



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรณีศนันท์ วิลาวัลย์. 2546. การแสดงบทบาทของบิดาในการมีส่วนร่วมลดพฤติกรรมก้าวร้าวของบุตร. หลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กรด ประชุมสุข. 2543. อิทธิพลของรายการโทรทัศน์ต่อการกระทำผิดของเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กกลาง. ปริญญาสังคมศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาอาชญาวิทยาและงานยุติธรรม บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กฤตยา อาชวนิจกุล. 2542. ความรุนแรงต่อผู้หญิง : ภัยเงียบ ภัยมืดและภัยสว่าง บนทุกเส้นทางชีวิต. ร้อยร่ำรำวงความคิดผู้หญิงกับสุขภาพ. กรุงเทพฯ : เจนเดอ์เพรส.
- กานดา พูนลาภทวี. 2539. สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ฟิลิกส์เซ็นเตอร์.
- กันยา ภิญโญยงค์. 2543. ผลของการฝึกอาณาปานสติโดยใช้เทคนิคการอบรมท่านอาจารย์โกเอ็นก้าที่มีต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 กรณีศึกษาโรงเรียนบ้านหนองศาลาป่าขาด จ.ชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- กัลยา วานิชย์บัญชา. 2544. หลักสถิติ. ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. 2546. ยิ่งกว่า EQ คือมีพัฒนาชีวิตลูกน้อย. ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ชัคเชสมิเดีย.
- เกษม ตันติผลาชีวะ. วัยรุ่นกับพลังก้าวร้าว. มติชน 9(กันยายน 2546) : 7.
- โกศล วงศ์สวรรค์ และสถิต วงศ์สวรรค์. 2537. ปัญหาสังคมไทย. กรุงเทพฯ : รวมสาสน์ (1997) จำกัด.
- จารุพงศ์ เรืองสุวรรณ. 2541. รายงานการสัมมนาเรื่องการศึกษาความรุนแรงต่อเด็กและสตรี. เอกสารประกอบการสัมมนาวันที่ 27-28 กรกฎาคม. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ
- จิราภรณ์ อำนางเถลิงศักดิ์. 2540. การศึกษาปัจจัยบางประการที่เกี่ยวกับพฤติกรรมทะเลาะวิวาทของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาพัฒนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

- จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคณะ. 2543. จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธรรมศาสตร์.
- ชยสาโรภิกขุ. 2540. ไฮเทค ไฮทุกซ์. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์สามสี.
- ชาติณรงค์ วิสูตรกุล. 2543. ทัศนคติของวัยรุ่นต่อการดูโป๊บนที่มีเนื้อหารุนแรงในสื่อสิ่งพิมพ์กับสื่ออิเล็กทรอนิกส์. หลักสูตรปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาสารสนเทศ ภาควิชาสารสนเทศ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ณรงค์วิทย์ แสนทอง. 2547. EQ ดี อารมณ์ดี ชีวิตสดใส. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- ทรงสุดา หมั่นโรตง. 2545. ความคิดเห็นเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูที่ใช้ความรุนแรงและความต้องการของเด็กและเยาวชน. ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ทศพร ประเสริฐสุข. 2542. ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา. วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 1(สิงหาคม) : 32-33.
- ทิพย์วัลย์ สุทิน. 2538. การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรมด้วยปัญญา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทคโนโลยีเปิดศึก-ห้าหัน เทคโนโลยี : จัดแผนยุทธการปราบระเบิดน่าน้ำสงพลดาบไล่ฟัน ข้อมือหวดขาด. ไทยรัฐ 30(ธันวาคม 2546) : 1.
- เทวินทร์ ขอเหนี่ยวกลาง. 2547. นักเรียนชายฝึกไฝ" ความรุนแรง"[Online]. แหล่งที่มา : <http://www.ipoll.th.org/article/Boy/Boy.htm>. [28 มกราคม 2547]
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2544. การเรียนรู้สู่พลังจิตใจ. ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2545. EQความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพฯ : บริษัทพิมพ์เนคพรีนติ้งเซ็นเตอร์.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. ความฉลาดทางอารมณ์กับเรื่องของสติในเด็ก. สถานปฏิบัติ (มีนาคม 2544) : 78-79.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2542. จากความฉลาดทางอารมณ์สู่สติและปัญญา. กรุงเทพฯ : มติชน.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2547. เด็กอนุบาลกับการเรียนรู้เรื่องแอลกอฮอล์. สถานปฏิบัติ (มิถุนายน) : 96.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2544. ทัศนะเนื่องจากอิคิว (1). สถานปฏิบัติ(กุมภาพันธ์ 2544) : 80-81.
- นนุช ภัทรนคร. 2538. สถิติการศึกษา. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.

- นันทชัย มีชูธน. 2546. พฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงในหมู่วัยรุ่น. มติชน 9 (กันยายน 2546) : 7-8.
- นิตยา คงเกษม. 2544. ผลของการเรียนแบบร่วมมือที่บูรณาการกับโยนิโสมนสิการที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาสารัตถศึกษา สาขาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิรดา อุดลยพิเชษฐ. 2542. ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาเชาว์อารมณ์ที่มีต่อระดับเชาว์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1. ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นุชนาถ เมฆสีทอง. 2547. การสร้างบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนในวิชาสุศึกษา เรื่อง ความรุนแรง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- บรรณารักษ์, กอง. 2457. กระแสการศึกษาโลก. สถานปฏิบัติ (มกราคม) : 106-109.
- บรรณารักษ์, กอง. 2547. วิบาศกรรมในโรงเรียนต่างแดน. สถานปฏิบัติ (เมษายน) : 110-112.
- บรรณารักษ์, กอง. 2546. หลักสูตรป้องกันความรุนแรงในโรงเรียน. สถานปฏิบัติ (สิงหาคม) : 33-35.
- บรรณารักษ์, กอง. 2546. หลักสูตรเรื่องความปลอดภัยในโรงเรียน. สถานปฏิบัติ (ธันวาคม) : 107-109.
- บรรณารักษ์, กอง. 2547. เพลิดเพลินกับการศึกษาโลก. สถานปฏิบัติ (มีนาคม) : 110-112.
- ประคอง วรรณสุต. 2538. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประธาน วัฒนวานิชย์. 2530. กฎหมายเกี่ยวกับความผิดของเด็กและกระบวนกรยุติธรรมสำหรับเด็กและเยาวชน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ประกายพริก.
- ประไพรัตน์ วีระพงศ์เศรษฐ์. 2542. พฤติกรรมก้าวร้าวในรายการประเภทละครและภาพยนตร์ทางโทรทัศน์. หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภาษาและวัฒนธรรมเพื่อการสื่อสารและการพัฒนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ประสงค์ ลังชะไชย. 2546. การเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 2. นครราชสีมา : โคราซพรีนติ้ง.
- ผดุง อารยะวิญญู. 2542. เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : แวนแก้ว.

- พรอณี เอื้อวัฒนา. 2546. การถูกกระทำรุนแรงทางด้านร่างกายและจิตใจของเด็ก โดยบิดามารดาศึกษาในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา อ.เมือง จ.อำนาจเจริญ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกอนามัยครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). 2542. ก.เจตโกศลหรือปรีชาเชิงอารมณ์. วารสารศึกษาศาสตร์. 17 : 6-7.
- พระราชวรมณี(ประยูร ธรรมจิตโต). 2542. อีคิวในแนวพุทธศาสนา. วารสารพฤติกรรมศาสตร์. 7-13.
- พระราชสุทธิญาณมงคล (หลวงพ่อจรัญ สุทธิธมโม). 2540. พุทธโธโลยี. กรุงเทพฯ : อรุณกิจก้าวหน้า
- พรเพ็ญ เพชรสุขศิริ. 2530. ความรุนแรงในครอบครัว : อาชญากรรมหลังประตูบ้าน. วารสารอาชญาวิทยาและงานยุติธรรม.
- ภูฟ้า เสวกพันธ์. 2543. ผลของโปรแกรมเน้นบทบาทการที่มีต่อการพัฒนาเชาว์อารมณ์ของนักเรียนในระดับมหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มนัส บุญประกอบ. 2544. การเสริมสร้าง EQ ในโรงเรียน. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการประยุกต์เรื่อง EQ เพื่อพัฒนาชีวิตในสหัสวรรษหน้า. เอกสารอัดสำเนา.
- ไมตรี รัตนา. 2545. การพัฒนากิจกรรมเพื่อส่งเสริมเชาว์อารมณ์ของนักศึกษาอาชีวศึกษาในจ.ชายแดนภาคใต้. คณะกรรมการวิจัยการศึกษา การศาสนา และการวัฒนธรรมของกระทรวงศึกษาธิการ.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์. 2544. แผนการรณรงค์สุขภาพจิตครอบครัว. นนทบุรี : องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- รังสิมา สีนะพงษ์พิพิธ. 2440. ผลของการใช้ตัวแบบในนิทานหุ่นมือต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวในเด็กวัยก่อนเข้าโรงเรียน. ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- รัชนี้ สุวะมาตย์. 2444. ผลของการฝึกคุณค่าในตนเองตามกรอบแนวคิดของซิคโคินที่มีต่อระดับเชาว์อารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่3. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วนิดา ขาววงษ์. 2546. ผลของการฝึกพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อระดับความฉลาดทางอารมณ์และการรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต(จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี. 2546. หลักการสอนการพัฒนาทักษะชีวิต. กรุงเทพฯ : ด้านสุขภาพการพิมพ์.
- วรรณช มีทรัพย์. 2538. ช่วยหนูด้วย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วีระวัฒน์ บัณฑิตามัย. 2542. เชาว์อารมณ์ (EQ) ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต. กรุงเทพฯ : เอ็กซ์เปอร์เน็ท
- ศิริ ปานแดง. 2547. ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับทัศนคติต่อการใช้ความรุนแรงของนักเรียนมัธยมศึกษา : ศึกษากรณีเฉพาะโรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัย จ. กระบี่. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาชุมชน) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- ศิริรัตน์ แอดสกุล. 2545. รวมบทความทางสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา พ.ศ. 2545. ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมพร สุทัศน์ีย์. 2544. การทดสอบทางจิตวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สมพร สุทัศน์ีย์. 2530. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมภพ เรืองตระกูล. 2543. ยาเสพติด มหันตภัยเงียบที่ป้องกันได้. กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2536. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สยมพร เค-ไพบูลย์. 2544. ทำอย่างไรเด็กจึงภูมิใจในตนเองและมีความสุข. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ไทยเจริญการพิมพ์.

สยมพร เค- ไพบูลย์. 2547. วัคซีนป้องกันอาชญากรรมเด็ก. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สาหรี จิตตินันท์. 2541. รายงานการสัมมนาเรื่องการยุติความรุนแรงต่อเด็กและสตรี. เอกสารประกอบการสัมมนาวันที่ 27-28 กรกฎาคม. กรุงเทพฯ : สำนักคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ.

สิทธิโชค วรานุสันติกุล. 2546. จิตวิทยา : ทฤษฎีและการประยุกต์. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น.

สุขภาพจิต, กรม. 2546. การฆ่าตัวตาย [Online]. แหล่งที่มา :

http://www.thaimental.com/topic_print.asp? Number = 409 [30 เมษายน 2546]

สุขภาพจิต, กรม. 2547. ก้าวทันเกมไฮเทค. นนทบุรี : บริษัทบีคอนด์ พับลิชชิง.

สุขภาพจิต, กรม. 2546. ความรุนแรงในครอบครัว [Online]. แหล่งที่มา :

http://www.thaimental.com/article_htdocs/article_detail.asp? Number = 409 [11 พฤศจิกายน 2542]

สุขภาพจิต, กรม. 2546. ความรู้เรื่องการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์เด็กอายุ 3 –11 ปี สำหรับนักวิชาการ. นนทบุรี : สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

สุขภาพจิต, กรม. 2547. คู่มือครูสำหรับช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาสุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 7. นนทบุรี : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

สุขภาพจิต, กรม. 2546. คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 5. นนทบุรี : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

สุขภาพจิต, กรม. 2547. คู่มือวิทยากรฝึกอบรมอาสาสมัคร/แกนนำเยาวชนศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น. นนทบุรี : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

สุขภาพจิต, กรม. 2543. คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู. นนทบุรี : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

สุขภาพจิต, กรม. 2546. คู่มือสำหรับผู้บริหารในการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหาความรุนแรงในโรงเรียน. นนทบุรี : สำนักพัฒนาสุขภาพจิต.

สุขภาพจิต, กรม. 2542. แบบประเมินพฤติกรรมเด็ก [Online]. แหล่งที่มา :

<http://www.dmh.go.th/test.sdq/> [20 พฤศจิกายน 2542]

- สุขภาพจิต, กรม. 2546. พ่อแม่ที่มีลูกก้าวร้าว [Online]. แหล่งที่มา : http://www.thaimental.com/topic_print.asp?Number=433 [11 มิถุนายน 2546]
- สุขภาพจิต, กรม. รายงานการประชุมวิชาการสุขภาพปี 2542 ความรุนแรงในสังคม : ทางออกอยู่ที่ไหน . เอกสารประกอบการสัมมนา วันที่ 25 -27 สิงหาคม. นนทบุรี : บริษัทวงศ์กมลโปรดักชั่น จำกัด.
- สุขภาพจิต, กรม. 2547. รายงานการสัมมนาเรื่องผลกระทบและมาตรฐานของสื่อวีดีโอเกม. นนทบุรี : สำนักพัฒนาสุขภาพจิต
- สุขภาพจิต, กรม. 2547. วันฟ้าใส : ดื่มน้ำอย่างไรไม่ให้เกิดอันตราย. นนทบุรี : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สุขภาพจิต, กรม. 2547. วัยรุ่นน้อยจะบอกให้. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : วงศ์กมลโปรดักชั่น จำกัด.
- สุขภาพจิต, กรม. 2543. เอกสารการประชุมวิชาการประจำปีเรื่องสุขภาพจิตดีด้วยชีวิต. นนทบุรี: กรมสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข
- สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์, สถาบัน. 2542. วัยรุ่นเด็กก้าวร้าว[Online]. แหล่งที่มา : <http://www.icamtalk.com./article.php?sid=74> [20 พฤศจิกายน 2542]
- สุชา จันท์เอม. 2541. จิตวิทยาเด็ก. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช จำกัด.
- สุทธิพันธ์ อรรถไพจิตร. 2544. ยาเสพติด : หายนะของคนรุ่นใหม่. กรุงเทพฯ: ประสานมิตร.
- สุพล ชัดเชื้อ. 2535. การเปรียบเทียบผลการควบคุมตนเองและการวางเงื่อนไขเป็นกลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมก่อนนอนในห้องสมุดของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดช่องลม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- สุพัทธา สุภาพ. 2546. ปัญหาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 19. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สุวิทย์ มูลคำและอรทัย มูลคำ. 2543. เรียนรู้สู่ครูมืออาชีพ. กรุงเทพฯ : ดวงกมลสมัย.
- เสรี ภัทรพิศาล. 2546. อิทธิพลของสื่อมวลชนที่มีต่อพฤติกรรมกาทะเลาะวิวาทของนักเรียนอาชีวศึกษา : ศึกษากรณีเฉพาะกาทะเลาะวิวาทของนักเรียนในสถาบันประเภทวิทยาลัยเทคนิค สังกัดกรมอาชีวศึกษาในเขตกรุงเทพ 1-2. ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต(การบริหารงานยุติธรรม) คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

- หรรษา แก้วพูลปกรณีย์. 2541. ผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะสังคมที่มีต่อ การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนอาชีวศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา-การศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย
- อรรจำไพ วินทะไชย. เด็กวัยรุ่นกับความรุนแรง. สารสุขภาพจิต (มิถุนายน – กันยายน 2546) : 8-9.
- อดิศวร์ หลายชูไทยและคณะ. 2545. สุราในสังคมไทย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่ง จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- อรอนงค์ อินทจรจิตรและนรินทร์ กรินชัย. 2547. ผู้หญิงและเด็ก เหลือความรุนแรงใน ครอบครัว. กรุงเทพฯ : ปกเกล้าการพิมพ์.
- อริยา คูหา. 2542. อัจฉริยภาพทางอารมณ์. รุสมิแล. 3 (กันยายน – ธันวาคม) : 73 – 75 .
- อุษณีย์ อนุรุทธ์วงศ์. 2545. E.Q. ปัญญาอารมณ์มนุษย์ชาติ. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- อารี พันธุ์มณี. 2546. จิตวิทยาสร้างสรรค์การเรียนการสอน. กรุงเทพฯ : ไยใหม่

ภาษาอังกฤษ

- Albert Cohen. 1955. Delinquent Boys : The Culture of the gang. New York : The Free Press.
- Bandura A. 1973. Aggressive : A social learning analysis. New Jersey : Prentice-Hall.
- Bandura A. 1976. "Social Learning Analysis of Aggressive" Analysis of Delinquency and Aggressive. New York.
- Bandura A. 1977. Social Learning Theory. New Jersey : Prentice-Hall.
- Berger, Lawrence M. 2005. Income, Family, Characteristic, and physical violence toward children. Journal of Child Abuse & Neglect. 29 : 107-33.
- Berkowitz L. 1965. Advances in Experimental Social psychology. New York : London.
- Berkowitz L. 1970. Advance in Experimental Social psychology. New York and London : John Wiley and Sons, Inc.
- Brento, Land N. long. 1995. Breaking the cycle of Conflict. Educational Leadership (February) : 52-56.

- Buss A.H. 1961. The Psychology of Aggressive. New York and London : John Wiley and Sons, Inc.
- Claire L. Fox and Michael J. Boulton. 2003. Evaluating the effectiveness of a social skill training (SST)program for victim of bullying. Educational Research. 45 (Winter) : 231-247.
- Cloward, Richard A., and Ohilin Lioyd E. 1960. Delinquency and Opportunity : A Theory Delinquency Gangs. Illinois : Fress Press.
- Cooper R.K. & Sawaf. 1997. A Executive E.Q. : Emotional intelligence in leadership and organization. New York : Grosset Putnam.
- Corsini R.L. 1999. The Dictionary of Psychology. United States of America : Brunner : Mazel.
- Cynthia L.E & Laura E.B. 2002. Self-regulation in young children : Is there a role for Sociodramatic play?. Early childhood Research Quarterly. 17 : 216-238.
- David S. 2003. Community Violence Exposure and Children's Academic Functioning. Journal of Educational Psychology : 163-173.
- Gardner H. 1983. Frames of Mind : The Theory of Multiple Intelligence. New York : Basic Book, Collins Publishers.
- Goleman, D. 1995. Emotional Intelligence. New York : Bantam Book.
- Goleman, D. 1998. Working with Emotional Intelligence. New York : Bantam Book.
- Guerra & Nancy G. 2003. Community Violence Exposure, Social Cognition and Aggressive Among Urban Elementary School Children. Journal of Child Development : 156-176.
- Hirshi T. 1969. caused of Delinquency. California University of California Press.
- Letendra & Joan. 2003. Leader and Therapeutic Influences on Prosocial Skill Building in School-Based Group to Prevent aggressive. Journal of Research on Social Work Practice. 13 : 569-587.
- Liisa M. & Klaus H. 2001. University 's Value Priorities and Emotional Empathy. Educational Psychology. Vol.21. No.1.
- Mayer J.D.& Salovey P. 1997. what is emotional intelligence?. New York : Basic Book.

- Mike E. and Kafeela M. 2000. Bullying and racism among asian schoolchildren in Britain. Educational Research. 42 (Summer): 207-217.
- Naomi E. 2001. Contagion of Aggressive in Day Classroom as a function of Peer and Teacher Responses. Journal of Educational Psychology. 93 : 708-719.
- Salovey P and Mayers J.D. 1990 Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality 9 : 185-221.
- Sear, Robert.R. 1965. " Comparison of Interviews with Questionnaires for Measuring Mother's Attitude Toward Sex and Aggression". Journal of Personality and Social Psychology. 23 (January) : 37-44.
- Stuart R.B. 1981. Violent Behavior : Social Learning approaches to prediction management and treatment. Violent in Perceptive. New Yorkn : Brunner / Mazel.
- Webster's Online Dictionary. 2003. Definition of Violence[Online]. Available From : <http://www.websterdictionary.org/definition/violence>. [7 June 2003] : 1-3
- Weston M.S. 1996. Playwise : 365 fun-filled activities for building character, conscience and emotional intelligence in children. New York : Penguin Putnam.
- World Health Organization (WHO). 2003. Violence : Definition[Online]. Available From : http://www.who.int/violence_injury_preventing/violence/en/. [8 July 2003]
- Zabin, L.S. 1994. School-based program to reduce sexual risk behavior : A review of effectiveness . Journal of Public Health Report. 19 : 339-360.

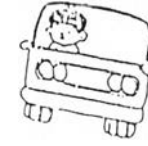
ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. รองศาสตราจารย์ ดร. ชุมพร ยงกิตติกุล
อาจารย์ประจำคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
หัวหน้าศูนย์ทดสอบทางจิตวิทยา
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เอมอร จังศิริพรปกรณ์
อาจารย์ประจำคณะครุศาสตร์ ภาควิชาวิจัยและจิตวิทยาการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์ทัศนาก ทองภักดี
อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



แบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้

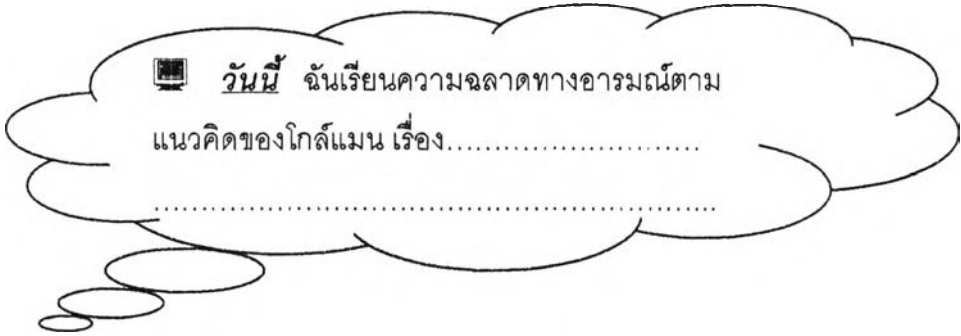
ครั้งที่..... วันที่

ชื่อ..... ชั้น..... เลขที่.....

อารมณ์ของฉันที่เกิดขึ้นภายในวันนี้

อารมณ์ ด้านบวก ที่เกิดขึ้น	เหตุการณ์	อารมณ์ ด้านลบที่ เกิดขึ้น	เหตุการณ์	การนำความฉลาด ทางอารมณ์ไป ประยุกต์ใช้





♪ ประโยชน์ที่ฉันได้รับจากการเรียนเรื่องนี้

.....

.....

.....

.....

.....

♪ ฉันจะนำความรู้เรื่องนี้ไปพัฒนาให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง โดย

.....

.....

.....

.....

.....

♪ ฉันจะนำความรู้เรื่องนี้ไปพัฒนาให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียน โดย

.....

.....

.....

.....

.....

♪ ฉันจะนำความรู้เรื่องนี้ไปพัฒนาให้เกิดประโยชน์ต่อครอบครัว โดย

.....

.....

.....

.....

.....

♪ ฉันจะนำความรู้เรื่องนี้ไปพัฒนาให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม โดย

.....

.....

.....

.....

.....

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (สำหรับนักเรียน)

ชื่อ..... นามสกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับการกระทำของนักเรียนมากที่สุดและตอบทุกข้อ แบบวัดนี้จะไม่มีการตอบใดที่ถูกหรือผิด ดังนั้นจึงขอให้ตอบคำถามเหล่านี้ให้ตรงกับความจริงมากที่สุดและตอบคำถามทุกข้อ จำนวน 40 ข้อ

เกณฑ์ในการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง มีดังนี้

- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 9-10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้
นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำเป็นประจำ"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 6-8 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำบ่อยๆ"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 3-5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำบ้างเป็นบางครั้ง"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 1-2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "นานๆครั้ง"
- ข้อความใดที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ไม่เคยทำเลย"

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1	ฉันขออายุให้เพื่อนทะเลาะกัน					
2	ถ้าเพื่อนยื่นขางทางฉันจะพุดจาเพราะๆเพื่อขอผ่านทาง					
3	เพื่อนไม่ให้ฉันยืมเงินฉันก็ไม่ตำหนิเขา					
4	ฉันมักจะพุดขัดจังหวะเพื่อนที่กำลังคุยกัน					
5	ฉันจะไม่พุดนินทาเพื่อนลับหลัง					
6	ถ้าเพื่อนกำลังพุดในเรื่องที่ฉันไม่ยอมกฟังฉันจะตวาดให้หยุด					
7	ฉันจะไม่ล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของเพื่อน					
8	ฉันไม่เรียกเพื่อนด้วยคำหยาบคาย					
9	ฉันจะได้แยังเพื่อน ถ้าฉันคิดว่าความคิดของฉันถูก					
10	เวลาเห็นเพื่อนช่วยงานครู ฉันจะประชดประชันทันทีว่าเป็นเด็กเล่น					
11	ถ้าฉันไม่มีเงิน ฉันจะพุดข่มขู่ขอเงินจากเพื่อน					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
12	ฉันไม่ชอบพูดตะคอกใส่เพื่อน					
13	ฉันจะไม่พูดคุยขณะที่ครูกำลังสอน					
14	คนไหนที่เคยทำร้ายฉัน ฉันเชื่อว่าเขาจะเอาคืน					
15	ฉันไม่ชอบพูดจายั่วโมโหเพื่อน					
16	ฉันเคยพูดจาสบประมาทความสามารถของเพื่อนว่าไม่มีทางทำได้หรอก					
17	เวลาที่ฉันถูกครูลงโทษ ฉันมักจะพูดว่า ครูลำเอียง					
18	ฉันจะพูดเยาะเย้ยเพื่อนว่าไม่มีใครในห้องเรียนสู้ฉันได้เลยสักคน					
19	ฉันไม่พูดจายั่วยุใหญ่					
20	แม้ว่าเพื่อนจะทำสิ่งใดผิดพลาด ฉันก็จะไม่พูดเยาะเย้ยเพื่อน					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
21	ฉันเคยแกล้งซัดซาเพื่อนให้ล้ม					
22	ฉันจะไม่เขียนคำหยาบลงบนโต๊ะ					
23	เวลาที่ฉันโมโห ฉันจะเตะเก้าอี้หรือโต๊ะ เพื่อระบายอารมณ์					
24	ถ้าใครทำให้ฉันโกรธ ฉันจะทุบสิ่งของต่างๆ ให้เกิดเสียงดัง					
25	ถ้าใครว่าฉัน ฉันจะปาสิ่งของที่กำลังถืออยู่ใส่ทันที					
26	ฉันไม่ชอบแย่งของเพื่อน					
27	ฉันจะไม่แกล้งดึงผมเพื่อน					
28	ฉันชอบเดินเลียนแบบท่าเดินแปลกๆของเพื่อน					
29	ฉันไม่เคยแอบขีดหรือเขียนสิ่งต่างๆที่ฝาผนัง					
30	ถ้าฉันอยากแกล้งเพื่อนคนไหน ฉันจะกระชากเสื้อเพื่อนให้ล้มลง					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
31	ถ้าฉันถูกแกล้งแรงๆ ฉันจะไม่ต้อยหรือทำร้ายกลับ					
32	ฉันจะหยิกเพื่อนตอบเวลาที่ถูแกล้ง					
33	ถ้าฉันถูกคนอื่นหาเรื่องและชวนต่อสู้ ฉันจะปฏิเสธ					
34	แม้ว่าจะผิดหวังแค่ไหนฉันก็จะไม่ทำร้ายตนเอง					
35	เวลาที่ฉันโมโห ฉันจะใช้ไม้ตีสิ่งของต่างๆให้เสียหาย โดยไม่สนใจว่าจะเป็นของใคร					
36	ฉันเคยสร้างอาวุธแบบง่ายๆเล่นเอง					
37	ฉันจะไม่พกอาวุธมีคมติดตัว(ไม้, สนับมือ, มีด)					
38	ว่าจะมีคนมาชวนไปเข้าแก๊ง ฉันก็จะไม่เข้าร่วมกับแก๊งอันธพาลเด็ดขาด					
39	เวลาฉันเห็นเพื่อนถูกทำร้าย ฉันจะคว้าอาวุธไปช่วยเหลือทันที					
40	ฉันจะไม่ใช้อาวุธทำร้ายร้ายการผู้อื่น					

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (สำหรับครูประจำชั้น)

ชื่อ.....นามสกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการกระทำของนักเรียนขณะที่อยู่ในโรงเรียน

เกณฑ์ในการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง มีดังนี้

- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 9-10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้
นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำเป็นประจำ"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 6-8 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำบ่อยๆ"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 3-5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำบ้างเป็นบางครั้ง"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 1-2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง
ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "นานๆครั้ง"
- ข้อความใดที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ไม่เคยทำเลย"

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1	นักเรียนชอบคุยให้เพื่อนทะเลาะกัน					
2	ถ้าเพื่อนยื่นขวางทางนักเรียนจะพูดจาเพราะๆเพื่อขอผ่านทาง					
3	เพื่อนไม่ให้ฉันยืมเงินนักเรียนก็ไม่ตำหนิเขา					
4	นักเรียนมักจะพูดขัดจังหวะเพื่อนที่กำลังคุยกัน					
5	นักเรียนจะไม่พูดนินทาเพื่อนลับหลัง					
6	ถ้าเพื่อนกำลังพูดในเรื่องที่ฉันไม่อยากฟัง นักเรียนจะตวาดให้หยุด					
7	นักเรียนจะไม่ล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของเพื่อน					
8	นักเรียนไม่เรียกเพื่อนด้วยคำหยาบคาย					
9	นักเรียนจะได้แย้งเพื่อนถ้าคิดว่าความคิดของฉันถูก					
10	เวลาเห็นเพื่อนช่วยงานครูนักเรียนจะประชดประชันทันทีว่าเป็นเด็กเสี้ยน					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
11	ถ้าฉันไม่มีเงิน นักเรียนจะพูดข่มขู่ขอเงินจากเพื่อน					
12	นักเรียนไม่ชอบพูดตะคอกใส่เพื่อน					
13	นักเรียนจะไม่พูดคุยขณะที่ครูกำลังสอน					
14	คนไหนที่เคยทำร้ายนักเรียน นักเรียนรู้ว่าจะเอาคืน					
15	นักเรียนไม่ชอบพูดจาขี้โมโหเพื่อน					
16	นักเรียนเคยพูดจาสบประมาทความสามารถของเพื่อนว่าไม่มีทางทำได้หรอก					
17	เวลาที่ถูกครูลงโทษนักเรียนมักจะพูดว่า ครูลำเอียง					
18	นักเรียนจะพูดเยาะเย้ยเพื่อนว่าไม่มีใครในห้องเรียนสู้ได้เลยสักคน					
19	นักเรียนไม่พูดจาขี้ยอนผู้ใหญ่					
20	แม้ว่าเพื่อนจะทำสิ่งใดผิดพลาด นักเรียนก็จะไม่พูดเยาะเย้ยเพื่อน					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
21	นักเรียนเคยแกล้งซัดซาเพื่อนให้ล้ม					
22	นักเรียนจะไม่เขียนคำหยาบลงบนโต๊ะ					
23	เวลาที่โมโห นักเรียนจะเตะเก้าอี้หรือโต๊ะ เพื่อระบายอารมณ์					
24	ถ้าใครทำให้โกรธ นักเรียนจะทุบสิ่งของต่างๆให้เกิดเสียงดัง					
25	ถ้าใครว่านักเรียน นักเรียนจะปาสิ่งของที่กำลังถืออยู่ใส่ทันที					
26	นักเรียนไม่ชอบแย่งของเพื่อน					
27	นักเรียนจะไม่แกล้งดึงผมเพื่อน					
28	นักเรียนชอบเดินเลียนแบบท่าเดินแปลกๆของเพื่อน					
29	นักเรียนไม่เคยแอบขีดหรือเขียนสิ่งต่างๆที่ฝาผนัง					
30	ถ้ายากแกล้งเพื่อนคนไหน นักเรียนจะกระชากเสื้อเพื่อนให้ล้มลง					
31	ถ้าถูกแกล้งแรงๆ นักเรียนจะไม่ต้อยหรือทำร้ายกลับ					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
32	นักเรียนจะหยิกเพื่อน ตอนเวลาที่ถูกแกล้ง					
33	ถ้าถูกคนอื่นหาเรื่องและ ชวนต่อสู้ นักเรียนจะ ปฏิเสธ					
34	แม้ว่าจะผิดหวังแค่ไหน นักเรียนก็จะไม่ทำร้าย ตนเอง					
35	เวลาที่โมโห นักเรียนจะใช้ ไม้ตีสิ่งของต่างๆให้ เสียหาย โดยไม่สนใจว่า จะเป็นของใคร					
36	นักเรียนเคยสร้างอาวุธ แบบง่ายๆเล่นเอง					
37	นักเรียนจะไม่พกอาวุธ มีคมติดตัว(ไม้, สนับมือ, มีด)					
38	ว่าจะมีคนมาชวนไปเข้า แก๊ง นักเรียนก็จะไม่เข้า ร่วมกับแก๊งอันธพาล เด็ดขาด					
39	เวลาเห็นเพื่อนถูกทำร้าย นักเรียนจะคว้าอาวุธไป ช่วยเหลือทันที					
40	นักเรียนจะไม่ใช้อาวุธ ทำร้ายร้ายการผู้อื่น					

แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (สำหรับผู้ปกครอง)

ชื่อ.....นามสกุล..... ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการกระทำของนักเรียนขณะที่อยู่ที่บ้าน

เกณฑ์ในการตอบแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง มีดังนี้

- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 9-10 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำเป็นประจำ"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 6-8 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำบ่อยๆ"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 3-5 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ทำบ้างเป็นบางครั้ง"
- ข้อความใดที่เกิดขึ้นจริง ประมาณ 1-2 ครั้ง ใน 10 ครั้ง / สัปดาห์ หรือเกิดขึ้นทุกครั้ง ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "นานๆครั้ง"
- ข้อความใดที่ไม่เคยเกิดขึ้นเลย ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง "ไม่เคยทำเลย"

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
1	นักเรียนชอบยืมให้พี่/น้องทะเลาะกัน					
2	ถ้าพี่/น้องยื่นขวางทางนักเรียนจะพูดจาเพวระๆเพื่อขอผ่านทาง					
3	พี่/น้องไม่ให้ฉันยืมเงินนักเรียนก็ไม่ตำหนิเขา					
4	นักเรียนมักจะพูดขัดจังหวะพี่/น้องที่กำลังคุยกัน					
5	นักเรียนจะไม่พูดนินทาพี่/น้องลับหลัง					
6	ถ้าพี่/น้องกำลังพูดในเรื่องที่ฉันไม่อยากฟัง นักเรียนจะตวาดให้หยุด					
7	นักเรียนจะไม่ล้อเลียนชื่อพ่อแม่ของคนอื่น					
8	นักเรียนไม่เรียกพี่/น้องด้วยคำหยาบคาย					
9	นักเรียนจะได้แย้งพี่/น้องถ้าคิดว่าความคิดของฉันถูก					
10	เวลาเห็นพี่/น้องช่วยงานพ่อแม่ นักเรียนจะประศดประชันทันทีว่าเป็นเด็กเส้น					
11	ถ้าฉันไม่มีเงิน นักเรียนจะพูดข่มขู่ขอเงินจากพ่อ / แม่					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
12	นักเรียนไม่ชอบพูด ตะคอกใส่พี่ / น้อง					
13	นักเรียนจะไม่พูดคุย ขณะที่พ่อแม่กำลังสอน					
14	คนไหนที่เคยทำร้าย นักเรียน นักเรียนชู้ว่าจะ เอาคืน					
15	นักเรียนไม่ชอบพูดจา ยั่วโมโหพี่/น้อง					
16	นักเรียนเคยพูดจา สบประมาท ความสามารถของพี่ / น้องว่าไม่มีทางทำได้ หรอก					
17	เวลาที่ถูกลงโทษ นักเรียน มักจะพูดว่า พ่อแม่ ลำเอียง					
18	นักเรียนจะพูดเยาะเย้ยพี่/ น้องว่าไม่มีใครเรียนสู้ได้ เลยสักคน					
19	นักเรียนไม่พูดจาเย้ย ผู้ใหญ่					
20	แม้ว่าจะทำสิ่งใด ผิดพลาด นักเรียนก็จะไม่ พูดเยาะเย้ยพี่/น้อง					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
21	นักเรียนเคยแกล้งชัตซาพี/น้องให้ล้ม					
22	นักเรียนจะไม่เขียนคำหยาบลงบนโต๊ะ					
23	เวลาที่โมโห นักเรียนจะเตะเก้าอี้หรือโต๊ะ เพื่อระบายอารมณ์					
24	ถ้าใครทำให้โกรธ นักเรียนจะทุบสิ่งของต่างๆให้เกิดเสียงดัง					
25	ถ้าใครว่านักเรียน นักเรียนจะปาสิ่งของที่กำลังถืออยู่ใส่ทันที					
26	นักเรียนไม่ชอบแย่งของพี/น้อง					
27	นักเรียนจะไม่แกล้งดึงผมพี / น้อง					
28	นักเรียนชอบเดินเลียนแบบท่าเดินแปลกๆของพี / น้องๆ					
29	นักเรียนไม่เคยแอบขีดหรือเขียนสิ่งต่างๆที่ฝาผนัง					
30	ถ้ายากแกล้งพี / น้อง คนไหน นักเรียนจะกระชากเสื้อเพื่อนให้ล้มลง					
31	ถ้าถูกพี / น้องแกล้งแรงๆ นักเรียนจะไม่ต้อยหรือทำร้ายกลับ					

ข้อ	ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำบ่อยๆ	ทำบ้างเป็นบางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยทำเลย
32	นักเรียนจะหยิกพี่/น้อง ตอบเวลาที่ถูกแกล้ง					
33	ถ้าถูกคนอื่นหาเรื่องและ ชวนต่อสู้ นักเรียนจะ ปฏิเสธ					
34	แม้ว่าจะผิดหวังแค่ไหน นักเรียนก็จะไม่ทำร้าย ตนเอง					
35	เวลาที่โมโห นักเรียนจะให้ ไม้ตีสิ่งของต่างๆให้ เสียหาย โดยไม่สนใจว่า จะเป็นของใคร					
36	นักเรียนเคยสร้างอาวุธ แบบง่ายๆเล่นเอง					
37	นักเรียนจะไม่พกอาวุธ มีคมติดตัว (ไม้, สนับมือ, มีด)					
38	ว่าจะมีคนมาชวนไปเข้า แก๊ง นักเรียนก็จะไม่เข้า ร่วมกับแก๊งอันธพาล เด็ดขาด					
39	เวลาเห็นพี่/น้องถูกทำร้าย นักเรียนจะคว้าอาวุธไป ช่วยเหลือทันที					
40	นักเรียนจะไม่ใช้อาวุธ ทำร้ายร่างกายผู้อื่น					

แบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องหรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท (x) ลงบนตัวเลือกในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดไม่ใช่การแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวทางวาจา
 - ก. " รินทร์ ! หยิบยางลบให้ฉันหน่อย ชั้นจะใช้ตอนนี้แล้ว "
 - ข. " รินทร์! เธอมองไม่เห็นยางลบตกที่พื้นหรือไง "
 - ค. " รินทร์! เธอช่วยหยิบยางลบให้เราหน่อยได้ๆไหม "
 - ง. " รินทร์! เธอหยิบยางลบชั้นอยู่นะ รีบๆถอยไปเร็วๆดิ "
2. "หน้าของเจตน์ค่อยๆเปลี่ยนเป็นสีแดง ตัวสั่น ปากสั่น พลังปากदानกไปหลายคำจนหน้าหงายและตบหน้าไปหลายจุดด้วยความสะใจ" แสดงว่า ขณะนี้เจตน์กำลังเกิดอารมณ์ใด
 - ก. อารมณ์เสียใจ
 - ข. อารมณ์ผิดหวัง
 - ค. อารมณ์เศร้า
 - ง. อารมณ์โกรธ
3. "เออ ไช้ ชั้นไม่สวยเหมือนเธอหน้า น่า อ้วนก็อ้วน ดำก็ดำ ไม่มีใครรักฉันหรอก" ผู้ที่พูดประโยคนี้อาจมีความรู้สึกอย่างไร และนักเรียนมีวิธีพูดอย่างไรเพื่อให้เพื่อนรู้สึกดีขึ้น
 - ก. รู้สึกสลด หดหู่ และบอกเพื่อนว่า "ดำดีสีไม่ตกใจเธอ"
 - ข. รู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง และบอกเพื่อนว่า "มีห่วงยางส่วนตัวไม่ดีเธอ"
 - ค. รู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง และบอกเพื่อนว่า "เธอเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของฉันนะ"
 - ง. รู้สึกเสียใจ เศร้าและบอกเพื่อนว่า "ทำใจเสียเถอะ"
4. แก้วชอบเรียกเพื่อนว่า "มิ่ง" นักเรียนจะมีวิธีช่วยให้แก้วเรียกเพื่อนๆด้วยคำพูดที่ไพเราะกว่านี้ได้อย่างไร
 - ก. บอกแก้วว่าที่เรียกอย่างนั้นดีแล้ว เพราะแสดงถึงความเป็นกันเอง
 - ข. บอกแก้วว่าถ้าเรียกเพื่อนแบบนี้อีก นักเรียนจะไม่พูดด้วย
 - ค. บอกแก้วว่าควรจะเรียกให้ดีกว่านี้ แม้เป็นเพื่อนกันก็ควรที่จะพูดจาให้ไพเราะอยู่เสมอ
 - ง. บอกแก้วว่านักเรียนไม่สนใจว่าแก้วจะเรียกเพื่อนอย่างไร เรายังคบกันได้

5. สมมุติว่านักเรียนกำลังเดินซื้อของอยู่ในตลาด นักเรียนจะพูดกับแม่ค้าอย่างไรเพื่อให้แม่ค้าอยากจะลดราคาให้

ก. "หา! อะไรนะคะ 2 กิโล 100 แพงไปเปล่าคะ ลดราคาหน่อยสิ หนูจะได้ซื้อเยอะๆ "

ข. " โอ้โห! ส้มสี่สวยจังคะ น่าทานจังเลย ป้าช่วยลดให้หนูได้ไหมคะ หนูจะเอาสัก 2 กิโล "

ค. " อะไรนะคะ! ป้า เนี่ยนะถูกแล้ว หนูว่าสีส้มช้ำน่าขนาดนี้ น่าจะลดราคาหน่อยนะคะ "

ง. " โห! นี่ 2 กิโลแล้วเหอะคะ เบาหิวเลย ป้าโก่งตาซึ่งเปล่าคะ ไม่ลดก็แถมมาด้วยสิคะ "

6. นักเรียนเห็นเพื่อนเก็บเงินที่ตกที่พื้นได้ และเอาไปใช้ นักเรียนจะมีวิธีพูดอย่างไรเพื่อให้เพื่อนนำเงินไปประกาศหาเจ้าของ

ก. "เฮ้ย! นั่น ไม่ใช่เงินนายนี่ ไปหาเจ้าของกันเถอะ บาบกรรม"

ข. "เงินตั้งเยอะ ไม่เอาก็ไงแล้วเพื่อน"

ค. "ถ้านายใช้เงินนี้ ก็เท่ากับนายเป็นขโมยทางอ้อมนะ"

ง. "เราไปหาเจ้าของกันเถอะ ตอนนี้กำลังเดือดร้อนอยู่แน่ๆ"

7. พี่ถูกอาจารย์ตำหนิเรื่องมาสาย นักเรียนจะมีวิธีพูดอย่างไร เพื่อให้เพื่อนไม่โกรธอาจารย์และเข้าใจในเจตนาดีของท่าน

ก. "พี่ท้อ ย่าโกรธเลยนะ เค้เตือนเพราะรักนายนะ"

ข. "พี่ท้อ ย่าโกรธเลยนะ อาจารย์อยากให้นายมาเรียนทันเวลาไง"

ค. "พี่ท้อ ถ้าเค้ไม่เตือนนายก็จะมาสายอยู่แบบนี้บ่อยๆ เห็นมั๊ย เค้เป็นห่วงนายนะ"

ง. "พี่ท้อ ถ้ามาอยากให้เค้บ่นอีก นายก็อย่ามาสายอีกสิ"

8. น้องชายของนักเรียนมักจะเถียงพ่อแม่ เสมอ นักเรียนจะมีวิธีทำอย่างไร เพื่อไม่ให้น้องชายทำเช่นนั้นอีก

ก. เตือนน้องว่าไม่ควรเถียงพ่อแม่แบบนี้ เพราะพ่อแม่จะเสียใจ

ข. บอกน้องว่าถ้าเถียงพ่อแม่แบบนี้บาปมาก จะทำให้ตกนรกได้

ค. บอกน้องว่าถ้าทำแบบนี้บ่อยๆ พ่อแม่จะไม่รัก

ง. บอกน้องว่าไม่ควรจะเถียงพ่อแม่ พ่อแม่เตือนเราเพราะรักและอยากให้เราได้ดี

9. ส้มโอมักจะขมวดคิ้ว เครียดเรื่องเรียนอยู่เสมอ นักเรียนจะมีวิธีพูดกับส้มโออย่างไร เพื่อให้เพื่อนรู้สึกผ่อนคลายขึ้น

ก. "ใจเย็นดิ เรียนๆ เล่นๆ เตียวก็จบ ไม่ต้องเครียดหรอก"

ข. "คิ้วขมวดแบบนี้บ่อยๆ เตียวก็แก่หรอก"

ค. "ลองคิดถึงเรื่องดีๆ หลับตาสักครู่ จะรู้สึกดีขึ้นนะ"

ง. "เลิกเครียดเถอะ เครียดมากๆ หัวใจวายตายไม่รู้ล่ะ"

10. ถ้ามีเพื่อนล้อชื่อพ่อแม่เพื่อน นักเรียนจะแก้ไขปัญหานี้อย่างไร
- ล้อชื่อพ่อแม่ของเพื่อนกลับบ้าง
 - หาทางแก้แค้นด้วยวิธีอื่นๆ
 - ฟ้องคุณครูให้ตัดคะแนนความประพฤติของเพื่อน
 - ขอร้องและขอคำมั่นสัญญาจากเพื่อนดีๆ ให้เลิกล้อ
11. นักเรียนคิดว่าถ้าเราพูดนินทาเพื่อนๆ ในกลุ่มเสมอๆ จะทำให้เกิดผลอย่างไร
- ข้อดี เพราะจะทำให้เพื่อนรู้ข้อบกพร่องของตนเองและปรับปรุงให้ดีขึ้น
 - ข้อเสีย เพราะจะทำให้เพื่อนๆ ที่เราพูดถึงได้รับความเสียหายได้
 - ข้อดี เพราะจะทำให้เพื่อนๆ ที่เราพูดถึงได้รับความเสียหายได้
 - ง.เกิดทั้งข้อดีและข้อเสีย
12. นตกำลังรู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้ ต่อการสอบเข้าเรียนต่อมาก นักเรียนจะมีวิธีพูดอย่างไร เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้เกิดขึ้นได้
- “เอาเถอะ ไม่วอกก็เลิกเถอะ ไม่เป็นไรหรอก อย่าดันทุรังเลย”
 - “สู้ สู้ อุปสรรคนะ จีบจ้อยอยู่แล้ว”
 - “คนเก่งอย่างเธอ คงไม่ท้อเพราะเรื่องแบบนี้หรอกนะ”
 - “ถ้าเป็นฉัน ฉันจะเลิกเลยล่ะ”
13. ทิน ทำการบ้านไม่เสร็จ เลยไม่ส่ง เพราะกลัวโดนครูตี นักเรียนจะมีวิธีพูดอย่างไร เพื่อให้ทินยอมรับในผลการกระทำของตนเองอย่างลูกผู้ชาย
- “ถ้านายไม่กล้ารับ ก็หากระโปรงมาใส่เถอะ”
 - “เฮ้ย นายอย่างยอมรับง่ายๆ เรื่องอะไรจะยอมเจ็บตัวฟรี”
 - “นายแหม่มาก นี่สิลูกผู้ชายของแท้ เอาตัวรอดได้”
 - “ลูกผู้ชายทำผิดต้องกล้ายอมรับสิ ที่หลังก็อย่าทำอีก”
14. จากคำพูดที่ว่า “พูดดีเป็นศรีแก่ตัว” นักเรียนเกิดความรู้สึกอย่างไรกับคำพูดนี้
- เห็นด้วย เพราะคนที่พูดจาไพเราะอยู่เสมอ ไม่ว่าใครได้ยินก็จะเกิดความรักใคร่เอ็นดู
 - เห็นด้วย เพราะคนจะดีหรือประสบความสำเร็จ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับแค่การพูดจาดีเท่านั้น
 - เห็นด้วย เพราะคนที่พูดจาไม่ไพเราะก็สามารถกลายเป็นที่รักของผู้อื่นได้ถ้าเป็นคนดี
 - เห็นด้วย เพราะคนที่พูดจาไพเราะมักจะเป็นคนไม่เห็นแก่ตัว

15. ถ้ากันย์ชอบพูดจาตวาดหรือตะคอกผู้อื่นเสมอ นักเรียนจะมีวิธีปรับอย่างไร
- พยายามไม่พูดกับใคร ใช้ท่าทางยิ้มหรือพยักหน้าเท่านั้น
 - ค่อยๆลดระดับเสียงให้เบาลง ใช้คำพูดเพราะๆ
 - บอกกันต์ว่า พูดแบบนี้ดีแล้ว ไม่ต้องปรับเปลี่ยน เพราะดังและชัดเจนดี
 - บอกกันต์ว่า เธอควรพูดแบบนี้ต่อไป เพราะจะแสดงถึงความจริงใจที่มี
16. "ฉันรู้...ถึงฉันเรียนไม่เก่ง แต่เธอเห็นไหม ฉันก็พยายามอ่านหนังสือเต็มทีเลยนะ" ผู้พูดกำลังทำสิ่งใดต่อตนเอง
- เปิดรับสิ่งใหม่ๆ
 - ควบคุมตนเอง
 - ประเมินตนเองตามความเป็นจริง
 - กระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
17. นักเรียนจะมีวิธีการพูดอย่างไรเพื่อให้จับหายโกรธและกลับมาคืนดีกับนักเรียน
- "โห่ จี๊บ อย่าโกรธเลยนะ เธอเนี่ยชอบเล่นตัวจังนะ"
 - "โอเค! ในเมื่อไม่อยากคืนดีด้วย ฉันก็ไม่ง้อหรอก"
 - "จี๊บ! เราขอโทษนะ ยกโทษให้เถอะ"
 - "เฮ้อ! เมื่อไหร่จะหายโกรธซะที งอนจนน่ารำคาญแล้ว"
18. แจ็ค : "นี่! นิกก็ เธอเป็นหัวหน้ากลุ่มก็จริง แต่ไม่มีสิทธิ์มาสั่งฉันนะ"
- นิกก็ : "ทำไม เธอเป็นลูกน้องฉันต้องฟังฉันสิ"
- นักเรียนจะมีวิธีอย่างไร เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวให้ดีที่สุด
- ขอร้องเพื่อนให้ใจเย็นๆและค่อยๆพูดจากันดีๆ
 - แยกเพื่อนที่ทะเลาะกันไปทำงานกันคนละส่วนที่ไม่เกี่ยวข้องกัน
 - พยายามหาสาเหตุของความขัดแย้ง และช่วยกันหาทางออกอย่างประนีประนอม
 - หาข้อสรุปโดยให้หัวหน้ากลุ่มเป็นคนเลือกความคิดเห็นที่ต้องการ
19. แพร : "ว่าไงจ๊ะ น้องเบลล์ เมื่อไหร่จะสูงขึ้นล่ะ เจอกี๊ก็ป็นน้องเตี้ย แบบนี้ ไม่เบื่อหรือ" จากคำพูดประโยคนี้นี้แสดงว่า แพรเป็นผู้ที่ขาดสิ่งใดต่อไปนี้มากที่สุด
- ทักษะการสื่อสาร
 - ทักษะทางสังคม
 - การควบคุมอารมณ์
 - การเข้าใจผู้อื่น

20. "ฉันเห็นนักกีฬาขว้างน้ำหนักหญิงโอลิมปิกพยายามสู้เต็มที่ คำว่า "สู้ไว้" ยังก้องอยู่ในหูอยู่เลย ฉันก็เลยสู้บ้างล่ะ ไม่ยอมแพ้นะ" แสดงว่าขณะนี้ผู้พูดมีสิ่งใดอยู่เต็มเปี่ยม

ก. มีความคิดริเริ่ม

ข. มีแรงจูงใจ

ค. มีการปรับตัว

ง. มีการมองโลกในแง่ดี

21. นักเรียนคิดว่าข้อใดที่แสดงพฤติกรรมได้เหมาะสมที่สุด

ก. เวลาที่ฉันโกรธ ฉันจะปาชอล์กใส่เพื่อนเล่นเพื่อระบายอารมณ์

ข. เวลาที่ฉันโกรธ ฉันจะทุบโต๊ะเสียงดังเพื่อเรียกร้องความสนใจจากเพื่อน

ค. เวลาที่ฉันโกรธ ฉันจะหลบไปนั่งสงบสติอารมณ์คนเดียว

ง. เวลาที่ฉันโกรธ ฉันจะพยายามปลีกตัวไปเล่นเกมที่ชอบคนเดียว

22. เพื่อนในกลุ่มมักจะชอบใช้กำลังต่อสู้ตัดสินเวลาที่ความคิดเห็นไม่ลงรอยกัน นักเรียนคิดว่าจะเกิดผลอย่างไรตามมา

ก. ผลดี เพราะเป็นวิธีการแสดงออกถึงศักดิ์ศรีของลูกผู้ชายที่แท้จริง

ข. ผลดี เพราะเมื่อเราได้ต่อสู้กันบ่อยๆจะทำให้ร่างกายแข็งแรง

ค. ผลดี เพราะเป็นการนำวิชาแม่ไม้มวยไทยที่เรียนนำมาใช้ในชีวิตจริง

ง. ไม่เกิดผลดีใดๆเลย

23. ถ้านักเรียนเห็นเขวากับตุลย์กำลังชกต่อยกัน ปากแตกกันทั้งคู่ นักเรียนจะมีวิธีทำอย่างไรเพื่อให้ทั้งคู่เลิกชกต่อยกันดีที่สุด

ก. เข้าไปช่วยตะลุมบอนทั้ง 2 ฝ่าย

ข. นำไม้บรรทัดหรือคัทเตอร์ของตนเอง ตามไปช่วยเพื่อนขึ้นตนเองทันที

ค. เรียกเพื่อนๆที่อยู่แถวนั้นมาช่วยแยกทั้ง 2 ฝ่ายออกจากกัน

ง. พยายามพูดหาทางเจรจาเพื่อหาข้อยุติความไม่เข้าใจกัน

24. นักเรียนเห็นศออบหยิกน้องสาวตนเองเวลาที่น้องชนเสมอ นักเรียนจะเสนอแนะวิธีการปรับและจัดการกับน้องสาวอย่างไร

ก. บอกยศว่าไม่ควรทำแบบนั้นเพราะน้องยังเล็กอยู่

ข. บอกยศว่าดีแล้ว น้องจะได้จำว่าไม่ควรจะชนเกินไป

ค. บอกยศว่าไม่ควรทำแบบนั้น เพราะเดี๋ยวน้องกลับไปฟ้องแม่

ง. บอกยศว่าควรจะสอนน้องดีๆมากกว่าลงไม้ลงมือ

25. นักเรียนเห็นโต๊ะของนุ่น มักจะมีรอยดินสอเขียนที่โต๊ะ หรือเก้าอี้บ่อยๆ โดยที่ไม่รู้ว่าใครเป็นคนทำ นักเรียนจะแก้ไขปัญหานี้อย่างไร

- ก. บอกคุณครูว่า มีคนขีดและเขียนโต๊ะของนุ่นให้สกปรกเสมอ
- ข. ช่วยนุ่นลบคำพูดที่เขียนที่โต๊ะและเก้าอี้ออกให้สะอาด
- ค. ขอร้องเพื่อนๆว่า โต๊ะเรียนจะสกปรก อย่าทำเลย
- ง. หาตัวคนเขียนและบังคับให้ลบคำพูดที่ตัวเองเขียนที่โต๊ะและเก้าอี้ทันที

26. ถ้าเรารู้สึกโกรธมากแล้วระบายอารมณ์โกรธออกไปด้วยการเตะสิ่งของต่างๆที่อยู่รอบๆ นักเรียนคิดว่าเป็นวิธีการระบายอารมณ์โกรธที่ถูกต้องหรือไม่ อย่างไร

- ก. ไม่ถูกต้อง แต่เป็นวิธีที่จะช่วยทำให้หายโกรธได้เร็วมาก
- ข. ไม่ถูกต้อง แต่สิ่งของเหล่านี้ไม่มีความรู้สึกใดๆ เราจึงสามารถทำแบบนี้ได้
- ค. ไม่ถูกต้อง เพราะจะทำให้สิ่งของต่างๆของผู้อื่นได้รับความเสียหายได้
- ง. ไม่ถูกต้อง เพราะจะทำให้ร่างกายเราได้รับความบาดเจ็บได้

27. นักเรียนคิดว่า การที่เราใช้อาวุธทำร้ายร่างกายตนเองหรือผู้อื่น เพื่อระบายความแค้น ความโกรธและความผิดหวังนั้น เป็นการกระทำที่ถูกต้องหรือไม่ อย่างไร

- ก. ไม่ถูกต้อง แต่เป็นสิทธิ์ของเราที่สามารถทำได้
- ข. ไม่ถูกต้อง แต่เป็นการกระทำที่แสดงถึงความกล้าหาญ
- ค. ไม่ถูกต้อง เพราะการกระทำแบบนี้ไม่ใช่วิธีการระบายอารมณ์ที่ดีที่ควรจะทำตามเลย
- ง. ไม่ถูกต้อง เพราะจะทำให้ตนเองและผู้อื่นได้รับความบาดเจ็บได้

28. หลังจากที่นักเรียนได้อ่านข่าว "นักเรียนช่างกลแห่งหนึ่งถูกนักเรียนช่างกลอีกโรงเรียนทำร้ายด้วยอาวุธจนเสียชีวิต" นักเรียนคิดว่าวิธีใดที่เหมาะสมที่จะแก้ไขปัญหานี้มากที่สุด

- ก. บังคับให้ปิดโรงเรียน จนกว่าจะตามจับคนร้ายได้
- ข. ให้นักเรียนช่างกลไปฝึกทหารเพื่อสร้างความเข้มแข็งในทางที่ถูกต้อง
- ค. ริบอาวุธต่างๆที่มีในโรงเรียนให้หมด
- ง. สอนวิธีการควบคุมอารมณ์โกรธของตนเองและฝึกทักษะการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

29. จากเหตุการณ์ที่นักศึกษาอาชีพจะชวยกพวกตักกัน เพราะเรื่องศักดิ์ศรีของสถาบัน นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรต่อคำกล่าวที่ว่า "ไม่ว่าตัวเราจะเป็นอย่างไร ศักดิ์ศรีของสถาบันจะต้องมาก่อนสิ่งอื่น"

- ก. เห็นด้วย เพราะศักดิ์ศรีของสถาบันเราสำคัญที่สุดมากกว่าสิ่งอื่น
- ข. เห็นด้วย แต่คิดว่าไม่ใช่เรื่องอะไรของเราที่ต้องเข้าไปยุ่งเกี่ยว
- ค. ไม่เห็นด้วย เพราะความดีในตัวเราต่างหากที่มีค่ามากกว่าสิ่งอื่น
- ง. ไม่เห็นด้วย เพราะศักดิ์ศรีเป็นแค่สิ่งที่เราสมมุติขึ้น

30. วิตร จะแบ่งหน้าที่และมอบหมายการทำงานต่างๆให้เพื่อนภายในกลุ่ม ซึ่งสมาชิกในกลุ่มต่างก็เต็มใจที่จะทำงานตามที่ได้รับมอบหมายกันคนละไม้คนละมือ จนสามารถทำให้งานประสบความสำเร็จได้ นักเรียนคิดว่ากลุ่มของวิตรมีสิ่งใดเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการทำงาน

- ก. การกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
- ข. การร่วมมือร่วมใจในการทำงาน
- ค. ความเป็นผู้นำ
- ง. การสื่อความหมาย

31. พฤติกรรมใดต่อไปนี้เป็นพฤติกรรมที่ไม่ควรเลียนแบบหรือกระทำตามมากที่สุด

- ก. ชายใช้อาวุธทำร้ายตนเองเวลาที่ผิดหวัง
- ข. หวานมักจะถูกตีบถตนเองเวลาที่รู้สึกท้อแท้
- ค. สุขมักจะมีคนมองโลกในแง่ร้ายอยู่เสมอ
- ง. แว่วไม่ค่อยมั่นใจในความสามารถของตนเองที่มีอยู่

32. วิธีการแก้ปัญหาข้อใดที่ถูกต้องและเหมาะสมที่สุด

- ก. ฉันจะพกคัทเตอร์ติดตัวเสมอเพื่อใช้ป้องกันตัว
- ข. ฉันจะสร้างอาวุธส่วนตัวเพื่อใช้ในเวลาที่ฉันต้องการ
- ค. ฉันจะหัดเรียนมวยไทยเพื่อนำมาใช้ในเหตุการณ์คับขัน
- ง. ฉันจะฝึกการใช้อาวุธที่ชำนาญ เพื่อจะนำไปใช้ในชีวิตรจริงได้

33. ชีชาดูภาพยนตร์เรื่องหนึ่งที่ชอบมาก ชีชาเกิดอยากเลียนแบบพฤติกรรมของนางเอกมาก นักเรียนคิดว่าชีชาสามารถเลียนแบบพฤติกรรมใดได้

- ก. เลียนแบบท่าทางการยิงปืนที่แสนเท่ของนางเอก
- ข. เลียนแบบมาดการเตะผู้ร้ายที่ห้าวหาญ
- ค. เลียนแบบท่าทางการใช้มีดบินสังหารศัตรูไว้ป้องกันตัว
- ง. เลียนแบบท่าทางการเดินที่สง่าผ่าเผย

34. ถ้านักเรียนเกิดอหังจากสาวคนหนึ่ง นักเรียนจะมีวิธีแก้ปัญหาอย่างไรที่จะทำให้สามารถคลายจากความเศร้านั้นได้อย่างเหมาะสม

- ก. รับประทานอาหารลิ้มสาวคนนั้นให้ได้โดยเร็วโดยการเปิดน้ำรดหัวตัวเองซ้ำๆ
- ข. ปลอบใจตนเองว่า เรายังมีโอกาสที่จะเจอคนที่ช่างหน้าอีกเยอะ ไม่ต้องเสียใจไป
- ค. ร้องไห้ต่อไปเรื่อยๆจนกว่าจะรู้สึกสบายใจ
- ง. กินยาแก้ปวดหัวหลายๆเม็ดเพื่อพยายามให้ลิ้มสาวคนนั้น

35. เพื่อนๆทุกคนในกลุ่มชอบดูภาพยนตร์สงครามและเล่นเกมต่อสู้บ่อยๆ นักเรียนคิดว่าสิ่งเหล่านี้จะสามารถทำให้พฤติกรรมก้าวร้าวขึ้นได้หรือไม่

ก. ไม่ได้ เพราะพฤติกรรมของเราต้องขึ้นอยู่กับตัวเรามากกว่าเกม

ข. ไม่ได้ เพราะการเล่นเป็นแค่วิธีการคลายเครียดของเราเท่านั้น

ค. ไม่ได้ เพราะการดูภาพยนตร์เกี่ยวกับสงครามนั้นเปรียบเสมือนการเรียนรู้

ประวัติศาสตร์ทางอ้อม

ง. ได้ เพราะถ้าเราดูภาพยนตร์หรือเล่นเกมต่อสู้บ่อยๆจะทำให้เราเกิดการ

เลียนแบบพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงที่มีอยู่ในเกมนั้นๆได้

36. ถ้านักเรียนเป็นหัวหน้ากลุ่ม เห็นเพื่อนคนหนึ่งในกลุ่มไม่ยอมช่วยเพื่อนทำงาน นักเรียนจะ
จะทำอย่างไร เพื่อแก้ไขปัญหานี้ให้เหมาะสมที่สุด

ก. ใช้กำลังข่มขู่จนกว่าเพื่อนจะร่วมมือทำงานกับเพื่อนภายในกลุ่ม

ข. อ้างสิทธิ์การเป็นหัวหน้ากลุ่ม ที่ลูกน้องต้องเชื่อฟังและทำตามเท่านั้น

ค. ห็นหน้าเข้าคุยกัน และพยายามช่วยกันคิดแก้ไขปัญหาดังกล่าวร่วมกันอย่างใช้

เหตุผล

ง. ไม่สนใจว่าใครจะคิดอย่างไร แก้ปัญหาตามที่ตนเองคิดทันที

37. ข้อใดไม่ใช่วิธีการลดความโกรธและความเครียดที่ดี

ก. การนั่งสมาธิ

ข. นับหนึ่งถึงสิบ ซ้ำๆ จนกว่าจะรู้สึกสงบ

ค. อ่านหนังสือการ์ตูนเรื่อง city hunter

ง. นึกถึงธรรมชาติที่สวยงาม เช่น น้ำตก ภูเขา

38. ดุล ใช้เวลาว่างอ่านหนังสือการ์ตูนเล่มหนึ่งที่มีเนื้อหาต่อสู้ บู้ ล้างผลาญเสมอ
นักเรียนจะแนะนำดุลย์อย่างไร เพื่อให้เพื่อนใช้เวลาว่างทำอย่างอื่นที่มีประโยชน์มากกว่าและ
เหมาะสมที่สุด

ก. ไปเล่นเกมออนไลน์ที่ร้านเน็ตด้วยกัน

ข. พาเพื่อนไปดูคอนเสิร์ตมันๆด้วยกัน ตามประสาชาร็อก

ค. ชักชวนเพื่อนให้ไปเล่นกีฬาด้วยกัน

ง. แนะนำเพื่อนให้ใช้เวลาว่างดูรายการทีวีต่างๆแทน

39. พิจิก พกคัทเตอร์ติดตัวไว้เป็นอาวุธประจำตัวเสมอ รอโอกาสแก้แค้นนักเรียนอื่นที่ไม่ถูกต้องกัน นักเรียนจะทำอะไรเพื่อไม่ให้พิจิกก่อเรื่องนี้

- ก. แอบขโมยคัทเตอร์ของเพื่อนไปทิ้ง
- ข. บอกคุณครูถึงการกระทำของพิจิก
- ค. เตือนเพื่อนให้เลิกถึงเรื่องใจเขาใจเราและเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบ
- ง. หาหนังสือเกี่ยวกับงานไม้หรืองานประดิษฐ์ที่สร้างสรรค์ไปให้เพื่อนอ่านแทน

40. นัทมักจะไต่ยืนแนบบันไดว่าจะไปทำศัลยกรรมจมูกเสมอ แต่ไม่มีเงิน เลยรู้สึกขาดความมั่นใจในตนเองเสมอ นัทควรจะแก้ไขปัญหานี้อย่างไรให้ดีที่สุด

- ก. พาเพื่อนไปทำศัลยกรรมจมูกเพื่อให้สวยสมใจ
- ข. หาหนังสือวิธีการสร้างเสน่ห์จากบุคลิกภาพมาให้เพื่อนอ่าน เพื่อปรับปรุงตนเอง
- ค. พาเพื่อนไปนั่งสมาธิเพื่อทำใจยอมรับรูปร่างหน้าตาตนเอง
- ง. พยายามชี้ให้เห็นข้อดีของเพื่อนข้ออื่นๆที่มีอยู่ในตนเอง

แบบสัมภาษณ์ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเอง เพื่อน และสังคม

ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์.....ชั้น.....เลขที่.....
วันที่.....เวลา.....

ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตนเองหลังจากทำกิจกรรมเป็นอย่างไร

.....
.....

ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อเพื่อนหลังทำกิจกรรมเป็นอย่างไร

.....
.....

จงยกตัวอย่างความรู้ที่นักเรียนสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ว่ามีอะไรบ้าง

.....
.....

นักเรียนจะนำความรู้นั้นไปใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างไร

.....
.....

เราสามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองอย่างไร

.....
.....

เราสามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสมาชิกใน ครอบครัวอย่างไร

.....
.....

เราสามารถนำความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม อย่างไร

.....
.....

ลงชื่อ..... ผู้สัมภาษณ์

ภาคผนวก ค
ตัวอย่างกิจกรรมเรียนรู้



กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กิจกรรมที่ 4

กิจกรรม : กิ๋นมั่นใจ

แนวคิดของโกล์แมน : ความมั่นใจในตนเอง (Self-confident)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความมั่นใจในความสามารถของตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถพึ่งตนเองได้

สาระสำคัญ

ความมั่นใจในตนเองทั้งเรื่องความสามารถและคุณค่าที่มีในตนเองจะทำให้เกิดความรู้สึกภูมิใจในตนเองและทำให้เราสามารถฝ่าฟันอุปสรรคได้

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

1. บัตรคำ เกาะ ก และ เกาะ ข
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง " กิ๋นมั่นใจ "
3. แผ่นภาพต่างๆ เช่น รูปทหาร ตำรวจ

เนื้อหา

ความมั่นใจในตนเอง คือ การรู้จักศักยภาพของตนเอง การรู้จักคุณค่าในตนเอง โดยแสดงความเป็นตัวตนที่แท้จริงของตนเองออกมา มีความสามารถที่จะกำจัดสิ่งที่ไม่ดีของตนเองออกไป และทำอะไรในสิ่งที่ถูกต้อง รวมทั้งสามารถที่จะตัดสินใจทำอะไรได้แม้ว่าจะเกิดความรู้สึกไม่แน่ใจหรือกำลังอยู่ในภาวะที่กดดันได้

ความมั่นใจในตนเองเป็นคุณสมบัติที่สำคัญที่จะพาเราไปสู่ความสำเร็จในชีวิตได้ ถ้าเรามีความมั่นใจในตนเองก็จะทำให้เรามีพลังที่จะฝ่าฟันต่ออุปสรรคต่างๆด้วยความเชื่อมั่นเพราะเราจะคิดว่าเราต้องทำได้ไม่ว่าจะเป็น การพูดหรือการคิดล้วนแต่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จหรือล้มเหลวของเราทั้งสิ้น ถ้าเรามีความมั่นใจในตนเอง คิดดี พูดดีและทำดีแล้ว สิ่งๆต่างที่เป็นเรื่องยาก ย่อมจะกลับกลายเป็นเรื่องง่ายอย่างไม่ยากเย็น

การที่เรามีความมั่นใจในตนเองแล้วจะก่อให้เกิดความเชื่อมั่นที่สำคัญ คือ ความเชื่อมั่นในความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง ไม่ดูถูกตนเอง เมื่อเราไม่ดูถูกความสามารถของตนเองแล้ว คนอื่นก็จะไม่สามารถมาดูถูกความสามารถของเราได้เช่นกัน

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. ชูของ 2 อย่างขึ้นมา คือ ปากกาและดินสอ จากนั้นให้นักเรียนเลือกสิ่งของของตนเอง ต้องการมาคนละ 1 อย่างเท่านั้น โดยถามนักเรียนว่า "นักเรียนคนใด อยากได้ปากกาให้ยกมือขึ้น" และ "นักเรียนคนใด อยากได้ดินสอให้ยกมือขึ้น" และให้นักเรียนบอกเหตุผลว่าทำไมจึงเลือกสิ่งนั้น

ขั้นกิจกรรม

1. สมมุติห้องเรียนเป็นเกาะ 2 เกาะ โดยหน้าห้องเรียนเป็นเกาะ ก และหลังห้องเรียนเป็นเกาะ ข อธิบายวิธีการเล่นเกมให้นักเรียนฟัง โดยครูจะอ่านคำถามต่างๆให้นักเรียนฟังทีละข้อ จากนั้นให้นักเรียนเลือกคำตอบเอง โดยใครที่เลือกข้อ ก ต้องวิ่งไปอยู่ที่เกาะ ก และนักเรียนที่เลือกข้อ ข ต้องวิ่งไปอยู่เกาะ ข โดยคำตอบที่นักเรียนเลือกนั้นไม่มีข้อใดถูกหรือผิด คำตอบต่างๆจะขึ้นอยู่กับความต้องการของนักเรียน

2. ผู้วิจัยอ่านคำถามต่างๆที่เตรียมไว้แต่ละข้อ จากนั้นให้สัญญาณ "ติดเกาะ" ให้นักเรียนวิ่งไปที่เกาะ ก และเกาะ ข ตามคำตอบที่นักเรียนได้เลือกไว้ จากนั้นครูถามเหตุผลของนักเรียนทั้งเกาะ ก และ เกาะ ข ว่า ทำไมจึงเลือกคำตอบนี้ โดยให้นักเรียนบอกเหตุผลที่เลือกคำตอบนี้

ตัวอย่างคำถาม

- (1) ในอนาคตฉันอยากจะเป็นทหารหรือตำรวจ
- (2) ฉันอยากจะได้สัตว์เลี้ยงชนิดใดมากกว่ากัน ระหว่างแมลงสาบกับตุ๊กแก
- (3) ฉันอยากมีพี่ชายอย่างเช่น เบคแฮม นักฟุตบอล หรือ พี่ตุ้ม นักมวย

3. จากนั้นแจกใบงานที่ 1 เรื่อง "ก็ฉันมั่นใจ" ให้นักเรียนทุกคน โดยให้นักเรียนยกตัวอย่างเหตุการณ์ใดก็ได้ที่สามารถทำให้นักเรียนเกิดความมั่นใจในตนเองได้ ข้อดีของการที่เราเป็นคนที่มีความมั่นใจในตนเองและข้อเสียของการที่เราขาดความมั่นใจในตนเอง

4. ระหว่างที่นักเรียนทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ของนักเรียน ถ้าพบพฤติกรรมดังกล่าวให้เสริมแรงนักเรียน

5. เมื่อนักเรียนทุกคนทำใบงานเสร็จเรียบร้อยให้ออกมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนเองให้เพื่อนๆฟัง

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปกิจกรรม คือ การที่เรามีความมั่นใจนั้นจะทำให้เกิดความรู้สึกในตนเองว่าจะสามารถผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆไปได้ด้วยความสามารถของเรา ทำให้เราเกิดความนับถือตนเอง การพูดหรือการคิดดี ทำให้เรารู้สึกมีชัยไปแล้วกว่าครึ่ง การแก้ปัญหาต่างๆจึงจะไม่ยากเกินความสามารถของเราแน่นอน

งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทุกคนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้และนำมาส่งในครั้งต่อไป

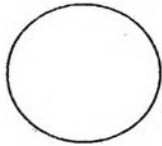
การวัดและประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆภายในห้อง
2. การแลกเปลี่ยนหรือยกตัวอย่างประสบการณ์ต่างๆกับเพื่อน
3. สังเกตจากการแสดงออกทางพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
4. การตอบคำถามจากใบงาน

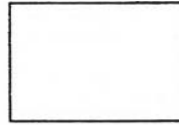
ใบงานที่ 1
เรื่อง " ก็ฉันมันใจ "

คำชี้แจง ให้นักเรียนเลือกคำตอบต่อไปนี้ และแสดงเหตุผลของการเลือกสิ่งๆนั้นด้วย

1. ตัว "ฉัน" นั้นเปรียบได้กับรูปทรงใด



ก



ข

เปรียบได้กับรูปทรง.....เพราะ.....

2. ระหว่าง  กับ  ฉันไม่ชอบอันไหน

ฉันไม่ชอบ.....นี้ เพราะ.....

3. ระหว่างสีดำและสีขาว ฉันชอบสีใดมากกว่า ?

ฉันชอบสี.....มากกว่า เพราะ.....

4. ฉันอยากมีอาชีพเป็นครูหรือหมอ

ฉันอยากเป็น.....เพราะ.....

5. ระหว่างเลข 0 กับ 6 ฉันไม่ชอบเลขนี้

ฉันไม่ชอบเลข.....เพราะ.....

กิจกรรมที่ 5

กิจกรรม : จินตสัญญาว่าจะไม่โกรธ

แนวคิดของโกล์แมน : การรู้จักกำกับอารมณ์ตนเอง (Self-Regulation)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีจัดการกับอารมณ์โกรธของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกผลเสียของอารมณ์โกรธได้
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์โกรธของตนเองได้

สาระสำคัญ

การควบคุมหรือกำหนดตนเองโดยที่ไม่ทำอะไรโดยใช้อารมณ์จะทำให้เราสามารถจัดการกับความฉุนเฉียวได้

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

- | | |
|-----------------------|--|
| 1. โปหน้ารูปโกรธ | 5. ใบงานที่ 1 เรื่อง " โกรธหรือเปล่านั้น " |
| 2. จุดหมายของกันต์ | 6. ใบงานที่ 2 เรื่อง "จินตสัญญาว่าจะไม่โกรธ" |
| 3. สีไม้ สีเมจิก | 7. ใบความรู้เรื่อง "วิธีจัดการกับความโกรธ" |
| 4. เกม " ห้ามโกรธนะ " | |

เนื้อหา

การควบคุมตนเอง คือ ความสามารถในการจัดการกับความใจร้อน หุนหันพลันแล่นหรืออารมณ์ที่กำลังไม่ดีของตนเองได้ ความพยายามที่จะสงบสติอารมณ์ มีความสามารถที่จะคิดและสนใจในขณะนั้นภายใต้ความกดดันได้

วิธีการควบคุมตนเองอย่างได้ผลนั้น ควรฝึกแก้ไขจากอารมณ์ความรู้สึกนึกคิดจะทำให้เกิดความสงบสุขทางใจ ซึ่งความสงบสุขทางใจจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเราสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ โดยมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และแสดงออกไปได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ แต่การที่เราจะจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ซึ่งขณะที่เราเกิดอารมณ์ด้านลบต่างๆ เช่น โกรธ เศร้า เครียด อารมณ์เหล่านี้ล้วนแต่ส่งผลให้เกิดการกระทำต่างๆที่ไม่เหมาะสมทั้งทางกาย วาจา ใจได้

อารมณ์โกรธจะทำให้เราเกิดความรู้สึกว่าตนเองไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ทำให้อาจจะแสดงกิริยาและวาจาที่ไม่เหมาะสมออกไปและอาจรุนแรงถึงขั้นทำร้ายผู้อื่นด้วยอารมณ์โกรธช่วงขณะคนที่โกรธง่ายหรือโกรธเป็นประจำจะส่งผลกระทบต่อร่างกายต่างๆ เช่น เกิดอาการปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ โรคกระเพาะอาหาร ท้องเสีย ท้องผูก เสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจ ความดันโลหิตสูงหรือต่อจิตใจ เช่น มีความวิตกกังวล หงุดหงิด โกรธง่าย นอนไม่หลับ เสี่ยงต่อการเข้ายาเสพติด

(เหล่า บุหรี่)หรือทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างคนในครอบครัว เพื่อนแตกร้างได้ ทำให้ขาดสมาธิในการเรียนและทำงาน เกิดความผิดพลาดได้

สิ่งสำคัญ คือ การเรียนรู้วิธีการควบคุมความโกรธของตนเองนั้นมีหลายวิธี เช่น การพยายามหันเหความสนใจจากสิ่งที่ทำให้โกรธไปทำอย่างอื่นแทน การนับเลข 1-10 ซ้ำๆ การค่อยๆ สูดลมหายใจลึกๆ การทำกิจกรรมอื่นที่ทำให้สบายใจขึ้น เช่น ดูหนัง ฟังเพลง ดูโทรทัศน์

ออกกำลังกายหรือการไปเที่ยวพักผ่อน ล้วนแต่เป็นวิธีที่สามารถควบคุมความโกรธได้ทั้งสิ้น

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. เรียกนักเรียนออกมาหน้าชั้นเรียน 1 คน จากนั้นให้อ่านจดหมายของกันต์ จากนั้นถาม

นักเรียนคนอื่นๆว่า กันต์เป็นผู้ที่สามารถควบคุมความโกรธของตนเองได้หรือไม่ และการกระทำของกันต์นั้นถูกต้องหรือไม่ อย่างไร

2. ให้นักเรียนแต่ละคนจับคู่

ขั้นกิจกรรม

1. ให้แต่ละคู่ผลัดกันเล่นเกม "ห้ามโกรธนะ" โดยมีกติกาการเล่น คือ

(1) เริ่มจากให้คู่ของตนเอง พุดล้อเลียนในเรื่องใดๆก็ได้ โดยคนที่ถูกล้อเลียนจะต้องไม่โกรธ ถ้าผู้ที่ถูกล้อเลียนไม่สามารถทนได้ โดยพุดโต้ตอบหรือแสดงท่าทางไม่พอใจ ให้เพื่อนคนที่ล้อเลียนได้ 1 คะแนน โดยคนที่เล่นชนะจะมีสิทธิ์ติดรูปภาพใบหน้าโกรธที่หน้าเพื่อนได้

(2) จากนั้นผลัดกันเล่นแบบเดิม เล่นเกมนี้คนละ 1 ครั้งเท่านั้น

(3) คนใดที่สามารถชนะคู่ของตนและไม่แสดงพฤติกรรมโกรธได้ จะได้รางวัลตอบแทน

2. ให้นักเรียนแต่ละคู่ ช่วยกันเขียนความรู้สึกของการเล่นเกมนี้และบอกข้อดีของผู้ที่สามารถระงับความโกรธหรือจัดการกับอารมณ์ที่เป็นปัญหาต่างๆได้

3. ให้นักเรียนอ่านใบความรู้เรื่อง "วิธีการจัดการกับความโกรธ"

4. แจกใบงานที่ 1 เรื่อง "โกรธหรือเปล่าหนอ" ให้นักเรียนวิเคราะห์ปัญหาต่างๆที่ยกตัวอย่าง พร้อมทั้งเสนอวิธีการจัดการที่เหมาะสม

5. จากนั้นทำใบงานที่ 2 เรื่อง "ฉันสัญญาว่าจะไม่โกรธ" คือ การทำแผ่นสัญญากับตนเองเพื่อเตือนตนเองว่าจะไม่ใช้อารมณ์โกรธในการตัดสินใจแม้จะเผชิญกับสถานการณ์ใดๆก็ตามและแสดงวิธีการควบคุมความโกรธของตนเอง

6. ระหว่างที่นักเรียนทำกิจกรรมสังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ของนักเรียน เมื่อพบพฤติกรรมและอารมณ์ ที่พึงประสงค์ เสริมแรงพฤติกรรมทันที

7. ให้นักเรียนออกไปนำเสนอหน้าชั้นเรียน ให้เพื่อนๆคนอื่นช่วยแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้
งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการ
นำไปประยุกต์ใช้แล้วนำมาส่งในครั้งต่อไป

การวัดและประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
3. ซักถามจากการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกและการวิเคราะห์ปัญหา
4. การตอบคำถามจากใบงาน

8 ธันวาคม 2547

กราบเท้าคุณพ่อที่รักและเคารพอย่างสูง

ถ้าพ่อได้พบจดหมายของกันต์ฉบับนี้ แสดงว่ากันต์ไม่อยู่ที่บ้านนี้แล้ว กันต์ไปสบายแล้ว พ่อไม่มีวันหาเจอหรอก กันต์ไม่เข้าใจเลยว่าทำไมนะ..สถานที่ที่ได้ชื่อว่า "บ้าน" บ้านของเราแท้ๆถึงไม่อบอุ่นเหมือนบ้านอื่นเค้า พ่อไม่รู้หรอกว่ากันต์ต้องทนแค่ไหน กับการทำตัวเป็นแบบนั้นที่พ่อต้องการ แต่มั่นคงเป็นแค่เปลือกนะ กันต์จะไม่ทนอีกแล้ว แค่ความผิดเล็กๆน้อยๆ ทำไมต้องถูกบ่นซ้ำบ่นซากไม่มีวันจบ แค่นี้เทียว ลูกบุญหรือยัดได้ ติดหญิงหรือกันต์ขอเงินใช้นิดหน่อย พ่อก็บอกว่าเปลือง กันต์เป็นเด็กยุค 2004 นะพ่อ เรื่องแบบนี้ใครๆเค้าก็ทำกัน ไม่เห็นแปลกทำไมเรื่องแค่นี้ต้องโดนด่าด้วย พ่อรู้ไหมว่ากันต์ไม่ชอบ !!!!!!!!!!!!!!! ☹

ตอนนี้กันต์มีบ้านใหม่แล้ว สบายดีมาก พ่ออย่าร้องไห้เลยนะ กันต์คิดดีแล้วละ ใช้วิธีนี้เพราะมันสบายดีที่สุด แค่นี้เอง! เดียวเอง ปิ่นที่กันต์ใช้เป็นของไอ้โมทย์ ผากคืนมันด้วยนะ ถ้าชาติหน้ามีจริง กันต์คงจะมากเกิดเป็นลูกพ่อใหม่

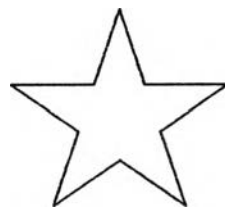
กันต์ต้องไปแล้ว ลาก่อนนะ ...พ่อ

จาก กันต์ (ลูกที่ไม่เคยได้รับความรัก)

ใบความรู้ เรื่อง " วิธีจัดการกับความโกรธ "



ใบงานที่ 2
เรื่อง " จันสัญญาว่าจะไม่โกรธ "



ข้าพเจ้า ด.ช. / ด.ญ. น้อย เลขที่.....

ขอสัญญาว่าจะไม่โกรธและอาละวาดเมื่อเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ โดยข้าพเจ้าจะมี
วิธีควบคุมอารมณ์โกรธ ดังนี้คือ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....ผู้ให้สัญญา

กิจกรรมที่ 6

กิจกรรม : ควบคุมตนเอง

แนวคิดของโกล์แมน : การรู้จักกำกับอารมณ์ตนเอง (Self-Regulation)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการควบคุมตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ข่าวได้อย่างถูกต้อง

สาระสำคัญ

การควบคุมหรือกำหนดตนเองที่ไม่ทำอะไรโดยใช้อารมณ์จะทำให้เราสามารถจัดการกับอารมณ์อันเจียวต่างๆได้

ระยะเวลา 2 ชม.

สื่อการเรียนการสอน

1. ข่าว
2. รูปภาพ
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง “ อารมณ์ของฉัน “
4. ใบความรู้เรื่อง “วิธีการควบคุมตนเอง”

เนื้อหา

ทักษะการควบคุมตนเองเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งในสังคมปัจจุบันจึงจำเป็นอย่างมากที่จะต้องปลูกฝังตั้งแต่เด็ก จากเหตุการณ์ต่างๆในชีวิตประจำวันสามารถทำให้เกิดอารมณ์ต่างๆหลากหลายทั้งในอารมณ์ด้านบวกและด้านลบ

ดังนั้นการแสดงออกทางอารมณ์ในด้านใดก็ตาม ถ้ามีมากเกินไปจะสามารถก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของคนในสังคมได้ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีการควบคุมตนเองในการแสดงออกของอารมณ์ในภาวะต่างๆให้เหมาะสม การควบคุมตนเองได้จะทำให้สามารถที่จะปรับเปลี่ยนและควบคุมอารมณ์ที่ผิดปกติให้ออกมาด้านบวก ฝึกการรับรู้ในสิ่งที่เกิดขึ้นหรือที่เราเกี่ยวข้องในด้านดี ทำอารมณ์ให้แจ่มใส ไม่เศร้าหมองและเราจะต้องเตรียมการในการแสดงอารมณ์ ฝึกสั่งตนเองว่าจะทำอะไรและไม่ทำอะไร ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะทำให้สภาพจิตใจสงบและสามารถปฏิบัติตนอยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดี

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. ยกตัวอย่างภาพแม่คนหนึ่งซึ่งกำลังร้องไห้ หลังจากพบว่าลูกชายของตัวเองได้รับบาดเจ็บจากเหตุการณ์ที่นักเรียนอาชีวะตีกัน ถามความรู้สึกของนักเรียนว่าเป็นอย่างไร หลังจากชมรูปภาพและถ้าสมมุตินักเรียนเป็นแม่ของลูกชายที่ได้รับบาดเจ็บคนนั้น นักเรียนมีความรู้สึกต่อเหตุการณ์นี้อย่างไร ผลกระทบที่เกิดขึ้นตามมาของเหตุการณ์นี้มีอะไรบ้าง ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันเสนอแนะแนวทางในการแก้ไขปัญหานี้

2. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆละ เท่าๆกัน ประมาณ 4-5 คน

ขั้นกิจกรรม

1. แจกข่าวให้แก่แต่ละกลุ่มๆละ 1 ข่าว จากตัวอย่างข่าว ดังนี้

(1) "ต.ญ.เหยื่อหินช่างกลดีขึ้น แต่ยังลุ้นว่าดวงตาบอดหรือไม่บอด"

(2) "เทคโนโลยีพุ่ม-เปิดศึกเทคนิคคอน จัดแผนยุทธการปาระเบิดน้ำ ส่งพลดาบ

ไล่พัน ซ้อมมือหวัดขาด "

(3) " ยันโทษประหารนักเรียนนักเลง เด็กช่างกลยิงอีก เลือดสาดคาซ็อบ"

(4) " ความรุนแรงในอารมณ์ของวัยรุ่นในสังคมปัจจุบัน"

(5) " ช่างกลตีกัน ยิงบนรถเมล์ หนุ่มดวงชวยโดนปากทะเล"

2. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันแสดงความคิดเห็นและวิเคราะห์ข่าว เช่น สาเหตุที่เกิดขึ้นที่ได้ วิธีการหลีกเลี่ยงต่างๆเมื่อต้องเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ ผลกระทบต่างๆที่จะตามมา ความเสียหายที่เกิดขึ้น รวมทั้งเสนอแนะวิธีการแก้ไขปัญหาต่างๆด้วย

3. ให้นักเรียนศึกษาไปความรู้ เรื่อง " วิธีการควบคุมตนเอง " ประมาณ 5 นาที

4. ระหว่างการทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ ถ้าพบพฤติกรรมและอารมณ์ดังกล่าว ทำการเสริมแรงทันที

5. เมื่อแต่ละกลุ่มวิเคราะห์เสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้ส่งตัวแทนของกลุ่มออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน จากนั้นให้เพื่อนๆกลุ่มอื่นช่วยกันหาวิธีการแก้ไขปัญหาหรือข้อเสนอแนะต่างๆเพิ่มเติม

6. แจกใบงานที่ 1 เรื่อง " อารมณ์ของฉัน " ให้นักเรียนแต่ละคนแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกต่างๆเมื่อพบเห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยขาดการควบคุมอารมณ์ของตนเองที่ดี

7. เมื่อนักเรียนทำใบงานเรียบร้อยแล้ว ให้ออกไปแสดงความคิดเห็นต่างๆหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมภายในวันนี้ โดยชี้ให้เห็นประโยชน์ของการควบคุมตนเองได้ คือ การควบคุมอารมณ์ตนเอง การรับรู้ การมีสติ การจัดการกับอารมณ์หรือความฉุนเฉียวต่างๆได้ ความสามารถในการคิดและวิเคราะห์ได้อย่างมีเหตุผล รวมทั้งการประพฤติ ปฏิบัติตน และสามารถปรับตนเองได้นั้นเอง

งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้และนำมาส่งในครั้งต่อไป

การวัดและประเมินผล

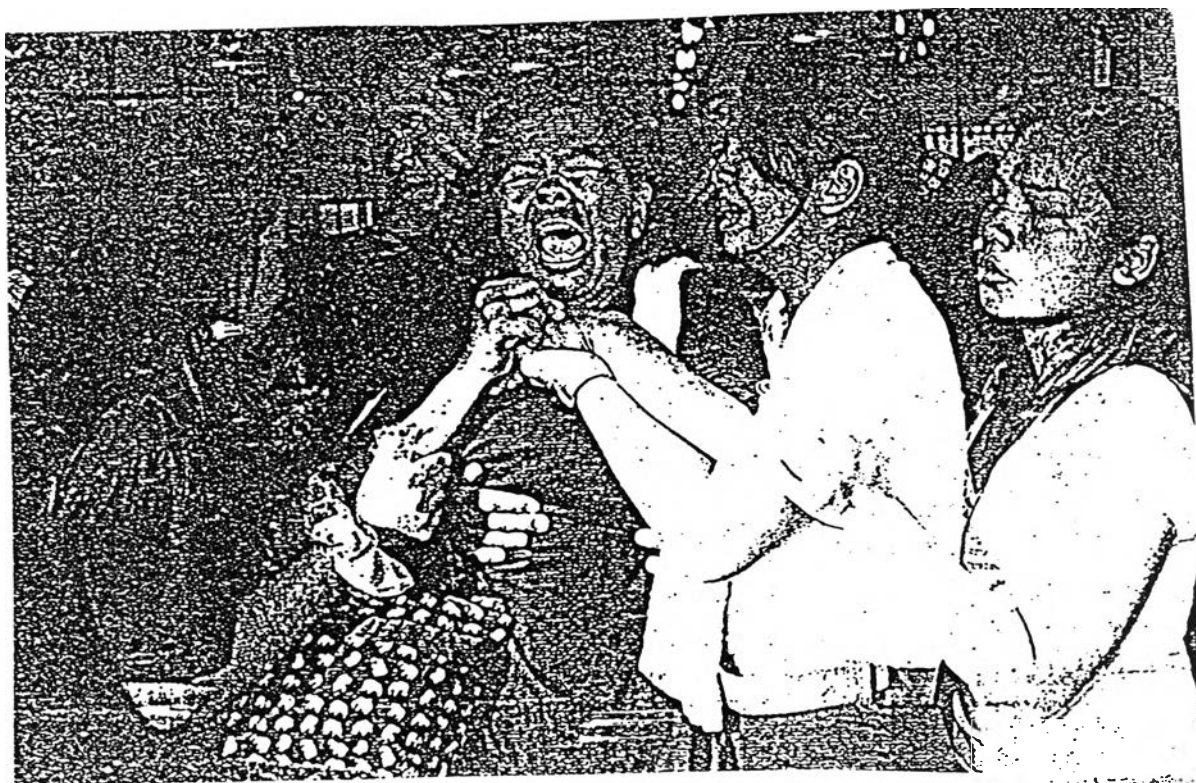
1. การวิเคราะห์ข่าว

2. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์

3. ชักถามจากการแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และการเสนอแนะต่างๆ

4. การตอบคำถามจากใบงาน

ภาพที่ 1



△ หัวอกแม่ บ้าง
 ตมฯ ขวัญกคดี ไร้ให้แทน
 ขาดใจในงานศพปณกิจ
 ศพนาชชอทร ถูกชานัก
 เรือนช่างกลปทุมวัน ที่ถูก
 รุมแทงจนเสียชีวิตบรรด.
 เนลล์ ญาติพี่น้องคือกอง
 ปลอบประโลม ที่เมรุวัด
 ชองลม เมื่อวันที่ 22 ส.ค.

(ข่าวสด : 23 สิงหาคม 2547)

ข่าวที่ 1

ค.ญ.เหยื่อหินช้างกลดก็ขึ้น
แต่ยังถือล้มคนวางทาบอกหรือเฝ้ชอก
 แพทย์หวั่นเด็กหญิงเหยื่อช้างกลดขาดวบอด รอด
 อากกรไถลชิด โยษกสำนักรงานตำรวจแห่งชาติหอบ
 กระเช้าเยี่ยม สังกำเนนคคี่เฉียบขาด ★ มต่อหน้า 16

ค.ญ.เหยื่อ ☆ **ต่อจากหน้า 1**

นักเรียนหญิงสถานหนัก ปองปราชไมให้เอาขียงอย่าง
ให้ผู้อื่นคือครือน เสร้แผนำกูปลำขันธ์เรียนทกโรคอหังการ
ให้เหยื่อโหดขี้นันลำนมอข้าง

กรณีนักเรียนช่างกลข่านมิ่งธนบุรีชำ บกพวก
ขวางถนนใช้ก้อนอิฐก้อนหินขว้างใส่รถเมล์สาย 147
วิ่งระหว่างกัระเคหะธนบุรี-และมอลล์ บางแกล ดูก
ค.ญ.กาญจนนา อินทร์พันธ์ อายุ 14 ปี ผู้โดยสารที่นั่ง
อยู่เบรคสี่ระยะแกล หน้ามกทูนและบ้ำค้ำข้มคนลือค
ออบ ภายล้งเกิดเหตุเจ้าหน้าทีตำรวจ สนบางขุนเทียน
จับกุมกลุ่มนักเรียนนักแกลได้ 20 กวำคน แลในบ้องตัน
ควบควมว้วำคว้นนิเคลศ็อหาทำให้เสยหรัยเ้เบียงคนเสยว
ทีเหลือถำรูปำประวัติแล้วปล้อยลวำไป

ความสืบหน้า วันที่ 14 ธ.ค. ที รพ.พระราม 2
พล.ต.ท.หงสทิต หงษ์เจริญ โยษกสำนักรงานแห่งชาติ
ได้นำกระเช้าดอกไม้เข้าเยี่ยมอาการ ค.ญ.กาญจนนา
อินทร์พันธ์ เหยื่อนักเรียนช่างกลซึ่งนอนรักษาตัวอยู่ใน
ห้องไอซียูชั้น 2 โดย พ.น.เอกวิรัตน์ วิโรจน์สกุลชัย รักษาการ
ผอ.รพ.พระราม 2 เปิดแษรขลละเอียควำ ในบ้องตันรับ
ตัวผู้ปวยมีบาดแผลเปิดทีสิริชะขวำประมาณ 10 ซม. เชื้อ
หุ้มสมอมงเส็กขาด ประสทาเจาได้รับบาดเจ็บบมีเลือดออก
บริเวณหลังควมตาขำบ กระคุดเข้าลำขำบแกล ภายล้ง
จากคณะแพทยเมำตติครรักษาพยาบาลแล้ว ต้องรอดอาการ
เกี่ยวกับระยะคัการมอเงเห็นประมาณ 72 ชั่วโมง จะทราบ
วำจะอยู่ในระดับใด แต่อาการโดยรวมอยู่ในขั้นปลอดคัก
ทีน่ำกัวลใจคือเรื่องประสทาเจอรับกาพวำจะสูญเสยไป
หรือไม่ คงต้องรอดังคคอกการอีกทีระยะจึงจะสรุปผลได้

โยษกสำนักรงานตำรวจแห่งชาติ กล่าววำ จากกร
สอบสวนเทำทีทราบเบ่งผู้กระทำผิดออกได้เป็น 2 ส่วน
ในบ้องตันได้แจ้งข้อกล่าวหาแก่นักเรียนเทคนิคแห่งหนึ่ง
ซึ่งรับสารภาพวำข้างก้อนหินใส่กระเจกรมลล์ ฐานร่วม
กับพวกทีหลบหนีทำให้เสยหรัย ตำรวจเมำลว้ผู้ต้องหา
ส่งศาลเขวขมและครอบครวักสงมเพื่อให้สาคส่งสถาน
พินิจค้อไปแล้ว ส่วนนักเรียนทีถำรูปำทำประวัติและ
ปล้อยลวำไปประมาณ 20 กวำคน จะเรียกลวำมาให้ผู้เสยหยา
และพยานช็ีตัวขี้นันวำมีโลกรออีกขำงที่ร่วมก่อเหตุ ทั้งนี้
ได้กำขำบพนักงานสอบสวนให้ดำเนินคคี่ในข้อหาหนัก
กับผู้ก่อเหตุ เพื่อปองปราชไมให้เป็ขียงอย่างอีกค้อไป
สำหรับค้ำภักขำพบบลของกมให้ใช้ขั้ตรในโครงการ 30
บารห์กขำทุกโกล พหขกเมเสยจากนี้กัเมำกรตำรวจแห่งชาติ

ด้านนางสิมวล อินทร์พันธ์ อายุ 32 ปี แม่คคี่หญิง
ผู้เคราะห์ร้ายซึ่งเฝำคอกการของ ค.ญ.กาญจนนาลูกสาว
ด้วควมหวั่นขม กล่าวเตือนเสลวำ อยทให้สทาบกับนักเรียน
ช่างกลเมำคคี่เสลการกระทำขำงคคี่จะมองบ้ำวำเป็นขำงไร
เพราะอยู่คัขยภพกคคี่กันแล้วทำให้ผู้อื่นคือครือนได้รับ
บาดเจ็บบทังทีไม่รู้เรื่องรูรวำ เทำทีทราบนอนหนีจาก
ลูกสาวแล้ว ยังมีแม่ลูกอ่อนผู้โดยสารอีกคนโดนลูกหลง
กระจกบาดเลือคโขกไปด้ว จึงอยทให้เมำคคี่เสลกระทบ
กับผู้อื่นด้ว

ค.ญ.ฐิตนันท์ แซ่กั๊ง อายุ 14 ปี เพื่อน ค.ญ.
กาญจนนา ที่นั่งเบรคเมลลี้ไปด้วกัน เปิดแษรวำ ก่อนเกิดเหตุ
ได้ขั้รถสาย 147 จากตลาดบางแกลจะไปการเคหะข่าน
พระรวม 2 พอดึงปำเบรคเมลลี้ไถลปีมกั้นเมำเจคไถ้ทงคว่น
เอกขั้บ-บางบอนคคี่กั้นถนนกาญจนนาขีษค มีกลุ่มนักเรียน
ชายวัยรุ่นสววมเลือคเจ็ดสิข้ม กางเกงขี้นรวำ 20 กวำ
คน ถือก้อนอิฐ ก้อนหินและไม้ขี้นขวางถนน เมื่อกคนเห็น
จึงรีบกั้มตัวหลบ แต่ไม่ทันบอก ค.ญ.กาญจนนาที่นำม
ด้วกัน เป็นเหตุให้เพื่อนถูกก้อนหินขำอย่างจ้ง โดย
เห็นนักเรียนมือขว้างสูงประมาณ 160 ซม. ผิวขวำ ผม
รองทรง ถ้าเห็นหน้าอีกกรังจำได้แน่นอน

ส่วน พ.ต.ท.ปวิขรรธน์ วัฒนณะนวิน สว.ส.ส.น.
บางขุนเทียน เปิดแษรวำ ภายล้งเกิดเหตุ ได้ติดควม
จับกุมเด็กนักเรียนเทคนิคแห่งหนึ่ง จำนวน 25 คน มา
ทำประวัติไว้ และจะเมำรูปำถำยห้หมคไปให้ผู้เสยหยา
ขี้นันวำมีโลกรออีกขำงที่ร่วมก่อเหตุค้อไป

(ไทยรัฐ : 15 ธันวาคม 2546)

ข่าวที่ 2

เทคโนโลยีปทุม เปิดศึก-ท้าท้า เทคโนโลยีดอนเมือง

จับแผนยุทธการ
ปะทะเปิดหน้า
ส่งผลกระทบใส่ฟัน
มือมือ-ท้าท้า!

อาชีวะเกรงไม่เลิกรา “เทคโนโลยีปทุมฯ” ยกพลนับสิบนั่งปีกอ๊อฟ ระดมสรรพาวุธมีด ระเบิด ประทัดเข้าท้าท้า “เทคนิคดอนเมือง” ถึงหน้าสถาบันชำระแค้นฐานตบ ★ มีต่อหน้า 14

จะจัดประเพณีประจำปีปฏิบัตินี้ หรือเวรกีรชอป โดยเชิญ
ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ทั้งนักเรียน-ปกครอง-ครู-ผู้บริหาร
มาประชุมร่วมกัน เพื่อหาทางแก้ไขปัญหานี้โดยด่วน จะ
เป็นการคุยกันแบบเปิดอก และเป็นการแก้ปัญหาแบบ
บูรณาการ ไม่ใช่เป็นการคิดเองหรือสั่งการเองอย่างเดียว
แต่จะต้องรับฟังความคิดเห็นจากทุกฝ่าย จึงบ่งชี้ให้เห็น
ทัศนคติที่เกื้อหนุน เพราะมองว่าเป็นคนละส่วน เป็นอิทธิพล
ของกลุ่ม และอยู่ในวัยศึกษาระดับสูง ที่ผ่านมานักศึกษาก็
เหล่านี้นำเข้าค่ายทหาร ฝึกนอนร่วมกัน 15 วัน ได้ผลดี
ตอนจากกันต่างร้องไห้ไม่ต่างจากกัน อาลัยกัน แต่จะ
ให้รู้จักอย่างแท้จริงคงไม่ไหว เนื่องจากเด็กมีจำนวน
มาก จะต้องมีหลายมาตรการเข้ามาช่วย



(ไทยรัฐ : 30 ธันวาคม 2546)

ข่าวที่ 3

ยันโทษประหาร นักเรียนนักเลง

เด็กข้างกลยอีก เลือกศาลกาช็อบ

ปัญหานักเรียนนักเลงคาราคาซังมานานนับสิบๆ ปี ก่อเหตุยกพวกตีกันบาดเจ็บบ่อยครั้งล่าสุดต้องสังเวชีวิตไป 2 ศพ คมทอนเคอร์รี่ มหกรรมทรัพย์สินทางปัญญา ส่วนตำรวจเซน. ประกาศขึ้นบัญชีสถาบันนักเลง 8 แห่ง พร้อมยืนยันจะดำเนินคดีหนักตามกฎหมายกำหนดเพื่อให้เป็นแบบอย่าง รวมทั้งหลายฝ่ายพยายามแก้ปัญหาให้กลับมากเป็นผลเมืองดีก่อนประโยชน์ต่อสังคม ความคืบหน้าวันที่ 4 ส.ค. 46

ผู้สื่อข่าวรายงานจากศาลอาญกรุงเทพได้ว่า ร.ต.อ.สมิคร ปัญญาวงศ์ พนักงานสอบสวน สน. ลุมพินี พร้อมกำลัง ได้ควบคุมตัวนายนาธา บรรทัดเที่ยง อายุ 20 ปี นักศึกษาปวส.ปีที่ 1 แผนกช่างกลไฟฟ้า สถาบันเทคโนโลยีไทยสุริยะ ย่านรามอินทรา ผู้ต้องหาคดีใช้ปืนพกสั้นขนาด .38 ทะเบียน อด.1/1127 ยิงนายอนันต์ สังเกตทอง นักเรียนเทคโนโลยีราชสิทธิ์ ย่านบางบอน เสียชีวิตขณะยกพวกตีกันระหว่างงานคอนเสิร์ตมหกรรมทรัพย์สินทางปัญญา สวนลุมไนท์บาซาร์ เมื่อคืนวันที่ 30 ส.ค. มายืนคำร้องขออำนาจศาลฝากขังเป็นครั้งแรก 12 วัน จนถึงวันที่ 15 ก.ย. ใน 3ข้อหาหนัก คือ 1.ฆ่าผู้อื่นตายโดยเจตนา 2. มีอาวุธปืนและเครื่องกระสุนปืนไว้ในความครอบครองโดยไม่ได้รับอนุญาต และ3.พกพาอาวุธปืนไปในที่สาธารณะโดยไม่มีใบอนุญาต อัตรโทษทั้งหมดรวมสูงสุดประหารชีวิต ส่วนที่ต้องผิดฟ้องไปอีก 12 วัน ก็เพื่อรอผลสอบปากคำพยาน 7 ปาก ผลตรวจกองพิสูจน์หลักฐาน และผลตรวจประวัติห้องโทษ รวมทั้งอื่นๆ

ท้ายคำร้องพนักงานสอบสวนขอคัดค้านประกันตัว ถือเป็นคดีอุกฉกรรจ์ที่มีอัตราโทษสูงสุด หากปล่อยตัวชั่วคราวทรงจะหลบหนี จึงขอเน่าตัวกลับไปสน.ลุมพินีเพื่อสอบสวนขยายผลต่อไป

ดร.เย็นฟ่อง 3 ข้อหาหนัก นร.ข้าง-กล มือปืนฆ่าคู่รักคอนเสิร์ต “โทษหนักถึงประหาร ที่ภูเกิด เด็กข้างกลยอีกกันอีกคาห้องเรียน

ดังนั้นศาลพิจารณาคำร้องและสอบถามผู้ต้องหา ไม่คัดค้านจึงอนุญาตให้ฝากขังและรับตัวกลับไป

ผู้สื่อข่าวรายงานว่า ระหว่างการขอยื่นประกันตัวนายนาธา ปรากฏว่ามารดาและย่าผู้ต้องหาหมกมุ่นเกาะลูกกรงน้ำตาไหลพรากด้วยความเสียใจ ต่อการกระทำของลูก หลาน

รัฐสภานายวิฑูรย์ มินชัยนันท์ ส.ส.กรุงเทพฯ พรรคไทยรักไทย และประธานสภาวัฒนธรรม แดงการขึ้นบัญชีดำ 8 สถานศึกษาก่อเหตุทะเลาะวิวาทระหว่างมีคอนเสิร์ตทรัพย์สินทางปัญญา ในสวนลุมไนท์บาซาร์ ว่าการขึ้นบัญชีดำสถานศึกษาคนคิดว่าไม่ถูกต้องและไม่เหมาะสม จะทำให้โรงเรียนนั้นๆ เสียหาย อย่างไรก็ตามในฐานะคนเป็น:ส.ส.กรุงเทพฯ เคยคลุกคลีกับสถาบัน และเคยถูกขึ้นบัญชีดำ ก็ยอมรับว่า นักเรียนทะเลาะวิวาทกันประจำแต่ทุกสถาบันก็มีมาตรการดูแลและป้องกันตลอด โดยจัดประชุมหารือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดมาตรการต่างๆ เช่น จัดแบ่งกลุ่มดูแลตรวจสอบรับผิดชอบ ให้ตัวแทนสนง.เขตต่างๆ ในพื้นที่คอยดูแลอีกทางด้านสำนักวิจัย “เอแบคโพลล์” ม.อัสสัมชัญ สรุปผลวิจัยความเห็นประชาชนต่อพฤติกรรมใช้ความรุนแรง กลุ่มนักเรียนนักศึกษายกพวกตีกันว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 65.1 เคยพบเห็นเหตุการณ์ยกพวกตีกันในรอบ 1 ปี ส่วนร้อยละ 34.9 ไม่เคยเห็น ร้อยละ 12.5 มีประสบการณ์ตัวเองหรือสมาชิกครอบครัว เคยรับอันตรายจากเหตุนี้ ร้อยละ 82.5 ไม่เคยร้อยละ 63.4 กังวลตนเองจะรับอันตรายจากยกพวกตีกันของวัยรุ่น

ส่วนเหตุการณ์มหกรรมทรัพย์สินทางปัญญาที่ผ่านๆ มา สรุปความเห็นบุคคลหรือหน่วยงานควรถูกตำหนิมากที่สุดอันดับแรกคือ รุ่นพี่/เพื่อนร่วมสถาบันศึกษา รองลงมา คือ พ่อแม่/ผู้ปกครองวัยรุ่นที่ก่อเหตุ. อาจารย์/โรงเรียน, ตำรวจและ

กระทรวงพาณิชย์ ผู้จัดงานตามลำดับ สำหรับผู้ควรมีบทบาทแก้ไขปัญหา คือ อาจารย์/โรงเรียน พ่อแม่/ผู้ประกอบการ และรุ่นพี่/เพื่อนร่วมสถาบัน โดยข้อเสนอแนะให้เพิ่มบทลงโทษกฎหมายรุนแรงมากขึ้น, ปลุกฝังจิตสำนึกที่ดี พ่อแม่/ผู้ประกอบการ/อาจารย์ ควรเพิ่มการดูแลเอาใจใส่ เพิ่มจุดเสี่ยงอันตรายต่างๆ เช่น ป้ายรถเมล์, ยกเลิกฟรีคอนเสิร์ต

ต่อข้อถกเถียงห้ามให้จัดฟรีคอนเสิร์ตป้องกันเหตุร้ายกึ่งแยกพวกตีกัน ร้อยละ 46.3 ไม่เห็นด้วย ขณะที่ร้อยละ 40 เห็นด้วย หัวข้อความเชื่อมั่นกระทรวงศึกษาธิการจะแก้ไขปัญหายกพวกตีกันได้ ร้อยละ 71.1 ไม่เชื่อ ร้อยละ 16.7 เชื่อ ส่วนการดำเนินการ กับพวกก่อเหตุส่วนใหญ่เห็นควรส่งดำเนินคดีอาญาตามกฎหมาย, นำไปฝึกวิชาทหาร วิชาพลเมือง, วิชาระเบียบทหารเกณฑ์ และส่งไปบำเพ็ญประโยชน์

ที่จังหวัดสงขลา เมื่อเวลา 12.00 น. ร.ต.อ.ประดิษฐ์ ชูเชิด ร้อยเวรสภ.อ.หาดใหญ่ สาขาย่อยภาสว่าง ได้รับแจ้งเหตุยิงกันภายในวิทยาลัยเทคนิคหาดใหญ่ จึงรีบไปที่เกิดเหตุพบว่า ในอาคารโรงงานช่างเชื่อม พบนักศึกษาและอาจารย์ ยังอยู่ในสภาพที่ตกตะลึงกับเหตุการณ์ส่วนนักบอดเจ็บ นายววิทย์ ต้องมิตร อายุ 17 ปี นักศึกษาแผนกช่างไฟฟ้า อยู่บ้านเลขที่ 1/109 ถนนริมทะเล ด.บ่อทราย อ.เมือง จ.สงขลา ถูกยิงด้วยอาวุธปืน ขนาด.38 ที่บริเวณช่องท้อง ถูกนำตัวส่ง รพ.สงขลานครินทร์แล้ว

จากการสอบสวนทราบว่า สาเหตุที่นักศึกษา รายนี้ยิงกันเป็นเพราะมีเรื่องโกรธแค้นกับคู่อริ 2 คน คือ นายแดงและนายดำ (นามสมมติ) นักศึกษา สถาบันเดียวกัน ได้ขับขีรถจักรยานยนต์มาหา และใช้อาวุธปืนยิงขณะอยู่ในชั้นเรียน

ผู้สื่อข่าวรายงานว่าล่าสุดเมื่อเวลา 21.00 น. พ.ต.ท.เทภย ทัทมงคล สารวัตรเวร สน.บางเขน ได้รับแจ้งมีเหตุยิงกันบนรถประจำทางสาย 95 วิ่งระหว่างรังสิต-มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีผู้ได้รับบาดเจ็บ เหตุเกิดบนถนนรามอินทรา กม.5-6 (ขาเข้า) แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน จึงรีบไปยังที่เกิดเหตุพบว่าผู้บาดเจ็บถูกนำส่งรพ.ภูมิพล ทราบชื่อนายสงการณ์ พุนงา อายุ 19 ปี นักศึกษา เทคโนโลยี ได้ยิงด้วยอาวุธไม่ทราบชนิดเข้าที่กลางหลัง ซึ่งแพทย์ได้ทำการช่วยเหลือนอยู่ในอาการปลอดภัย

สอบสวนทราบว่าผู้บาดเจ็บพร้อมเพื่อน 5-6 คน ได้เลิกเรียนและได้ขึ้นรถสายดังกล่าวมุ่งหน้าอนุสาวรีย์บางเขน โดยนั่งอยู่บริเวณเบาะหลัง เมื่อมาถึงที่เกิดเหตุได้มีกลุ่มนักเรียนไม่ทราบสถาบัน ได้ขับรถกระบะและรถจักรยานยนต์ ตามประกบ และได้ใช้อาวุธปืนยิงใส่เข้าไปในรถ ซึ่งมีผู้โดยสารกว่า 30 คน ก่อนที่จะขับรถหลบหนีไป

ข่าวที่ 4

ความรุนแรงในอารมณ์ของวัยรุ่นในสังคมปัจจุบัน

ถ้าย้อนกลับไปยังเหตุการณ์ในอดีตวิธีชีวิตของวัยรุ่นในสังคมไทยผิดแผกแตกต่างไปกว่าสังคมในปัจจุบันอย่างมาก และความรุนแรงของวัยรุ่นในอดีตก็ห่างจากพฤติกรรมของผู้ใหญ่ในขณะนั้น พฤติกรรมของวัยรุ่นในสมัยก่อนจะไม่ใช่วิธีการยกพวกตีกันหรือคิดลั่นลงโทษหรือแม้กระทั่งวิธีที่รุนแรง เช่น ฆาตกรรมฆาตกรรมกัน จำได้ว่าสมัยก่อนที่เห็นพฤติกรรมเป็นนักเลงหัวไม้จะใช้อาวุธติดตัวเป็นไม้รูป้างสี่เหลี่ยมขนเมเปิ้ลรุ่น ยาวประมาณระหว่าง 30 ซม. ถึง 45 ซม. เรียกว่า "ไม้คมแฝก" กับอาวุธที่ติดตัวอีกชนิดหนึ่งทำด้วยทองเหลือง เรียกว่า "สามมือ" อาวุธที่เป็นของแข็งหรือมีดที่พกติดตัวเป็นมีดสั้น 2 เล่มเสียบในฝักไม้ เรียกว่า "เสื่อซ่อนเล็บ" หรือถ้าผู้ใหญ่ก็จะมีไม้ตะพืดที่ซ่อนไว้ข้างใน การยกพวกตีกันของวัยรุ่นนั้นไม่ปรากฏเพราะถ้าวัยรุ่นสองกลุ่มทะเลาะกัน เขาจะตกลงกันได้โดยให้หัวหน้ากลุ่มชกกันหรือจัดให้คนในแต่ละกลุ่มจับคู่ชกกันเป็นคู่ๆ ไปไม่มีมีการยกพวกตีกันเป็นกลุ่มหรือใช้วิธีการกลุ่มรวมฝ่ายตรงข้ามที่มีคนน้อยกว่า หรือเรียกว่า "พมพมู" เช่นในปัจจุบัน พฤติกรรมของวัยรุ่นที่ก่อความรุนแรงโดยใช้เครื่องมือ เช่น ปืนและระเบิดชนิดที่ผลิตขึ้นประมาณ 30 กว่าปีมานี้เอง ในสมัยนั้นผู้ก่อความรุนแรง ได้แก่ บรรดานักเรียนอาชีวะยกพวกตีกัน ระหว่างโรงเรียนเป็นส่วนใหญ่ ละเหตุสำคัญเกิดจากคดีคดีของสถาบันเป็นสำคัญ และมีการสั่งสอนกันระหว่างรุ่นที่กับรุ่นน้องต่อๆ กันมา จากการใช้เคยคลุกคลีกับบรรดานักเรียนอาชีวะในสมัยหลังเหตุการณ์ 14 ตุลาคม 2516 พบว่าความรุนแรงของบรรดานักเรียนนักเลงเหล่านั้นเกิดจากสภาวะทางสังคมภายในสถาบันการศึกษาและสภาวะที่ครอบครัวยุคเปลี่ยนไป เนื่องจากสภาพแวดล้อมเปลี่ยนไป กล่าวคือ สถาบันการศึกษาในอดีต การบริการสาธารณะ

ความรู้สึกของทั้งผู้ปกครองและนักเรียนก็ให้ความเคารพแก่ครู อาจารย์อย่างมากในฐานะผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชา ความใกล้ชิดระหว่างครู ผู้ปกครอง และนักเรียนมีมากกว่าปัจจุบัน สังคมภายนอก-โรงเรียนในอดีตก็ต่างกว่าปัจจุบัน เพราะสังคมครอบครัวในอดีตเป็นสิ่งขนาดใหญ่มากกว่าสังคมเดี่ยวในปัจจุบัน ครอบครัวในสมัยนั้นเป็นสิ่งที่อยู่ในแบกที่ทั้งพ่อแม่และลูกอยู่ร่วมกันและทำกิจกรรมร่วมกัน สังคมภายนอกบ้านมีน้อยมากซึ่งผิดแผกแตกต่างจากปัจจุบันมาก สังคมปัจจุบันก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ห่างเหินระหว่างพ่อแม่และลูกตลอดจนเครือญาติและรวมถึงโรงเรียนด้วย และสำหรับนักเรียนที่มากเข้าโรงเรียนต่างถิ่น เช่น จากต่างจังหวัดมาเข้าเรียนในกรุงเทพฯ หรือจากต่างถิ่นไกลๆ มาเรียนในโรงเรียนที่อยู่ในตัวเมืองเด็กนักเรียนเหล่านี้จะอาศัยอยู่กับพี่พี่หรือพ่อแม่เอาไปฝากให้กับญาติหรือผู้ที่เคารพซึ่งปัจจุบันหาได้ยาก ทำให้นักเรียนที่มาจากต่างถิ่นในปัจจุบันจะอยู่คนเดียวหรือถ้าผู้ปกครองมีฐานะก็จะเข้าบ้านหรือแฟลตอยู่ตามลำพัง เมื่อสังคมเปลี่ยนแปลงไปเช่นนี้ การที่นักเรียนซึ่งเป็นวัยรุ่นต้องช่วยตัวเองตามลำพังการขาดความยับยั้งชั่งใจทั้งพฤติกรรมทางเพศและพฤติกรรมอื่นๆ ก่อให้เกิดพฤติกรรมเบี่ยงเบนอื่นๆ ซึ่งได้เรียนรู้จากสังคมแวดล้อม เช่น พฤติกรรมของผู้ใหญ่ที่ทรงอำนาจและทางสื่อต่างๆ นอกจากนี้สังคมปัจจุบันได้สร้างความเห็นห่างระหว่างผู้ที่เคยให้ความรู้ความรักและความอบอุ่นแก่วัยรุ่นเนื่องจากสภาพเศรษฐกิจไม่เอื้ออำนวย ได้แก่ ขนาดครอบครัวปัจจุบันเล็กลงเพราะเป็นครอบครัวเดี่ยว พ่อแม่ต่างก็ต้องง่วนว่อยู่กับการทำงาน ผู้ใหญ่เช่น ปู่ ย่า หรือ ตา ยาย ที่เคยอยู่ร่วมกันก็ต้องแยกกันอยู่ หรือแม้ว่ายังอยู่ร่วมกันแต่สภาพเปลี่ยนไป ทำให้ความใกล้ชิดของคนในครอบครัวเปลี่ยนไป เพราะมีสิ่งอื่นที่น่าสนใจกว่า เช่น โทรทัศน์ โทรศัพท์ ทำให้คนที่อยู่ในบ้านแต่แยกกันเหมือนต่างคนต่างอยู่และโลกส่วนตัวโรงเรียนก็เช่นกัน เนื่องจากครูอาจารย์มีปัญหาเดียวกันจนไม่มีเวลาที่จะใกล้ชิดสนิทสนมกับศิษย์ นอกจากเวลาในชั้นเรียนเท่านั้น ระบบที่ปรึกษาที่ควบคู่ไปกับการเรียนสมัยใหม่ก็จะลดบทบาทหรือจนทำให้เด็กต้องพึ่งตัวเองหรือพึ่งเพื่อนซึ่งอยู่ในวัยเดียวกัน

อย่างไรก็ดี จากสภาพการณ์ที่เปลี่ยนไปดังกล่าว แล้วทำให้พฤติกรรมของเด็กหรือวัยรุ่นเปลี่ยนไป แต่เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

เมื่อเร็วๆ นี้ ที่นักเรียนชายใช้อาวุธปืนต่อทำการฆาตกรรมภักวีเรียนหญิงด้วยขวานเหล็ก หรือการที่ใช้อาวุธปืนฆาตกรรมญาติผู้ใหญ่ของนักเรียนหญิงที่เข้าใจว่าจะตีตัวออกห่าง หรือกรณีสุดท้ายที่เกิดขึ้นที่จังหวัดสระแก้วก็ดี ทุกอย่างเกิดจากอารมณ์ที่หวนที่ใช้ความรุนแรงอันเกิดจากอารมณ์แห่งการทำลายด้วยการวางแผนมิใช่เกิดจากอารมณ์ชั่ววูบ การที่นักเรียนซึ่งเป็นวัยรุ่นใช้อาวุธปืนทำร้ายเอาจากกล่าวได้ว่า เกิดจากการเลียนแบบทั้งที่เกิดขึ้นในต่างประเทศที่สื่อได้นำมาเผยแพร่ และข่าวที่เกิดขึ้นในประเทศไทยก็เกี่ยวกับการ “ฆ่าตัดตอน” การที่กล่าวว่าการ “ฆ่าตัดตอน” มีส่วนที่ทำให้เกิดการฆาตกรรมของวัยรุ่นก็เนื่องจากการ “การฆ่าตัดตอน” เป็นการแสดงออกซึ่งความรุนแรงของสังคมไทยในปัจจุบัน จริงอยู่การฆ่าตัดตอนเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในรื่องยาเสพติด และผู้ถูกฆ่าตัดตอนก็ถูกกล่าวหาว่าเป็นผู้ค้ำซึ่งเป็นที่ร้ายของสังคม แต่วิธีการฆ่าตัดตอนนี้เป็นตัวอย่างที่วัยรุ่นอาจที่คิดว่ามันเป็นวิธีการ “กำจัดศัตรู” ที่มีประสิทธิภาพ

อย่างไรก็ดี วิถีบรรลุลความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่นทั้งในเรื่องที่ร้ายกัน การมีมุมมองที่ไม่เหมาะสม รวมทั้งปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรนี้ จะประสบความสำเร็จได้จะต้องแก้ที่ต้นตอของปัญหา ได้แก่ รัฐบาลและสถาบันครอบครัวเป็นสำคัญ ที่กล่าวกันว่านี่เพราะว่ารัฐบาลเป็นผู้รับผิดชอบในการวางนโยบายที่จะทำให้สังคมมีความสงบสุข จึงมีส่วนสำคัญในการลดปัญหา นอกจากนโยบายแล้วผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้บริหารประเทศทุกระดับจะต้องทำให้เป็นตัวอย่าง ไม่ทำตัวเป็นพวกที่ “ว่าแต่เขาโอหนาเป็นเอง” ส่วนนโยบายด้านการศึกษาชั้น นอก จากพัฒนาด้านหลักสูตรและวิธีการแล้ว ที่สำคัญที่สุด ได้แก่ ต้องทำให้บุคลากรทางการศึกษามีจิตและวิญญาณเป็นครูอย่างแท้จริง ในเวลาเดียวกันต้องทำให้บุคคลเหล่านั้นมีขวัญและกำลังใจที่จะทำงานด้านการศึกษาด้วยความเต็มใจมิใช่ในฐานะผู้รับจ้าง ส่วนครอบครัวนั้นจะต้องมีความรับผิดชอบในการพัฒนาบุตรมากกว่าในปัจจุบัน พ่อแม่จะต้องใกล้ชิดและสร้างความอบอุ่นไม่ใช่ว่าแต่ด้านวัตถุเท่านั้น เงินและสิ่งของที่พ่อแม่ให้แก่ลูกๆ ไม่ใช่ปัจจัยสำคัญที่ลูกต้องการ แต่ความรักและความอบอุ่นเป็นสิ่งที่สุดซึ่งเป็นวัยรุ่นต้องการมากกว่าสิ่งใด

○ สค.ปุรุพัธพ์พงศ์ เวชชาธีว: ○

(สยามรัฐ : 17 มิถุนายน 2546)

ข่าวที่ 5

**‘ช่างกล’ตีกัน
ยิงบนรถเมล์
หนุ่มดวงช่วย
โดนปากทะเล
นักเรียนนักเลงยังตี
กันไม่เว้นแต่ละวัน ล่าสุด
ช่างกล ขส.ทบ.เปิดฉากลุย
กับช่างฝีมือปัญจะวิทยา
บนรถเมล์ ★ มีต่อหน้า 19**

‘ช่างกล’ตีกัน ☆ ต่อจากหน้า 1
หนุ่มดวงช่วยโดนลูกหลง กระสุนจะปาคนขับรถเมล์
สุดเจ๋ง หาแก๊งป่วนส่งถึงป้อมตำรวจ โคนข้อหาหนัก
พยายามฆ่า ด้าน ผกก.สน.มีนบุรีเผยจะออกหมายจับ
เพิ่มนักเรียนที่ตีกันในโรงเรียน ตำรวจตระเวนชายแดน
แก๊งยิงนักเรียนเทคโนโลยีกรุงเทพได้แล้ว

เรณูนักเรียนตีกันและมีผู้ได้รับบาดเจ็บครั้งล่าสุด
เปิดเผยขึ้นเมื่อเวลา 16.30 น. วันที่ 30 ส.ค. ร.ต.อ.วิชัย
ม่วงสวย รอง สวป.สน.บางซื่อ รับแจ้งจากจากร ส.น.วิภาวดี
ว่า ได้ควบคุมตัวนักเรียนผู้กระทำความผิดที่ร้ายร่างกายไว้ ที่
ตู้จราจรแยกบางเขน ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอมพล เขต
จตุจักร กทม. จึงไปรับตัว ทราบชื่อฝ่ายแรกคือนาย
รชตะ เปรนอ่อน อายุ 20 ปี นักเรียนชั้นปีที่ 3 แผนก
ช่างไฟฟ้า ช่างกล ขส.ทบ. ย่านกียกกาย อีกฝ่ายเป็นนักเรียน
ชั้นปีที่ 3 โรงเรียนช่างฝีมือปัญจะวิทยา อายุ 17 ปี จำนวน
5 คน ขณะเดียวกันยังทราบว่า มีผู้ได้รับบาดเจ็บจากเหตุ
ดังกล่าวถูกนำตัวส่งโรงพยาบาลวิภาวดี 1 คน คือนาย
สมบัติดี แยมชัย อายุ 31 ปี ถูกกระสุนลูกปรายยิงที่บริเวณ
ริมฝีปากด้านบน กระสุนฝังใน

จากการสอบสวนทราบว่า ก่อนเกิดเหตุ นายสมศักดิ์ ชื่นรณมณีสาย 52 ปากเกร็ด-สถานีรถไฟบางซื่อ หมายเลขทะเบียน 12-1177 กรุงเทพมหานคร มีป้ายสวนจตุจักร ด้านถนนพหลโยธิน เพื่อกลับบ้านย่านปากเกร็ด เมื่อรถไปถึงหัวโค้งถนนพหลโยธินติดกับถนนวิภาวดี กลุ่มนักเรียนทั้ง 2 ฝ่าย คือนักเรียนข้างกล ขสทบ.ประมาณ 10 คน ได้ชกต่อยกับนักเรียนโรงเรียนท่ามะปรางวิทยา ประมาณ 5-6 คน บริเวณเบาะหลัง กระทั่งรถไปจอดที่ป้ายรถประจำทางใกล้สำนักงานการปิโตรเลียมแห่งประเทศไทย กลุ่มนักเรียนข้างกล ขสทบ.ได้วิ่งลงจากรถ ระหว่างนั้นมีเสียงปืนดังขึ้น 1 นัด กระสุนลูกหลงหลายลูกถูกนายสมศักดิ์ได้รับบาดเจ็บ ก่อนที่นายสังเวียน สมศิริ อายุ 30 ปี คนขับรถเมล์สาย 52 จะปัดประตูดอ้อลโม่เมลิ นำนักเรียนที่ยังอยู่บนรถเมล์ไปส่งตำรวจจราจรที่ปฏิบัติหน้าที่อยู่บริเวณแยกบางเขน เบื้องต้นแพทย์จะยั่วยงให้การปฐมพยาบาลอย่างรีบด่วน เจ้าหน้าที่ตำรวจได้แจ้งข้อหาว่าบ่กัษขามฆ่า ลอบคุมไว้ดำเนินคดี

กรณีนักเรียนโรงเรียนเทคโนโลยีบางกะปิและนักเรียนโรงเรียนเมธีบุรุษไปรษณีย์ ก่อนเหตุทำร้ายร่างกายกันบริเวณปากซอยจตุพร ถนนสีหบุรุษทุกิจ เขตเมธีบุรุษ กทม. เมื่อวันที่ 25 ส.ค. และเจ้าหน้าที่ตำรวจ สน.เมธีบุรุษ ได้จับกุม

นักเรียนที่ก่อเหตุไปแล้วฝ่ายละ 1 คน วันเดียวกัน พ.ศ. ๒๕๓๖ วรรณศักดิ์ ผดก.สน.เมธีบุรุษ เปิดเผยว่า จากการสอบสวนขยายผลยังมีนักเรียนที่อยู่ในข่ายถูกออกหมายจับอีกจำนวนหนึ่ง ทั้งนี้ต้องสอบปากคำอาจารย์ของทั้ง 2 โรงเรียน ประกอบด้วย แต่เนื่องจากยังอยู่ในระหว่างถูกคำสั่งปิดโรงเรียน อาจารย์ของทั้ง 2 โรงเรียนจึงไม่มีเวลาไปปากคำ คำนวณข้อคดี โทษฐานกัษขามการศึกษาธิการ ให้สัมภาษณ์ว่า คำสั่งของกระทรวงเท่าที่ปิดโรงเรียนทั้ง 2 จนถึงวันที่ 10 ค.ค. ทางโรงเรียนต้องปฏิบัติตาม จะไม่มีการเปิดการเรียนการสอนก่อนกำหนด และเมื่อโรงเรียนเสนอแผนพัฒนาโรงเรียนไปที่กระทรวงศึกษาธิการแล้ว ก็ต้องใช้เวลาในการพิจารณาและซักซ้อมแผน ไม่ใช่เสนอแผนแล้วทุกอย่างจะเรียบร้อย

ส่วนคดีที่นายวิรัช เมธีการ อายุ 18 ปี นักเรียนปวส.ปี 1 โรงเรียนเทคโนโลยีกรุงเทพ ถูกคนร้ายยิงตาย คาป้ายรถเมล์หน้าปากซอยโรงงานกำยานเจ็ด ถนนปุ้เจ้าสมิงหารย ด.สำโรงใต้ อ.พระประแดง จ.สมุทรปราการ เมื่อกลางเดือนวันที่ 24 ส.ค. ในตอนสายวันเดียวกัน พ.ศ.๒๕๓๖ สุวิระ ทรงเมตตา ผบ.ก.จ.สมุทรปราการ พ.ศ.๒๕๓๖ ไซนา ผก.ส.ด.สำโรงใต้ อ.พระประแดง พร้อมกำลังคุมตัวนายสงกรานต์ วรรณย์ อายุ 19 ปี นายสมศักดิ์ ไกรนิยม อายุ 20 ปี นายคนองเดช คุ้มทรัพย์ อายุ 24 ปี นายขวัญชัย ฟ้าศิริ อายุ 18 ปี และนายฤกษ์ ภิรมย์กลิ่น อายุ 19 ปี ผู้ต้องหา ไปทำแผนประกอบกำรับสารภาพ หลังถูกจับกุมได้ยกแก๊ง เมื่อคืนวันที่ 29 ส.ค. จากการสอบสวนผู้ต้องหาบอรับอ้างว่าเลขถูกผู้ตายแบ่พวกกุมทำร้าย จึงตามฆ่าล้างแค้น หลังก่อเหตุได้หลบหนีไป กระทั่งถูกตำรวจตามจับกุมตัวไว้ได้พร้อมอาวุธปืนของกลาง

ใบความรู้ เรื่อง “ วิธีการควบคุมตนเอง ”

สวัสดีครับ! น้องๆ วันนี้เรามารู้วิธีการควบคุมตนเองดีกว่านะครับ !!!!

เราจะได้สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้



ฝึกสติและสมาธิ : ทำจิตให้ว่างและสงบ นั่งในท่าที่สบาย ผ่อนคลาย ท่องยุบหนอ พองหนอไว้ในใจ ทำซ้ำประมาณ 15-20 นาที ถ้าเราฝึกเป็นประจำ จะทำให้เราสามารถควบคุมตนเองและมีสติในการทำสิ่งต่างๆ ได้ดีขึ้น

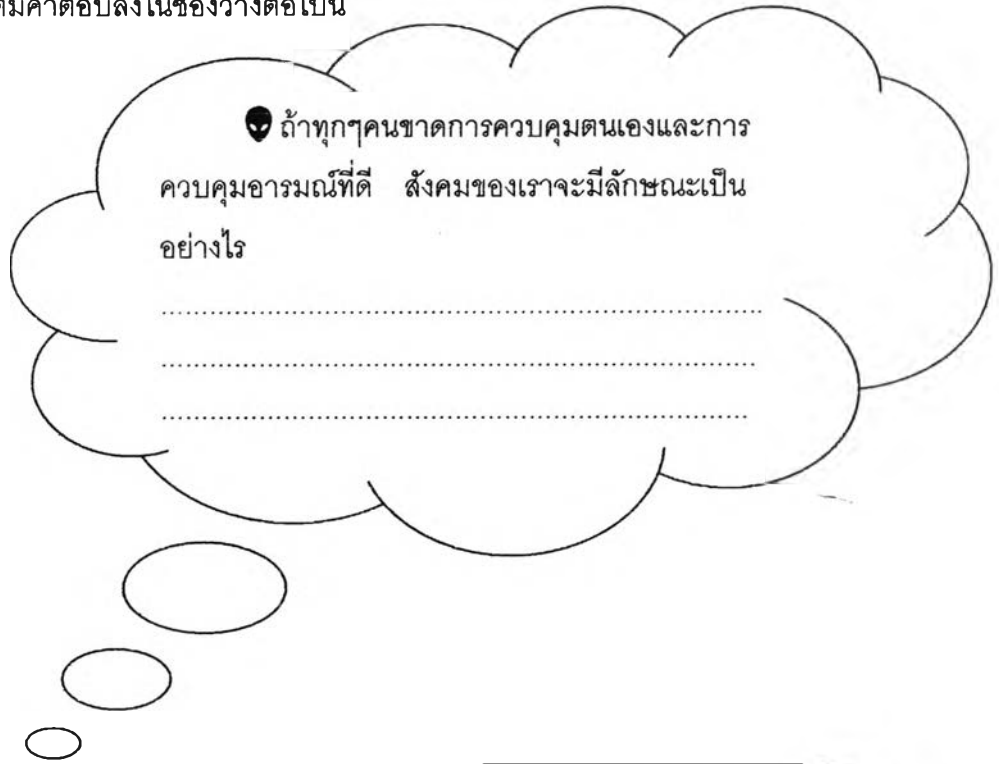


การมองโลกในแง่ดี : โดยการคิดและทำในสิ่งที่ดี พยายามหาข้อดีของตนเองและผู้อื่น ปรับเปลี่ยนความคิดด้านลบไปในทางบวก อดทนและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

ใบงานที่ 1

เรื่อง " อารมณ์ของฉัน "

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมคำตอบลงในช่องว่างต่อไปนี้



☹ จงยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่ฉันเคยขาดการควบคุมอารมณ์ตนเองที่ดี มา 1 ตัวอย่าง

.....

.....

.....

.....

.....

☹ จากเหตุการณ์ ทำให้เกิดผลอย่างไรตามมา.....เหตุการณ์ ทำให้เกิดผลอย่างไรตามมา.....

.....

.....

☹ ถ้าฉันรู้ตัวว่ากำลังใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผล ฉันจะหาวิธีการแก้ไขปัญหอย่างไร.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 9

กิจกรรม : ไว้วางใจตนเอง

แนวคิดของโกล์แมน : ความน่าไว้วางใจ (Trustworthiness)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ลักษณะนิสัยของตัวละครที่ปรากฏในนิทานได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถเล่าประสบการณ์ของตนเองที่แสดงถึงความซื่อสัตย์ได้

สาระสำคัญ

ความไว้วางใจจะเกิดขึ้นเมื่อเราเป็นผู้ที่มีความซื่อสัตย์อยู่เสมอ

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

1. อุปกรณ์ที่ใช้ในการแสดงละคร เช่น
 - เสื้อ / ผ้าถุง
 - ส้ม มังคุด เงาะ
2. นิทานเรื่อง " คนชายไม่กวาด "
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง "ไว้วางใจตนเอง"

เนื้อหา

ความซื่อสัตย์และจรรยาบรรณ คือ การมีความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง รักษาคุณธรรม สร้างความจริงใจและเชื่อถือได้จากการกระทำที่ไว้วางใจได้และถูกต้อง ความน่าไว้วางใจจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อเราเป็นผู้รักษาความซื่อสัตย์ ซึ่งการปฏิบัติตนให้มีความซื่อสัตย์และความน่าไว้วางใจน่าเชื่อถือนั้น เราจะต้องพูดความจริงอยู่เสมอ รับผิดชอบในสิ่งที่เรากระทำ รักษาคำพูด รักษาคำมั่นสัญญา หนักแน่น มั่นคง

ดังนั้นความซื่อสัตย์และจรรยาบรรณจึงเป็นระบบจริยธรรมที่คนเลือกยึดถือ เช่น ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ ระบบจริยธรรมเหล่านี้ทั้งผู้ปกครอง ครู พี่น้องหรือปัจจัยทางสภาพแวดล้อมต่างๆและสื่อมวลชน ล้วนแต่มีส่วนต่อการสร้างจริยธรรมทั้งสิ้นเพราะจะทำให้เกิดความละเอียดใจและความรู้สึกผิด สิ่งเหล่านี้จะเป็นความรู้สึกด้านลบที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาจริยธรรมทั้งสิ้น เมื่อเราเกิดความละเอียดใจไม่สบายใจเมื่อสำนึกว่าตนเองไม่สามารถทำตามความต้องการของคนอื่นได้ เราจะเกิดความรู้สึกผิดเมื่อไม่สามารถประพฤติตัวตามที่ตนเองตั้งใจไว้ได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. ให้นักเรียนออกมาแสดงละครเป็นแม่ค้าขายผลไม้แล้วลืมหอนเงินให้ลูกค้า แต่แม่ค้าเป็นผู้ที่นึกขึ้นได้ จึงรีบวิ่งไปคืนเงินทอนให้ลูกค้า จากเหตุการณ์นี้แสดงว่าแม่ค้าเป็นผู้ที่มีคุณธรรมในเรื่องใดบ้าง เพราะเหตุใด
2. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละเท่ากัน

ขั้นกิจกรรม

1. เล่านิทานเรื่อง "คนขายไม้กวาด" ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มช่วยกันวิเคราะห์ลักษณะนิสัยของตัวละครและคุณธรรมต่างๆ ที่ปรากฏในเรื่อง ตัวละครใดที่ขาดความซื่อสัตย์ คุณธรรมที่ปรากฏในเรื่องนี้มีอะไรบ้าง ทำไมเราจึงต้องมีความซื่อสัตย์ และข้อดีของเราที่เราเป็นคนที่มีความซื่อสัตย์คืออะไร ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็น
2. จากนั้นให้ตัวแทนกลุ่มแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันระหว่างกลุ่มอื่น
3. ระหว่างการทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ของนักเรียน ถ้าพบพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ ให้เสริมแรงทันที
4. แจกใบงานที่ 1 เรื่อง "ไว้ใจฉันเถอะ" ให้นักเรียนเขียนบรรยายเหตุการณ์ 1 เหตุการณ์ที่ทำให้เรามีความรู้สึกว่า "เราเป็นผู้ที่มีความซื่อสัตย์"
5. เมื่อนักเรียนทุกคนทำใบงานเสร็จเรียบร้อย ให้นักเรียนทุกคนออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้ คือ ความไว้วางใจจะเกิดขึ้นได้ เราจะต้องเป็นผู้ที่มีความซื่อสัตย์ก่อน
- งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทุกคนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้ แล้วนำมาส่งในครั้งต่อไป
- การวัดและการประเมิน

1. ชักถามจากการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
2. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ
3. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
4. การตอบคำถามจากใบงาน



กาลครั้งหนึ่ง..นานมาแล้ว มีชายชายไม้กวาดตาบอดคนหนึ่งเร่ขายของอยู่ในป่า ขณะที่กำลังเดินอยู่ในป่าก็เจอกับแม่มดผู้หนึ่ง ซึ่งทำให้ท้าวว่าสนใจซื้อไม้กวาดแต่แท้จริงแล้ว...นางต้องการที่จะหลอกเงินชายพิการ

"ช่วยซื้อหน่อย...ครับ ไม้กวาดผมรับรองคุณภาพ " นางแม่มดได้ยินจึงรีบเดินเข้าไปทำท่าอยากซื้อไม้กวาด ขณะที่จ่ายเงินนางแอบส่งเงินขาดไป 1 ใบและบอกให้ทอนกลับมา ซึ่งในขณะนั้นชายตาบอดไม่มีเงินทอนจึงบอกให้ตามกลับไปเอาเงินทอนที่บ้าน ระหว่างทางกระต่ายน้อยเห็นเข้าและจำได้ว่าเป็นแม่มดชั่วร้ายจึงแอบสะกดรอยตามไป โดยแอบส่งสัญญาณเรียกพี่สิงโตและลุงช้างไปด้วย

"เฮ้ ! ถึงแล้วครับ เข้าไปทานน้ำในบ้านก่อนนะครับ" ขณะที่ชายตาบอดเข้าไปเอาเงินทอนและหันหลังอยู่นั้น นางก็เงื้อมีดเล่มยาวเตรียมที่จะทำร้ายชายตาบอดและสูบเงินทั้งหมด แต่แล้ว.."หยุดนะ!" กระต่ายน้อยตะโกนพร้อมกับกระโดดกัดข้อมือนางแม่มด มีดหล่นไปที่พื้น ลุงช้างกับพี่สิงโตก็ย่าง 3 ขุมเข้ามา ชายพิการได้ยินเสียงดังก็ตกใจมากนางเองก็ล้มพลาดไปกับพื้นจนเกือบจะโดนลุงช้างเหยียบ แต่ชายพิการเข้ามาร้องขอชีวิตของนางไว้ นางเกิดความซาบซึ้งและสำนึกในความผิดของตนเองอย่างมาก จึงขอโทษชายพิการ ชายพิการให้อภัยและจำได้ว่าต้องเอาเงินทอนไปให้แม่มดจึงนำเงินไปคืน นางจึงสารภาพว่าจริงๆนางโกหกและหลอกชายพิการ นางต้องเป็นฝ่ายขอโทษมากกว่า แม่มดจึงให้สัญญาว่า ต่อไปนี้จะไม่โกหก หลอกหลวงใครอีกแล้ว ชายพิการยิ้มด้วยความดีใจและสอนว่า

"การที่เราเป็นผู้รักษาความซื่อสัตย์อยู่เสมอจะทำให้เราได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่นได้" !!จงอย่าลืม!

ใบงานที่ 1
เรื่อง “ไวใจฉันเถอะ ”

คำชี้แจง จงเติมคำตอบลงในช่องว่างต่อไปนี้

♣ นักเรียนคิดว่าตัวละครใดต่อไปนี้ได้รับความไว้วางใจจากผู้อื่น

ชายตาบอดเพราะ

กระต่ายน้อยเพราะ

ลุงช้าง เพราะ

พี่สิงโต เพราะ.....

แม่มด เพราะ.....

♣ ถ้านักเรียนเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆเหล่านี้ นักเรียนจะทำอย่างไร

1. เจอเงินของคนอื่นตกอยู่ที่พื้น

เราจะ.....

2. ยืมเงินเพื่อน และบอกว่าจะคืนทีหลัง

เราจะ.....

3. ได้รับการมอบหมายในการทำงานกลุ่ม

เราจะ.....

♣ ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ที่ทำให้นักเรียนรู้สึกที่เราเป็นผู้ที่มีความซื่อสัตย์

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

♣ นักเรียนคิดว่าสังคมของเราจะเป็นอย่างไร ถ้าทุกคนในสังคมขาดความซื่อสัตย์

.....

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 12

กิจกรรม : ฉันทักทำได

แนวคิดของโกล์แมน : การเปิดรับสิ่งใหม่ ๆ (Innovation)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถออกแบบและประดิษฐ์โทรศัพท์รูปแบบใหม่ ๆ ได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกลักษณะพิเศษของสิ่งประดิษฐ์ที่ได้ดัดแปลง
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ของการเปิดรับสิ่งใหม่ ๆ ได้

สาระสำคัญ

การสร้างสิ่งใหม่ ๆ จะเป็นสุข เราจะต้องพยายามเปิดใจกว้างกับแนวคิด/แนวทางหรือ

ข้อมูลใหม่

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

1. ถุงแฟนซีภายในบรรจุสิ่งของต่างๆ ได้แก่ เหรียญสลึง ถุงเท้า มะนาว ไม้จิ้มฟัน ด้าย ไม้บรรทัด คลิปหนีบกระดาษ กรรไกร ถ้วยพลาสติก หลอดกาแฟ เป็นต้น
2. สีไม้ / สีเมจิก
3. บทอ่านเรื่อง " มหัศจรรย์ธรรมชาติสารานุกรมสิ่งประดิษฐ์ "
4. ใบงานที่ 1 เรื่อง " ฉันทักทำได "

เนื้อหา

การเปิดรับสิ่งใหม่ ๆ คือ การค้นหาความคิดใหม่ ๆ จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย การพิจารณาถึงปัญหาและผลลัพธ์ต่างๆที่จะเกิดขึ้น โดยการสร้างความคิดใหม่ ๆ จากการยอมรับทัศนคติหรือความคิดใหม่ ๆ รวมทั้งกล้าเสี่ยงที่จะคิดอะไรใหม่ ๆ การเปิดกว้างยอมรับความคิดเห็นใหม่ ๆ ที่เข้ามา จะทำให้เป็นแนวทางหนึ่งของการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ทำให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย และสามารถสร้างสรรค์ สิ่งใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. ให้นักเรียนทุกคนอ่านบทอ่านเรื่อง "มหัศจรรย์ธรรมชาติสารานุกรมสิ่งประดิษฐ์" ถ้ามารู้สึกจากเรื่องที่อ่าน ให้นักเรียนลองยกตัวอย่างสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ โดยเชื่อมโยงจากการนำธรรมชาติมาเป็นพื้นฐานความคิด
2. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆ ละเท่าๆกัน

ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาจับถุงแฟนซี โดยภายในถุงแฟนซีจะประกอบไปด้วยของต่างๆ ได้แก่ เหรียญสลึง ถุงเท้า ช้อน มะนาว ไม้จิ้มฟัน เชือก ด้าย ไม้บรรทัด คลิปหนีบกระดาษ กรรไกร เป็นต้น จากนั้นให้แต่ละกลุ่มจะจับสลากเลือกสิ่งของต่างๆ ที่อยู่ภายในถุงแฟนซีมา 5 อย่าง

2. ให้นักเรียนนำของทั้ง 5 อย่างที่ได้มาจากการจับสลากมาสร้างเป็นโทรศัพท์แบบใหม่ๆ ขึ้นมา จากนั้นตั้งชื่อสิ่งประดิษฐ์ และบอกประโยชน์ของสิ่งประดิษฐ์ที่แตกต่างไปจากโทรศัพท์รูปแบบเดิมๆ

3. ระหว่างทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ของนักเรียน เมื่อพบพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์เสริมแรงทันที

4. ตั้งคณะกรรมการ 5 คน จากตัวแทนของแต่ละกลุ่ม จากนั้นให้ตัวแทนนักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอสิ่งประดิษฐ์ พิจารณาจากความคิดสร้างสรรค์ ความแปลกใหม่ แนวทางการเปลี่ยนแปลงประโยชน์ใช้สอยจากเดิม คุณสมบัติพิเศษของโทรศัพท์เครื่องใหม่ของแต่ละกลุ่ม

5. กลุ่มไหนที่ออกแบบและประดิษฐ์โทรศัพท์ที่ได้ถูกใจกรรมการทั้งหมด ได้คะแนนสูงสุดเป็นกลุ่มชนะ

6. แจกใบงานที่ 1 เรื่อง "ฉันก็ทำได้" ให้เวลาประมาณ 15 นาทีในการทำใบงาน หลังจากนั้นให้นักเรียนทำใบงานเสร็จเรียบร้อยให้นักเรียนทุกคนออกไปแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

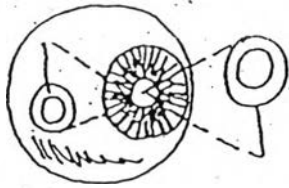
1. ให้นักเรียนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้ งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้และนำมาส่งครั้งต่อไป

การวัดและประเมินผล

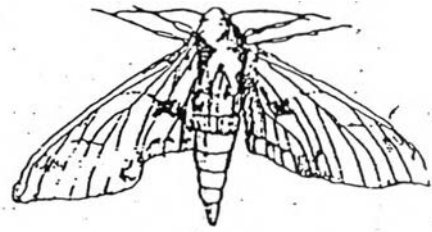
1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
3. การดัดแปลงและสร้างสรรค์สิ่งประดิษฐ์
4. ชักถามจากการแสดงคุณสมบัติที่แปลกใหม่ของสิ่งประดิษฐ์
5. การตอบคำถามจากใบงาน

บทจักรรยธรรมชาติ

สารานุกรมของสิ่งประดิษฐ์



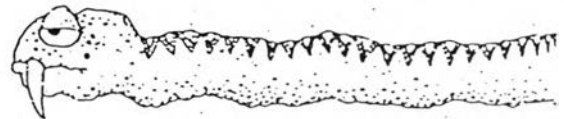
- กล้องปรับโฟกัสอัตโนมัติที่ทันสมัย ลอกเลียนการทำงานของนัยน์ตามนุษย์ในการปรับระยะความคมชัดและระดับแสง



- เข็มฉีดยา เป็นการลอกเลียนการทำงานของเข็มของงูทางกระดิ่ง งูนั้นฉีดพิษได้โดยผ่านรูตรงกลางฟันของมัน



- เครื่องปรับอากาศระบบน้ำระเหย เลียนแบบหูของกระต่ายในทะเลทราย ซึ่งเป็นเสมือนเครื่องทำความเย็นที่ลดความร้อนให้กับกระต่าย และช่วยให้กระต่ายสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ภายใต้ความร้อนระอุของทะเลทราย



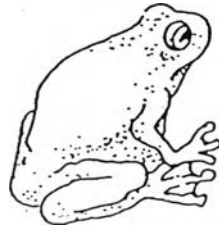
- เรือดำน้ำ ใช้หลักการปอดของปลาในการเปลี่ยนระดับความลึกในน้ำ ปลานั้นเพิ่มลมและลดลมในถุงลมนี้เพื่อเปลี่ยนระดับความลึกในน้ำ





- เรดาร์สมัยใหม่
ใช้คลื่นอัลตราโซนิก
เหมือนอย่างที่ค้างคาวใช้

มาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ แต่อย่างไรก็ตามระบบ
ของค้างคาวนั้นดีกว่ามนุษย์มากมาย มัน
ปลอดภัยรบกวนซึ่งกันและกัน และยังไป
กว่านั้น ค้างคาวบางตัวยังใช้เรดาร์ของมัน
จับปลาในน้ำได้อีกต่างหาก




- ดาของกบ เห็นได้เพียงบางอย่างเท่านั้น
เช่น แมลงที่จะเป็นอาหารอันโอชะ ด้วย
เหตุนี้เอง นักวิทยาศาสตร์ของทางทหาร
พยายามที่จะสร้างเครื่องมือที่จะมองเห็น
เพียงเป้าหมาย และกำจัดสิ่งที่ไม่ต้องการ
เห็นต่างๆ ออกไป

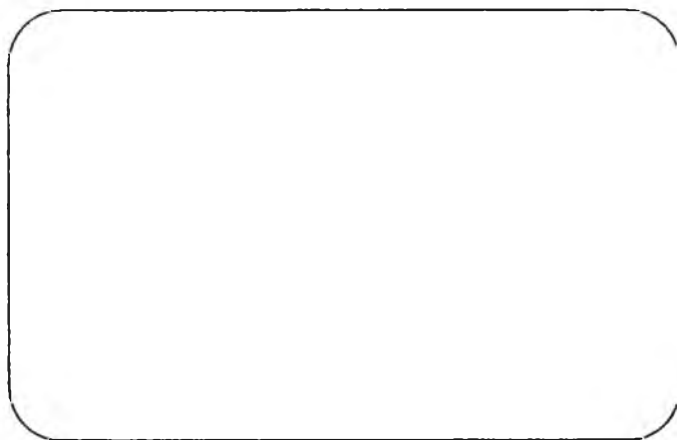


- เครื่องบินเจ็ต ใช้ระบบแรงขับเคลื่อนผ่าน
อากาศ เหมือนกับที่ปลาหมึกใช้ระบบแรง
ดันในน้ำ

ใบงานที่ 1
เรื่อง “ฉันก็ทำได้”

สมมุติว่า นักเรียนเป็นหนูน้อยนักประดิษฐ์ กำลังคิดจะประดิษฐ์สิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่ 

เอ! นี่ออกแล้ว ฉันจะประดิษฐ์ (วาดรูปและระบายสีประกอบ)



๕ สิ่งประดิษฐ์ของฉัน ชื่อ.....

.....

๕ ฉันจะสร้างสิ่งนี้ (แนวคิดในการสร้าง) เพราะ

.....

๕ สิ่งประดิษฐ์ของฉันประกอบด้วยอุปกรณ์ดังนี้

.....

๕ ลักษณะพิเศษสิ่งประดิษฐ์ของฉันที่ถูกดัดแปลงให้เปลี่ยนไปจากเดิม คือ.....

.....

๕ จงบอกประโยชน์ของการเปิดรับสิ่งใหม่ๆ หรือการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ

.....

.....

.....

.....

กิจกรรมที่ 13

กิจกรรม : นี่คือการเป้าหมาย

แนวคิดของโกล์แมน : การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) -การมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Drive) การยึดมั่นในข้อตกลง (Commitment)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ นักเรียนสามารถเล่าประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายได้
2. เพื่อให้มีนักเรียนสามารถเขียนเป้าหมายในอนาคตของตนเองได้

สาระสำคัญ

การสร้างแรงจูงใจในตนเองและการยึดมั่นในข้อตกลง คือ พยายามที่จะปรับปรุงสิ่งต่างๆ โดยยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่ม เพื่อสามารถมุ่งไปสู่ความสำเร็จได้

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

1. กระดาษ กระดาษมันปู
2. สีไม้ สีเมจิก
3. บทความเรื่อง "เบื้องหลังความสำเร็จของกีฬาคนน้ำหนักรักไทย"
4. ภาพข่าว เช่น ภาพข่าว เด็กตาพิการสามารถสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้
5. ใบงานที่ 1 เรื่อง "นี่คือการเป้าหมาย"

เนื้อหา

แรงจูงใจ คือ แรงขับที่จะนำไปสู่เป้าหมายและมาตรฐานที่ตั้งใจไว้ โดยการจัดการกับเป้าหมายที่ท้าทายและการวางแผนหน้าที่การทำงาน ติดตามข้อมูลข่าวสารเพื่อลดความไม่แน่นอนและหาทางที่จะทำในสิ่งที่ดีกว่า เรียนรู้วิธีที่จะปรับปรุงการทำงานของตนเอง

ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง หมายถึงการตระหนักรู้จักตน บุคลิก จุดอ่อน จุดแข็ง และสิ่งที่เราต้องการหรือไม่ต้องการ ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากการตระหนักทำให้เกิดพฤติกรรมหนึ่งขึ้นมาอย่างต่อเนื่องและมีเป้าหมาย

แรงจูงใจ เป็นสาเหตุที่ทำให้ใครคนหนึ่งทำอย่างที่เขาทำ แรงจูงใจจึงเป็นเสมือนเชื้อเพลิงที่ทำให้เครื่องยนต์มีพลัง เป็นแหล่งพลังงานที่มีผลกระทบต่อการทำงานที่เราจะตัดสินใจและตอบสนองต่อปัญหาที่เกิดขึ้น เมื่อใดที่เรารู้ว่าเชื้อเพลิง ประเภทใดที่ขับเคลื่อนเราก็เป็นไปได้ที่เราจะปรับปรุงการคิดของตนเองและมองเห็นทางเลือกที่ดีกว่า โดยเราสามารถสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นแก่ตนเองได้ โดยการฝึกการสร้างวินัยในตนเอง ฝึกความด้อยของตนเอง ให้รางวัลตนเอง และจัดเป้าหมายการทำงานที่ละขั้น สิ่งเหล่านี้สามารถนำไปสู่ความสำเร็จได้

การยึดมั่นในข้อตกลง คือ ความพร้อม/เต็มใจที่จะกระทำหรือเสียสละเพื่อเป้าหมายของกลุ่มที่ใหญ่กว่า สามารถหาข้อตกลงในเป้าหมายของงานที่ได้รับมอบหมาย โดยใช้กลุ่ม

ในการตัดสินใจหรือการทำให้ทางเลือกร่างๆมีความชัดเจนมากขึ้น กระตือรือร้นที่จะหาโอกาสที่จะทำให้อุปกรณ์มีความสมบูรณ์ ซึ่งเหล่านี้จะเป็นการแสดงความจงรักภักดี ยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่ม

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. ยกตัวอย่างรูปภาพข่าวของเด็กและเยาวชนที่สามารถประสบความสำเร็จจากมีแรงจูงใจในตนเองได้ ได้แก่ นักเรียนตาพิการที่สามารถสอบเข้ามหาวิทยาลัยสำเร็จ นักเรียนเตรียมอุดมศึกษาสามารถชนะการประกวดโครงงานวิทยาศาสตร์ระดับโลกที่อเมริกา เป็นต้น ถามความรู้สึกของนักเรียนว่า เด็กและเยาวชนเหล่านี้ต้องอาศัยสิ่งใดบ้างที่จะทำให้ประสบความสำเร็จต่อสิ่งต่างๆที่มุ่งหวังได้บ้าง

2. ฟังครูอ่านบทความเรื่อง " เบื้องหลังความสำเร็จของกีฬาคนพิการไทย " ถามความรู้สึกของนักเรียนว่า รู้สึกอย่างไร และคิดว่า ความสำเร็จของบุคคลเหล่านี้ ต้องอาศัยสิ่งใดบ้าง

3. ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าประสบการณ์มาคนละ 1 เหตุการณ์ที่นักเรียนสามารถปฏิบัติจนสามารถสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

4. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆละเท่าๆกัน 4 คน

ขั้นกิจกรรม

1. แจกกระดาษให้นักเรียนแต่ละกลุ่ม โดยให้นักเรียนเขียนเป้าหมายของฉันทหรือสิ่งที่ต้องการจะทำให้เป็นจริงขึ้นมา(วาดรูปพร้อมระบายสีให้สวยงาม) แบ่งเป็นหลายหัวข้อ เช่น

- (1) เป้าหมายในการเรียนเทอมนี้
- (2) เป้าหมายการใช้ชีวิตตอนปิดเทอม
- (3) เป้าหมายในการประกอบอาชีพ

2. ให้นักเรียนภายในกลุ่ม แบ่งการเขียนเป้าหมายคู่ละ 1 เป้าหมาย จากนั้นให้แต่ละคนลงมือเขียนเป้าหมาย สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อหาวิธีที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายนั้นๆได้ หรือคำแนะนำต่างๆภายในกลุ่มของตนได้

3. ระหว่างทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ เมื่อพบพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ เสริมแรงทันที

4. จากนั้นให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอเป้าหมายต่างๆของกลุ่มตน บอกถึงวิธีการให้ลงมือปฏิบัติต่างๆเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนั้นๆด้วยและให้เพื่อนๆคนอื่นช่วยกันเสนอความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

5. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 1 เรื่อง "นี่คือเป้าหมาย" ให้เวลานักเรียนทำใบงานประมาณ 15 นาที

6. เมื่อนักเรียนทุกคนทำใบงานเสร็จเรียบร้อยให้ออกมานำเสนอใบงานของตนเอง

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมนี้

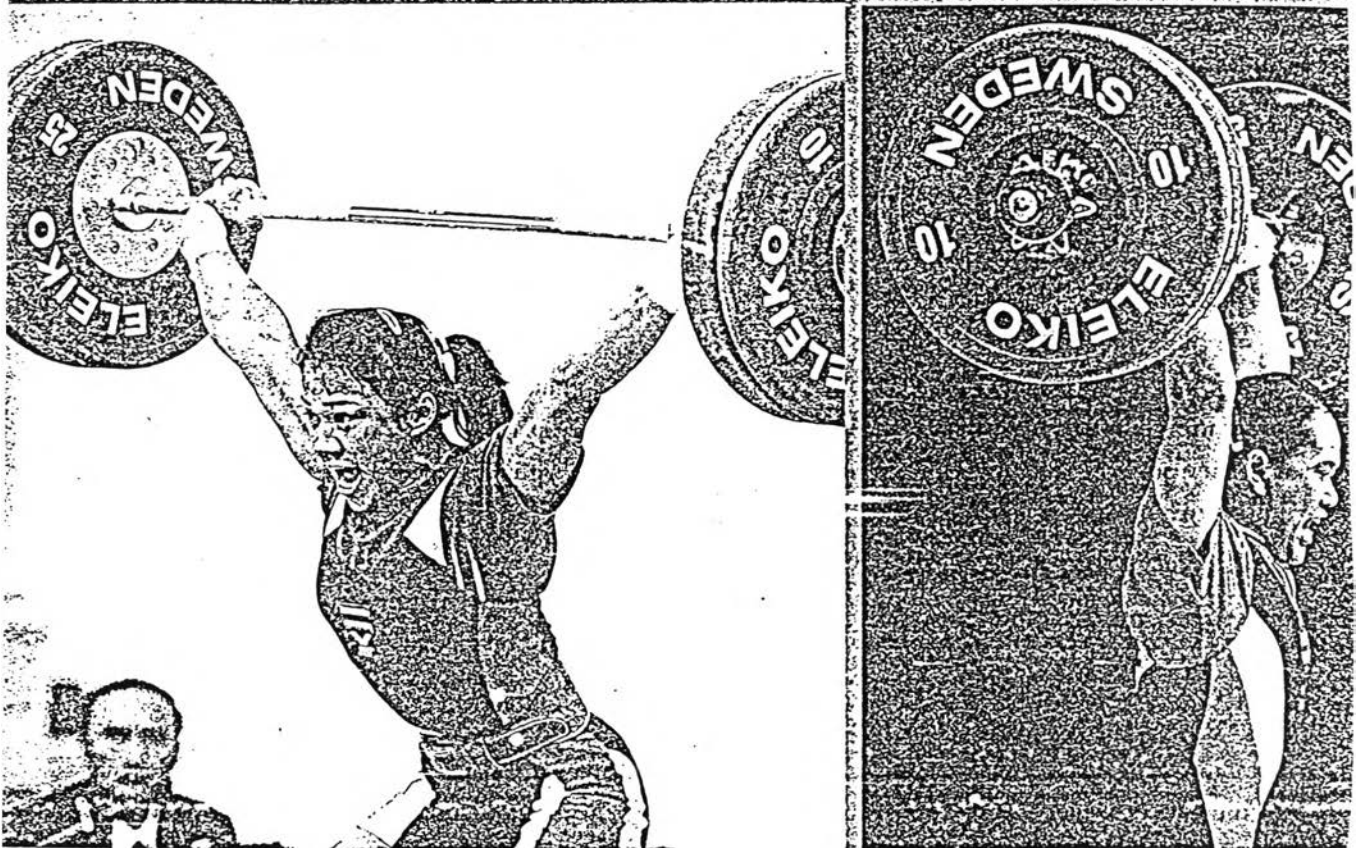
งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้ และนำมาส่งในครั้งต่อไป

การวัดและประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
3. ซักถามจากการตั้งเป้าหมายและความคิดเห็นต่างๆ
4. การตอบคำถามจากใบงาน

เบื้องหลังความสำเร็จของกีฬายกน้ำหนักไทย

เบื้องหลังความสำเร็จ ของกีฬายกน้ำหนักไทย



นี้ จากนาที่นี้ไม่มีสมาคมใดจะร้อนแรงเท่ากับสมาคมยกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทยที่สามารถสร้างประวัติศาสตร์การกีฬาหน้าใหม่ของประเทศให้จารึกว่าจอมพลังหญิงไทย 4 คน สามารถสร้างชื่อกระฉ่อนเอเชียนเกมส์ โดยการประกาศตัดคาคว่าสองเหรียญทองจากนางสาวอุดมพร พลศักดิ์ นางสาวปวีณา ทองสุก และสองเหรียญทองแดงจากนางสาวอารีย์ วิริฐถาวร และนางสาววันดี คำเอี่ยม จนกลายเป็น ทอล์ค ออฟ เดอะทาวน์ ที่คนไทยทั้งประเทศกล่าวขานกันอยู่ในขณะนี้

หากย้อนอดีตตามไปดูผลงานของสมาคมยกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย พบว่าสมาคมนี้ได้สร้างนักกีฬายกน้ำหนักฝีมือดีประดับวงการลูกตุ้มเหล็กไทยหลายคน ไม่ว่าจะเป็น รัชนิ บุญมาเลิศ และร้อยเอกประเสริฐ สุ่มประดิษฐ์ เจ้าของเหรียญเงินเอเชียนเกมส์ ปี 2533 ที่ประเทศจีน สง่า วังศิริ เจ้าของเหรียญเงินเอเชียนเกมส์ ปี 2537 ที่ประเทศญี่ปุ่น และเมื่อ 4 ปีก่อน เกษราภรณ์ สุตา จอมพลังสาวนักกีฬาหญิงคนแรกที่สามารถคว้าเหรียญทองแดงประวัติศาสตร์ในกีฬาโอลิมปิกที่ซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย



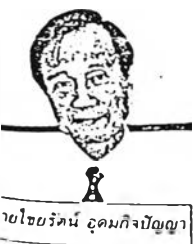
มวลาภาพ 'น้องออร์' อุดมพร พลศักดิ์ และทีมงานของสมาคมยกน้ำหนักฯ

ความสำเร็จของสมาคมยกน้ำหนักตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เกิดขึ้นอย่างไร "นอกรั้วโรงเรียน" ฉบับนี้จะพาไปเจาะลึกเบื้องหลังชัยชนะในครั้งนี้

เป้าหมายชัด สร้างนักกีฬาคู่แข่งระดับโลก

กลิ่นควันหลงโอลิมปิกที่ซิดนีย์ 2000 ประเทศออสเตรเลีย ยังไม่ทันจะจางหาย นักยกน้ำหนักชุดเตรียมลุยเอเธนส์เกมส์ 2004 ก็ถูกดึงตัวมาเข้าร่วมโครงการจอมพลังดาวรุ่งมุ่งโอลิมปิกทันที โดยเก็บตัวฝึกซ้อมที่สมาคมยกน้ำหนักแห่งประเทศไทย จ.เชียงใหม่ นายไชยรัตน์ อุดมกิจปัญญา รองเลขาธิการสมาคมยกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย กล่าวถึงการเตรียมทีมนักกีฬาในครั้งนี้ว่า นักกีฬาดาวรุ่งมุ่งโอลิมปิกชุดนี้ทางสมาคมใช้เวลาเตรียมความพร้อมของนักกีฬาถึง 4 ปีเต็ม (2544 - 2548) เพราะกีฬายกน้ำหนักเป็นกีฬาที่ต้องใช้ความแข็งแกร่งของกล้ามเนื้อมาก จึงต้องอาศัยระยะเวลาฝึกซ้อมเสริมสร้างสมรรถภาพของร่างกายให้แข็งแรง

"การที่สมาคมเรียกเก็บตัวนักกีฬาฝึกซ้อมถึง 4 ปีเต็ม เพราะสมาคมมีเป้าหมายชัดเจนว่าต้องการสร้างนักกีฬายกน้ำหนักที่แข็งแกร่งที่สุดในโลก" นายไชยรัตน์ กล่าว



นายไชยรัตน์ อุดมกิจปัญญา

เมื่อกำหนดเป้าหมายชัดเจนเรียบร้อยแล้ว ขั้นตอนต่อไปคือการคัดสรรนักกีฬา โดยสมาคมจะมีเจ้าหน้าที่เทคนิคและผู้ฝึกสอนไปสังเกตการณ์ตามการแข่งขันกีฬานัดสำคัญๆ ของประเทศ เช่น การแข่งขันยกน้ำหนักชิงชนะเลิศแห่งประทศไทย การคัดเลือกตัวนักกีฬาตามสโมสรต่างๆ

เพื่อเฟ้นหานักกีฬายกน้ำหนักที่ฉายแววความสามารถเข้าร่วมโครงการดาวรุ่งมุ่งโอลิมปิก 2004

"นักกีฬายกน้ำหนักที่ดีควรจะอยู่ในช่วงอายุตั้งแต่ 16 - 25 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่กล้ามเนื้อแกร่งที่สุด ส่วนด้านสรีระต้องมีความสูงไม่มาก เพราะคนที่มีความสูงต่ำเวลายกลูกเหล็กค่าไมเมนต์ัมก็จะต่ำ ทำให้ไม่ต้องออกแรงยกน้ำหนักมาก" นายไชยรัตน์ กล่าว และว่า ทางสมาคมจะคัดสรรนักกีฬาที่ชนะการแข่งขันนัดสำคัญๆ ของประเทศ มาเก็บตัวฝึกซ้อมจำนวนไม่ต่ำกว่า 100 คน แล้วคัดเลือกจนเหลือประมาณ 10 กว่าคน และฝึกต่อไปจนกระทั่งได้นักกีฬาที่ดีที่สุด

ทางด้านเรือโทหญิง เกษราภรณ์ สุตา นักกีฬาหญิงคนแรก ที่คว้าเหรียญทองแดงกีฬาโอลิมปิกกล่าวเสริมว่า นักกีฬายกน้ำหนักที่จะประสบความสำเร็จถึงขั้นสูงสุดได้ต้องมีลักษณะพิเศษเฉพาะตัว มีรูปร่างที่เหมาะสมและมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรงมาตั้งแต่เล็ก ลักษณะเฉพาะตัวนี้อาจจะเกิดจากการช่วยพ่อแม่ทำงานหนักหรือเล่นกีฬามาตั้งแต่เด็ก

สำหรับนักกีฬาที่เข้าร่วมโครงการจะต้องมาใช้ชีวิตอยู่ในสถานที่เก็บตัวฝึกซ้อมตลอดระยะ 4 ปี นักกีฬาทุกคนจะได้รับตารางการฝึกซ้อมประจำวันที่กำหนดหน้าที่ของนักกีฬาตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงเข้านอน โดยทุกคนจะต้องประพฤติปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่างเข้มงวด

และเนื่องจากนักกีฬาที่เข้ามาเก็บตัวเป็นเยาวชนที่อยู่ในต่างจังหวัดและอยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนด้วยกันทั้งสิ้น ทางสมาคมจึงแก้ปัญหาเรื่องนี้โดยทำเรื่องไปทางโรงเรียนต้นสังกัดของนักกีฬาเพื่อขอตัวนักกีฬาย้ายมาเรียนโรงเรียนที่ใกล้สถานที่เก็บตัว

ไฮโซขง มิชชีไปกวาคริง

เบื้องหลังความสำเร็จของนักกีฬาทุกประเภท ผู้ที่เปรียบเสมือนกุญแจดอกสำคัญในการไขประตูไปสู่ชัยชนะคือผู้ฝึกสอน (โค้ช) นายจิตรนรา นวรัตน์ อุปนายกสมาคมยกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย กล่าวว่า คณะกรรมการสมาคมได้เลือกนายจางเจียหมิน ผู้ฝึกสอนชาวจีนที่มีดีกรีเป็นถึงผู้ฝึกสอนนักกีฬามวยอาชีพของประเทศ

จีน เป็นโค้ชสร้างทีมยกน้ำหนักที่แข็งแกร่งที่สุด โดยมีผู้ช่วยผู้ฝึกสอนคืออภิญญา ภาคสุโพธิ์ นักกีฬายกน้ำหนักสาวไทยฝีมือดี

ในการคัดเลือกผู้ฝึกสอนนั้น ทางสมาคมได้วางหลักเกณฑ์คัดสรรผู้ฝึกสอนว่า ควรเข้าใจธรรมชาติของคนต่างวัฒนธรรม อย่างประเทศแถบยุโรปคนของเขาจะมี



นายจิตรนรา นวรัตน์

ระเบียบวินัยในตนเองสูง ถ้าผู้ฝึกสอนสั่งอะไรไปนักกีฬาก็ปฏิบัติตามคำสั่ง ผู้ฝึกสอนจะไม่มาควบคุมดูแลเพราะไวใจในความมีระเบียบวินัยของนักกีฬา แต่คนในแถบเอเชียมักมีนิสัยขาดวินัยในตนเอง ดังนั้นการเลือกผู้ฝึกสอนจึงเลือกคนในแถบเอเชียด้วยกัน เนื่องจากคนในแถบเอเชียจะรู้อุปนิสัยกันดี อย่างผู้ฝึกสอนชาวจีนคนนี้จะทำการควบคุมกำกับดูแลนักกีฬาอย่างใกล้ชิด

"การที่สมาคมเลือกผู้ฝึกสอนจากต่างประเทศ เพราะต่างประเทศมีโรงเรียนฝึกผู้ฝึกสอนโดยตรง มีการผลิตผู้ฝึกสอนเป็นอาชีพ คนที่จบจากโรงเรียนเหล่านี้จะมีเทคนิควิธีการสอนที่น่าสนใจ ซึ่งแตกต่างกับผู้ฝึกสอนชาวไทยที่ส่วนใหญ่เป็นนักกีฬามีมือดีที่มีตัวเองมาเป็นผู้ฝึกสอน โดยใช้วิธีการเรียนรู้จากประสบการณ์จากชีวิตการเป็นนักกีฬาที่ผ่านมาของตน" นายจิตรนราเสริมอีก และว่า การที่ทางสมาคมจ้างผู้ฝึกสอนชาวจีนมาควบคุมทีมยังก่อให้เกิดประโยชน์กับผู้ฝึกสอนชาวไทยที่ได้เรียนรู้เทคนิควิธีการฝึกนักกีฬาจากผู้ฝึกสอนมืออาชีพอีกด้วย

สำหรับผู้ฝึกสอนจางเจียหมินนั้น ทำงานกับสมาคมมา 4 ปีแล้ว ผู้ฝึกสอนชาวจีนคนนี้เป็นคนเข้มงวดมาก หากสิ่งใดที่มีผลกระทบต่อการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาผู้ฝึกสอนจะห้ามทั้งหมด แม้แต่จะลากลับบ้านยังลาได้ไม่เกิน 7 วัน ต้องให้พ่อแม่มาเยี่ยมที่ค่ายซ้อม หรือ



(ขวา) นายจางเจียหมิน โค้ชชาวจีน

แม้แต่รายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ อย่างกรณีนักกีฬาออกไปเดินเที่ยวตามที่ต่างๆ ก็ห้ามเดินเกิน 6 ชั่วโมง เพราะการเดินทางนานจะทำให้กล้ามเนื้อล้าได้ เรื่องพวกนี้เป็นสิ่งที่ควรระมัดระวังเป็นอย่างยิ่ง เพราะถ้าปล่อยให้กล้ามเนื้อคลายตัว นักกีฬาก็จะต้องเสียเวลาสร้างกล้ามเนื้อขึ้นมาทดแทนของเดิม แทนที่จะเอาเวลาไปสร้างกล้ามเนื้อขึ้นมาใหม่

แม้ว่านักกีฬาก็จะได้รับการฝึกซ้อมให้มีความแข็งแกร่งแค่ไหนก็ตาม หากจิตใจไม่พร้อมก็เป็นอุปสรรคต่อการคว้าชัยชนะได้ นายไชยรัตน์กล่าวว่า จิตวิทยาเป็นเรื่องที่มีความสำคัญ เพราะนักกีฬาต้องฝึกซ้อมหนัก ส่วนใหญ่ก็เกิดอยู่ที่ห่างไกลบ้าน และแต่ละคนต่างตั้งความหวังไว้สูง ดังนั้นนายจางเจียหมินจะเข้าไปพูดคุยกับนักกีฬา ฝึกสภาพจิตใจแบบต่างๆ รวมทั้งการฝึกรวบรวมสมาธิ จนมั่นใจว่านักกีฬาทุกคนสามารถรวบรวมสมาธิได้ ไม่ตื่นเต้นเมื่อถึงเวลาแข่งจริง

เรือโทหญิง เกษราภรณ์ เล่าถึงเคล็ดลับในการระงับความตื่นเต้นว่า นอกจากเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายแล้ว จิตใจก็มีส่วนสำคัญ ทุกวันจะต้องนั่งสมาธิ ฝึกควบคุมอารมณ์ ความคุมจิตใจ ฝึกกำหนดลมหายใจเข้าออกเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด "เวลาขึ้นไปยกน้ำหนักจะเห็นว่านักกีฬาส่วนใหญ่จะเปล่งเสียงร้องออกมา เพื่อช่วยไล่ความกดดันออกไปจากร่างกาย เพื่อให้เกิดสมาธิ" เรือโทหญิง เกษราภรณ์ กล่าว

นอกจากจะเตรียมตัวฝึกนักกีฬาให้พร้อมทั้งกายและใจแล้ว การชิงไหวชิงพริบของผู้ฝึกสอนก็เป็นสิ่งสำคัญ การวางแผนกำหนดตัวนักกีฬาลงแข่งขันในแต่ละรุ่นน้ำหนัก ทุกครั้งก่อนแข่ง นายจางเจียหมินจะมานั่งวิเคราะห์ดูสถิติการยกน้ำหนักของนักกีฬาชาติอื่นแล้วถึงกำหนดตัวนักกีฬาลงชิงชัย

"อย่างปวีณา ทองสุก เจ้าของเหรียญทองคนล่าสุด แต่เดิมเคยยกน้ำหนักอยู่ในรุ่น 69 กิโลกรัม แต่ดูจากสถิติแล้วรุ่นนี้มีคู่แข่งที่น่ากลัวหลายคน ทางผู้ฝึกสอนจึงให้ปวีณาขึ้นมาแข่งขันในรุ่น 75 กิโลกรัม ผลปรากฏเป็นไปตามความคาดหมาย ปวีณาสามารถคว้าเหรียญทองมาฝากคนไทยทั้งประเทศได้อีกเหรียญหนึ่ง" นายไชยรัตน์ กล่าว

ต้องฝึกซ้อมทุกวัน



สำหรับนักกีฬาขนาน้ำหนักที่เริ่มฝึกจะต้องฝึกท่าทางการยกให้ถูกต้อง โดยเริ่มจากการฝึกท่าพื้นฐานการยกน้ำหนัก ฝึกท่าการยืน การจับไม้ท่าสแนตช์ การดิ่งไหล่ และการยกคอก ด้วยการจับไม้พลองแบบไม่ได้ใส่น้ำหนักเหล็กเป็นระยะเวลาานร่วม 6 เดือน

หลังจากฝึกซ้อมท่าทางจนชำนาญแล้ว นักกีฬาจึงเริ่มฝึกซ้อมใส่น้ำหนักเหล็ก เริ่มจากเหล็กตันธรรมดา น้ำหนักไม่มาก ประมาณ 5-6 กิโลกรัม แล้วจึงค่อยเพิ่มน้ำหนักเหล็กขึ้นไปเรื่อยๆ โดยจะเพิ่มน้ำหนักเหล็กทีละ 2.5 กิโลกรัม การจะเพิ่มน้ำหนักแต่ละครั้งก็ต้องเมื่อยกแล้วท่าทางมั่นคงอยู่ในเกณฑ์ดี

"การยกน้ำหนักก็เหมือนกับการสร้างบ้าน รากฐานเป็นสิ่งสำคัญ ถ้ารากฐานของบ้านไม่ดี บ้านจะทรุด ในทำนองเดียวกัน ถ้าไม่ฝึกท่าทางการยกให้ชำนาญถูกต้องแล้ว เวลายกเหล็กก็เกิดยกผิดท่าทาง อาจจะได้รับบาดเจ็บได้" เรือโทหญิง เกษรารณณ์กล่าวถึงความสำคัญของการฝึกท่าพื้นฐาน

การฝึกซ้อมยกน้ำหนักของนักกีฬาจะต้องฝึกซ้อมเป็นประจำทุกวัน นายไชยรัตน์ กล่าวว่า สิ่งสำคัญของนักกีฬายกน้ำหนักคือการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ หากหยุดเพียงซ้อม 2-3 วัน กล้ามเนื้อจะคลายตัว เมื่อกลับมาฝึกซ้อมนักกีฬาจะต้องสร้างกล้ามเนื้อขึ้นมาใหม่ให้เท่าเดิม ซึ่งอาจจะใช้เวลาอย่างน้อยไม่เท่ากันในแต่ละคน

เรือโทหญิง เกษรารณณ์กล่าวถึงความยากลำบากในการฝึกเก็บตัวฝึกซ้อมของนักกีฬายกน้ำหนักว่า สิ่งสำคัญที่ถือเป็นหัวใจของการเป็นนักกีฬาที่ดีคือการมีระเบียบวินัยในการฝึกซ้อม และการเคร่งครัดต่อคำสั่งของผู้ฝึกสอน

"กีฬายกน้ำหนักเป็นกีฬาที่ต้องใช้พลังกำลังมาก หัวใจคือหัวใจของนักกีฬายกน้ำหนักต้องสู้ เพราะการจะสร้างตัวเองให้เป็นผู้หญิงแกร่งที่สุด ต้องอาศัยความอดทนสูงกว่านักกีฬาประเภทอื่น" เจ้าของเหรียญทองแดงประวัติศาสตร์ กล่าว และว่า การฝึกซ้อมยกน้ำหนักเป็นเรื่องที่หนัก ซ้ำซากจำเจ ชีวิตของนักกีฬาจะมีอยู่แค่ 2 เรื่องคือ เรื่องเรียนและการฝึกซ้อม ทุกวันนักกีฬาจะต้องตื่นตั้งแต่ตี 5 เพื่อมาฝึกยกลูกเหล็กหนักๆ ในท่าเดิมๆ เฉลี่ยแล้ววันหนึ่งต้องยกเหล็กหนักไม่ต่ำกว่า 5 - 6 ชั่วโมง

สำหรับการเตรียมนักกีฬายกน้ำหนักในครั้งนี้ นอกจากจะฝึกซ้อมอย่างเข้มงวดแล้ว ทางสมาคมยังได้นำวิทยาศาสตร์การกีฬาเข้ามาประยุกต์ใช้กับการฝึกซ้อม เพื่อดึงสมรรถภาพของนักกีฬามาที่มีอยู่ในตัวมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด นายสุรศักดิ์ เกิดจันทน์ หัวหน้างานทดสอบสมรรถภาพ กองวิทยาศาสตร์การกีฬา

กล่าวว่า การศึกษาทางวิทยาศาสตร์ ทำให้รู้ความลับของร่างกายมนุษย์ โดยมีการเดินของหัวใจเป็นตัวบ่งชี้ความพร้อมของ

ร่างกาย ทำให้รู้ว่าควรออกกำลังกายแค่ไหนถึงจะพอดี ไม่เป็นการฝืนร่างกายมากเกินไปจนได้รับบาดเจ็บหรือออกกำลังกายน้อยไปจนไม่สามารถดึงความสามารถที่มีอยู่ในตัวนักกีฬาให้มาออกมาใช้ได้



สร้างขวัญกำลังใจให้นักกีฬา



การจะมาเป็นนักกีฬายกน้ำหนักต้องอดทนและยอมเสียสละความสุขในชีวิตส่วนตัว เรื่องขวัญและกำลังใจของนักกีฬาจึงเป็นสิ่งสำคัญ นายไชยรัตน์กล่าวว่า สำหรับนักกีฬายกน้ำหนักทุกคนทางสมาคมจะมีสวัสดิการดูแลชีวิตความเป็นอยู่ทุกเรื่อง ทั้งค่าเล่าเรียน ค่าอุปกรณ์การเรียน ค่าข้าวของเครื่องใช้ส่วนตัว ตลอดจนมีเงินเบี้ยเลี้ยงให้นักกีฬาทุกคนในระหว่างเก็บตัวตลอด 4 ปี เพื่อให้นักกีฬาต้องพ่วงกับเรื่องอื่นจนมีผลต่อการกระทบต่อการฝึกซ้อม

อย่างไรก็ตาม การทำงานทุกงานต้องมีอุปสรรคเป็นเรื่องธรรมดา นายไชยรัตน์กล่าวว่า อุปสรรคใหญ่ของสมาคมคือเรื่องงบประมาณที่ได้รับจากรัฐบาลมีไม่เพียงพอ บางครั้งสมาคมจึงต้องแก้ปัญหาโดยขอการสนับสนุนจากบริษัทเอกชน หรือกระทรวงการในสมาคมช่วยกันควักเงินส่วนตัวออกไปก่อน

"แรกเริ่มเดิมทีสมาคมยกน้ำหนักก็ล้มลุกคลุกคลานมาตลอดเนื่องจากขาดงบประมาณในการสนับสนุนนักกีฬา วิธีการแก้ปัญหาส่วนใหญ่จะปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ ไม่มีหลักเกณฑ์ตายตัว เช่น มีอยู่ครั้งหนึ่งทางสมาคมเราเคยขาดงบประมาณจัดซื้อเหล็กฝึกซ้อม พลตรีอินทรีรัตน์ ยอดบางเตย นายกสมาคม ท่านได้แก้ปัญหาโดยการไปขอเหล็กที่ไม่ใช้แล้วจากกองทัพอากาศเอามาตัดเป็นท่อนแล้วแจกจ่ายไปตามโรงเรียนต่างๆ ที่ต้องการทั่วประเทศ" นายไชยรัตน์ กล่าว

ชัยชนะของจอมพลังสาวนักยกน้ำหนักทีมชาติไทยเป็นหนึ่งบทพิสูจน์ที่ทำให้เห็นว่าหากสมาคมกีฬาต่างๆ มีการวางแผนเตรียมทีมนักกีฬาอย่างต่อเนื่อง ใช้ผู้ฝึกสอนที่มีความสามารถในกีฬาแต่ละประเภทให้ถูกคน บวกกับความมีวินัยและการทุ่มเทในการฝึกซ้อมอย่างเป็นประจำสม่ำเสมอของนักกีฬา เชื่อว่าในอนาคตไม่เหลือวิสัยที่ประเทศไทยจะเป็นเจ้าของเหรียญทองในมหกรรมกีฬาสำคัญๆ มากขึ้นกว่านี้อีกหลายเท่า ■

ยอดเด็กไทยคว้าเหรียญทองโอลิมปิกวิชาการ

เยาวชนคนเก่ง

นี้ เป็นข่าวดีที่เมื่อเร็วๆ นี้ เยาวชนของชาติได้ไปสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศบนเวทีโลก ในการแข่งขันชีววิทยาโอลิมปิกวิชาการนานาชาติ ที่ประเทศออสเตรเลีย ตัวแทนประเทศไทยสามารถคว้ามาได้ 1 เหรียญทอง และ 3 เหรียญเงิน และเมื่อรวมคะแนนสอบของทั้ง 4 คนแล้ว ส่งผลให้ประเภททีมเยาวชนไทยมีคะแนนรวมเป็นลำดับที่ 5 ของโลก เยาวชนคนเก่งฉบับนี้จะพาไปทำความรู้จักกับนางสาววรรณ สิมปิติกุล หรือนุ่มนุ่ม ผู้ที่คว้าเหรียญทองในการแข่งขันครั้งนี้

ครั้ง เพื่อเพิ่มพูนความรู้และประสบการณ์ทางด้านวิชาการแก่นักเรียนที่เข้ารอบ โดยคัดเลือกครั้งที่ 1 จัดในเดือนตุลาคม คัดเลือกนักเรียนไว้ 10-15 คน ครั้งที่ 2 จัดระหว่างเดือนมีนาคม - เมษายน คัดเลือกนักเรียนไว้ 4-6 เพื่อเป็นผู้แทนประเทศไทย และครั้งสุดท้ายจัดระหว่างเดือนพฤษภาคม - มิถุนายน เป็นการเตรียมความพร้อมในทุกๆ เรื่องให้แก่ผู้แทนประเทศไทย ก่อนเดินทางไปแข่งขันโอลิมปิกวิชาการระหว่างประเทศ

นุ่มนุ่มเล่าบรรยากาศตอนสอบแข่งขันว่า ข้อสอบชีววิทยา



ยอดเด็กไทย คว้าเหรียญทองโอลิมปิกวิชาการ

นุ่มนุ่มเกิดและเติบโตที่ จ.สงขลา ปัจจุบันเธอเพิ่งจบการศึกษามัธยมศึกษาคอนปลายโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา โดยมีผลการเรียนจัดอยู่ในเกณฑ์ดีเยี่ยม นุ่มนุ่มเผยเคล็ดลับเรียนดีว่า ต้องตั้งใจเรียนในห้องเรียน เมื่อกลับบ้านต้องทบทวนสิ่งที่เรียนมาเป็นประจำทุกวัน ถ้ามีข้อสงสัยไม่เข้าใจบทเรียนต้องพยายามหาคำตอบ วิธีที่นุ่มนุ่มมักใช้คือการเข้าห้องสมุดและค้นคว้าเพิ่มเติมทางอินเทอร์เน็ต

"การเรียนของนุ่มนุ่มจะไม่เน้นการท่องจำ เวลาอ่านหนังสือจะทำความเข้าใจกับเนื้อหาโดยรวมก่อน แล้วค่อยแยกความรู้ออกเป็นส่วนๆ เพื่อให้ง่ายต่อการจดจำ" นุ่มนุ่ม กล่าว

ก่อนที่จะคว้าเหรียญทองจากการแข่งขันครั้งนี้ ในปี 2546 นุ่มนุ่มเคยได้รับรางวัลเหรียญเงินจากการแข่งขันชีววิทยาโอลิมปิกมาแล้ว จากความพากเพียรเื่องทำให้เธอได้รับรางวัลเยาวชนดีเด่นแห่งชาติ สาขาคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์เทคโนโลยี และสิ่งประดิษฐ์ทางวิทยาศาสตร์ ประจำปี 2546

เส้นทางสู่แชมป์เหรียญทองโอลิมปิกของนุ่มนุ่มเริ่มจากการสมัครเข้าสอบคัดเลือกกับโครงการพัฒนาและส่งเสริมผู้มีความสามารถพิเศษทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (พลวท.) เพื่อเป็นตัวแทนประเทศ โดยต้องแข่งขันกับนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายทั่วประเทศ คัดเลือกนักเรียนให้เหลือ 20-25 คน หลังจากนั้นนักเรียนที่ผ่านการคัดเลือกรอบแรกจะต้องเข้าค่ายคัดเลือก 3

โอลิมปิกปีนี้ต้องสอบทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ข้อสอบภาคทฤษฎีแบ่งเป็น 2 ส่วนใหญ่ เน้นเรื่องชีววิทยาระดับโมเลกุลและเทคโนโลยีระดับยีนส์

ส่วนข้อสอบภาคปฏิบัติแบ่งเป็น 4 การทดลองใหญ่คือการทดลองที่ 1 ชีววิทยาระดับโมเลกุล และการทำงานของเอนไซม์ การทดลองที่ 2 ชีววิทยาระดับเซลล์ ประกอบด้วยการวิเคราะห์หา กลุ่มเลือด การหาเม็ดเลือดขาวจากผู้ป่วย การทดลองที่ 3 การผ่าปากตึกแคนเพื่อบอกส่วนประกอบของหน้าที่ การทดลองที่ 4 หาความสัมพันธ์ของการเจริญเติบโตของใบพืชกับแร่ธาตุที่ได้รับ ทั้ง 4 การทดลองนี้ใช้เวลาในการแข่งขันรวม 6 ชั่วโมง

"ตอนเดินทางไปแข่งขันนุ่มนุ่มแอบหวังอยู่ลึกๆ ว่าจะต้องนำเหรียญรางวัลกลับมาประเทศไทยให้ได้ เพราะเราเตรียมตัวมาอย่างดี ข้อสอบส่วนใหญ่จะเป็นความรู้ที่ในบ้านเราใช้เรียนในระดับมหาวิทยาลัย แต่ในต่างประเทศความรู้เหล่านี้จะถูกสอนในระดับมัธยมศึกษา" นุ่มนุ่ม กล่าว และว่า สิ่งสำคัญที่ทำให้เธอชนะการแข่งขันคือ การมีสติ สมาธิ และการควบคุมความเครียดขณะแข่งขันได้

ปัจจุบันนุ่มนุ่มได้รับทุนเล่าเรียนหลวง(KING'S SCHOLARSHIP) ไปศึกษาต่อระดับปริญญาตรีในสาขาวิชาชีววิทยา ที่ประเทศสหรัฐอเมริกา โดยนุ่มนุ่มตั้งใจว่าจะขยับเรียนหนังสือให้จบเร็วเพื่อกลับมาทำประโยชน์ให้ประเทศ ในฐานะนักวิทยาศาสตร์หรืออาจารย์มหาวิทยาลัยในอนาคต

ข่าวที่ 1



△ ผู้ดำเนินสำเร็จ น.ส.จารุพรรณ เนตรทุกกณะ อายุ 19 ปี ที่พิการทางสายตามาตั้งแต่เกิด แต่ด้วยความอดสาหัส ทำให้สอบเอ็นทรานซ์ติดคณะพัฒนาสังคม ม.นเรศวร

(เดลินิวส์ : 2 พฤษภาคม 2547)

ข่าวที่ 2



▲ **หาข้างเผือก**

เจมส์ ฟอร์ดเตอร์ ตัวแทนโค้ชจากสโมสรเอฟเวอร์ตันกำลังให้คำแนะนำเยาวชนไทยในการปิดก้ามเนื้อก่อนลงคัดเลือกตัวแทนนักเตะไปฝึกซ้อมกับสโมสรเอฟเวอร์ตัน ที่ประเทศอังกฤษ ที่สนามฟุตบอลหนองจอก เมื่อ 31 ก.ค. ที่ผ่านมา.

(เดลินิวส์ : 2 สิงหาคม 2547)

ข่าวที่ 3



△ เด็กไทยทำได้ 3 นร.เตรียมอุดมศึกษา จากชัยไปชานา นายณัฐดนัย ปุณณะนิธิ นายภูมิยศ วัฒนกิตวัฒน์ และนายจรรพล สนิรพงษ์สุทธิ ที่ควารางวัลชนะเลิศการประกวดโครงการวิทยาศาสตร์ระดับโลกที่อเมริกา.

(ไทยรัฐ : 16 พฤษภาคม 2547)

ใบงานที่ 1 เรื่อง “ นีคือเป้าหมาย ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแสดงความคิดเห็นลงในช่องว่างต่อไปนี้

๑ ฉันวางเป้าหมายเพื่ออะไร

๒ นักเรียนจะมีวิธีทำอย่างไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้ตรงตามที่ต้องการ

๓ ถ้าฉันเจออุปสรรคที่จะทำให้ไม่สามารถไปสู่เป้าหมายได้ ฉันจะแก้ไขปัญหานี้อย่างไร

๔ จงเล่าประสบการณ์จริงมา 1 เหตุการณ์ที่กลุ่มของฉันสามารถทำตามเป้าหมายที่วางไว้ได้สำเร็จ

กิจกรรมที่ 15

กิจกรรม : โลกนี้สวยงาม

แนวคิดของโกลด์แมน : การมองโลกในแง่ดี (Optimism)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกความรู้สึกที่มีต่อตนเองในแง่ดีได้
1. เพื่อให้นักเรียนสามารถเขียนระลึกถึงเหตุการณ์ในอดีตที่มีความสุขของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกข้อดีของการมองโลกในแง่ดีได้
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถจินตนาการตามเรื่องที่เล่าได้

สาระสำคัญ

การมองปัญหาหรือสถานการณ์ในทางบวก แม้จะมีปัญหาหรืออุปสรรคก็ไม่ย่อท้อมุ่งสู่

เป้าหมาย

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

1. เรื่องที่จะใช้ในการจินตนาการ
2. รูปภาพธรรมชาติ เช่น น้ำตก ทะเล ภูเขา เป็นต้น
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง " โลกนี้สวยงาม "

เนื้อหา

การมองโลกในแง่ดี คือ ความคาดหวังว่าจะประสบความสำเร็จมากกว่ากลัวที่จะผิดพลาด การยืนยันต่อเป้าหมายแม้จะเกิดอุปสรรค การเป็นคนมองโลกในแง่ดี คนประเภทนี้จึงมีพลังที่จะทำงานอย่างมุ่งมั่นจนบรรลุเป้าหมายแม้ประสบกับอุปสรรค เราอาจเกิดมาพร้อมกับลักษณะแนวโน้มที่จะเป็นคนมองโลกในแง่ดีหรือมองโลกในแง่ร้าย แต่การที่เรามีมุมมองโลกในแง่ดีจะนำไปสู่ความสำเร็จในอนาคตเพราะมีการตระหนักในตนเองและเกิดการเห็นชอบต่อการที่ตนเองพยายาม เอาชนะอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้น

การหัดมองโลกในแง่ดี หัดคิดแต่สิ่งดีๆ มองหาสิ่งที่ดีจากตัวเราและผู้อื่น หลีกเลียงความคิดในทางลบ ถ้าเมื่อไรความคิดด้านลบเข้ามา ให้รีบสลัดออก สามารถปรับเปลี่ยนความคิดทางลบให้เป็นไปในทางบวก เพื่อให้ตนเองมีความสุขทั้งในชีวิต มีความสุขได้ เพราะสิ่งเหล่านี้จะเป็นเสมือนภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับชีวิต ให้มีความสุขอดทน เข้มแข็ง ไม่ย่อท้อง่ายๆ ความคิดและอารมณ์ต่างเกี่ยวข้องกัน อารมณ์นั้นจำเป็นและเป็นองค์ประกอบที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งอารมณ์ด้านบวกผสมผสานเข้ากับความคิดและเหตุผลซึ่งต้องทำความเข้าใจและฝึกฝนกันเสมอ

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. ให้นักเรียนดูภาพธรรมชาติต่างๆตามที่จัดให้ แล้วถามความรู้สึกของนักเรียน และถามถึงสิ่งดีๆที่นักเรียนคิดว่าจะพบเจอถ้าได้ไปท่องเที่ยวในสถานที่ต่าง ๆ นั้น

ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนทุกคนจินตนาการตามเรื่องต่างๆที่ครูจะเล่า โดยให้นักเรียนนั่งหลับตาลงและนั่งในท่าที่สบายที่สุด หลังจากฟังเรื่องเล่าจบ ให้นักเรียนบอกสิ่งดีๆกับตัวเองอย่างน้อย 3 ข้อ เช่น ฉันเป็นคนที่ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใดๆ ฉันเป็นเด็กดี เป็นต้น หลังจากนั้นให้นักเรียนค่อยๆลืมตาขึ้นช้าๆ

2. ให้นักเรียนแสดงความรู้สึกนึกคิดที่ได้หลังจากฟังเรื่องจบและแลกเปลี่ยนสิ่งดีต่างๆที่ได้พูดกับตัวเองระหว่างเพื่อน

3. ให้นักเรียนทุกคนเขียนระลึกถึงเหตุการณ์ที่มีความสุขในอดีต โดยเขียนบรรยายเหตุการณ์ต่าง ๆ นั้นให้ละเอียดที่สุดเท่าที่จะทำได้

4. แจกใบงานที่ 1 เรื่อง "โลกนี้สวยงาม" ให้นักเรียนทุกคน ให้เวลาทำประมาณ 10 นาที

5. ให้นักเรียนทุกคนออกไปเล่าประสบการณ์ที่ทำให้มีความสุขและนำเสนอใบงาน

หน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม

งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทุกคนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้ นำมาส่งในครั้งต่อไป

การวัดและการประเมิน

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
3. ซักถามจากการเล่าประสบการณ์ที่มีความสุขในอดีต
4. การตอบคำถามจากใบงาน

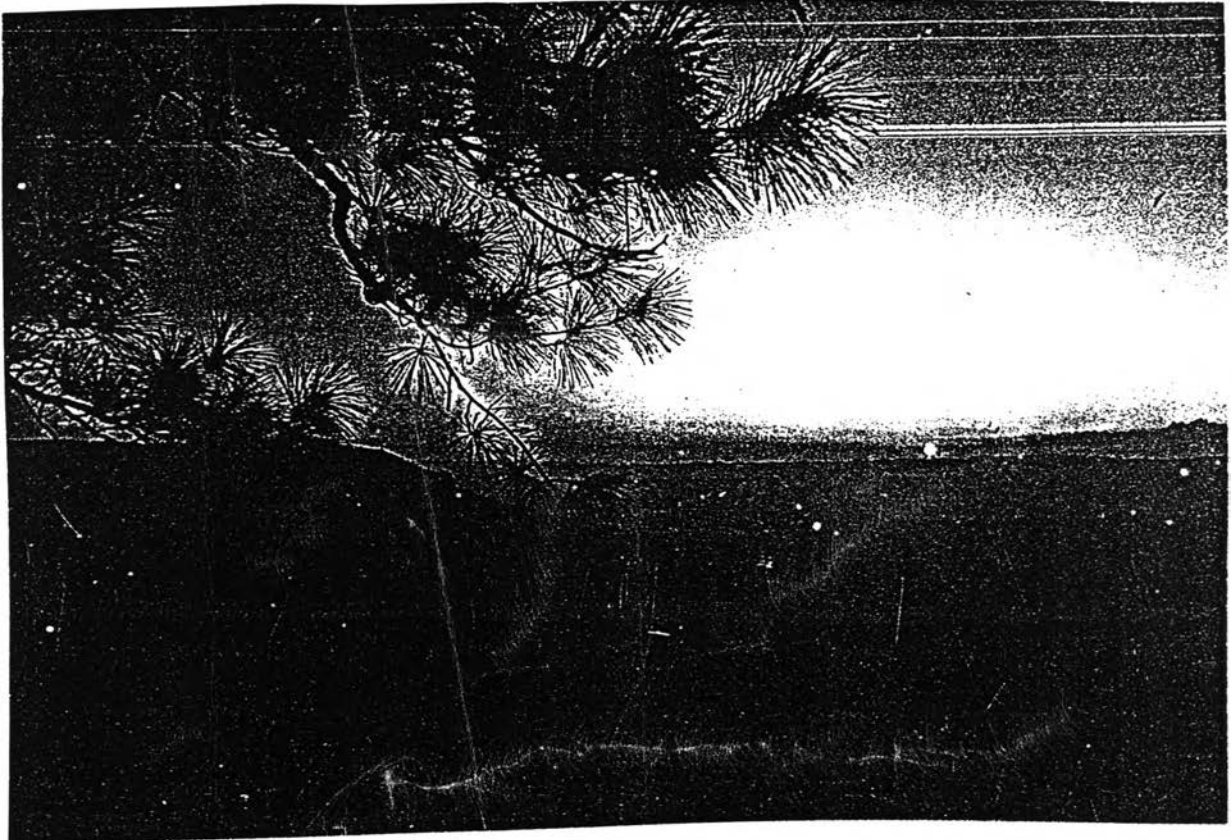
ฉันกำลังเดินเข้าไปในบริเวณน้ำตกแห่งหนึ่ง เสียงน้ำตกดังแว่วมาจากที่ไกลๆ เสียงดังกังวานกระทบโขดหินไปทั่วทั้งป่า ฉันมองเห็นน้ำตกสีฟ้าใสอ่อนๆอมเขียวที่ถูกรอบล้อมด้วยขุนเขาใหญ่ ฉันค่อยๆเดินลงไปเอามือสัมผัสผืนน้ำ สายน้ำข้างเย็นใสปานกระจก ใบไม้สีเขียวใบเล็กๆ ลอยตามน้ำมาติดมือฉัน ปลาหลายตัวกำลังแหวกว่ายอย่างเร่ร่อนข้างโขดหินใหญ่ ฉันเหลือบไปเห็นปลาตัวจ้อยอีกตัวหนึ่งที่ข่วนๆป้อนมาสีส้มน่ารักจนฉันอดไม่ได้ที่จะยื่นออกมา เสียงป่าข้างมีชีวิตเหลือเกิน ชุ่มชื้นฉ่ำเย็นไปด้วยแมกไม้มานานาพันธุ์ผสมคละเคล้าไปด้วยเสียงนกนานาชนิดที่กำลังดังแว่วมาจากที่ไกลๆ

ฉันเดินต่อไปเรื่อยๆ รู้สึกเย็นชื้นฉ่ำไปหมด สบายตัว สบายใจ ดอกไม้เล็กๆสีขาวกระจุกกระจิมหลายดอกสอดแทรกอยู่ระหว่างกอหญ้าเต็มไปหมดทั่วทุ่ง กำลังผลิบานอวดความสวยท่ากับตะวัน ฉันรู้สึกเป็นสุขอย่างบอกไม่ถูก นี่เอง คือ ความสุข ♥

ตอนนี้ฉันไม่ได้อยู่ตัวคนเดียวอีกแล้วในโลกใบนี้ แต่ที่นี่ คือ สิ่งใหญ่ๆสิ่งหนึ่งที่กำลังโอบอุ้มสิ่งเล็กๆอยู่ ฉันกำลังรู้สึกได้ถึงความอบอุ่นต่างๆที่แผ่เข้ามาในตัวฉัน

ตอนนี้ฉันพร้อมแล้ว! อุปสรรคต่างๆไม่ใช่สิ่งที่ยากเย็นเกินไปแล้วที่ฉันจะทำ ฉันจะเริ่มแล้วละ ฉันมั่นใจว่าฉันจะสามารถทำได้สำเร็จแน่นอน.

ภาพที่ 1



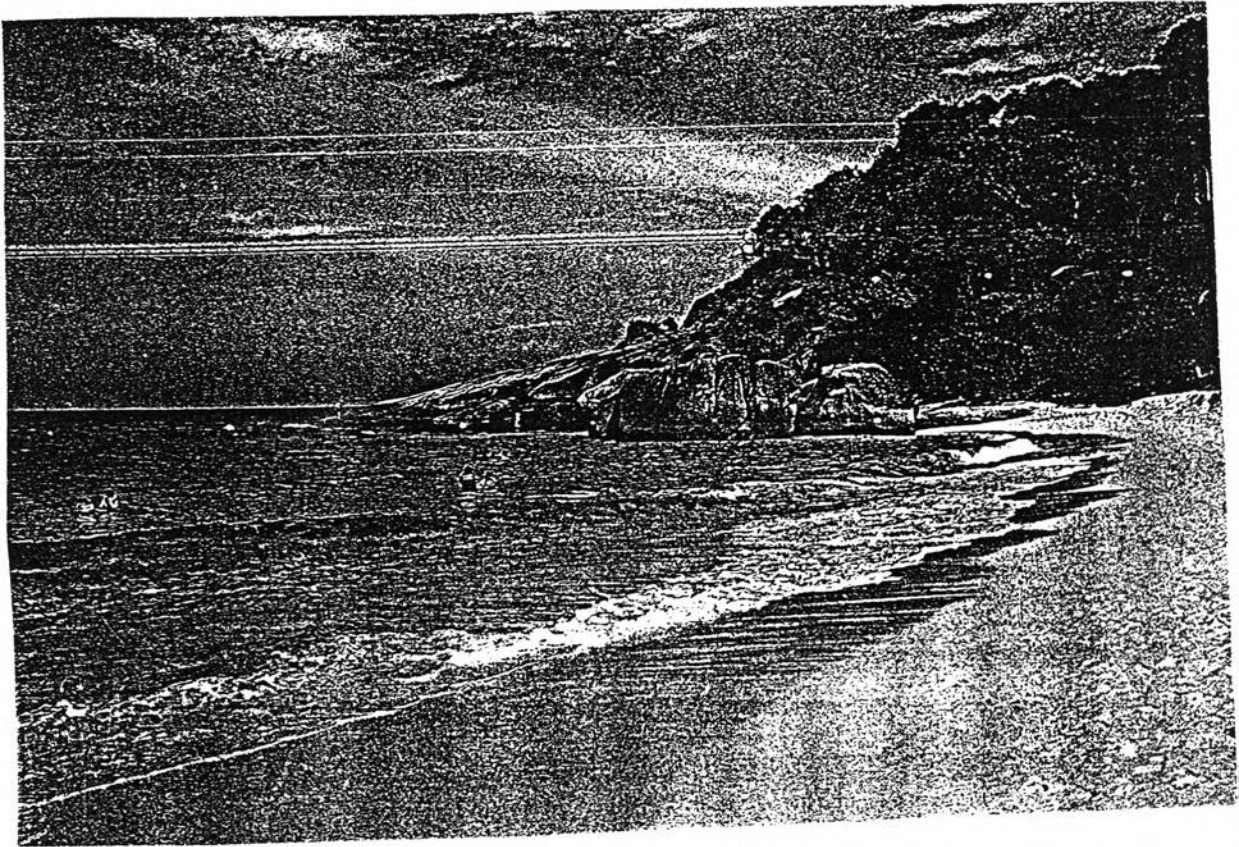
ภาพที่ 2



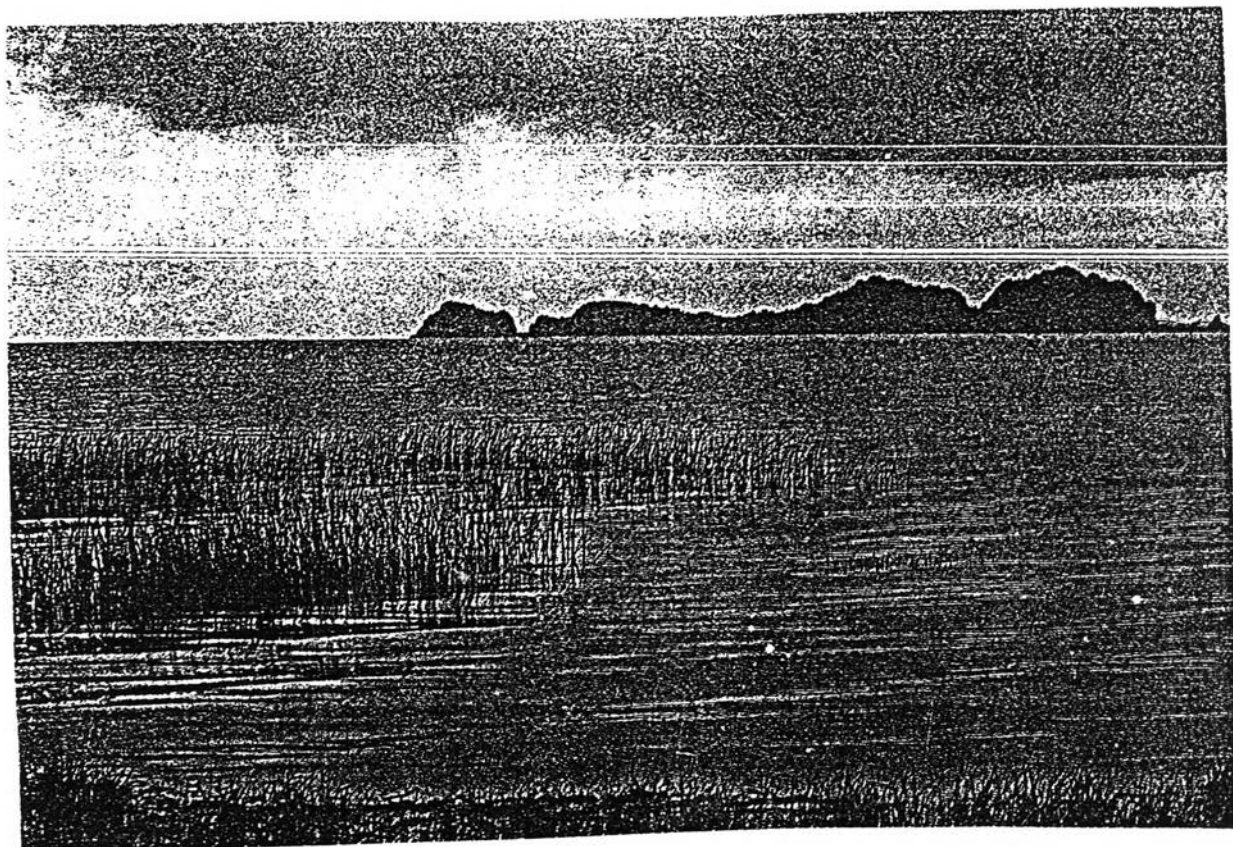
ภาพที่ 3



ภาพที่ 4



ภาพที่ 5



กิจกรรมที่ 16

กิจกรรม : ฉันทะใจเธอ นะ

แนวคิดของโกล์แมน : การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) – การเข้าใจผู้อื่น (Understanding others) การพัฒนาผู้อื่น (Developing others)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ และเข้าใจผู้อื่น รู้ถึงมุมมอง สนใจในข้อกังวลต่างๆ
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น
3. เพื่อให้นักเรียนทราบความต้องการ เพื่อส่งเสริมความรู้ความสามารถได้ถูกต้องของผู้อื่น

สาระสำคัญ

การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นและการพัฒนาผู้อื่น คือ การตระหนักถึงความต้องการของผู้อื่นและความห่วงใยของผู้อื่น โดยสามารถส่งเสริมความรู้ความสามารถได้ถูกต้อง

ระยะเวลา 1 ชั่วโมง

สื่อการเรียนการสอน

1. กรณีตัวอย่างเรื่อง “ กว่าจะรู้ ก็สายเสียแล้ว ”
2. ใบงานที่ 1 เรื่อง “ ฉันทะใจเธอ นะ ”

เนื้อหา

การเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น คือ การรับรู้ความรู้สึกนึกคิด มุมมองของผู้อื่น สนใจอารมณ์และความรู้สึก รวมทั้งความวิตกกังวลของผู้อื่นด้วย โดยแสดงความเอาใจใส่และเป็นผู้ฟังที่ดี ให้ความห่วงใย เข้าใจในความคิดเห็นของผู้อื่นด้วย เพื่อที่จะสามารถช่วยเหลือในความต้องการของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง

ความสามารถที่จะจินตนาการได้ว่าชีวิตของผู้อื่นจะเป็นอย่างไร เป็นการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นและสามารถตอบสนองกลับได้อย่างเหมาะสม เป็นตัวแปรสำคัญในการพัฒนาไปสู่ความสัมพันธ์อันดีด้านอื่นๆรวมทั้งก่อให้เกิดความสำเร็จ ทั้งชีวิตการทำงานและครอบครัว และเป็นทักษะที่จะส่งผลช่วยให้เราเข้าใจและยอมรับผู้อื่นที่อาจจะมีแตกต่างกับเรา โดยการส่งเสริมผู้อื่น ทราบความต้องการและช่วยพัฒนาให้เขามีความรู้ความสามารถได้อย่างเหมาะสม

การฝึกฝนทักษะการเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน คือ การอ่านอารมณ์และความรู้สึก การฝึกเอาใจเขามาใส่ใจเรา และการฝึกการตอบสนองที่สอดคล้อง ความเข้าใจและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น จะทำให้สามารถทำความเข้าใจและพัฒนาส่งเสริมได้เหมาะสมและอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นสุขมากขึ้น

การพัฒนาผู้อื่น คือ การส่งเสริมผู้อื่นตามความต้องการและช่วยพัฒนาตามความรู้ความสามารถได้อย่างเหมาะสม การรู้จักถึงความต้องการของผู้อื่นที่จะพัฒนาและส่งเสริมความสามารถของผู้อื่น โดยต้องให้ออกาส เวลา หรืองานที่ทำทนายหรือสนับสนุนความสามารถส่วน

บุคคล และแสดงข้อมูลย้อนกลับที่เป็นประโยชน์ เพื่อนำไปใช้ในการแก้ไขปรับปรุง ให้ผู้อื่นได้
เจริญก้าวหน้าต่อไป

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. สมมุติว่านักเรียนกำลังเดินเข้าบ้านพร้อมกับคะแนนสอบเลขที่ตก หลังจากส่งคะแนน
ให้คุณแม่ดูสังเกตเห็นใบหน้าที่กำลังขมวดของคุณแม่ ให้นักเรียนบอกอารมณ์ของคุณแม่ที่กำลัง
เกิดขึ้นในตอนนั้นและให้นักเรียนหาวิธีการที่จะทำให้สถานการณ์ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี โดยที่ไม่มีการ
โกหกใดๆทั้งสิ้น

2. จากนั้นแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็นกลุ่มๆละเท่าๆกัน

ขั้นกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มมารับกรณีตัวอย่างเรื่อง "กว่าจะรู้ ก็สายเสียแล้ว" จากนั้นให้
สมาชิกภายในกลุ่มอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ร่วมกันภายในกลุ่ม วิเคราะห์สาเหตุ
ผลกระทบที่เกิดขึ้นการอ่านอารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่น การแสดงออกของเราที่เข้าใจอารมณ์
และความรู้สึกของผู้อื่นอาจจะออกในรูปคำพูด พร้อมทั้งเสนอแนะวิธีการแก้ไขปัญหาจากกรณี
ตัวอย่างที่เกิดขึ้น

2. ระหว่างทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ เมื่อพบพฤติกรรมและ
อารมณ์ที่พึงประสงค์ ให้เสริมแรงทันที

3. ให้นักเรียนสรุปลงในใบงานที่ 1 เรื่อง "ฉันเข้าใจเธอนะ" ให้เวลา 20 นาที

4. ให้นักเรียนทุกคนออกมาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่างๆหน้าชั้นเรียน

ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรม

งานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนเขียนแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการ
นำไปประยุกต์ใช้และนำมาส่งในครั้งต่อไป

การวัดและประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

2. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์

3. ชักถามจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่างๆ

4. การตอบคำถามจากใบงาน

กรณีตัวอย่าง
เรื่อง “กว่าจะรู้ ก็สายเสียแล้ว ”

กรณีนักเรียนอาชีวะก่อคดีสะเทือนใจทำให้ผู้บริสุทธิ์ต้องสังเวทชีวิต คือ น้องโจ๊ก สวัสดิ์ รัตติกาล อายุ 21 ปี นักศึกษาปีที่ 4 คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ถูกลูกหลงจากการยิงปืนลูกซองสั้นของนายสิทธิา สโมสร วัย 17 ปี นักเรียนแผนกช่างสำรวจปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคดุสิต ถึงกับเสียชีวิตที่บริเวณป้ายรถเมล์หน้าศูนย์การค้าแฮปปี้แลนด์ ย่านคลองจั่น ซึ่งผู้ต้องหาถูกส่งตัวไปควบคุมบ้านเมตตาแล้วนั้น

นายธวัชชัย ไทยเขียว รองอธิบดีกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง กล่าวว่า ภายหลังจากนายสิทธิาถูกส่งตัวเข้าสถานแรกรับบ้านเมตตา ขณะนี้พบว่าเกิดอาการเครียดวิตกกังวลอยู่มาก จนกินไม่ได้ นอนไม่หลับ ได้กำชับให้เจ้าหน้าที่คอยให้คำปรึกษาเพื่อผ่อนคลายความเครียดทั้งในด้านคดี เรื่องการลงโทษ

ตามกฎหมายเมื่อเด็กไม่ได้รับการปล่อยตัวชั่วคราวในคดีที่มีโทษจำคุก 5 ปีขึ้นไป พนักงานสอบสวนต้องส่งฟ้องภายใน 30 วัน หากส่งฟ้องตามกำหนดไม่ได้สามารถผิดฟ้องได้อีก 2 ผลัด ผลัดละ 15 วัน หลังจากนั้นจะผลัดฟ้องฝากขังได้อีก 30 วัน

ซึ่งเหตุการณ์วันเกิดเหตุ นายสิทธิาเปิดเผยว่า “วันเกิดเหตุที่ต้องยิงออกไป เพราะโมโหที่โดนไล่พ้นก่อน ขณะนั้นพวกตนมีเพียง 3 คนเท่านั้น วินาทีนั้นคิดว่าเอาตัวรอดและป้องกันตัวเองยิงไปเพราะตกใจ ไม่ได้หวังผล หากย้อนเวลากลับไปได้ วันนั้นคงวิ่งหนีอย่างเดียว และหากนักศึกษาธรรมศาสตร์ที่ถูกลูกหลงไม่เสียชีวิต เมื่อตนเรียนจบมีงานทำก็พร้อมที่จะช่วยเหลือจนสามารถหาเลี้ยงตนเองได้ แต่ตอนนี้มันเป็นไปไม่ได้แล้ว อยากขอโอกาสจากผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องอย่างน้อยให้ตนได้รับโทษตามกฎหมายเยาวชน เพราะตนสำนึกผิดแล้ว และหากมีโอกาสออกไปอีกครั้งก็จะกลับไปเรียน ไปเริ่มต้นใหม่อีกครั้ง หากยังไม่แก่มาก เพราะยังไม่รู้ว่าต้องอยู่อีกนานแค่ไหน และจะไม่ตีกันแน่นอน.... ”

(ไทยรัฐ : 2547)

กิจกรรมที่ 22

กิจกรรม : ฉันคือผู้นำ

แนวคิดของโกลด์แมน : มีความเป็นผู้นำ (Leadership)

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกลักษณะของผู้นำที่ดีได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกบทบาทและหน้าที่ของผู้นำที่ดีได้

สาระสำคัญ

ผู้นำที่ดีจะต้องมีความสามารถผลักดันและโน้มน้าวกลุ่มได้ดี ถูกทิศทาง

ระยะเวลา 1 ชม.

สื่อการเรียนการสอน

1. เกมคนตาบอดหลบระเบิด
 - อุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่น เช่น ลูกโป่ง เชือกฟาง แก้วน้ำ ผ้าเช็ดหน้า เป็นต้น
2. ใบความรู้เรื่อง "นี่คือผู้นำ"
3. ใบงานที่ 1 เรื่อง "ฉันคือผู้นำ"

เนื้อหา

ผู้นำ คือ ผู้ที่ทำหน้าที่กระตุ้นและแนะนำ ปลุกเร้าความกระตือรือร้น แลกเปลี่ยนทัศนวิสัย และปฏิบัติการร่วมกัน เป็นตัวอย่างการกระทำแก่ผู้อื่น และผู้ควบคุมและรับผิดชอบในการทำงาน เพื่อให้การทำงานบรรลุเป้าหมายหรือความต้องการของกลุ่ม ผู้นำเป็นคนที่จะทำให้กลุ่มมีพลังงานขับเคลื่อนไปได้ดีจากการทำหน้าที่เป็นผู้นำที่ต้องคอยติดตาม ผลักดัน โน้มน้าวผู้ตาม ผู้นำที่ดีต้องสามารถแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้ การมีความเป็นผู้นำที่ดีจะต้องทำความเข้าใจในการทำงานและช่วยให้ผู้ร่วมงานเข้าใจตรงกัน มีการวางแผนและขั้นตอนการทำงานร่วมกับผู้อื่น กระตุ้นให้กลุ่มริเริ่มความคิดใหม่ๆ ประสานความคิดเห็นของกลุ่ม ผู้นำจำเป็นจะต้องมีความสามารถในเรื่องของการประสานงานและจำเป็นต้องช่วยให้ผู้ร่วมงานตามความสามารถและเต็มความสามารถของเขา ผู้นำจึงคือผู้ที่ต้องประสานทั้งความเก่งและประสานหน้าที่ความรับผิดชอบของผู้ร่วมงาน

กิจกรรมการเรียนรู้

ชั้นนำเข้าสู่กิจกรรม

1. สมมุติว่านักเรียนเป็นผู้ใหญ่บ้านกำลังประชุมอยู่กับลูกบ้าน ขณะนั้นมีลูกบ้านคนหนึ่ง เกิดพูดไม่ถูกหูลูกบ้านอีกท่านหนึ่ง จนเกิดการวางมวยกันในสภาพหมู่บ้าน ชาวของตกแตก เลอะเทอะไปหมดเกิดความเดือดร้อนไปทั่ว นักเรียนจะแก้ปัญหาได้อย่างไรเพื่อให้ความสัมพันธ์ที่แตกแยกกลับคืนมาดังเดิม เพราะเหตุใดจึงใช้วิธีนี้ ให้ช่วยกันเสนอวิธีการแก้ไขปัญหานี้บน กระดานดำ

2. ให้นักเรียนแต่ละคนจับคู่

ขั้นกิจกรรม

1. อธิบายการเล่นเกม "คนตาบอดหลบระเบิด" โดยให้นักเรียนแต่ละคู่ คนหนึ่งสมมติว่าเป็นคนตาบอด ซึ่งคนตาบอดจะต้องเอาผ้าเช็ดหน้ามาผูกตาไว้ ส่วนอีกคนมีหน้าที่จูงคนตาบอดหลบระเบิด ซึ่งระเบิดก็คือ ลูกโป่งที่ใส่น้ำไว้จนเต็ม ซึ่งมีกติกาว่า ห้ามเหยียบเด็ดขาด การจัดสถานที่จะทำให้เป็นด้านต่างๆที่คนจูงจะต้องจูงคนตาบอดผ่านด้านต่างๆทั้งหมดให้ได้ เช่น ด้านคืบลูกปิงปอง ,ด้านหาเหรียญ ตามเส้นทางจะใช้เชือกฟางกั้นลดระดับความสูง(ตามเชือกฟางจะโรยแป้ง) วางเก้าอี้ระเกะระกะและวางลูกโป่งไว้ตามทาง คนตาบอดจะต้องรับฟังคำบอกจากเพื่อนว่าจะต้องทำอะไรจึงจะสามารถผ่านด้านต่างๆไปได้

2. เมื่อพาคนตาบอดเดินไปสุดทาง ต้องสลับหน้าที่กันและพาคนตาบอดที่สลับคนแล้วข้ามด้านต่างๆกลับมา คูไหนที่สามารถกลับมาเร็วที่สุดและไม่เหยียบลูกโป่งแตกและโดนแป้งจะเป็นคู่ที่ชนะ

3. ระหว่างที่นักเรียนทำกิจกรรม สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ เมื่อพบพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์ เสริมแรงทันที

4. ให้นักเรียนทุกคนอ่านใบความรู้เรื่อง "นี่คือผู้นำ"

5. ให้นักเรียนทุกคนทำใบงานที่ 1 เรื่อง "ฉันคือผู้นำ" ใช้เวลาประมาณ 15 นาที จากนั้นให้ออกมาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ต่างๆที่ได้หน้าชั้นเรียน

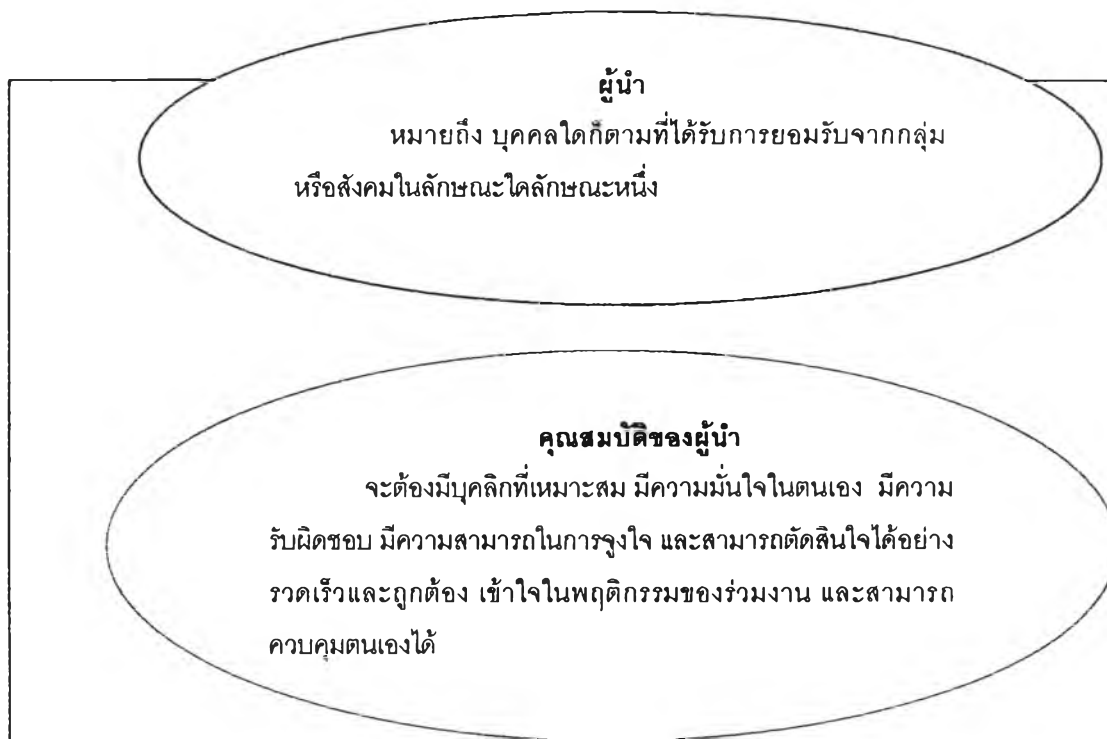
ขั้นสรุป

1. ให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมงานที่มอบหมายให้ทำนอกเวลา ให้นักเรียนทำแบบบันทึกความฉลาดทางอารมณ์และการนำไปประยุกต์ใช้และนำมาส่งในครั้งต่อไป

การวัดและประเมินผล

1. การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. สังเกตจากการแสดงออกของพฤติกรรมและอารมณ์ที่พึงประสงค์
3. การแสดงบทบาทเป็นผู้นำ
4. การตอบคำถามจากใบงาน

ใบความรู้ เรื่อง “นี่คือผู้นำ”



บทบาทของผู้นำ ได้แก่

- (1) ทำความเข้าใจในจุดมุ่งหมายของการทำงาน
- (2) วางแผนงานและขั้นตอนการทำงานร่วมกับผู้ร่วมงาน
- (3) แบ่งงานและมอบหมายงานอย่างเหมาะสม
- (4) ริเริ่มความคิดใหม่ให้กับกลุ่ม กระตุ้นให้กลุ่มริเริ่มความคิดใหม่
- (5) แสวงหาข้อมูล ความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงาน
- (6) ช่วยประสานความคิดเห็นของผู้ร่วมงานให้เกิดประโยชน์
- (7) ช่วยขจัดปัญหาต่างๆที่เป็นอุปสรรคต่อการทำงาน
- (8) ติดตามงาน ประเมินงาน และสรุปงานเป็นระยะๆและแจ้งให้ทราบ
- (9) ประเมินผลงาน และปรับปรุงงาน

ใบงานที่ 1
เรื่อง “ ฉันคือผู้นำ ”

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

๑ นักเรียนคิดว่าลักษณะของผู้นำที่ดีเป็นอย่างไร

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

๒ นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรขณะที่ต้องเป็นผู้นำทาง

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

๓ ระหว่างการเป็นผู้นำและผู้ตาม บทบาทใดที่ง่ายกว่ากัน เพราะ

.....
.....

๔ ขณะที่นักเรียนถูกปิดตา นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตัวผู้นำ มากหรือน้อยเพียงไร เพราะ

.....
.....

๕ ถ้านักเรียนต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่มในการทำรายงาน นักเรียนจะวางแผนการทำงานเป็นขั้นตอนอย่างไรเพื่อให้ประสบความสำเร็จ

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

ภาคผนวก ง

สถิติที่ใช้ในการวิจัยและตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูล

ภาคผนวก ง

สถิติที่ใช้ในการวิจัยและตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน

1.1 การคำนวณหาค่ามัธยฐานเลขคณิต (Mean)

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

\bar{x} = ค่าเฉลี่ย

$\sum x$ = ผลรวมของคะแนน

n = จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

(ประคอง กรรณสูตร, 2538)

1.2 การคำนวณค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

$$S.D = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n - 1}}$$

S.D = ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง

x_i = คะแนนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน

\bar{x} = คะแนนเฉลี่ย

n = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

(กัลยา วานิชย์บัญชา, 2544)

1.3 การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) ระหว่างพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงกับความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของโกล์แมน ใช้สูตรของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

$$r_{xy} = \frac{\sum Z_x Z_y}{n}$$

r_{xy} = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร x กับตัวแปร y

Z_x = คะแนนมาตรฐาน x

Z_y = คะแนนมาตรฐาน y

N = จำนวนตัวอย่าง

(กานดา พูนลาภทวี, 2539)

2. สถิติที่ใช้หาคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย

2.1 การคำนวณหาค่าระดับความยากของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง

$$P = \frac{R_U + R_L}{N_U + N_L}$$

P = ค่าระดับความยาก

R_U = จำนวนนักเรียนในกลุ่มสูงที่ตอบถูก

R_L = จำนวนนักเรียนในกลุ่มต่ำที่ตอบถูก

N_U = จำนวนนักเรียนทั้งหมดในกลุ่มสูง

N_L = จำนวนนักเรียนทั้งหมดในกลุ่มต่ำ

(นงนุช ภัทราคร, 2538)

2.2 การคำนวณหาค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง

$$r = \frac{RU - RE}{N/2}$$

r = ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ

R_U = จำนวนผู้ที่ตอบถูกในข้อนั้นในกลุ่มสูง

R_E = จำนวนผู้ที่ตอบถูกในข้อนั้นในกลุ่มต่ำ

N = จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

ตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การหาค่าระดับความยากของแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (ข้อที่ 1)

จากสูตร
$$P = \frac{RU + RL}{NU + NL}$$

ในข้อที่ 1 กลุ่มสูง (Ru) มีผู้ตอบถูกจำนวน 17 คน

กลุ่มต่ำ (Rl) มีผู้ตอบถูกจำนวน 6 คน

จำนวนคนทั้งหมดในกลุ่มสูง (Nu) 20 คน

จำนวนคนทั้งหมดในกลุ่มต่ำ (Nl) 20 คน

$$p = \frac{17 + 6}{20 + 20}$$

$$= 0.575 = 0.58$$

ดังนั้น แบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงในข้อที่ 1 มีค่าระดับความยากเท่ากับ 0.58

1.1 การหาค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง (ข้อที่ 1)

$$\text{จากสูตร } r = \frac{RU - RE}{N/2}$$

ในข้อที่ 1 กลุ่มสูง (Ru) มีผู้ตอบถูกจำนวน 17 คน

กลุ่มต่ำ (Re) มีผู้ตอบถูกจำนวน 6 คน

จำนวนผู้สอบทั้งหมด 40 คน (N)

$$R = \frac{17 - 6}{40/2}$$

$$= 0.55$$

ดังนั้น แบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรงในข้อที่ 1 มีค่าอำนาจจำแนก เท่ากับ 0.55

ตารางที่ 20 ค่าระดับความยาก และค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและ
การใช้ความรุนแรง ดังนี้

ข้อ	ค่าความ ยาก (p)	ค่าอำนาจ จำแนก (r)	ข้อ	ค่าความ ยาก (p)	ค่าอำนาจ จำแนก (r)
1	0.58	0.55	21	0.45	0.30
2	0.80	0.20	22	0.55	0.40
3	0.73	0.20	23	0.50	0.50
4	0.68	0.45	24	0.25	0.30
5	0.38	0.30	25	0.38	0.30
6	0.80	0.25	26	0.48	0.65
7	0.80	0.30	27	0.30	0.20
8	0.60	0.20	28	0.30	0.30
9	0.35	0.20	29	0.23	0.20
10	0.20	0.25	30	0.43	0.35
11	0.80	0.30	31	0.40	0.40
12	0.80	0.30	32	0.35	0.40
13	0.48	0.25	33	0.48	0.55
14	0.60	0.20	34	0.25	0.20
15	0.55	0.35	35	0.33	0.35
16	0.73	0.35	36	0.40	0.40
17	0.20	0.20	37	0.33	0.35
18	0.43	0.20	38	0.25	0.20
19	0.33	0.30	39	0.25	0.20
20	0.38	0.45	40	0.33	0.25

การหาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง โดยใช้
สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α Coefficient) ของ ครอนบัค (Cronbach) คำนวณโดยใช้โปรแกรม
สำเร็จรูป SPSS ได้ค่า ความเที่ยงเท่ากับ .7953

ตารางที่ 21 การหาค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง โดยใช้วิธีหาค่าอัตราส่วนวิกฤติ t เป็นรายข้อ จากการทดสอบค่า t (independent sample t-test) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ในการคำนวณ ดังนี้

ค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก
1	2.706	21	2.094
2	2.835	22	2.480
3	3.020	23	2.331
4	5.322	24	3.523
5	2.760	25	2.853
6	2.780	26	2.388
7	2.027	27	2.205
8	2.652	28	2.0732
9	3.939	29	6.448
10	4.075	30	3.587
11	3.311	31	4.459
12	2.815	32	2.741
13	2.205	33	2.530
14	2.620	34	2.768
15	2.894	35	2.331
16	3.126	36	3.231
17	3.085	37	3.085
18	2.043	38	2.450
19	2.675	39	2.138
20	3.137	40	2.962

การหาค่าความเที่ยงของแบบวัดพฤติกรรมก้าวร้าวและการใช้ความรุนแรง โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) คำนวณโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.89

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวกรวิดา ศรีสุภา เกิดเมื่อวันที่ 7 พฤศจิกายน พ.ศ. 2522 สำเร็จการศึกษาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ 2) เอกการประถมศึกษา จากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร เมื่อปีการศึกษา 2543 และเข้าศึกษาต่อในระดับครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีทางการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2545