตามที่กำหนด
 6. เมื่อหมดเวลาผู้สอนเป่านกหวีดเป็นสัญญาณให้เริ่มการหยอดเหรียญ จนครบ 15 เหรียญ
- ด้วยความร่วมมือของทุกคนในทีม

7. เมื่อทีมใดทำภารกิจสำเร็จแล้วให้ส่งเสียงเฮ้ แล้วนั่งลง
8. ผู้สอนและทีมงานตรวจสอบจากทีมที่เสร็จเป็นทีมแรกว่าใส่ลงแก้วใบไหนบ้าง และได้ครบ 150 แด้มหรือไม่
9. ทีมใดสามารถทำได้ตามเป้าหมายที่กำหนดเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม

กิจกรรมที่ 9 (เพื่อแผ่แบ่งปัน)

“ของของผู้อื่น”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียน ได้เรียนรู้เรื่องการแผ่แบ่งปันจากผู้อื่น

เวลาที่ใช้ 360 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษ A4 และปากกา (1 แท่ง) จำนวน 5 ชุด

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนแบ่งกลุ่มให้ผู้เรียน กลุ่มละ 6 คน (5 กลุ่ม) เมื่อ ได้กลุ่มแล้วให้นั่งให้เรียบร้อย
2. ผู้สอนให้แต่ละกลุ่มออกมารับกระดาษ A4 และปากกา
3. ผู้สอนมอบหมายให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มคิดถึงกลุ่มคนที่ขาด โอกาสมากกว่าเราในชุมชน ใกล้เคียง และต้องการนำสิ่งใด ไปให้เขาเหล่านั้น แล้วเขียนลงไป ในกระดาษที่แจกให้
4. ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนออกมาอ่าน ในสิ่งที่เขียนลงไป ในกระดาษ
5. ผู้สอนและผู้เรียนออกเดินทางไปรับบริจาค ในชุมชน ใกล้เคียง โดยแต่ละกลุ่มจะรับ บริจาคในสิ่งที่ตนเองต้องการเท่านั้น
6. เมื่อกลับมาถึงห้องเรียน ให้ผู้เรียนรวบรวมสิ่งที่รวบรวมมาได้ทั้งหมดแยกประเภท หมวดยุไว้
7. ผู้สอนและผู้เรียนออกเดินทางไปตามสถานที่ต่างๆ ที่ผู้เรียนได้ระบุไว้ในกระดาษ
8. เมื่อเสร็จภารกิจให้เดินทางกลับมาที่ห้อง
9. ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายกิจกรรม
 - 9.1 รู้สึกอย่างไร ในกิจกรรมวันนี้ ?
 - 9.2 รู้สึกอย่างไรเมื่อเห็นคนที่ด้อย โอกาสมากกว่าเรา ? จำเป็นต้องแบ่งปันให้คน เหล่านี้หรือไม่ ?
 - 9.3 ถ้ามีโอกาสจะทำกิจกรรมเช่นนี้อีกหรือไม่ ?

10. สรุปกิจกรรม

10.1 เราอาจจะนึกอยู่ฝ่ายเดียวว่า การที่เราต้องการสิ่งต่างๆจากคนอื่น เพราะว่าเราเป็นคนขาดโอกาสมากกว่าคนอื่น แต่เราอาจจะลืมนึกไปว่า มีคนที่ต้องการ โอกาส ต้องการสิ่งต่างๆที่จำเป็นในชีวิตของเขา ซึ่งแม้แต่โอกาสก็ยังไม่ให้

10.2 ถ้าเรามีโอกาสเราก็ควรจะรู้จักการแบ่งปันให้ผู้อื่นบ้าง เมื่อทำแล้วจะอึดอัดอั้นใจ สบายใจ และมีความสุขเมื่อเห็นสิ่งที่เราทำให้เขาแล้วเขามีความสุข

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 10 (การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน)

“ข้อผิดพลาดข้อพลัง”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้เรื่องการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบงานอดีตที่ผ่านมา

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนแจกใบงานให้ผู้เรียนทุกคน
2. ผู้สอนอธิบายเรื่องใบงาน โดยให้ผู้เรียนเขียนสิ่งที่เคยผิดพลาดมาทั้งเรื่องเล็กและเรื่องใหญ่ และทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ยอมรับได้ หรือ ยอมรับไม่ได้ เพียงช่องเดียว และลงเขียนวิธีการแก้ไขปัญหาคด้วยตัวเองลงไป ทั้งที่เคยทำแล้วและยังไม่เคยทำ เพียงวิธีการเดียวเท่านั้น
3. จับกลุ่ม 2 คน กับเพื่อน แล้วเริ่มเล่าเรื่องที่ตัวเองเขียนทีละข้อ แล้วให้เพื่อนช่วยหาแก้ไขปัญหาให้ แล้วเปรียบเทียบกับสิ่งที่ตนเองเขียนไว้
4. จับกลุ่ม 6 คน แล้วทำเหมือนจับกลุ่ม 2 คน แล้วเขียนสิ่งที่เพื่อนได้บอกวิธีในช่องท้ายที่สุด
5. ผู้สอนและผู้เรียนร่วมกันอภิปรายกิจกรรม
 - 5.1 รู้สึกอย่างไรที่ต้องเล่าถึงสิ่งที่ผิดพลาดในอดีตออกมา ?
 - 5.2 รู้สึกอย่างไรที่เพื่อนช่วยหาวิธีการแก้ไขปัญหาได้ ?
6. สรุปกิจกรรม
 - 6.1 ข้อผิดพลาดในอดีตเราไม่สามารถกลับไปนั่งแก้ไขเหตุการณ์ ณ ตอนนั้น ได้อีก แต่สิ่งที่เราสามารถจะทำได้เพียงสิ่งเดียวที่เกิดประโยชน์จากมันคือ นำข้อผิดพลาดที่เกิดขึ้นมาแก้ไขในปัจจุบันและนำมาเป็นบทเรียนคอยเตือนตัวเองเอาไว้เสมอ

6.2 อย่ามองว่าข้อผิดพลาดในอดีตเป็นสิ่งที่น่าละอายไม่ควรจดจำ แต่สิ่งเหล่านี้ควรได้รับการแก้ไขมากกว่าการถูกฝังกลบไว้ ซึ่งไม่ได้หายไปแต่ยังตามหลอกหลอนเราอยู่เรื่อยไป ทางที่ดีก็ต้องเผชิญหน้ากับมัน ขอมรับมัน และปรับปรุงมันให้ดีขึ้น

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

ใบงาน
อดีตที่ผ่านมา

	ข้อผิดพลาดในอดีต	ยอมรับได้	ยอมรับไม่ได้	วิธีแก้ไข	เพื่อนช่วยหาทางออกว่า
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

กิจกรรมที่ 11 (การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน)

“ไข่ตกใจ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้เรื่องการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ไข่จำนวน 24 ฟอง
2. กระดาษหนังสือพิมพ์

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนแบ่งผู้เรียนออกเป็นกลุ่มกลุ่มละ 5 คน (6 กลุ่ม)
2. ให้ตัวแทนออกมาจับไข่กลุ่มละ 6 ฟองและกระดาษหนังสือพิมพ์
3. ครูอธิบายว่า เดี่ยวจะมีการแข่งปล่อยไข่จากที่สูง ให้ทำเครื่องห่อหุ้มไข่ สำหรับ 1 ฟอง (ฟองที่ 1) จากนั้นให้ผู้เรียนเริ่มลงมือทำเครื่องห่อหุ้มไข่ เมื่อทุกกลุ่มทำเสร็จให้ตัวแทนกลุ่มออกมาปล่อยในระดับความสูงที่กำหนด
4. ครูให้โอกาสแก่ตัวแทนอีกครึ่งหนึ่ง (ฟองที่ 2)
5. ครูเปลี่ยนโจทย์ว่า คราวนี้ให้ปล่อยไข่โดยไม่มีเครื่องห่อหุ้มในระดับความสูงที่กำหนด โดยทำฐานรองรับไข่เพื่อไม่ให้ไข่แตก (ฟองที่ 3) เมื่อทุกกลุ่มทำเสร็จให้ตัวแทนกลุ่มออกมาปล่อยในระดับความสูงที่กำหนด
6. ครูให้โอกาสแก่ตัวแทนอีกครึ่งหนึ่ง (ฟองที่ 4)
7. อภิปรายผลร่วมกัน
 - 7.1 กิจกรรมดังกล่าวสอนอะไรเราได้บ้าง ?
 - 7.2 ที่บางกลุ่มรอบแรกแตก และรอบที่สองไม่แตก เพราะเหตุใด ?

8. สรุปกิจกรรม

8.1 การเรียนรู้จากสิ่งที่ตัวเองเคยผิดพลาดถ้าเราไม่คิดจะสนใจ สิ่งที่เกิดขึ้นก็จะเหมือนเดิม ผิดหวัง ล้มเหลว แล้วเราก็จะรู้สึกกับสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้ ซึ่งเป็นความผิดพลาดที่เกิดจากเราเองทั้งนั้น

8.2 ฉะนั้นเราจึงจำเป็นต้องเอาใจใส่ คิดและหาเหตุผลไตร่ตรองเพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์ผิดพลาดขึ้นอีก

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 12 (การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน)

“ปัญหามีทางออก”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้เรื่องการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง
2. เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะในการที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเองเมื่อเผชิญปัญหา
3. เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะในการจัดการกับปัญหา

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษขนาด A 4 สำหรับนักเรียน
2. ปากกาสำหรับสมาชิกคนละด้าม

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ให้เขียนปัญหาที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเรา 5 ปัญหา
2. ให้ใช้ปัญหาเหล่านี้กับคำถาม 5 ข้อ ดังนี้
 - 2.1 มีอะไรบ้างที่เป็นข้อดีที่มาพร้อมกับปัญหานี้
 - 2.2 มีอะไรบ้างที่ยังไม่สมบูรณ์แบบ และเราจะทำมันให้ดีขึ้นได้อย่างไร
 - 2.3 เราจะทำอะไรได้บ้างเพื่อที่จะทำให้ชีวิตนี้เปลี่ยนแปลงไปอย่างที่เราต้องการ
 - 2.4 มีอะไรบ้างที่เราจะไม่ทำอีกต่อไปเพื่อให้ชีวิตนี้เปลี่ยนแปลงไปอย่างที่เรา

ต้องการ

- 2.5 เราจะมีความสุข สนุกสนานกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ในขณะนี้ได้อย่างไร
- ให้ตอบคำถามแต่ละข้อสำหรับการแก้ปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นในชีวิตของเราขณะนี้

3. สรุปแนวคิด

- 3.1 เมื่อมีปัญหาใดๆ เกิดขึ้น เราต้องเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ของตัวเอง โดยการเชื่อมโยงความทุกข์กับการใช้แต่อารมณ์ และเชื่อมโยงความสุขกับการจัดการแก้ไขปัญหาด้วยการใช้เหตุผล

3.2 เขียนปัญหาของเราลงไป โดยใช้เวลา 20 % ในการระบุปัญหาและในเวลา 80 % ในการแก้ปัญหา คิดค้นแผนการที่จัดการกับปัญหาที่ท้าทายเหล่านั้น และลงมือแก้ไขให้เร็วที่สุด

3.3 ให้สังเกตผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการกระทำของเราว่า ให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการหรือไม่

3.4 ถ้าหากสิ่งที่ทำลงไปไม่ได้ผล ก็ให้เปลี่ยนแปลงวิธีการกระทำใหม่และปรับตัวเองให้มีความยืดหยุ่นมากขึ้นในการแก้ปัญหา

3.5 ค้นหาบุคคลที่จะเป็นแบบอย่าง และลองหาคำตอบจากการดูสิ่งที่เขาทำ

3.6 เปลี่ยนความเชื่อที่มีต่อปัญหา โดยเรียกปัญหานั้นใหม่ว่าเป็นสิ่งที่ท้าทาย ที่จะให้โอกาสแก่เราสำหรับการเติบโต

การประเมินผล

1. จากการสังเกตความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 13 (การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน)

“ กิจกรรมต่อให้สูง ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้เรื่องการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง
2. เพื่อส่งเสริมให้เห็นความสำคัญของการวางแผนเพื่อระดมความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการทำงานร่วมกันให้ประสบผลสำเร็จด้วยความกระตือรือร้น ภายใได้

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษหนังสือพิมพ์ 6 คู่

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลับมารวมทีมกันอีกครั้ง
2. หลังจากนั้น ผู้สอนชี้แจงกิจกรรมว่าจะแจกกระดาษหนังสือพิมพ์ให้ทีมละ 2 คู่ โดยให้แต่ละทีมออกแบบที่จะประดิษฐ์หรือทำอะไรกับหนังสือพิมพ์ที่ให้ได้ให้มีความสูงมากที่สุดนับจากพื้นดิน
3. ผู้สอนเป่านกหวีดให้สัญญาณเริ่มกิจกรรม โดยให้เวลาในการต่อให้สูงภายใน 60 นาที
4. เมื่อหมดเวลา ผู้สอนเป่านกหวีดให้ทุกทีมหยุดการปฏิบัติการกิจและถอยออกจากสิ่งประดิษฐ์จากหนังสือพิมพ์
5. ผู้สอนและทีมงานทำการตรวจสอบวัดความสูงของสิ่งประดิษฐ์ของทั้ง 3 ทีม
6. ผู้สอนประกาศทีมที่สามารถทำได้สูงที่สุดเป็นผู้ชนะ และทำการสัมภาษณ์ว่ามีกระบวนการออกแบบกันอย่างไร ได้ความคิดจากใคร อย่างไร

การประเมินผล

1. จากการสังเกตความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 14 (การมองความคิดพลาดเป็นบทเรียน)

“กิจกรรมรูปนี้โดนใจ ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจในตนเองกับการเลือกแก้ไขปัญหาเมื่อเกิดความขัดแย้ง
2. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้เรื่องการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้เรื่องการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง

เวลาที่ใช้ 90 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ภาพเต่า ฉลาม ตู๊กตาหมี สุนัขจิ้งจอก และนกฮูก

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนดูรูปภาพดังนี้ เต่า ฉลาม ตู๊กตาหมี สุนัขจิ้งจอก และนกฮูก
2. ผู้สอนชี้แจงว่า หากกล่าวถึงความขัดแย้ง การทะเลาะเบาะแว้ง หรือการไม่ลงรอยกัน คิดว่าภาพสัตว์ชนิดใดสื่อถึงความขัดแย้งตามความรู้สึกของตนเอง แล้วให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละคนเลือกรูปภาพมาคนละ 1 รูป
3. หลังจากนั้นผู้สอนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนเข้านั่งรวมกันเป็นทีมตามที่ได้แบ่งไว้
4. ผู้สอนให้แต่ละทีมแลกเปลี่ยนการตัดสินใจว่าเหมือนหรือแตกต่างกัน เพราะอะไร แล้วสรุปหาภาพที่ตรงกับความขุ่นเคืองของทีม
5. ผู้สอนให้แต่ละทีมผลัดกันนำเสนอจนครบทุกทีม
6. ผู้สอนบอกความหมายของภาพที่สื่อถึงลักษณะการแก้ปัญหากับความขัดแย้งที่เกิดขึ้น

การประเมินผล

1. จากการสังเกตความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 15 (การมองความผิดพลาดเป็นบทเรียน)

“กิจกรรมปมมนุษย์”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้เกิดการระดมสมอง การประสานงาน การช่วยกันแก้ไขปัญหา ด้วยการตระหนักในปัญหาหรือความขัดแย้งว่าเป็นสิ่งที่จะต้องรับผิดชอบร่วมกันจนสำเร็จ

เวลาที่ใช้ 90 นาที

ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. ผู้สอนชี้แจงกิจกรรม โดยเริ่มจากให้สมาชิกทุกคนในทีมยื่นเป็นวงกลมหันหน้าในวงเข้าหากัน
2. ผู้สอนให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนของแต่ละทีมยื่นมือไปข้างหน้าจับกับเพื่อนฝั่งตรงข้าม โดยมีข้อแม้ว่า ห้ามมือหลุดออกจากกันห้ามจับมือกับคนทางซ้ายและขวาของเรา และห้ามจับทั้งสองมืออยู่ที่คนอื่นๆ เดียวกัน
3. ผู้สอนชี้แจงเพิ่มเติมว่า หากทีมใดสามารถแก้มือออกจากกันจนจับมือเป็นวงกลมธรรมดาเสร็จก่อนแล้วนั่งลงเรียบร้อยเป็นผู้ชนะ
4. ผู้สอนเป่านกหวีดให้สัญญาณเริ่มกิจกรรม
5. เมื่อสามารถแก้มือได้เสร็จทั้ง 3 ทีม ผู้สอนเป่านกหวีดหยุดกิจกรรม
6. ผู้สอนสัมภาษณ์ถึงความสำเร็จและความล้มเหลวในการทำกิจกรรมของแต่ละทีม พร้อมทั้งให้ประมุข ปรึกษาทีม เพื่อวางแผนในการทำกิจกรรมนี้อีกครั้งหนึ่ง
7. ผู้สอนให้ทุกคนจับมืออยู่ในท่าเตรียมหลังจากนั้น ผู้สอนเป่านกหวีดให้สัญญาณเริ่มต้นกิจกรรมอีกครั้งหนึ่ง
8. ผู้สอนเป่านกหวีดหยุดกิจกรรมเมื่อมีผู้ทำได้สำเร็จเป็นทีมแรกพร้อมทั้งประกาศชัยชนะในการร่วมกันแก้ไขปัญหา
9. ผู้สอนสัมภาษณ์แต่ละทีมอีกครั้ง ว่าได้มีการจัดการอย่างไรบ้างกับการทำกิจกรรมในครั้งที่ 2 และผลที่ได้เป็นอย่างไร

การประเมินผล

1. จากการสังเกตความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 16 (เรื่องการเมืองโลกในแง่บวก)

“กิจกรรมสร้างความสุข”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และเข้าใจพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักที่จะมองคนในแง่ดี
3. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักวิเคราะห์ข้อดี

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบงาน 1 (10 เรื่อง โปรดปราน)
2. ใบงาน 2 (การเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่)
3. ใบงาน 3 (มองอนาคต)

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. แจกใบงาน 1 (10 เรื่อง โปรดปราน) ให้ผู้เรียนเขียนชอบทำที่สุด อะไรก็ได้ที่โปรดที่สุด ลงในกระดาษพร้อมเตรียมเหตุผลด้วยว่าเพราะเหตุใด
2. เมื่อผู้เรียนเขียนเสร็จแล้ว ผู้สอนถามการเรียงลำดับของผู้เรียน โดยการสุ่มทั้งหมด 10 คน
3. แจกใบงาน 2 (การเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่) ให้ผู้เรียนเขียนเล่าเรื่องถึงคนที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตอันใหญ่หลวงในใบงาน 2 จากนั้นรอให้ผู้เรียนเขียนเล่าอธิบายให้เสร็จ
4. เมื่อผู้เรียนเขียนอธิบายเสร็จแล้ว ผู้สอนให้ผู้เรียนเล่าอธิบายเรื่องราวที่เขียน โดยการสุ่มทั้งหมด 10 คน (จากกลุ่มคนที่เหลือ)
5. แจกใบงาน 3 (มองอนาคต) ให้ผู้เรียนเขียนถึงอนาคตข้างหน้าอีก 20 ปี ว่าในขณะนั้นมีใครอยู่บ้าง จากนั้นรอให้ผู้เรียนเขียนบอกเล่าอนาคตให้เสร็จ
6. เมื่อผู้เรียนเขียนเล่าอธิบายเสร็จ ผู้สอนให้ผู้เรียนที่เหลือเล่าเรื่องราวถึงเหตุการณ์ในอนาคตให้เพื่อนคนอื่นฟัง

7. สรุปข้อคิด

7.1 กิจกรรมนี้มีเจตนาเพื่อให้ผู้เรียนมองเห็นตัวเองในสิ่งดีๆ สิ่งที่ส่งเสริมอารมณ์ความรู้สึกให้มีความสุข ให้เวลาอยู่กับตัวเอง เพราะการมองเห็นตนเองในด้านดีๆ เป็นการเติมพลังชีวิตให้กับตนเอง ซึ่งการเลือกสรรกิจกรรมที่ทำให้ทำแล้วมีความสุข เป็นวิธีการหาทางออกด้วยความสุขอย่างง่าย ๆ นั้นเอง

7.2 การเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ ถ้าเรานึกย้อนให้ดี ซึ่งบางคนมี บางคนอาจจะยังไม่ประสบ สำหรับคนที่มีก็ควรจะระลึกไว้ เพราะถือว่าเป็นสิ่งที่ควรจดจำในชีวิต และบอกเล่าความรู้สึกดีๆ ของตนเองที่ได้รับจากใครสักคน ถ่ายทอดความสุขของเราให้เพื่อนฟัง โดยไม่ต้องใส่ใจว่าเพื่อนจะรู้สึกทางลบกับเราหรือไม่

7.3 การมองอนาคตทำให้เห็นภาพข้างหน้าในอีก 20 ปี เป็นการวางแผนในอนาคต อีกทั้งยังได้เรื่องการคิดสร้างสรรค์ เพื่อทำเป้าหมายในอนาคตให้ชัดเจน ยิ่งชัดเจนมากเท่าไร ย่อมหาทางเดินไปสู่จุดนั้นได้โดยไม่ยากเย็น

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น

ใบงาน 1
10 เรื่องโปรดปราน

เขียน 10 เรื่องที่คุณชอบทำที่สุด อะไรก็ได้ที่โปรดที่สุด

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

7) _____

8) _____

9) _____

10) _____

กิจกรรมที่ 17 (เรื่องการมองโลกในแง่บวก)

“พลังทางบวก”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการคิดเชิงบวกและการมองหาข้อดีของสิ่งที่เกิดขึ้น

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ใบงาน 1 (กิดดีทำดี)

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนยกตัวอย่างในชีวิตประจำวันให้ฟังถึงเรื่องเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันเกิดขึ้นมาแล้วทำให้เรารู้สึกหงุดหงิด สัก 3 เหตุการณ์ แล้วให้ผู้เรียนร่วมกันคิดหาทางออกที่ทำให้ตนเองมีความสุข
2. ผู้สอนแจกใบงานให้ผู้เรียน
3. ผู้สอนอธิบายว่า ให้เขียนสิ่งที่คิด และสิ่งที่ทำในด้านดี สำหรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อเป็นการฝึกการหาทางออกด้วยสันติวิธี และไม่ทำให้รู้สึกตัวเองเครียดและวิตกกังวล โดย ข้อ 16 – 20 ให้ผู้เรียนคิดเหตุการณ์เอง
4. ผู้สอนอ่านคำถามทีละข้อ แล้วให้ผู้เรียนร่วมกันตอบในสิ่งที่ตัวเองได้เขียนไว้ จนถึงข้อ 15 และสุ่มผู้เรียนจำนวนหนึ่งออกมาอ่านข้อ 16 -20
5. อภิปรายร่วมกัน
 - 5.1 ยกหรือไม่ต้องฝืนคิดในสิ่งที่ดี ?
 - 5.2 เมื่อคิดสิ่งที่ดีแล้ว รู้สึกเป็นทุกข์น้อยลงในเหตุการณ์นั้นๆหรือไม่ ?
6. สรุปกิจกรรม
 - 6.1 เหตุการณ์ต่างๆมักเกิดขึ้น โดยที่เราไม่ได้ตั้งใจอยู่เสมอ ซึ่งสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่ได้เรื่องดีเสมอไป
 - 6.2 สิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นอยู่กับวิธีการมองของเราเอง ถ้าเรามองในแง่ลบ เราจะเครียด วิตกกังวล ไม่มีความสุข แต่ถ้าเรามองในแง่บวกได้ จะทำให้เราทุกข์น้อยลง เครียดน้อยลง และมองเห็นทางออกที่สร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น

6.3 การคิดเชิงบวกนับว่าเป็นการยากสำหรับการเริ่มต้น แต่ถ้าทำได้อย่างต่อเนื่อง และเป็นประจำแล้ว จะทำให้เราสามารถจัดการกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการแสดงความคิดเห็น
3. ประเมินจากใบงาน

ใบงาน
คิดดีทำดี

ตัวอย่าง

	เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	คิดดี	ทำดี
1.	ฝนตกหนัก	อากาศเย็นสบาย ไม่ร้อน	พาเพื่อนกลับบ้านด้วยร่มเรา

	เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น	คิดดี	ทำดี
1.	รถติด		
2.	โดนครูดุ		
3.	การบ้านไม่เสร็จ		
4.	ไม่มีเงินกลับบ้าน		
5.	ทะเลาะกับเพื่อน		
6.	ไม่มีเวลากินข้าว		
7.	ไฟดับ		
8.	หกล้ม		
9.	ของหาย		
10.	ไปไม่ทันเวลานัด		
11.	สั่งอาหารแล้วทำผิดมา		
12.	คนต่อคิวเยอะ		
13.	เดินตกท่อ		
14.	ของหล่นใส่หัว		
15.	หลับเลยป้ายรถเมล์ที่จะลง		
16.	พ่อแม่ทะเลาะกัน		
17.	ตื่นสายไม่ทันเข้าเรียน		
18.	โดนนิทาว่าร้าย		
19.	หน้าขึ้นสิ่ว		
20.	ออกหัก		

กิจกรรมที่ 18 (เรื่องการเมืองโลกในแง่บวก)

“กระเช้าศิลปิน”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเห็นความสำคัญของชีวิตกลุ่ม รู้จักคิดในเชิงบวก
2. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักในการยอมรับและเคารพในความคิดเห็นและการกระทำของผู้อื่น
3. เพื่อให้สมาชิกเห็นว่าแต่ละคนมีความสำคัญต่อกันเช่นเดียวกัน

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้ เชือกผูกของหรือริบบิ้นตัดเป็นท่อนๆ ยาวท่อนละประมาณ 1 สอก ตามจำนวนกับกลุ่มย่อย

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. วิทยากรแบ่งสมาชิกออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละประมาณ 7-8 คน และให้สมาชิกนั่งในกลุ่มย่อยของตน
2. ให้สมาชิกแต่ละคนรีบวิ่งไปเก็บใบหญ้า ใบไม้ ดอกไม้ ชิ้นเล็กๆเท่าที่จะเล็กได้ เก็บเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง อย่างอนุญาตให้คนใดคนหนึ่งเอาทั้งกิ่ง ทั้งดอก ทั้งก้านและไม่ควรซ้ำกัน
3. ให้แต่ละกลุ่มช่วยกันจัดช่อดอกไม้ให้สวยงาม โดยจัดให้เป็นที่พอใจของคนส่วนใหญ่ในกลุ่ม (โดยลงมติกัน) และเมื่อกลุ่มใดจัดเสร็จแล้วให้ปรบมือพร้อมกัน
4. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มถือช่อดอกไม้ไปโชว์และอธิบายสั้นๆถึงความหมายของการจัดดอกไม้ (ในแต่ละช่อหมายถึงอะไรในชีวิตของเรา)
5. เมื่อตัวแทนแต่ละกลุ่มอธิบายเสร็จแล้ว ให้แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนของกลุ่มๆละ 1 คน นำช่อดอกไม้ของทุกกลุ่มมารวมกันและแก้ออก ให้ตัวแทนของแต่ละกลุ่มช่วยกันจัดมัดรวมเป็นช่อเดียว โดยให้สมาชิกทุกคนนั่งเป็นวงกลมใหญ่และในขณะที่ตัวแทนกลุ่มต่างๆ กำลังจัดช่อดอกไม้นั้น ให้สมาชิกทุกคนร้องเพลงไปเรื่อยๆ (อาจใช้เพลงดอกไม้ให้คุณ)

6. เมื่อจัดเรียบร้อยแล้ว ให้วางช่อดอกไม้นั้นไว้บน โต๊ะ และวิทยาการถามความรู้สึกของสมาชิกในกลุ่มดังนี้

6.1 เราารู้สึกอย่างไรเมื่อเพื่อนๆ เอาดอกไม้ของเราไปวางไว้ในที่ๆเราไม่ค่อยพอใจ (คือเราอยากจะให้วางดอกไม้ของเราไว้ในตำแหน่งที่ดีกว่านั้น นั่นคือ อยากให้ผู้อื่นเห็นความสำคัญของเรา แต่เพื่อนๆ ก็ไม่ได้จัดอย่างที่เรต้องการ)

6.2 การจัดช่อดอกไม้นี้เป็นการทำงานจริงๆ ของกลุ่มหรือปล่อยให้คนเดียวเป็นผู้จัด

6.3 เมื่อจัดเสร็จแล้ว กลุ่มลงมติไปแล้ว แต่เราเองยังไม่ค่อยเห็นด้วย แต่จำเป็นต้องยอมตาม เราารู้สึกอย่างไร

6.4 มีกลุ่มใดบ้างที่ทิ้งใบไม้ ดอกไม้ของสมาชิกบางคนไป เพราะอะไรจึงทิ้งไป

7. สรุปข้อคิด

7.1 วิทยาการให้สมาชิกช่วยกันสรุปว่ากิจกรรมนี้ให้ข้อคิดอะไรแก่เราบ้าง

7.2 วิทยาการสรุปข้อคิดเพิ่มเติมว่า ใบไม้ กิ่งไม้ ดอกไม้ ใบหญ้า แต่ละอย่างบ่งบอกถึงอุปนิสัยใจคอของแต่ละคน บางคนพิถีพิถันก็เลือกเอาดอกไม้ๆสวยๆ บางคนก็เอาง่ายๆไว้ก่อน พบอะไรก็เก็บ นั่นคือ ชอบทำอะไรตามสบายและยังหมายถึงความดี ความสวยงาม หรือพรสวรรค์ที่ติดตัวมาแต่เกิด ดอกไม้ดอกเดียวหรือใบไม้ใบเดียวในตัวของมันเองนั้น ย่อมมีความสวยงาม นั่นคือแต่ละคนมีพรสวรรค์ มีความดี มีความงาม ความสามารถ โดยเฉพาะของตน แต่จงอย่าอยากดี อยากเด่นอยากดังคนเดียว

7.3 มนุษย์เป็นสัตว์สังคม เราต้องอยู่ร่วมกัน แต่ละคนมีความดี ความงาม มีความสามารถ มีประโยชน์ด้วยกันทั้งนั้น เพราะฉะนั้นถ้ายังเอาความดี ความงาม ความสามารถของแต่ละคนมารวมเข้าด้วยกัน ก็จะช่วยเพิ่มความสามารถเพื่อความดี และมีประโยชน์มากยิ่งขึ้น เข้าทำนองหลายหัวดีกว่าหัวเดียว เช่นเดียวกับ การนำเอาแต่ละกิ่ง แต่ละช่อ แต่ละดอก แต่ละใบมารวมกันนั่นเอง

7.4 ความเป็นหนึ่งเดียว ดอกไม้แต่ละดอกบ่งถึงความ เป็นหนึ่งเดียวของแต่ละคน และแต่ละคนมีความสำคัญที่สุด จะหาใครมาแทนตัวเขาไม่ได้ ถ้าโต๊ะ เก้าอี้ ขาดหายไป เราซื้อมาแทนได้ แต่ถ้า สมศักดิ์ สมชาย ขาดหายไป จะหาคนทั้งโลกมาแทนเขาไม่ได้ แต่ละคนจึงมีความสำคัญต่อกลุ่ม อย่าคิดว่าตัวเองไม่สำคัญ เมื่อคนในกลุ่มทำอะไร เราก็ควรทำและร่วมมือกับกลุ่ม อย่ามัวแต่รอให้ผู้อื่นให้ความสำคัญแก่ตน ซึ่งบ่งให้เห็นถึงความเห็นแก่ตัวของเรา เพราะฉะนั้นอย่าคิดว่าตัวเองไม่สำคัญ เพราะถ้าแต่ละคนคิดเช่นนี้จะรวมกลุ่มกันไม่ได้การทำงานร่วมกัน เราต้องรู้สึกเสียสละ ความคิดเห็นของตน ถึงแม้บางครั้งจะเจ็บปวดใจบ้าง ที่ไม่ค่อยมีใครรับฟังเท่าใดนัก

เพราะใครๆต่างก็อยากให้ผู้อื่นรับฟังความคิดเห็นของตน กระนั้นเราต้องฟังเสียงส่วนใหญ่ เพราะเราอยู่ในระบบประชาธิปไตยมิใช่ระบอบประชาธิปไตย เราต้องมีใจสุภาพ อย่าเพิ่งท้อแท้ใจหรือหมดกำลังใจมาๆแบบปลาหมอตายน้ำคั้น

7.5 ความสำคัญของกลุ่ม 1 กิ่ง 1 ดอก 1 ใบ เท่ากับ 1 คน ซึ่งย่อมดีสวยในตัวของมันเอง แต่จะไม่อาจสู้หลายๆกิ่งหลายๆดอกที่จัดรวมกันอย่างมีระเบียบได้ การรวมกลุ่มนั้นจะต้องมีระเบียบ มีจุดมุ่งหมาย มีใช้แบบร่วมกลุ่มในรถเมล์หรือคูหนังสือกลางแปลง เพราะขาดซึ่งระเบียบแบบแผน ไร้ซึ่งจุดมุ่งหมายเดียวกัน ถ้าวรวมกิ่งไม้ ใบไม้ ดอกไม้ อย่างขาดระเบียบขาดจุดมุ่งหมายก็เท่ากับรวมๆใส่แข่งไว้ ซึ่งคงดูไม่สวยแน่ การที่แต่ละกลุ่มรวมพลังกัน (เหมือนช่อดอกไม้ของแต่ละกลุ่ม) ย่อมสวยและดีเฉพาะกลุ่มย่อย แต่ถ้าเอาแต่ละกลุ่มมารวมพลังกันเป็นกลุ่มเดียวอย่างมีระเบียบ มีการร่วมมือ (แบบเอาช่อดอกไม้ของทุกๆกลุ่มมารวมกัน) มันก็จะได้ผลงานที่ดีมากกว่าแต่ละกลุ่มทำ

7.6 บางคนดูภายนอกอาจจะไม่เอาไหนหรือไร้ค่า เหมือนกิ่งไม้แห้งๆ ที่ดูไว้ไร้ประโยชน์ แต่เขาก็เหมือนเพชรที่อยู่ในตม ถ้าได้ขุดเกลาคีๆ เขาก็มีค่ายิ่งสำหรับกลุ่มแบบใบไม้ ใบหญ้าสูงๆที่ดูไร้ประโยชน์ แต่ถ้านำมามัดรวมกับดอกอื่นๆ จะทำให้ดอกอื่นๆ ความสวยงามขึ้น แต่ละคนจึงมีค่า

7.7 หลังจากวิทยากรสรุปข้อคิดเพิ่มเติมจบแล้ว ให้สมาชิกทุกคนร่วมกันร้องเพลง ดอกไม้ให้คุณ

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 19 (เรื่องการเมืองโลกในแง่บวก)

“กิจกรรมมหัศจรรย์ฟันไข่”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการคิดเชิงบวกและการมองหาข้อดีของสิ่งที่เกิดขึ้น
2. เพื่อชี้ให้เห็นความสำคัญของการร่วมมือร่วมใจในการทำเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่มีร่วมกันให้เกิดความสำเร็จ

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. ไข่ไก่ 3 ฟอง
2. กระดาษ A4 6 แผ่น
3. กระดาษเทปกาวยใส

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนบอกเป้าหมายของกิจกรรมนี้ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกทีมได้ทราบร่วมกัน คือ การรักษาไข่ไม่ให้หุบ ไม่ให้ร่วง และไม่ให้เกิด
2. เมื่อทุกคนยอมรับข้อตกลงอันเป็นเป้าหมายร่วมกันแล้ว ผู้สอนชี้แจงกิจกรรมเพิ่มเติมคือ ทุกทีมจะทำการไข่ไก่ได้กับไข่ ด้วยอุปกรณ์ที่เตรียมให้คือ กระดาษ A4 จำนวน 1 แผ่นครึ่ง กับ กระดาษเทปกาวยใส โดยไข่จะคงสภาพสมบูรณ์เหมือนเดิม เมื่อถูกโยนลงมาจากความสูงประมาณ 3 เมตร
3. ผู้สอนและทีมงานแจกอุปกรณ์ให้แต่ละทีม
4. ผู้สอนให้แต่ละทีมช่วยกันวางแผนและดำเนินการ
5. ผู้สอนให้ตัวแทนของแต่ละทีมส่งตัวแทนออกมานำเสนอชื่อไข่ และทำการอธิบายเทคนิคปฏิบัติการรักษาไข่
6. ผู้สอนให้ตัวแทนของทีมขึ้นไปยืนบนโต๊ะและถือไข่ไว้ในมือชูสุดแขน

7. ผู้สอนและผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนนับ 1 -2 -3 พร้อมกัน เพื่อเป็นสัญญาณให้เริ่มปล่อย
ไข่ออกจากมือ

8. เมื่อไข่อตกลงสู่พื้นแล้ว ผู้สอนและทีมงานแกะสิ่งที่ห่อหุ้มออก และดูผลว่าไข้อยู่ใน
สภาพเดิมคือสามารถทำได้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตกลงไว้ร่วมกันหรือไม่ ถ้าทำได้ถือว่า ผ่าน

9. ผู้สอนให้ตัวแทนทีมต่อไปออกมาปฏิบัติเช่นเดียวกันนี้ จนครบ

การประเมินผล

1. สังเกตจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

กิจกรรมที่ 20 (เรื่องการเมืองโลกในแง่บวก)

“ลำเลียงกล่องดวงใจ”

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการคิดเชิงบวกและการมองหาข้อดีของสิ่งที่เกิดขึ้น
2. เพื่อส่งเสริมให้เกิดความรักสามัคคีช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อสนับสนุนให้เกิดความสำเร็จร่วมกัน

เวลาที่ใช้ 180 นาที

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กล่องบรรจุไข่ไก่ 3 ใบ
2. ผ้าผูกขา 6 ผืน

ขั้นตอนของกิจกรรม

1. ผู้สอนชี้แจงให้แต่ละทีมแบ่งภาระหน้าที่ในการลำเลียงไข่ เป็น 3 กลุ่มย่อย ดังนี้ กลุ่มเก้าอี้ราชินี 3 คน กลุ่มเดินสามขา 3 คน และกลุ่มหลายหัวดีกว่าหัวเดียว 3 คน
2. ผู้สอนชี้แจงต่อว่า แต่ละทีมจะมีกล่องดวงใจซึ่งมีไข่ไก่บรรจุอยู่ในนั้น จะต้องช่วยกันรักษาให้ไข่ไก่นั้นคงอยู่ในสภาพเดิม คือ ไม่ร้าวไม่บุบ และไม่แตก
3. ผู้สอนชี้แจงจุดเริ่มต้น และจุดวกกลับมาส่งมอบไข่และทำการลำเลียงต่อ โดยทีมใดลำเลียงกล่องดวงใจผ่านกลุ่มเก้าอี้ราชินี กลุ่มเดินสามขา และกลุ่มหลายหัวดีกว่าหัวเดียวเสร็จก่อนทีมนั้นเป็นผู้ชนะ
4. ผู้สอนและทีมงานแจกอุปกรณ์ได้แก่ กล่องดวงใจบรรจุไข่ไก่ทีมละ 1 กล่อง และผ้าผูกมัดขา 2 ผืน สำหรับกลุ่มลำเลียงไข่เดินสามขา
5. ผู้สอนเป่านกหวีดให้สัญญาณเริ่มกิจกรรม กลุ่มที่ 1 (เก้าอี้ราชินี) โดยมีราชินีเป็นผู้ดูแลไข่ลำเลียงจากจุดเริ่มต้นที่กำหนดและวกกลับไปยังจุดเริ่มต้นอีกครั้งเพื่อส่งกล่องดวงใจให้กลุ่มที่ 2
6. กลุ่มที่ 2 (กลุ่มเดินสามขาผูกขาด้วยผ้าขึ้นเรียงหน้ากระดาน) เลือกตัวแทนเป็นผู้ถือและดูแลกล่องหนึ่งคน หลังจากรับกล่องดวงใจจากกลุ่มเก้าอี้ราชินีแล้วออกเดินลำเลียงไข่จากจุดเริ่มต้น

เดียวกันแล้ววกกลับมาที่จุดเริ่มต้นเพื่อส่งกล่องดวงใจให้กลุ่มที่ 3 กลุ่มสุดท้าย (กลุ่มหลายหัวดีกว่าหัวเดียว)

7. กลุ่มที่ 3 (กลุ่มหลายหัวดีกว่าหัวเดียว) รับกล่องดวงใจแล้วให้นำมาไว้ตรงกลางวง โดยให้ทั้ง 3 คนใช้หน้าผากพุงกล่องดวงใจ จากจุดเริ่มต้นแล้ววกกลับมาที่จุดเริ่มต้นอีกครั้ง ซึ่งทีมใดกลุ่มสุดท้าย (หลายหัวดีกว่าหัวเดียว) มาถึงก่อน ทีมนั้นเป็นผู้ชนะ

การประเมินผล

1. สัมผัสจากความสนใจและความตั้งใจในการทำกิจกรรม
2. สัมผัสจากการร่วมแสดงความคิดเห็น

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวเจนจิรา เพิ่มพูล เกิดเมื่อวันที่ 19 มกราคม 2520 ที่จังหวัดสุรินทร์ มีประวัติการศึกษาดังนี้

สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษา ที่โรงเรียนชุมชนบ้านลำดวน พ.ศ. 2532

สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ที่โรงเรียนสิรินธร จพ.ศ. 2538

สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาวิชาเคมี คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา เมื่อปีการศึกษา 2542

และเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญามหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาแบบบูรณาการ ภาควิชานโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2549

