



รายงานการวิจัย

เรื่อง

การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา
และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร
และปริมณฑล

โดย

นางสาวสายหยุด มีฤกษ์
รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม
คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พ.ศ. ๒๕๖๐

ได้รับอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 610760219



รายงานการวิจัย

เรื่อง

การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา
และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร
และปริมณฑล

โดย

นางสาวสายหยุด มีฤกษ์
รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม
คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พ.ศ. ๒๕๖๐

ได้รับอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
MCU RS 610760219
(ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Research Report

USING BUDDHIST GUIDANCE ACTIVITIES TO PROMOTE
LIFE SKILLS ON LEARNING TIMING AND RELATIONSHIP
OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK AND PERIMETER

By

Miss Sayyud Mererk
Assoc.Prof. Dr.Chartchai Phitaktanakhom
Faculty of Education
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
B.E. 2017

Research Project Funded by Mahachulalongkornrajavidyalaya University
MCU RS 610760291
(Copyright Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

- ชื่อรายงานการวิจัย:** การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
- ผู้วิจัย:** นางสาวสายหยุด มีฤกษ์, รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม
- ส่วนงาน:** คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปีงบประมาณ:** ๒๕๖๐
- ทุนอุดหนุนการวิจัย:** มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่องการใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ๒) เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา และ ๓) เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ดำเนินการวิจัยโดยวิธีวิจัยเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบที่มีก่อนเข้าร่วมและหลังเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน ๓๐๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม จำนวนได้ ๒ ประเภทคือ ๑) ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และ ๒) แบบสอบถามวัดผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตนักเรียน ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน วิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way analysis of variance)

ผลการวิจัย พบว่า

๑. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ทั้ง ๓ ด้าน คือ ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านการจัดการเรียน ด้านการจัดการเวลา และน้อยที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม ทั้ง ๓ ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ตามลำดับ

๒. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.0๕ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ส่วนการจำแนกตามอายุ สถานภาพของบิดา-มารดา และสถานะทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

๓. ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ควรฝึกฝนในการพูดในชั้นเรียน เมื่อมีโอกาสได้พูดในชั้นเรียนรับฟังคำติ คำชมและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เมื่อประสบปัญหา และรู้สึกไม่สบายใจในการเรียนควรรักษาครู ผู้ปกครอง มีการจัดสรรเวลาในการเรียน การดำเนินชีวิตประจำวันให้ชัดเจน

Research Title : Using Buddhist Guidance Activities to Promote Life Skills on Learning Timing and Relationship of Secondary School Students in Bangkok and Perimeter

Researchers: Miss Sayyud Mererk, Assoc.Prof. Dr.Chartchai Phitaktanakhom

Department: Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Fiscal Year: 2560/2017

Research Scholarship Sponsor: Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ABSTRACT

This research has named Using Buddhist Guidance Activities to Promote Life Skills on Learning Timing and Relationship of Secondary School Students in Bangkok and Perimeter. Its objectives were 1) to study the concept and principles of this title, 2) to develop the principles in using the Buddhist guidance activities and 3) to study the outcome in using these activities. The research performance was the quasi experimental research by using model as the pre-participation and post participation into the activities. The sampling has the number of 300 persons and the data collection was the questionnaires provided into 2 types. There were 1) the package of guidance activities and 2) the questionnaires measured the Buddhist guidance activities to promote the students' life skills and relationship about the learning and timing. The data was analyzed from the questionnaires of them in pre-participation and post participation with the guidance activities. The statistic value was used as the frequency, percentage, means, standard deviation and one way analysis of variance.

Findings as:

1. The students in Bangkok and around its area pre-participate in the guidance activities. In the overview, it was at the middle level. When it was contemplated in a point, it was found that before the students participated into three kinds of the guidance activities as learning and timing activities. Its level was at high. However, the students' relationship was at the middle level by setting the order from the more level to the less level. In learning management, timing management and students' relationship was at the least level. After the students participated into the guidance activities, it was at the highest level in the overview. When each issue was considered, it was found that after participation into the

guidance activities of the students, the three kinds of the guidance activities were at the highest level by setting the orders from the more level to the less level. There were the students' relationship, the learning management and the timing management order by order.

2. These students have the life skills in the learning, timing and interpersonal relationship and their skills were not different in pre-participating into the guidance activities although they have the different sex. After they had participated into the guidance activities, their skills were the significant difference at 0.05 as the written hypothesis. Moreover, when providing along with the different age, parents' and economic status, the students pre-participated and post participated into the guidance activities on the life skills, learning, timing and interpersonal relationship, its finding was not different so the written synthesis was refused.

3. The problems, obstructions and the suggestions on this title appeared in this research. The students should train themselves to speaking in the classroom when they had opportunity to speak and accept the complaint, admiration and always develop themselves. When they had the problems and felt sad in learning, they should go to visit and take the consult of the teachers, parents on the learning time and living in their daily life.

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยสำเร็จลงได้ด้วยดีก็ด้วยความเมตตาอนุเคราะห์ของหลายฝ่ายซึ่งผู้วิจัยขอระบุนามเพื่อเป็นการแสดงความขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงแก่ ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ พระมหาสุทิตย์ สุทิตโต, ดร. ที่ได้อนุมัติงบประมาณ เพื่อทำการศึกษาวิจัย และคณะกรรมการผู้ตรวจเครื่องมือวิจัย ครั้งนี้ ตลอดจนผู้เชี่ยวชาญที่ชี้แนะให้คำปรึกษา งานวิจัยนี้ จึงสำเร็จตามวัตถุประสงค์

ขอขอบคุณผู้บริหาร ครู เจ้าหน้าที่โรงเรียน และนักเรียนมัธยมศึกษาในเขต กรุงเทพมหานครและปริมณฑลทุกท่าน ที่เมตตากรอแบบสอบถามตลอดการให้ทดลองโดยใช้เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

ขอขอบคุณคณะเจ้าหน้าที่ห้องสมุด มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และเจ้าหน้าที่สถาบันวิจัยต่างๆ ท่าน ที่เอื้อเฟื้อด้านวิชาการ ที่ช่วยอนุเคราะห์และอำนวยความสะดวกทุกๆ ประการที่ติดต่oprะสานงาน

ความดีและประโยชน์ของงานวิจัยเล่มนี้ ผู้วิจัยขอถวายบูชาพระคุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และบุพการีผู้ให้กำเนิดผู้ให้ชีวิตให้ทุกสิ่งทุกอย่าง คอยเป็นที่พึ่งและให้กำลังใจ ให้ความเข้าใจมาโดยตลอด ในชีวิตที่ผ่านมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

นางสาวสายหยุด มีฤกษ์
รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม
๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญแผนภาพ.....	ฎ
อธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ.....	ฏ
บทที่ ๑ บทนำ.....	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ.....	๓
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย.....	๓
๑.๕ นิยามเฉพาะที่ใช้ในการวิจัย.....	๔
๑.๖ สมมติฐานการวิจัย.....	๖
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	๗
บทที่ ๒ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	๘
๒.๑ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมทักษะชีวิต.....	๘
๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการแนะแนว.....	๑๙
๒.๓ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ.....	๒๕
๒.๔ การจัดกิจกรรมแนะแนว.....	๓๘
๒.๕ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้.....	๔๓
๒.๖ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพ.....	๖๕
๒.๗ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับพัฒนาการด้านความคิด-จิตใจ-สังคม.....	๗๑
๒.๘ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ.....	๗๖
๒.๙ แนวคิด หลักสัปปริสธรรม ๗.....	๘๑
๒.๑๐ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	๘๔
๒.๑๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	๙๑
บทที่ ๓ ระเบียบวิธีวิจัย.....	๙๒
๓.๑ รูปแบบการวิจัย.....	๙๒
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	๙๒
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	๙๓
๓.๔ การดำเนินการทดลอง.....	๑๐๓

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
๓.๕ การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	๑๐๔
๓.๖ สถิติใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	๑๐๔
๓.๗ การนำเสนอผลงานวิจัย.....	๑๐๕
บทที่ ๔ ผลการศึกษาวิจัย.....	๑๐๖
๔.๑ วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	๑๐๗
๔.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนเข้าและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ.....	๑๐๘
๔.๓ เปรียบเทียบเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจของบิดา มารดาที่มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.....	๑๑๗
๔.๔ กระบวนการและกระบวนการคิดจากการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.....	๑๒๖
๔.๕ แนวทางการพัฒนาประสิทธิภาพของการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.....	๑๓๖
๔.๖ องค์ความรู้ที่ได้จากผลการวิจัย.....	๑๓๘
บทที่ ๕ สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	๑๔๐
๕.๑ สรุปผลการวิจัย.....	๑๔๐
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย.....	๑๔๑
๕.๓ ข้อเสนอแนะ.....	๑๔๕
บรรณานุกรม.....	๑๔๖
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก. เป็นส่วนของบทความวิจัยตามโครงสร้างบทความวิจัย.....	๑๕๑
ภาคผนวก ข. กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์.....	๑๖๗
ภาคผนวก ค. ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้ และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับจากโครงการ.....	๑๖๘
ภาคผนวก ง. แบบสอบถาม.....	๑๗๔
ภาคผนวก จ. ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์.....	๑๘๐
ภาคผนวก ฉ. รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย.....	๒๑๗
ภาคผนวก ช. ประวัติผู้วิจัย.....	๒๒๓
แบบสรุปโครงการวิจัย.....	๒๒๖

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
๓.๑ โครงสร้างกิจกรรมแนะแนวทักษะชีวิตด้านการจัดการการเรียนรู้ เวลา และความสัมพันธ์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.....	๙๔
๔.๑ ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง.....	๑๐๗
๔.๒ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม การแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียน มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนก่อนเข้าร่วม กิจกรรมการแนะแนว เชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต.....	๑๐๘
๔.๓ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิต.....	๑๐๙
๔.๔ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้.....	๑๑๑
๔.๕ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา.....	๑๑๒
๔.๖ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)....	๑๑๓
๔.๗ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู).....	๑๑๕
๔.๘ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน).....	๑๑๖
๔.๙ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และความสัมพันธ์ระหว่าง บุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลัง เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (t-test) จำแนก ตามเพศ.....	๑๑๗
๔.๑๐ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนรู้ เวลา และความสัมพันธ์ระหว่าง บุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วม กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทาง เดียว (One way Anova) จำแนกตามอายุ.....	๑๑๙

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
๔.๑๑ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุท โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามอายุ.....	๑๒๐
๔.๑๒ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุท โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว(One way Anova) จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดา.....	๑๒๑
๔.๑๓ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา เขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุท โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว(One way Anova)จำแนกตามสถานภาพของบิดา มารดา	๑๒๒
๔.๑๔ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุท โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ...	๑๒๓
๔.๑๕ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุท โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ.....	๑๒๔
๔.๑๖ ผลสรุปโดยรวมการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.....	๑๒๕
๔.๑๗ ตารางสรุปผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธของนักเรียน.....	๑๒๗
๔.๑๘ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลด้านการจัดการเรียน.....	๑๓๖
๔.๑๙ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลด้านการจัดการเวลา.....	๑๓๖

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
๔.๒๐ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง).....	๑๓๗
๔.๒๑ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครู).....	๑๓๗
๔.๒๒ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน).....	๑๓๗

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
๒.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	๘๙
๔.๑ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย.....	๑๒๘

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎก ภาษาบาลี อักษรไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๐๐ เรียกย่อว่า “ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก” และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ผู้วิจัยอ้างพระไตรปิฎก เรียงตามคัมภีร์ ตามที่ได้ระบุแล้วในเชิงอรรถและอักษรย่อ ในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ อ้างอิงโดยจะระบุ เล่ม / ข้อ / หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๖/๘๑. หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๑๓๖ หน้า ๘๑

พระวินัยปิฎก

วิ.ม. (ไทย) = วินัยปิฎก มหาวรรค (ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปณณาสก	(ภาษาไทย)
ส.ส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตตก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.อฎฐก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	อฎฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.นวก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.เอกก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เอกนิบาต ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.ติก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ทุกนิบาต ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.วิสติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	วิสตินิบาต ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.ชา.จัตตาลีส.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จัตตาลีสนิบาต ชาดก	(ภาษาไทย)
ขุ.จริยา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จริยาปิฎก	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

ในการอ้างอิงอรรถกถาภาษาไทย ผู้ศึกษาได้ใช้พระไตรปิฎก ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๒๕ ระบุอักษรย่อ ตัวเลขประจำเล่มอรรถกถาภาษาไทย เช่น ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๘๙. ซึ่งหมายถึง พระสูตรและอรรถกถาแปล ชุททกนิกาย ธรรมบท ภาษาไทย เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ หน้า ๘๙

อรรถกถาพระสูตรต้นตปิฎก

ที.ปา.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	ปาฎีกาวรรค อรรถกถา (ภาษาไทย)
ม.ม.อ. (ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี	มูลปณณาสก์ อรรถกถา (ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

สภาพของสังคมไทยอยู่ในปัจจุบัน มีความผันผวนทางสังคมและเศรษฐกิจ ส่งผลทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ มากขึ้น ประกอบกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดปัญหาตามมาไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ความรู้สึก ด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ด้านการหลอกลวง ด้านสิ่งเสพติด ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอ่อนแอลง ไม่มีเวลา ความจริงใจต่อกัน ขาดความเชื่อมั่นที่จะเผชิญปัญหา โดยปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วของสังคมโลก ส่งผลต่อคนทุกเพศ ทุกวัยให้ต้องเผชิญ บางคนหรือบางกลุ่มก็สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้ด้วยการปรับตนเองให้เข้ากับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมนั้นๆ และแก้ไขปัญหามาตามศักยภาพที่มีอยู่ แต่ก็มีคนเป็นจำนวนมากที่รู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง เกิดความเครียดจนทนไม่ได้ และไม่สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น อีกทั้งความหลากหลายทางวัฒนธรรมต่างชาติที่เข้ามาสู่สังคมไทย จากกระบวนการทางทุนนิยมและบริโภคนิยม มีผลทำให้วัฒนธรรมดั้งเดิมเปลี่ยนแปลงไป การตระหนักถึงความจำเป็นในการสร้างภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็งให้กับบุคคล สังคม โดยเฉพาะกลุ่มของเด็กและเยาวชนซึ่งอ่อนด้อยด้วยความรู้และประสบการณ์ และเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการรับผลกระทบทางลบจากสภาพสังคมปัจจุบัน อันจะส่งผลให้เด็กและเยาวชนไทยบางส่วนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์และไม่สอดคล้องกับวัฒนธรรมอันดีงาม

กระแสวัฒนธรรมและนวัตกรรมของความเจริญจากต่างประเทศได้แพร่หลายเข้าสู่ประเทศไทยอย่างไร้พรมแดน สิ่งเหล่านี้ทำให้คนไทยตกอยู่ในกระแสบริโภคนิยมที่ให้ความสำคัญกับวัตถุเป็นหลัก จนทำให้ความตระหนักในเรื่องคุณธรรมและจริยธรรมที่อยู่ภายในพร่องลดน้อยลง สะท้อนถึงวัฒนธรรมการใช้ชีวิตของการดำเนินชีวิตของเด็กและเยาวชนไทย เป็นไปในเชิงวัตถุนิยม บริโภคของแพง นิยมสินค้าต่างประเทศ มีความรุนแรงของปัญหาเรื่องยาเสพติด เพศเสรี ทำตามอย่างวัยรุ่นตะวันตก การใช้ความรุนแรง สื่อลามกอนาจารราคาถูกลงที่สามารถซื้อขายง่าย รวมถึงคุณค่าความรักและความใกล้ชิดที่เด็กได้รับ จะถูกตีคุณค่าเป็นราคามากน้อยขึ้นอยู่กับสิ่งของที่พ่อแม่ซื้อให้ ชีวิตส่วนใหญ่อยู่กับของเล่น เกมออนไลน์ อินเทอร์เน็ต หนังสือการ์ตูนญี่ปุ่น และอื่นๆ ปัญหาดังกล่าวนั้นเป็นผลมาจากครอบครัว และการที่เยาวชนไทยยังขาดทักษะในการดำเนินชีวิตที่มีประสิทธิภาพ กล่าวได้ว่า การดำรงชีวิตในสภาพปัจจุบัน มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องอาศัยทักษะในการดำรงชีวิต อันเป็นความสามารถในการเข้าใจสังคมและสิ่งแวดล้อมนำมาควบคุมและจัดการกับสถานการณ์รอบตัวอย่างรู้เท่าทัน พร้อมกับการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ดังนั้นมนุษย์ในยุคนี้จึงจำเป็นต้องมีความสามารถที่จะดำรงชีวิตให้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นโลกาภิวัตน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัยจากความเสี่ยงต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ จากสาเหตุที่สังคมมนุษย์เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว และสลับซับซ้อนยิ่งขึ้น ทักษะชีวิตที่ได้จากการพัฒนาจากระดับที่มนุษย์สามารถพึ่งพาตนเองได้ จนกระทั่งทำให้เป็นที่พึ่งพาต่อสังคมได้จนเป็นสิ่งสำคัญต่อการศึกษาในยุคนี้เป็นอย่างยิ่ง

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ^๑ พ.ศ. ๒๕๕๒ มาตรา ๖ กล่าวว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และวัฒนธรรมไทย การดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การจัดการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาเป็นการจัดการศึกษาให้แก่นักเรียนที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กำลังอยู่ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ทั้งนี้เพราะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทำให้เด็กมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว ส่งผลต่อการเรียนรู้ได้ ประกอบกับนักเรียนกำลังอยู่ในช่วงที่ต้องการข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตน เพื่อใช้เป็นข้อมูลการเลือกตัดสินใจอย่างถูกต้อง การจัดกิจกรรมแนะแนวช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้รับข้อมูลตรงตามความต้องการตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตต่อไป

การแนะแนวมีมาตั้งแต่สมัยโบราณ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการแนะแนว เชื่อว่ามนุษย์เกิดขึ้นมาพร้อมกับความทุกข์ เพราะการเกิดแล้วเกิดอีกเป็นทุกข์รำไป แต่สำหรับผู้ที่เกิดมาแล้วพัฒนาตนเองจนถึงขั้นสูงสุด ก็สามารถพัฒนาจากความทุกข์ได้ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่มีความเกี่ยวข้องกับการแนะแนว มุ่งช่วยเหลือให้บุคคลพ้นจากความทุกข์ที่แท้จริง ผ่านกระบวนการพัฒนาจิตใจที่มีผู้เชี่ยวชาญทำหน้าที่ในการแนะแนวให้ผู้ที่มีความทุกข์ มีแนวทางในการจัดการความทุกข์ด้วยตนเองได้ เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขหรือลดปัญหาให้น้อยลง ในขณะที่มนุษย์ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในชีวิตก็จะเกิดกลุ่มคนที่มีปัญญาสามารถเข้าใจและมีแนวทางในการแก้ไขปัญหาวิตถายวิธีการต่างๆ การแนะแนวมีการสะสมองค์ความรู้และนำมาใช้ในระบบการศึกษาสมัยใหม่ผ่านกระบวนการวิจัยที่เป็นระบบ การแสวงหาความรู้ที่มีระบบ ระเบียบ ทำให้การแนะแนวมีพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่อง การแนะแนวด้านทักษะชีวิต นับเป็นการแนะแนวทักษะที่สำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งกับเด็กและเยาวชน เพราะจะช่วยให้สามารถเผชิญหน้าและรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ในสังคมปัจจุบันได้ ทักษะชีวิตนับเป็นคุณลักษณะสำคัญที่ควรเกิดขึ้นกับคนไทยทุกคน เพราะทักษะชีวิตเป็นผลของการเรียนรู้แบบตลอดชีวิต ที่พัฒนาควบคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและวัฒนธรรม การมีพื้นฐานชีวิตที่ดีงามและมั่นคงจะทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างรอดปลอดภัยจากความทุกข์ทั้งหลาย นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาชีวิตมนุษย์ การจะพัฒนาให้บุคคลใด ๆ มีทักษะชีวิตได้นั้น ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยการให้ความรู้เพียงอย่างเดียว เพราะทักษะชีวิตเป็นความสามารถทางจิตวิทยาสังคม (Psychosocial competence) ซึ่งหมายถึง ความสามารถในการปรับสภาพตัวเองให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวันท่ามกลางวิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม^๒

กิจกรรมแนะแนวซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนจึงมีประโยชน์ในการช่วยเหลือ จลลดจนพัฒนานักเรียนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักคิดและตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเอง

^๑ กระทรวงศึกษาธิการ, พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๒ มาตรา ๖, กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๒.

^๒ นางชุตติมา ศิริรักษ์. ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ ๔, สำนักงานเขตพื้นที่มัธยมศึกษา เขต ๑๕, ยะลา, ๒๕๕๙.

รู้จักตั้งเป้าหมายของชีวิต สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข ทักษะชีวิตเป็นอีกคุณลักษณะสำคัญที่ต้องเกิดขึ้นในตัวเด็กและเยาวชนไทย เพราะทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคล ซึ่งประกอบด้วยความรู้และเจตคติในการจัดการปัญหาต่างๆ รอบตัวในสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับปรับตัวในอนาคต ทักษะชีวิตจึงเป็นเครื่องมือพัฒนาคนซึ่งควรส่งเสริมให้กับนักเรียนในสถานศึกษาเสมือนเป็นภูมิคุ้มกันชีวิต

จากสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นอันเป็นวัยที่มีการตัดสินใจในการดำรงชีวิตด้วยความคิดของตัวเอง การส่งเสริมทักษะชีวิตในด้านต่างๆ จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๒.๒ เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ แนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เป็นอย่างไร

๑.๓.๒ พัฒนาการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ได้อะไร

๑.๓.๓ ผลวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาในการศึกษาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ไว้ ๓ ด้าน ประกอบด้วย ๑) ด้านการจัดการเรียน ๒) ด้านเวลา ๓) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้แก่ เพื่อน ครู และผู้ปกครอง

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรต้น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา สถานะทางเศรษฐกิจ

ตัวแปรตาม ได้แก่ การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต ๓ ด้าน ประกอบด้วย ๑) ด้านการจัดการเรียน ๒) ด้านเวลา ๓) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้แก่ เพื่อน ครู และผู้ปกครอง ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน ๑๓๔ โรงเรียน มีจำนวนนักเรียนทั้งสิ้นกว่า ๑๔๐,๐๐๐ คน^๓

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน ๓๐๐ คน ใน ๑๐ โรงเรียน โดยการสุ่มแบบเจาะจง เพื่อให้การวิจัยตอบโจทย์วัตถุประสงค์การวิจัยที่กำหนด

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านสถานที่

โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๔.๕ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย ตั้งแต่วันที่ ๑ เดือน ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๕๙ ถึงวันที่ ๓๐ เดือน กันยายน พุทธศักราช ๒๕๖๐ รวมระยะเวลาในการทำวิจัย ๑๒ เดือน

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ หมายถึง เครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตามหลักสัปปุริสธรรม ๗ อันประกอบด้วย อัมมัญญา (เป็นผู้รู้จักเหตุ) อัตถัญญา (เป็นผู้รู้จักผล) อัตตัญญา (เป็นผู้รู้จักตน) มัตตัญญา (เป็นผู้รู้จักประมาณ) กาลัญญา (เป็นผู้รู้จักกาล) ปรีสัญญา (เป็นผู้รู้จักบริษัท) ปุคคลัญญาหรือปุคคลปโรปรัญญา (เป็นผู้รู้จักบุคคล) ใช้หลักการของการแนะแนว โดยการให้ผู้รับการทดลองได้รับข้อสนเทศ เรียนรู้และปฏิบัติ จากเทคนิค ต่างๆ ของการแนะแนว

การส่งเสริมทักษะชีวิต หมายถึง การส่งเสริมความชัดเจนและความชำนาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่งซึ่งบุคคลสามารถสร้างขึ้น ได้จากการเรียนรู้ได้ แก่ ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นอกที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจนจากการกระทำหรือจากการปฏิบัติซึ่งทักษะดังกล่าว นั้น เป็นทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตที่จะทำให้นักเรียนมีทักษะเหล่านั้นมี ชีวิตที่ดีสามารถดำรงชีพอยู่ในสังคมได้

^๓ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, กลุ่มสารสนเทศ สนผ., ระบบสารสนเทศเพื่อบริหารการศึกษา, สืบค้น ณ วันที่ ๒๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐.

๑) ด้านการจัดการเรียน หมายถึง การระบวนการ หรือวิธีการที่ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การพัฒนาความคิดและความสามารถ โดยอาศัยประสบการณ์และปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับสิ่งแวดล้อม เป็นเครื่องมือส่งเสริมให้ผู้เรียนรักการเรียน ตั้งใจเรียน และเกิดการเรียนรู้อขึ้น การเรียนของผู้เรียนจะไปสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความสำเร็จในชีวิต

๒) ด้านการจัดการเวลา หมายถึง วิธีการดำเนินการโดยใช้เวลา ปฏิบัติงานให้ได้ผลตรงตาม เป้าหมายมากที่สุด ใ้รู้ถึงวิธีการเรียนโดยละเอียด รวมทั้งปัจจัยที่ เกี่ยวข้องกับการเรียนด้วย เพื่อประโยชน์นำมาใช้การวางแผนการเรียน การปฏิบัติงานและการดำรงชีวิต

๓) ด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล หมายถึง การจัดการสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครอบครัว หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครอบครัว และการปฏิบัติตนของครอบครัวต่อนักเรียน เพื่อให้มีความสัมพันธ์ที่ดี มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

(๑) การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครอบครัวได้แก่ การแสดงความรัก ความเคารพ เชื่อฟัง ยอมรับกฎระเบียบของครอบครัว การขอคำแนะนำและซักถามในการปฏิบัติตนทั้งในด้านการเรียนและด้านส่วนตัว

(๒) การปฏิบัติตนของครอบครัวต่อนักเรียน ได้แก่ การให้ความรักและความเอาใจใส่ต่อเรื่องการเรียน ให้กำลังใจและไว้วางใจในการทำกิจกรรมของนักเรียน เป็นที่ปรึกษาและให้คำแนะนำทั้งในด้านการเรียนและด้านส่วนตัวของนักเรียน

สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครู และการปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียน ทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

(๑) การปฏิบัติตนของนักเรียนต่อครูได้แก่ การตั้งใจเรียน การให้ความเคารพ เชื่อฟัง และปฏิบัติตามคำสอนของครู การขอคำแนะนำและปรึกษาครูทั้งด้านส่วนตัวและด้านการเรียน

(๒) การปฏิบัติตนของครูต่อนักเรียน ได้แก่ การให้ความรักความอบอุ่น การเอาใจใส่ตั้งใจอบรมสั่งสอนนักเรียน ยอมรับความคิดเห็น ให้ความเป็นกันเองและดูแลให้คำปรึกษานักเรียนทั้งเรื่องการเรียนและเรื่องส่วนตัว

สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน หมายถึง การปฏิบัติตนของนักเรียนและเพื่อนที่มีต่อกันทั้งภายในและภายนอกห้องเรียน เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ การให้ความช่วยเหลือพึ่งพากันและกัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในด้านการเรียน การทำงาน และด้านส่วนตัว การรู้จักให้ความเคารพในสิทธิของเพื่อน สนใจในความรู้สึกของเพื่อน การห่วงใยใกล้ชิดสนิทสนมซึ่งกันและกัน และการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน

นักเรียน หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

โรงเรียน หมายถึง โรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน ๑๐ โรงเรียน ได้แก่

- ๑) โรงเรียนวัดพิบูลเงิน ๑๒/๑๒ ถนนบางใหญ่-บางคูวัด ตำบลบางใหญ่ อำเภอบางใหญ่ นนทบุรี ๑๑๑๔๐
- ๒) โรงเรียนชลประทานสงเคราะห์ หมู่ ๑ ติวานนท์ ๑๙๘ ตำบลบางตลาด อำเภอบางเกร็ด นนทบุรี ๑๑๑๒๐
- ๓) โรงเรียนเทศบาล ๑ (ขจรเนติบุตร) ซอยแม่ทองคำ ลำลูกกา อำเภอลำลูกกา ปทุมธานี ๑๒๑๓๐
- ๔) โรงเรียนราชันนทอาจารย์ สามเสนวิทยาลัย ๒ ๗ ซอยโชติวัฒน์ ๑๘ ถนนประชาชื่น แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ กทม ๑๐๘๐๐
- ๕) โรงเรียนวัดสังเวช ๑๐๘ ถนนลำพูน แขวงวัดสามพระยา เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐
- ๖) โรงเรียนคลองพิทยาลงกรณ์ ถนนบางขุนเทียน - ชายทะเล แขวงท่าข้าม เขตบางขุนเทียน จังหวัดกรุงเทพมหานคร ๑๐๑๕๐
- ๗) โรงเรียนมัธยมวัดมกุฏกษัตริย์ ถนนกรุงเกษม แขวงบางขุนพรหม เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐
- ๘) โรงเรียนบางกะปิ ๖๙ ถนนเสรีไทย แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๔๐
- ๙) โรงเรียนที่ปังกวิทยาพัฒนา(วัดน้อยใน) ในพระราชูปถัมภ์ ๑๖๗ หมู่ ๔ ถ.ชัยพลกษัย แขวงตลิ่งชัน เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร
- ๑๐) โรงเรียนอุบลรัตนราชกัญญาราชวิทยาลัย ๑๐๐ หมู่ ๑ ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๓๕ ถนนวัดปากน้ำวัดแก้ว แขวงบางพรหม กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐

๑.๖ สมมติฐานการวิจัย

๑.๖.๑ นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียน มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต

๑.๖.๒ นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

๑.๖.๓ นักเรียนที่มีอายุต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

๑.๖.๔ นักเรียนที่มีสถานภาพของบิดามารดาต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

๑.๖.๕ นักเรียนที่มีสถานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการ

เรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในเขต กรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ได้การเรียนรู้การเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน การบริหารเวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๗.๒ ได้ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน การบริหารเวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๗.๓ ได้ประยุกต์ใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน การบริหารเวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑.๗.๔ ได้ผลการวิเคราะห์ระบบความสัมพันธ์และผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน การบริหารเวลา เพื่อจะนำไปสู่การเรียนรู้เชิงบูรณาการที่เหมาะสม

๑.๗.๕ นักวิชาการและผู้สนใจ ได้ความรู้ ความเข้าใจในการใช้กิจกรรมแนะแนวในชั้นของนักเรียนมัธยมศึกษา และสามารถยกระดับไปสู่การพัฒนาจิตใจและสังคมแห่งสันติภาพ

บทที่ ๒

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษา “การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า ทบทวน หลักการแนวคิดและทฤษฎีจาก หนังสือ เอกสาร และงานวิจัยการวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยจำแนกประเด็นการศึกษา ดังนี้

- ๒.๑ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมทักษะชีวิต
- ๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการแนะแนว
- ๒.๓ แนวคิดเกี่ยวกับการแนะแนวเชิงพุทธร
- ๒.๔ การจัดกิจกรรมแนะแนว
- ๒.๕ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้
- ๒.๖ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพ
- ๒.๗ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการด้านความคิด-จิตใจ-สังคม
- ๒.๘ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ
- ๒.๙ แนวคิด หลักสัปปุริสธรรม ๗
- ๒.๑๐ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒.๑๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๒.๑ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการส่งเสริมทักษะชีวิต

๒.๑.๑ ความหมายของทักษะชีวิต (Life skill)

ทักษะชีวิต (Life Skills) ตามคำนิยามขององค์การอนามัยโลก^๔ เน้นความสำคัญในการดำรงตนของบุคคลที่มีความเหมาะสมและทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ซึ่งปัญหาของสังคมในยุคปัจจุบันมีความซับซ้อนบางปัญหามีความรุนแรง เช่น ปัญหาเรื่องยาเสพติด โรคเอดส์ บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อสิ่งแวดล้อม ฯลฯ ซึ่งคำนิยามดังกล่าวได้ชี้ให้เห็นว่าจำเป็นต้องมีการเรียนรู้ด้วยตนเองและรู้จักปรับตัว การฝึกฝนเป็นการเปิดโอกาสให้คนเตรียมความพร้อมของตนเองและดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

องค์การยูนิเซฟ (UNICEF) ได้กล่าวถึงทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถในการใช้ความรู้ เจตคติ และทักษะต่าง ๆ ที่ช่วยในการสนับสนุนพฤติกรรมของบุคคล ให้สามารถรับมือกับตนเอง

^๔ องค์การอนามัยโลก (WHO), *Life Skill Education in Schools*. Geneva : World Health Organization, 1997.

สำหรับการดำเนินชีวิตโดยมีการสร้างทางเลือกที่ดี การต่อต้านความกดดันจากกลุ่มเพื่อน และการจัดการกับสิ่งที่เข้ามาคุกคามชีวิต^๕

กรมสุขภาพจิต ให้ความหมายทักษะชีวิตว่า เป็นความสามารถของบุคคลที่ประกอบไปด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะ ที่สามารถจัดการปัญหารอบตัว เพื่อให้อยู่รอดในสังคมได้อย่างมีความสุข และเตรียมความพร้อมในการปรับตัวในอนาคต^๖

ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของผู้เรียนในการแปรความรู้ (สิ่งที่รู้) ทศนคติ และค่านิยม (สิ่งที่รู้สึก สิ่ง que เชื่อถือ) ไปสู่การกระทำ และทำอย่างไร^๗

ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัวและเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกฝนอบรม^๘

สรุปได้ว่า ทักษะชีวิต จึงหมายถึง ความสามารถของบุคคลในการกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อการดำรงชีวิต ทั้งที่มีติดตัวมาตั้งแต่เกิด รวมกับความสามารถที่เกิดจากการเรียนรู้ และได้รับการพัฒนา และฝึกฝนทักษะ จนเกิดเป็นความชำนาญ หรือเป็นคุณลักษณะประจำตัว สามารถนำเอาทักษะต่างๆ เหล่านั้นมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและสามารถปรับตัวตามสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้อย่างมีความสุข

๒.๑.๒ องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก(WHO)^๙ เป็นผู้บัญญัติคำว่า “ทักษะชีวิต” ขึ้นมา และได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ ๑๐ องค์ประกอบ ได้แก่

(๑) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking skills)

การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นความสามารถในการใช้เหตุผลและผลประเมินผล กระทบจากการกระทำที่จะเกิดขึ้นในปัจจุบันและอนาคต ทั้งของตนเองและผู้อื่น รวมถึงความสามารถในการวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของค่านิยมและเจตคติของตนเองและบุคคลรอบข้างได้

(๒) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking skills)

การคิดสร้างสรรค์ เป็นความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา โดยการตรวจสอบข้อมูลทางเลือกและผลกระทบต่าง ๆ ของการกระทำและไม่กระทำของบุคคล โดยใช้วิธีการตอบสนอง ที่มีความยืดหยุ่น มีการปรับเปลี่ยน และแปลกใหม่ ต่อสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน

^๕ อ้างใน <https://uparadigm.blogspot.com/2017/02/life-skills-meaning.html> ,วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^๖ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู, กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๑.

^๗ Baldo and Furniss. 1998 ,อ้างอิงในมูลนิธิรักษ์เด็ก, ๒๕๕๑.

^๘ กองสุขศึกษา, แนวคิด ทฤษฎี และการนำไปใช้ในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ, นนทบุรี : กองสุขศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๔๒.

^๙ องค์การอนามัยโลก (WHO), Life Skill Education in Schools. Geneva : World Health Organization, 1997.

(๓) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self awareness building skills)

การตระหนักรู้ในตน เป็นความสามารถในการค้นหาเพื่อรู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

(๔) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy skills)

การเข้าใจผู้อื่น เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือน หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ เพื่อช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน

(๕) ทักษะการตัดสินใจ (Decision making skills)

การตัดสินใจ เป็นความสามารถในการจัดการอย่างสร้างสรรค์ โดยอาศัยกระบวนการของการประเมินปัญหา และการพิจารณาทางเลือกที่เป็นไปได้ทั้งหมด รวมถึงผลกระทบต่าง ๆ ที่จะเกิดจากการตัดสินใจนั้น ๆ

(๖) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem solving skills)

การแก้ปัญหา เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างสร้างสรรค์ โดยอาศัยทักษะการตัดสินใจในการเลือกทางเลือกที่เหมาะสมและดีที่สุด ซึ่งบางครั้งอาจจะไม่ได้เกิดจากทางเลือกเพียงทางเดียว แต่เป็นกระบวนการที่ใช้ทางเลือกอีกทางหนึ่งซ้ำ จนได้รับผลทางบวกของการแก้ไขปัญหา นั้น ซึ่งจะช่วยให้ไม่เกิดความเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตที่ยากเกินการแก้ไข

(๗) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication skills)

การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรม และสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การตักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ

(๘) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship skills)

การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน เป็นการสนับสนุนทางสังคมระหว่างกัน รวมถึงการจบความสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์

(๙) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion skill)

การจัดการกับอารมณ์ เป็นความสามารถที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นและตนเอง รวมถึงการตระหนักรู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์รุนแรง เช่น ความโกรธ และความเศร้าโศก เพื่อไม่ให้ส่งผลทางลบต่อร่างกายและจิตใจได้อย่างเหมาะสม

(๑๐) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress skills)

การจัดการกับความเครียด เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

กรมสุขภาพจิต ได้เขียนทักษะชีวิตไว้ใน “คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู” ไว้ ๑๐ ประการ ดังนี้

(๑) ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสม ก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

(๒) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็น ความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข

(๓) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็น ความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์ เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

(๔) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ และประเมินปัญหา หรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

(๕) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเอง ได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรม และสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การตักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ

(๖) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

(๗) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็น ความสามารถในการค้นหา รู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่ง จะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจอื่น

(๘) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็น ความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอชไอวี

(๙) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) เป็น ความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธ และความเศร้าโศก ที่ส่งผลทางลบต่อร่างกาย และจิตใจได้อย่างเหมาะสม

(๑๐) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็น ความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกินการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหา ด้านสุขภาพ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้แบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิต จากแนวคิดขององค์การอนามัยโลก โดยแบ่งตามพฤติกรรมการเรียนรู้ ๓ ด้าน คือ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย โดยเพิ่มด้านเจตคติเข้าไปอีก ๑ คู่ คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม ดังนี้^{๑๐}

(๑) ด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) ๑ คู่ ได้แก่

- ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
- ทักษะการคิดสร้างสรรค์

(๒) ด้านจิตพิสัย (Affective Domain) ๑ คู่ ได้แก่

- ทักษะความตระหนักรู้ในตนเองและการเห็นใจผู้อื่น
- ทักษะความภาคภูมิใจในตนเองและการรับผิดชอบต่อสังคม

(๓) ด้านทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) ๓ คู่ ได้แก่

- ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ และทักษะการสื่อสาร
- ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการแก้ปัญหา
- ทักษะการจัดการกับอารมณ์ และทักษะการจัดการกับความเครียด

ความสำคัญของทักษะชีวิตกับการดำรงตนในสังคม

บลูม (Bloom)^{๑๑} และคณะ ได้แบ่งออกเป็น ๓ หมวดใหญ่ ๆ เรียกว่า หมวดการเรียนรู้ คือ พุทธิพิสัย จิตพิสัย และ ทักษะพิสัย

หมวดที่ ๑ พุทธิพิสัย (Cognitive Domain) พฤติกรรมการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับสติปัญญา

พุทธิพิสัย (Cognitive Domain) เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวกับสติปัญญา ความรู้ ความคิด หรือพฤติกรรมทางด้านสมองของบุคคล ในอันที่ทำให้มีความเฉลียวฉลาด มีความสามารถในการคิดเรื่องราวต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นความสามารถทางสติปัญญา การเรียนการสอนในปัจจุบันยังเน้นในด้านนี้มากพฤติกรรมทางพุทธิพิสัย แบ่งได้เป็น ๖ ระดับ ได้แก่

(๑) ความรู้ความจำ เป็นความสามารถในการเก็บรักษามวลประสบการณ์ต่าง ๆ จากการที่รับรู้ไว้และระลึกสิ่งนั้นได้เมื่อต้องการ เปรียบดังเทปบันทึกเสียงหรือวีดีทัศน์ที่สามารถเก็บเสียงและภาพของเรื่องราวต่าง ๆ ได้ สามารถเปิดฟัง หรือ ดูภาพเหล่านั้นได้ เมื่อต้องการ

^{๑๐} กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู, กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๑.

^{๑๑} อ่างใน, <https://www.gotoknow.org/posts/173824>, วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

(๒) ความเข้าใจ เป็นความสามารถในการจับใจความสำคัญของสื่อได้ และสามารถแสดงออกมาในรูปของการแปลความ ตีความ คาดคะเน ขยายความ หรือ การกระทำอื่น ๆ

(๓) การนำความรู้ไปใช้ เป็นขั้นที่ผู้เรียนสามารถนำความรู้ ประสบการณ์ไปใช้ในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ได้ ซึ่งจะต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจ จึงจะสามารถนำไปใช้ได้ เช่น นำหลักของการใช้ภาษาไทยไปใช้สื่อความหมายในชีวิตประจำวันได้ถูกต้องและเหมาะสม

(๔) การวิเคราะห์ เป็นขั้นที่ผู้เรียนสามารถคิด หรือแยกแยะเรื่องราวสิ่งต่าง ๆ ออกเป็นส่วนย่อย เป็นองค์ประกอบที่สำคัญได้ และมองเห็นความสัมพันธ์ของส่วนที่เกี่ยวข้องกัน ความสามารถในการวิเคราะห์จะแตกต่างกันไปแล้วแต่ความคิดของแต่ละคน เช่น คน ๒ คน มองดูต้นไม้ต้นเดียวกัน คนแรก วิเคราะห์ต้นไม้ ออกเป็น ๔ ส่วน คือ ราก ลำต้น ใบ และ ดอก คนที่สอง วิเคราะห์ต้นไม้ ออกเป็น ๒ ส่วน คือ ส่วนบนดิน และ ส่วนใต้ดิน

(๕) การสังเคราะห์ ขั้นนี้เป็นความสามารถในการที่ผสมผสานย่อย ๆ เข้าเป็นเรื่องราวเดียวกันอย่างมีระบบ เพื่อให้เกิดสิ่งใหม่ที่สมบูรณ์และดีกว่าเดิม อาจเป็นการถ่ายทอดความคิดออกมาให้ผู้อื่นเข้าใจได้ง่าย การกำหนดวางแผนวิธีการดำเนินงานชิ้นใหม่ หรือ อาจจะทำให้เกิดความคิดในอันที่จะสร้างความสัมพันธ์ของสิ่งที่เป็นนามธรรมขึ้นมาในรูปแบบ หรือ แนวคิดใหม่

(๖) การประเมินค่า เป็นความสามารถในการตัดสิน ตีราคา หรือ สรุปเกี่ยวกับคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ออกมาในรูปของคุณธรรมอย่างมีกฎเกณฑ์ที่เหมาะสม ซึ่งอาจเป็นไปตามเนื้อหาสาระในเรื่องนั้น ๆ หรืออาจเป็นกฎเกณฑ์ที่สังคมยอมรับก็ได้ เช่น การสรุปว่า ภูเขาที่มีประโยชน์ในวิชาทางการแพทย์ แต่สังคมโดยทั่วไปจะสรุปว่า ภูเขานั้นมีโทษ เพราะจะก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต

การนำเสนอเรื่องราวของ พุทธิพิสัย (Cognitive Domain) นี้ มีสาเหตุมาจากคำว่า "วิเคราะห์" หรือ "สังเคราะห์" ผู้ที่มีได้ศึกษาทางวิชาชีวศตรู อาจจะมีงว่า เอะ คำสองคำนี้ต่างกัน หรือเหมือนกัน อย่างไร

หมวดที่ ๒ จิตพิสัย (Affective Domain) พฤติกรรมการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับจิตใจ

จิตพิสัย (Affective Domain) เป็นพฤติกรรมทางด้านจิตใจ ซึ่งจะเกี่ยวกับค่านิยม ความรู้สึก ความซาบซึ้ง ทศนคติ ความเชื่อ ความสนใจ และคุณธรรม พฤติกรรมของผู้เรียนในด้านนี้อาจจะไม่เกิดขึ้นทันที ดังนั้น การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนจะต้องใช้วิธีปลูกฝังโดยจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และสอดแทรกสิ่งที่ตั้งามอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้พฤติกรรมของผู้เรียนเปลี่ยนไปในแนวทางที่พึงประสงค์ ด้านจิตพิสัย ประกอบด้วย พฤติกรรมย่อยๆ ๕ ระดับ ได้แก่

(๑) การรับรู้ เป็นความรู้สึที่เกิเกิดขึ้นต่อปรากฏการณ์ หรือสิ่งเร้าอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นไปในลักษณะของการแปลความหมายของสิ่งเร้านั้นว่าคืออะไร แล้วจะแสดงออกมาในรูปของความรู้สึที่เกิเกิดขึ้น

(๒) การตอบสนอง เป็นการกระทำที่แสดงออกมาในรูปของความเต็มใจ ยินยอม และพอใจต่อสิ่งเร้านั้น ซึ่งเป็นการตอบสนองที่เกิดจากการเลือกสรรแล้ว

(๓) การเกิดค่านิยม เป็นการเลือกปฏิบัติในสิ่งที่เป็นที่ยอมรับกันในสังคม ซึ่งจะแสดงออกมาในรูปของการยอมรับนับถือในคุณค่านั้น ๆ หรือปฏิบัติตามในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง จนกลายเป็นความเชื่อ แล้วจึงเกิดทัศนคติที่ดีในสิ่งนั้น

(๔) การจัดรวบรวม เป็นการสร้างแนวคิดและจัดระบบของค่านิยมที่เกิดขึ้น ซึ่งจะรวบรวมค่านิยมเหล่านั้น โดยอาศัยความสัมพันธ์กับสิ่งที่ยึดถือ เพื่อใช้เป็นหลักในการพิจารณาในเรื่องต่าง ๆ ถ้าเข้ากันได้ก็จะยึดถือต่อไป แต่ถ้าขัดกันอาจไม่ยอมรับค่านิยมใหม่ หรืออาจจะยอมรับค่านิยมใหม่โดยยกเลิกค่านิยมเก่าไปก็ได้

(๕) สร้างลักษณะนิสัยตามค่านิยมที่ยึดถือ เป็นการนำค่านิยมที่ยึดถือนั้นมาใช้ เป็นตัวควบคุมพฤติกรรมที่เป็นนิสัยประจำตัวของตน ให้ประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงาม

พฤติกรรมด้านจิตพิสัยนี้ จะเกี่ยวกับความรู้สึกและจิตใจ ซึ่งจะเริ่มจากการได้รับรู้จากสิ่งแวดล้อม แล้วจึงเกิดปฏิกิริยาโต้ตอบ จากนั้นขยายกลายเป็นความรู้สึกด้านต่างๆ จนกลายเป็นค่านิยม และยังพัฒนาต่อไปเป็นความคิด อุดมคติ ซึ่งจะเป็นควบคุมทิศทางพฤติกรรมของคน คนจะรู้ดีรู้ชั่วอย่างไรนั้น ก็เป็นผลของพฤติกรรมด้านนี้

หมวดที่ ๓ ทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) พฤติกรรมการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับความสามารถในการปฏิบัติงาน

ทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) พฤติกรรมการเรียนรู้ที่บ่งถึงความสามารถในการปฏิบัติงานได้อย่างคล่องแคล่วชำนาญ พฤติกรรมด้านนี้จะเห็นได้จากกระทำ ซึ่งแสดงผลของการปฏิบัติออกมาได้โดยตรง โดยมีเวลาและคุณภาพของงานเป็นตัวชี้ระดับของทักษะที่เกิดว่ามีมากน้อยเพียงใด พฤติกรรมด้านทักษะพิสัย ประกอบด้วย พฤติกรรมย่อยๆ ๕ ชั้น ดังนี้

(๑) การรับรู้ เป็นการให้ผู้เรียนได้รับรู้หลักการปฏิบัติที่ถูกต้อง หรือ เป็นการเลือกหาตัวแบบที่สนใจ

(๒) กระทำตามแบบ หรือ เครื่องชี้แนะ เป็นพฤติกรรมที่ผู้เรียนพยายามฝึกตามแบบที่ตนสนใจและพยายามทำซ้ำ เพื่อที่จะให้เกิดทักษะตามแบบที่ตนสนใจให้ได้ หรือ สามารถปฏิบัติงานได้ตามข้อแนะนำ

(๓) การหาความถูกต้อง เป็นพฤติกรรมที่ผู้เรียนสามารถปฏิบัติงานได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องอาศัยเครื่องชี้แนะ เมื่อได้กระทำซ้ำแล้ว ก็พยายามหาความถูกต้องในการปฏิบัติ ซึ่งจะพัฒนาเป็นรูปแบบของตัวเอง อาจจะเหมือนหรือไม่เหมือนกับตัวแบบเดิมก็ได้

(๔) การกระทำอย่างต่อเนื่อง หลังจากที่ได้ตัดสินใจเลือกรูปแบบที่เป็นของตัวเองก็ จะมีการกระทำตามรูปแบบนั้นอย่างต่อเนื่อง จนปฏิบัติงานที่ยุ่งยากซับซ้อนได้ เป็นพฤติกรรมที่ผู้เรียนสามารถปฏิบัติงานได้อย่างรวดเร็ว ถูกต้อง และคล่องแคล่ว นั่นคือ เกิดทักษะขึ้นแล้ว การที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดทักษะได้จะต้องอาศัยการฝึกฝนในเรื่องนั้น ๆ และกระทำอย่างสม่ำเสมอ

(๕) การกระทำได้อย่างเป็นธรรมชาติ เป็นพฤติกรรมสุดท้ายที่จะได้จากการฝึกอย่างต่อเนื่อง จนสามารถปฏิบัติสิ่งนั้น ๆ ได้คล่องแคล่วองไว โดยอัตโนมัติ ดูเป็นไปอย่างธรรมชาติไม่ขัดเขิน ซึ่งถือเป็นความสามารถของการปฏิบัติในระดับสูง

จากหมวดการเรียนรู้ที่ผ่านมามีทั้ง ๓ หมวด ใ้ว่าจะเกิดขึ้นในตัวคนเป็นด้านๆ ไป แต่มันจะเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน และมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกัน พฤติกรรมตัวใดจะเด่นกว่า พฤติกรรมอื่นก็แล้วแต่กรณี และจะเกิดพฤติกรรมมากน้อยเท่าใดนั้น ก็ไม่อาจจะกำหนดให้เด่นชัดได้

๒.๑.๓ ความสำคัญของทักษะชีวิตกับการดำรงชีวิตในสังคม

องค์การอนามัยโลก^{๑๒} (World Health Organization) กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้น เพื่อพัฒนามนุษย์ในสังคมและช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม ซึ่งมีความสำคัญดังนี้

(๑) ความสำคัญต่อเด็กและเยาวชน

ในสภาพสังคมปัจจุบัน ที่มีความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเทคโนโลยีในการสื่อสาร ที่สามารถเข้าถึงได้โดยง่าย แม้กระทั่งเด็กเล็กๆ เริ่มตั้งแต่ระดับปฐมวัย ไปจนถึงวัยรุ่น ในการสื่อสารผ่านเทคโนโลยีดังกล่าว เกิดการส่งข้อมูลข่าวสารอย่างไร้ขีดจำกัด ไม่สามารถสกัดกั้นข้อมูลข่าวสารที่เป็นเท็จ หรือเป็นภัยต่อบุคคล ต่อครอบครัว และต่อสังคม โดยเฉพาะในวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่เรียกกันว่าวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ เป็นวัยที่กำลังต้องการแสวงหาอัตลักษณ์ เป็นของตนเอง จึงทำให้วัยรุ่นจำนวนมากอยู่ในภาวะสับสนเสี่ยงต่อการหลงผิด ซึ่งส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา อาทิ ปัญหาการใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ การตั้งครมภ์ในวัยรุ่น การกระทำที่ผิดกฎหมาย เป็นต้น และมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาทางด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ดังนั้นการส่งเสริมและพัฒนาให้เยาวชนมีทักษะชีวิต ก็ย่อมจะช่วยให้เขาสามารถจัดการกับความเครียด และความกดดันต่างๆ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเข้มแข็ง และปรับเปลี่ยนตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ปัญหาดังกล่าวมาแล้วได้ในที่สุด

(๒) ความสำคัญต่อการศึกษา

ผู้เรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น จะมีความเป็นตัวของตัวเองสูง ไม่ชอบให้ผู้ใหญ่ออกคำสั่ง ในขณะที่เดียวกันก็ให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก ดังนั้นจึงพบว่าวัยรุ่นจำนวนมาก ที่เรียนไม่จบ หรือไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เพราะเลือกเรียนในสิ่งที่ไม่เหมาะสมกับความสามารถหรือความชอบที่แท้จริงของตน เพียงแค่เลือกตามเพื่อนไป หรือถูกผู้ใหญ่บังคับให้เรียนในสิ่งที่ไม่สอดคล้องกับความสนใจหรือความต้องการของตนเอง ส่งผลให้ขาดความสุขในการเรียน ปรับตัวไม่ได้ มีปัญหาทั้งกับครูอาจารย์และเพื่อนๆ รวมถึงการถูกชักจูงไปในทางที่ไม่เหมาะสมไม่ว่าจะเป็นปัญหาการเรียน ปัญหาทางเพศ ปัญหาการใช้สารเสพติด ปัญหาการติดเกมหรือการพนัน ปัญหาการทะเลาะวิวาท ฯลฯ แต่ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ จะลดลง หรือหมดไป หากผู้เรียนได้รับการส่งเสริมหรือพัฒนาทักษะชีวิต ตั้งแต่เริ่มเข้าสู่ระบบการศึกษา เพราะทักษะชีวิต จะช่วยให้เกิดการพัฒนาของกระบวนการคิด และเกิดความเข้าใจและยอมรับในสิ่งที่เป็นตัวตนของตนเอง มีการปรับตัวเพื่อที่จะเข้าใจและสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้ มีการพัฒนาค่านิยมและเจตคติทั้งต่อตนเองและสิ่งแวดล้อม รู้จักการตัดสินใจเลือกและไม่เลือกได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งมีความสามารถในการจัดการปัญหาทางด้านอารมณ์ สุขภาพจิตและสุขภาพทางกายได้อย่างเหมาะสมเป็นไปตามวัย ซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้ จะเป็นเครื่องมือสำคัญที่นำไปสู่หนทางแห่งความสำเร็จในการเรียนรู้ของผู้เรียน

จากการศึกษาสรุปได้ว่าการจัดการศึกษา จึงต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาทักษะชีวิต เพราะทักษะชีวิตจะนำพาให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จในการ

^{๑๒} สกล วรเจริญศรี, การศึกษาทักษะชีวิต และการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกรวมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น, *ปริญญาการศึกษาดุสิตบัณฑิต* สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาให้คำปรึกษา, กรุงเทพมหานครบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐.

เรียนตามความมุ่งหวังของผู้เรียน ครอบครัว และสังคม นอกจากนั้นความสำเร็จของผู้เรียน ย่อมนำมาซึ่งการยกระดับคุณภาพการศึกษาของประเทศได้อีกด้วย

(๓) ความสำคัญต่อสังคม

ด้วยเหตุที่ทุกคนต้องมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อความเจริญก้าวหน้าทางสังคม โดยเฉพาะในเด็กและวัยรุ่น จำเป็นต้องมีความสามารถในการดำรงชีวิตทั้งภายนอกและภายในครอบครัวอย่างเหมาะสม อาทิ การเข้ากับผู้อื่น การสื่อสาร การแก้ไขความขัดแย้ง โดยเฉพาะการสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ซึ่งถ้ามีความสัมพันธ์ในครอบครัวดี ส่งผลให้เด็กและวัยรุ่นมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่น รับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้ หากมีความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ดี ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแก่สังคม สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ อาจจะไม่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ หรืออาจจะไม่เกิดขึ้นกับบุคคลทุกคน ดังนั้นหากประชาชนในชาติ ได้รับการส่งเสริมหรือพัฒนาให้มีทักษะชีวิต ก็ย่อมจะนำมาซึ่งการมีประชากรที่มีคุณภาพ และส่งผลให้ประเทศสามารถพัฒนาไปได้อย่างทัดเทียมกับประเทศอื่น ๆ อย่างยั่งยืนในทุกด้าน

ทักษะชีวิตเป็นสิ่งที่ทุกคนจำเป็นต้องมีทั้งนี้เพราะนับตั้งแต่มนุษย์เกิดมาถูกหล่อหลอมโดยกระบวนการตามธรรมชาติและกระบวนการทางสังคม เป็นปฏิกริยาต่อเนื่องเป็นลูกโซ่ ระหว่างที่ผ่านกระบวนการเหล่านั้น มนุษย์ต้องปะทะกับแรงบีบ แรงกดดัน และแรงกระทบ จากชนบประเพณี วัฒนธรรม กฎหมาย ครอบครัว เพื่อน และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ซึ่งผู้ที่หยิ่งหยัดอยู่ในโลกนี้ได้อย่างปกติสุข จึงได้แก่คนที่สามารถจัดการกับแรงปะทะที่กล่าวมาได้อย่างสมดุล โดยอาศัยทักษะชีวิตที่ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาไปเป็นอย่างดี

ความสามารถที่เป็นทักษะชีวิต เป็นสิ่งที่มนุษย์พัฒนาขึ้นจากประสบการณ์และการฝึกฝน ซึ่งเกิดขึ้นในวงจรของชีวิตประจำวันในสังคม โดยการปะทะหรือมีปฏิสัมพันธ์กับพ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน และผู้คนในชุมชน ดังนั้นแหล่งที่มาของทักษะชีวิตของเยาวชน อาจจำแนกเป็น ๓ แหล่งใหญ่ ได้แก่

(๑) บ้านหรือครอบครัว: ทักษะชีวิต ได้มาจากการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกันของคนในครอบครัว มีการถ่ายทอดหล่อหลอมค่านิยมและเจตคติในการดำเนินชีวิต จากการบอกเล่า การอบรมสั่งสอน การเป็นแบบอย่างหรือ การแสดงออก และพฤติกรรมของคนในครอบครัว

(๒) ชุมชน: ทักษะชีวิต ได้จากการร่วมกิจกรรมในชุมชน ได้ความคิดและแบบอย่างจากการปฏิบัติของผู้ใหญ่ในชุมชน จากการละเล่นพื้นเมือง เกมส่ งานประเพณี การเล่นกับเพื่อน ๆ การพบปะสนทนากับบุคคลต่างกลุ่มต่างวัย โดยที่ไม่มีภาวะกดดัน เป็นต้น

(๓) สถานศึกษา: ทักษะชีวิต ได้จากการฝึกอบรม จากกระบวนการเรียนการสอน ทั้งในและนอกหลักสูตร โดยเฉพาะการสอนแทรกทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการดำรงชีวิตในวิชาเรียนทุกรายวิชา หรือในการอบรมสั่งสอนและการเป็นแบบอย่างของครูอาจารย์ รวมถึงได้รับการฝึกจากกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่าง ๆ ที่สถานศึกษาจัดให้

๒.๑.๔ สาเหตุที่ทำให้เกิดความบกพร่องของทักษะชีวิต

เนลสัน โจนส์^{๑๓} (Nelson-Jones) ได้กล่าวถึงทักษะชีวิตไว้ว่า บุคคลที่บกพร่องในทักษะชีวิตจะไม่สามารถพัฒนาหรือเติมเต็มศักยภาพของตนเองได้ ตลอดจนการที่บุคคลมีความเจ็บป่วยทางจิตใจเป็นสิ่งที่สะท้อนถึงความบกพร่องของชีวิต บุคคลสามารถมีทักษะชีวิตที่เข้มแข็งและอ่อนแอของตัวเอง ซึ่งในที่นี้จะเน้นเฉพาะกรณีบุคคลที่มีทักษะชีวิตที่บกพร่องอาจสืบเนื่องมาจากสาเหตุต่าง ๆ ดังนี้

(๑) บุคคลที่มีทักษะการคิดที่อ่อนแอ (Thinking Skills Weaknesses) ทักษะการคิดที่ไม่เข้มแข็ง จะทำให้บุคคลมีทักษะต่ำ ทั้งนี้อาจจำแนกประเด็นสำคัญ ได้ดังนี้

- การสืบเนื่องจากความไม่พอเพียง (Attribution Deficiencies) ในความรับผิดชอบ และการอธิบายเกี่ยวกับตนเองเป็นสิ่งสำคัญสำหรับทักษะชีวิตที่ไม่ค่อยเข้มแข็ง บุคคลมักจะบอกหรืออธิบายเกี่ยวกับตนเองว่าเกิดอะไรขึ้นกับชีวิต การอธิบายที่ผิดพลาดเกี่ยวกับความรับผิดชอบและสาเหตุต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นประเด็นสำคัญ หรือการหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ เช่น การคิดเกี่ยวกับตนเองว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นธรรมชาติของตัวเอง เป็นเพราะความโชคร้ายที่เกิดขึ้นกับฉันในอดีต เป็นเพราะฉันโชคไม่ดี เป็นเพราะสิ่งแวดล้อมที่แย่มากทำให้ฉันเป็นแบบนี้ เป็นความผิดพลาดของคนอื่นเลยทำให้ฉันต้องเป็นแบบนี้ และเป็นเพราะความผิดของฉันทันเอง เป็นต้น จากประเด็นดังกล่าวข้างต้นเป็นสิ่งที่บกพร่องทางความคิดที่ส่งต่อการมีทักษะชีวิตที่บกพร่อง

- กฎระเบียบส่วนตัวที่ไม่เป็นความจริง (Unrealistic Personal Rules) อาจกล่าวได้ว่า กฎระเบียบส่วนตัวหมายถึง สิ่งที่ต้องทำและไม่ทำ (Do and Don't) ซึ่งเป็นการนำพาชีวิตของบุคคลแต่ละคน จะมีกฎระเบียบที่เป็นมาตรฐานสำหรับตนเองและบุคคลอื่น บางครั้งมาตรฐานเหล่านั้นที่ตนเองสร้างขึ้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้และมีความยืดหยุ่นเหมาะสม แต่สำหรับบางโอกาสก็อาจจะมีมาตรฐานที่ไม่เป็นจริงและมีความยึดติดภายในที่ไม่เหมาะสม โดยสิ่งเหล่านี้เป็นกฎระเบียบที่ยึดติดภายในตนเองโดยมีการคิดยึดติดว่า จะต้อง (Must), ควรจะ (Ought) และน่าจะ (Should) ประเด็นเหล่านี้เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้บุคคลมีทักษะที่ไม่เข้มแข็งในการดำเนินชีวิต

- การรับรู้ตนเองที่ไม่ถูกต้อง (Perceiving Inaccurately) บุคคลที่มีทักษะชีวิตไม่เข้มแข็งจะมีการรับรู้ที่ผิดพลาดและยึดติดกับการรับรู้ นั้น เป็นเรื่องยากที่บุคคลจะยอมรับในสิ่งที่ตรงกันข้ามกับสิ่งที่ตนเองได้ประเมินไว้อย่างสูง ไม่ว่าจะเป็น ความเก่ง ความฉลาด ความน่ารัก ความสามารถ ทั้งในด้านการงานหรือการศึกษา

- การพูดคุยกับตนเองในทางลบ (Negative Self-Talk) ในการพูดคุยกับตนเองโดยอาจแบ่งเป็น ๒ ประเด็นใหญ่ๆ คือ การบอกให้ตนเองสงบ และการสอนตนเอง (Calming and Coaching) ทั้งนี้การพูดคุยกับตนเองในทางลบสามารถทำให้บุคคลมีทักษะชีวิตที่บกพร่องได้

- การกลัวการเปลี่ยนแปลง (Fear of Change) การที่บุคคลมีทักษะชีวิตที่บกพร่องอาจก่อให้เกิดเป็นนิสัยที่ถาวรของตนเองได้ และบุคคลส่วนใหญ่มักจะต่อต้านกับการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากความกลัว ความกลัวการเปลี่ยนแปลงอาจจำแนกออกเป็น ๗ มิติได้ดังนี้

^{๑๓} Nelson-Jones, *Life skills Helping: A Textbook of Practical Counseling and Helping Skills*. 3rd ed. Sydney: Holt, Rinehart and Winston, 1997.

(๑) บุคคลมักจะกลัวในสิ่งที่ตนเองไม่รู้ (๒) บุคคลกลัวความลำบากในการที่จะต้องพยายามเพิ่มขึ้นในการที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง (๓) บุคคลกลัวการสูญเสียผลประโยชน์บางอย่างกับพฤติกรรมที่ยังคงทำอยู่เมื่อต้องเปลี่ยนแปลงตนเอง (๔) กลัวว่าคนอื่นจะไม่ยอมรับตนเองอันเกิดจากผลของการเปลี่ยนแปลงตนเอง (๕) กลัวเกิดความขัดแย้งภายในตนเองเมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง (๖) กลัวที่จะล้มเหลวอันเป็นผลการจากเปลี่ยนแปลง และ (๗) กลัวผลลัพธ์ของความสำเร็จ ความกลัวเหล่านี้จะเกิดขึ้นกับบุคคลจะส่งผลให้บุคคลนั้นมีทักษะชีวิตที่บกพร่องอยู่ในการดำเนินชีวิต

นอกจากนี้ การปฏิบัติต่อกันภายในครอบครัว ก็เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความบกพร่องของทักษะชีวิตได้หลายประการคือ

(๑) พ่อแม่ ผู้ปกครองเลี้ยงดูเด็กแบบไขว่ในหิน ทำให้เด็กไม่มีโอกาสได้ทำ หรือตัดสินใจเลือก หรือแสดงความต้องการ หรือการตัดสินใจเพื่อแก้ปัญหาเอง หรือช่วยเหลือตนเองตามวัย

(๒) เด็กมีความอดทนน้อย เพราะเคยมีประสบการณ์ที่สมหวังทุกอย่าง เมื่อเจออุปสรรคมักจะทนไม่ได้ บางคนถึงกับตัดสินใจพลาด เช่น ทำร้ายผู้อื่น หรือทำร้ายตนเอง

(๓) ขาดการฝึกการแก้ปัญหา

(๔) ขาดการปรับตัวเข้ากับสังคมและกลุ่มเพื่อนเพราะถูกบังคับให้มุ่งเรียนอย่างเดียว ไม่ได้เล่นหรือทำกิจกรรมกลุ่ม หรือคบหากับเพื่อนฝูง เมื่อต้องทำงานในชีวิตจริงจะปรับตัวกับเพื่อนร่วมงานยาก และอาจจะถูกทิ้งให้โดดเดี่ยว

(๕) ขาดการรู้เท่าทันคน

(๖) พ่อแม่ ผู้ปกครอง ไม่มีเวลาอยู่กับเด็กเนื่องจากต้องทำงานหาเงิน จนไม่รู้ว่าลูกหรือเด็กในปกครองกำลังเผชิญกับปัญหาอะไรบ้าง ดังนั้นครอบครัวก็เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เด็กเกิดความบกพร่องของทักษะชีวิต การที่พ่อแม่หรือผู้ปกครองไม่ฝึกเด็กให้มีความเข้มแข็งทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา จึงทำให้เด็กเป็นบุคคลอ่อนแอ กลัวการเปลี่ยนแปลง มีความอดทนน้อย แก้ปัญหาไม่เป็น ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้

๒.๑.๕ การพัฒนาทักษะชีวิตที่จำเป็น

การพัฒนาทักษะต่าง ๆ (Skills Development) ในการออกแบบการพัฒนาทักษะชีวิตนั้นขึ้นอยู่กับว่าผู้ออกแบบปรารถนาจะให้ผลลัพธ์ออกมาเป็นอย่างไร โดยทักษะชีวิตอาจแบ่งออกเป็นทักษะที่จำเป็นได้เป็นหลายประการ เช่น การแก้ปัญหาระหว่างบุคคล การให้ความร่วมมือ การแสดงออกอย่างเหมาะสม การมีความรับผิดชอบ การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น การควบคุมตนเอง ทักษะการสื่อสาร การแก้ปัญหาคความขัดแย้ง ทักษะการควบคุมความโกรธ การแก้ปัญหและการตัดสินใจ การคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณและสร้างสรรค์ การตระหนักรู้ในตนเอง การเผชิญและจัดการกับความเครียด ตลอดจนการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เป็นต้น

แมนกรูก้า วิทแมน และโพสเนอร์^{๑๔} (Mangrulkar, Whitman, & Posner) ได้ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กและวัยรุ่น โดยได้แบ่งองค์ประกอบสำคัญของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตไว้ ๓ องค์ประกอบ คือ

(๑) องค์ประกอบทักษะทางสังคม (Social Skills) ประกอบด้วย ทักษะการติดต่อสื่อสาร ทักษะการปฏิเสธและเจรจาต่อรอง ทักษะการกล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ทักษะระหว่างบุคคล (การพัฒนาสัมพันธภาพที่ดี) ทักษะการให้ความร่วมมือ ทักษะการเห็นอกเห็นใจบุคคลอื่น และเนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยของความท้าทายมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพิ่มขึ้นไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ กลุ่มเพื่อน หรือบุคคลอื่นๆ ในสังคม สิ่งเหล่านี้จะเพิ่มความซับซ้อนของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมให้กับวัยรุ่น การที่วัยรุ่นขาดทักษะทางสังคมที่พอเพียง หรือวัยรุ่นที่ล้มเหลวในการพัฒนาทักษะสำหรับการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น อาจถูกการปฏิเสธจากกลุ่มสังคมนั้นและนำมาซึ่งพฤติกรรมต่าง ๆ ที่ไม่เหมาะสม เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว การแยกตัวออกจากสังคม การใช้สารเสพติดต่าง ๆ เป็นต้น

(๒) องค์ประกอบทักษะทางความคิด (Cognitive Skills) ประกอบด้วย ทักษะการแก้ปัญหาและทักษะการตัดสินใจ (การเข้าใจผลที่จะเกิดขึ้นของการกระทำ การกำหนดทางเลือกในการแก้ปัญหา) การพัฒนาทักษะชีวิตส่วนใหญ่จะรวมทักษะทางสังคมและทักษะทางความคิดเข้าด้วยกัน การแก้ปัญหาและการตัดสินใจ เป็นทักษะสำคัญของทักษะทางความคิดในการที่จะช่วยพัฒนาทักษะชีวิตให้กับวัยรุ่น จากทฤษฎีของแบนดูรากล่าวไว้ว่า บุคคลที่มีประสบการณ์ที่ย่างยากเกี่ยวกับการตัดสินใจและการแก้ปัญหา จะส่งผลให้บุคคลนั้นไม่สามารถสร้างเป้าหมายที่เหมาะสมและประสบความสำเร็จในเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ ดังนั้นสิ่งสำคัญในการฝึกทักษะการตัดสินใจและการแก้ปัญหาให้กับวัยรุ่นนั้นจะต้องออกแบบโมเดลให้วัยรุ่นเรียนรู้ว่าอย่างไร (How) ไม่ใช่รู้วาคืออะไร (What) เท่านั้น เนื่องจากทักษะทางความคิดจะช่วยให้เด็กนำทักษะที่ได้ฝึกไปประยุกต์ใช้ในการต่อต้านหรือปฏิเสธความกดดันจากกลุ่มเพื่อนสื่อและสังคม ได้โดยการเรียนรู้ที่จะคิดอย่างมีวิจารณญาณเกี่ยวกับความกดดันต่าง ๆ ที่เข้ามาคุกคามในชีวิต

(๓) พื้นฐานสำคัญของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตพื้นฐานสำคัญของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิต ประกอบด้วยส่วนสำคัญ ๓ ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ ๑ การพัฒนาทักษะ (Skills Development) ประกอบด้วย ทักษะ ๓ ทักษะ ได้แก่ ทักษะทางด้านสังคม ทักษะทางด้านความคิด และทักษะการจัดการทางอารมณ์

ส่วนที่ ๒ เนื้อหาข้อมูลข่าวสาร (Informational Content) เนื้อหาข้อมูลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตนั้น อยู่บนพื้นฐานของบุคคล สังคม และประเด็นสำคัญเฉพาะของวัยรุ่นเป็นหลัก

ส่วนที่ ๓ วิธีการสอนแบบมีปฏิสัมพันธ์ (Interactive Teaching Methodologies) โดยเน้นกระบวนการเรียนรู้อย่างเป็นธรรมชาติ ได้แก่ การแสดงบทบาทสมมติ การเรียนรู้จากตัวแบบและการใช้กิจกรรมกลุ่ม เป็นต้น

^{๑๔} สกล วรเจริญศรี, การศึกษาทักษะชีวิต และการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น, *ปริญาญการศึกษาดุขฎิบัณชิต* สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, กรุงเทพมหานครบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐.

๒.๑.๖ ปัจจัยที่สนับสนุนการเสริมสร้างทักษะชีวิต

สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเสริมสร้างและสนับสนุนทักษะชีวิตที่เข้มแข็งและอ่อนแอ มีหลายปัจจัย ดังนี้^{๑๕}

๑) สัมพันธภาพที่ให้การสนับสนุน (Supportive Relationships) ไม่ว่าบุคคลจะอยู่ในช่วงอายุใดก็ตาม จะเกิดความสุขและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากบุคคลนั้นรู้สึกว่ามีคนไว้วางใจเขา เขาได้ให้ความสำคัญและเน้นเป็นอย่างยิ่ง กับสัมพันธภาพที่ให้การสนับสนุน ไม่ว่าจะเป็นการให้ความเคารพ ความจริงใจ ความเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจต่าง ๆ ดังนั้นปัจจัยด้านสัมพันธภาพที่ให้การสนับสนุนจะช่วยพัฒนาทักษะชีวิตกับบุคคลได้ ทั้งนี้สัมพันธภาพที่สนับสนุน จะก่อให้เกิดความรู้สึกปลอดภัยในการสำรวจพฤติกรรมและการเรียนรู้ที่ผิดพลาดต่าง ๆ ของตน อีกทั้งยังช่วยให้บุคคลรับฟังตัวเองมากขึ้นมีความรู้สึกภูมิใจและมีความเข้าใจในตนเองที่ลึกซึ้งสามารถเกิดการสัมผัสกับความต้องการที่แท้จริงของตนเอง ตลอดจนความต้องการของชีวิตตนเองได้

๒) การเรียนรู้จากตัวอย่าง (Learning from Example) การเรียนรู้จากตัวอย่างอาจส่งผลกระทบต่อทักษะชีวิตที่ดีและไม่ดีได้ เด็กและวัยรุ่นจะเรียนรู้ที่จะแสดงความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมจากตัวอย่างรอบ ๆ ตัว เช่น เด็กที่มีพ่อแม่ที่ขาดการแสดงออกทางอารมณ์ จะทำให้เด็กขาดโอกาสสำหรับการสังเกตวิธีการของการแสดงออกทางอารมณ์ได้ หรือถ้าพ่อแม่ และบุคคลอื่น ๆ รอบ ๆ ตัวเด็ก มีการคิด รู้สึก และพฤติกรรมที่ขาดประสิทธิภาพ เช่น การตำหนิ ดุด่า หรือมีการแสดงออกที่เกินจริง จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมเช่นนั้นตามไป ด้วย ในทางตรงกันข้ามถ้าเด็กได้เรียนรู้จากตัวแบบที่ดีของพ่อแม่หรือบุคคลที่มีความสำคัญสำหรับเด็ก (กลุ่มเพื่อน ครู พี่น้อง ญาติ และสื่อ) ก็จะทำให้เด็กมีทักษะชีวิตที่เข้มแข็งในด้านความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรม

๓) การเรียนรู้จากผลที่ตามมา (Learning from Consequences) การเรียนรู้ทักษะชีวิตจากการสังเกตตัวแบบ เป็นการผสมผสานของการเรียนรู้ผลที่ตามมาทั้งดีและไม่ดี บุคคลจะรับรู้ผลที่เกิดขึ้นตามมาด้วย ๒ วิธี คือ การเรียนรู้แบบวางเงื่อนไข (Classical Conditioning) และการเรียนรู้จากการปฏิบัติ (Operant Conditioning) ผลที่เกิดขึ้นที่ดีจะช่วยให้บุคคลได้มาซึ่งทักษะชีวิต

๔) การสั่งสอน และการสอนตนเอง (Instruction and Self-Instruction) การสั่งสอน เป็นปัจจัยหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลเกิดทักษะชีวิต การสอนทักษะชีวิตเกิดขึ้นอย่างไม่เป็นทางการในครอบครัว เช่น การขอร้องให้ลูกหรือเด็กทำบางสิ่งบางอย่างโดยมีการสื่อสารว่า “ได้โปรด” หรือ “ขอบคุณ” สิ่งเหล่านี้เป็นทักษะชีวิตพื้นฐานในการสั่งสอนที่เริ่มต้นจากครอบครัว ทำให้เด็กเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ๆ ภายนอกครอบครัวได้ การสั่งสอนสามารถเป็นสิ่งที่ดีและเป็นสิ่งที่ไม่มีความหมายได้ เช่น เมื่อบุคคลเกิดการต่อต้านผู้สั่งสอน หรือผู้สั่งสอนบางคนเน้นด้านการพูดคุยมากกว่าการที่จะบอกบุคคลว่าจะต้องทำอะไร เป็นต้น

๕) ข้อมูลข่าวสารและโอกาส (Information and Opportunity) บุคคลต้องการข้อมูลข่าวสารที่พอเพียงต่อการที่จะพัฒนาทักษะชีวิต เช่น การให้ข้อมูลเกี่ยวกับการป้องกันโรคติดต่อ

^{๑๕} สกล วรเจริญศรี, การศึกษาทักษะชีวิต และการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น, *ปริญญาการศึกษาคุณวุฒิบัณฑิต* สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, กรุงเทพมหานครบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐.

ทางเพศสัมพันธ์ นอกจากนี้เด็ก วัยรุ่น และผู้ใหญ่ มีความต้องการเช่นเดียวกันในเรื่องของโอกาสที่จะทดสอบและพัฒนาทักษะชีวิต

๖) ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่น (Anxiety and Confidence) เด็กๆ จะเจริญเติบโตภายใต้ประสบการณ์ที่ดีและไม่ดี สำหรับการพัฒนาความภูมิใจในตนเอง ระดับความวิตกกังวลจะมีความสัมพันธ์กับการป้องกันการต่อต้านจากอันตรายและแรงจูงใจของตนเองเกี่ยวกับความสำเร็จที่เป็นจริง ผลของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวล ซึ่งความวิตกกังวลในที่นี้ รวมถึงความไม่เต็มใจความตึงเครียด ความตื่นเต้น การเรียนรู้โดยไม่ผ่อนคลายความตึงเครียด หรือแม้กระทั่งการขาดความมุ่งมั่น จะพยายามอย่างไรก็ตาม บุคคลที่จะเรียนรู้ทักษะชีวิตหรือทักษะในการช่วยตนเองได้ดีจะต้องมีทักษะของการจัดการความวิตกกังวล

ผู้วิจัยสรุป ปัจจัยพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิต ผู้พัฒนาจะต้องทำความเข้าใจกับทักษะที่จำเป็นของแต่ละบุคคล โปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตและจะต้องสร้างภูมิคุ้มกันป้องกันความเสี่ยงจากปัจจัยคุกคามภายใน และปัจจัยคุกคามภายนอกด้วย

๒.๒ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการแนะแนว

๒.๒.๑ ความหมายของการแนะแนว (Guidance)

สลิต วงศ์สุวรรณ ได้กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง กระบวนการที่ผู้มีความรู้ ทางด้านการแนะแนวให้บริการช่วยเหลือแก่บุคคล โดยไม่จำกัดเพศ วัย ชั้น วรรณะ อาจจะเป็น รายบุคคล หรือเป็นรายกลุ่มแล้วแต่กรณี ให้เขาเข้าใจสภาพที่แท้จริงของตนเองว่ามีความสามารถ ความถนัดตามธรรมชาติ สติปัญญา เจตคติ ศักยภาพอย่างไร เพื่อนำตนหรือช่วยตนได้อย่างมี ประสิทธิภาพ กล่าวคือสามารถเองกันแก้ไขปัญหาและพัฒนาตนเองไม่ว่าจะเป็นทางกาย อารมณ์ หรือสังคมได้อย่างถูกต้อง^{๑๖}

จำเนียร ช่วงโชติ กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง กระบวนการช่วยเหลือบุคคลแต่ละคน ให้รู้จักเข้าใจตนเอง โลกที่เขาอยู่และบุคคลอื่นที่เขาเกี่ยวข้องกับตัวให้สามารถช่วยตนเอง หรือนำตนเองในสิ่งแวดล้อมได้อย่างฉลาด ให้สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ในทุกด้าน ให้สามารถนำศักยภาพของตนมาใช้ให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคม และดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข^{๑๗}

วัชร ทรัพย์มี ให้คำจำกัดความของการแนะแนวว่า เป็นกระบวนการช่วยเหลือ บุคคลให้เข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เขาสามารถนำตนเองได้ เป็นต้นว่าตัดสินใจได้ว่า จะศึกษาด้านใด ประกอบอาชีพใด หรือแก้ปัญหาอย่างไร และสามารถปรับตัวได้อย่างมีความสุข มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้ พัฒนาตนเองให้ถึงขีดสุดในทุกด้าน^{๑๘}

^{๑๖} สลิต วงศ์สุวรรณ, จิตวิทยาแนะแนว, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บำรุงศาสตร์, ๒๕๓๑.

^{๑๗} จำเนียร ช่วงโชติ, การให้บริการปรึกษาและแนะแนวทางเบื้องต้น, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง : กรุงเทพมหานคร, ๒๕๒๔.

^{๑๘} วัชร ทรัพย์มี, การแนะแนวในโรงเรียน, พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๑.

จากการศึกษาความหมายของการแนะแนว สรุปได้ว่า การแนะแนว คือ กระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้นักเรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนา ป้องกันและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ทั้งทางด้านการศึกษาด้านอาชีพ และด้านส่วนตัวและสังคม เพื่อช่วยให้ผู้เรียนค้นพบและพัฒนา ความสามารถของตนเอง และวางแผนทางการดำเนินชีวิตของตนเองได้อย่างเหมาะสม

๒.๒.๒ จุดมุ่งหมายของการแนะแนว

พนม ลิ้มอารีย์ ได้แบ่งความมุ่งหมายของการแนะแนวออกเป็น ๒ ประเภท^{๑๙} คือ

๑) จุดมุ่งหมายทั่วไป หมายถึง ความมุ่งหมายของการแนะแนวโดยส่วนรวมนั้น คือ การแนะแนวไม่ว่าจะจัด ณ สถานที่ใดก็ตามย่อมจะมีความมุ่งหมายทั่วไปเหมือนกัน หรืออาจจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า หน้าที่ของการแนะแนวก็ได้ ซึ่งมีอยู่ 3 ประการด้วยกัน

(๑) เพื่อป้องกันปัญหา (Prevention) นั่นคือ การแนะแนวมุ่งจะป้องกันไม่ให้นักเรียนเกิดปัญหาหรือความยุ่งยากในการดำเนินชีวิตของตนเพราะปัญหาและความยุ่งยากต่าง ๆ นั้นสามารถป้องกันได้และการปล่อยให้เด็กเกิดปัญหาขึ้นมาแล้วค่อยตามแก้ไขช่วยเหลือใน ภายหลังนั้นทำได้ยากและต้องใช้เวลาาน ในบางกรณีอาจจะแก้ไขไม่ได้อีกด้วย

(๒) เพื่อแก้ไขปัญหา (Curation) นั่นคือ การแนะแนวมุ่งจะให้ความช่วยเหลือนักเรียน ในการแก้ไขปัญหาคือ ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตน เพราะถ้าปล่อยให้เด็กประสบกับปัญหาโดยไม่ให้ความช่วยเหลือแล้ว เด็กย่อมจะไม่สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมอย่างปรกติสุขได้ และในบางครั้งอาจจะมีการปรับตัวที่ผิด ๆ ทำให้เกิดปัญหาเพิ่มมากยิ่งขึ้น

(๓) เพื่อส่งเสริมพัฒนา (Development) นั่นคือ การแนะแนวมุ่งจะให้ส่งเสริมให้นักเรียนทุกคนให้เกิดความเจริญงอกงามมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ อย่างสมบูรณ์ เพื่อให้นักเรียน แต่ละคนจะได้รับการส่งเสริมและแสดงความสามารถในด้านต่าง ๆ ของตนออกมาอย่างเต็มที่ โดย ไม่ให้มีสิ่งใดมาเป็นอุปสรรคขัดขวางความเจริญก้าวหน้าและพัฒนาการของนักเรียน

๒) จุดมุ่งหมายเฉพาะ หมายถึงความมุ่งหมายของการแนะแนวที่สถานศึกษาซึ่งจัดให้มีการบริการแนะแนวเป็นผู้กำหนดขึ้นมาเพื่อให้สอดคล้องกับปรัชญาเป้าหมายหลักสูตร และสภาพสังคมของสถานศึกษานั้น ๆ แต่อย่างไรก็ตามความมุ่งหมายเฉพาะของการแนะแนวสำหรับสถานศึกษาแต่ละแห่งก็ย่อมจะคล้ายคลึงกันไม่แตกต่างกันมากนัก เช่น

(๑) เพื่อช่วยให้นักเรียนแต่ละคนได้รู้จักตนเองอย่างถ่องแท้ (Self-Understanding) คือ การช่วยให้นักเรียนรู้ถึงความต้องการ ความคิด ความสามารถ ความถนัด และข้อจำกัดต่างๆ ของตน อันจะเป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจเลือกแนวทางการศึกษา อาชีพ และการดำเนินชีวิตของนักเรียน

(๒) เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักปรับตัว (Self-Adjustment) ให้เหมาะสมกับตนเองและสภาพแวดล้อม คือการช่วยให้นักเรียนรู้จักวิธีปฏิบัติตนเพื่อที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสมและเป็นสุข

(๓) เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักนำตนเอง (Self-Direction) คือ การช่วยให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้จักใช้สติปัญญาความสามารถของตนแก้ไขปัญหาคือ ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างฉลาดและ

^{๑๙} พนม ลิ้มอารีย์, การแนะแนวเบื้องต้น, พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๘.

เหมาะสม สามารถวางแผนการชีวิตในอนาคต และสามารถนำตนเองไปสู่ที่หมายที่วางไว้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

(๔) เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักใช้วิจารณ์ญาณคาดการณ์ล่วงหน้า สิ่งที่จะเกิดขึ้นและรู้จักหลีกเลี่ยงและ!เองกันสิ่งที่จะเกิดขึ้นโดยกะทันหัน

(๕) เพื่อส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน เพราะการมีสัมพันธภาพที่ดีจะช่วยให้การบริหารงานของโรงเรียนดำเนินไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

(๖) เพื่อช่วยแก้ไขเรื่องประชาธิปไตยให้แก่เยาวชนของชาติ เพราะการแก้ไขให้นักเรียนได้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิและหน้าที่ของตน และมีการปฏิบัติจริงจะช่วยให้นักเรียนเจริญเติบโตเป็นผู้ให้ที่มีคุณภาพ

(๗) เพื่อช่วยให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน ระหว่างโรงเรียน บ้านและชุมชน อันจะเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมพัฒนานักเรียนในที่สุด

๒.๒.๓ ขอบข่ายของการแนะแนว

ขอบข่ายของการแนะแนว มี ๓ ประเภท ดังนี้^{๒๐}

๑) การแนะแนวการศึกษา (Educational Guidance) เป็นการบริการช่วยเหลือนักเรียนเกี่ยวกับการเลือกแนวการศึกษาให้เหมาะสมกับความสามารถตนเอง และเพิ่มพูนประสิทธิภาพทางการเรียนให้ดีขึ้น การแนะนำการแก้ปัญหาในการเรียน การแสวงหาความรู้

๒) การแนะแนวอาชีพ (Vocational Guidance) เป็นบริการช่วยให้นักเรียนเลือกอาชีพได้ เหมาะกับความสนใจ และความสามารถของนักเรียนการเตรียมตัวในการเรียน วิชาที่จะเป็นพื้นฐาน ในอาชีพนั้นๆ

๓) การแนะแนวส่วนตัวและสังคม (Personal-Social Guidance) เป็นการแนะแนวให้นักเรียนสามารถดำเนินชีวิตในสังคมอย่างปกติสุข สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมวางตัวได้เหมาะสมเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม มีความสามารถเป็นได้ทั้งผู้นำ และผู้ตามที่ดี

๒.๒.๔ หลักการแนะแนว

อัมพวัน อัมพรสิทธิ์ และพนม ลีมาอารีย์ ได้กล่าวไว้สอดคล้องกันว่า การจัดการแนะแนวให้ได้ผลดี ต้องยึดหลัก ดังต่อไปนี้

๑) การจัดบริการแนะแนวในโรงเรียนจะต้องมุ่งให้ความช่วยเหลือนักเรียนทุกคนจากนักเรียนทุกคนย่อมต้องการความช่วยเหลือจากโรงเรียนของตน และเป็นการให้บริการด้วยความเสมอภาค เป็นธรรม และเท่าเทียมกัน

๒) การจัดบริการแนะแนวจะต้องกระทำอย่างเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง คือ จัดอย่างเป็นระบบ มีระเบียบแบบแผน มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกันไปเป็นลูกโซ่ทุกขั้นตอน จนกระทั่งบุคคลที่ได้รับการช่วยเหลือสามารถนำตนเองได้ ช่วยตนเองได้

^{๒๐} จินตินันท์ บุญสถิตกุล, **หลักการแนะแนว**, กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๕๐.

๓) ผู้ทำงานแนะแนวจะต้องยอมรับในความเป็นเอกัตบุคคล (Individual) ของนักเรียน นั่นคือ จะต้องมีความเข้าใจและยอมรับในเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Differences)

(๑) บุคคลแต่ละคนย่อมมีลักษณะเฉพาะของตนเอง จะไม่เหมือนคนอื่น ไม่ว่าจะรูปร่าง สติปัญญา ความสามารถ อุปนิสัย ค่านิยม ความสนใจ ฯลฯ

(๒) บุคคลแต่ละคนย่อมมีพัฒนาการไปตามลักษณะเฉพาะของตนอย่างมีลำดับขั้นและต่อเนื่อง

๔) การแนะแนวเป็นงานที่วางอยู่บนพื้นฐานกระบวนการการพฤติกรรมของบุคคลและเกี่ยวข้องกับพัฒนาการของมนุษย์ ดังนั้นการแนะแนวจึงจำเป็นต้องใช้เครื่องมือและกลวิธีต่างๆ ทั้งที่เป็นแบบทดสอบและไม่ใช้แบบทดสอบ เพื่อจะได้เข้าใจบุคคลแต่ละคนและเพื่อช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้เข้าใจตนเอง เพื่อจะได้สามารถควบคุมพัฒนาการส่วนตัวของนักเรียนได้

๕) ผู้ทำงานด้านการแนะแนวจะต้องเคารพในสิทธิและเสรีภาพของบุคคลแต่ละคน นั่นคือ จะต้องยอมรับว่านักเรียนแต่ละคนมีอิสรภาพที่จะเลือกแนวทางชีวิตของตนเอง การเลือกและการจัดสินของนักเรียนควรเกิดจากการใช้วิจารณญาณของนักเรียนเอง ไม่ใช่เกิดจากการบังคับ

๖) การแนะแนวถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการของการศึกษา ดังนั้นการแนะแนวควรจะสอดแทรกอยู่ในกระบวนการเรียนการสอนของโรงเรียน เพื่อช่วยให้นักเรียนแต่ละคนได้มีการพัฒนาตนเองทุกด้านอย่างมีบูรณาการ (Integration)

๗) การแนะแนวที่มีประสิทธิภาพ ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้แนะแนว (Counselor) จะต้องเป็นผู้ที่ได้รับการศึกษาอบรมทางการแนะแนวมาโดยเฉพาะ มีทั้งความรู้ (Knowledge) และทักษะ (Skill) ที่เหมาะสมและมีการจัดดำเนินการแนะแนวอย่างมีระบบ (Systematical Guidance)

๘) ผู้ทำงานด้านการแนะแนวจะต้องเป็นผู้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความเป็นประชาธิปไตย เป็นผู้ที่มียอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และจะต้องเป็นผู้ที่สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

๙) การจัดบริการแนะแนวจะได้ผลดีมีประสิทธิภาพ จะต้องเกิดจากความร่วมมือและความสมัครใจจากบุคลากรทุกฝ่ายในโรงเรียน และนักเรียนผู้มารับบริการจะต้องมาด้วยความเต็มใจให้ความร่วมมือด้วย

๑๐) ผู้ทำงานด้านการแนะแนวจะต้องเป็นผู้ที่สามารถเก็บรักษาความลับได้ เพราะถ้าเป็นผู้ที่ไม่สามารถเก็บรักษาความลับได้ ก็จะทำให้นักเรียนเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย ทำให้ขาดความไว้วางใจและไม่ยินดีที่จะมารับความช่วยเหลือ

๒.๒.๖ ประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวในโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่ช่วยเติมเต็มความเป็นคนที่สมบูรณ์ให้แก่ นักเรียนตามจุดหมายของหลักสูตร นิรันดร์ จุลทรัพย์ กล่าวว่าการแนะแนวมีประโยชน์ ดังนี้^{๒๑}

๑) ประโยชน์ต่อนักเรียน การแนะแนวช่วยให้นักเรียนเกิดความเข้าใจตนเองอย่างถูกต้อง รู้ถึงข้อบกพร่องและความสามารถพิเศษของตน มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องราวต่างๆ ที่เป็น

^{๒๑} นิรันดร์ จุลทรัพย์, การแนะแนวเบื้องต้น, สงขลา : มหาวิทยาลัยทักษิณ, ๒๕๔๕.

ประโยชน์ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนสามารถพิจารณาตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง สามารถที่จะปรับตัวได้ อย่างเหมาะสมและดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

๒) ประโยชน์ต่อครู อาจารย์และโรงเรียน บริการต่าง ๆ ในงานแนะแนวจะช่วยให้ครู อาจารย์เข้าใจนักเรียนได้ดีขึ้นทุกด้าน สามารถปรับปรุงการเรียนการสอนและการปกครองให้เหมาะสมสามารถจัดแบ่งนักเรียนออกตามความสามารถและจัดบทเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และจะช่วยให้โรงเรียนสามารถจัดกิจกรรมและบริการต่างๆ ได้เหมาะสมกับความต้องการของ นักเรียน ซึ่งจะเป็นการช่วยลดปัญหาเรื่องความประพฤติของนักเรียน

๓) ประโยชน์ต่อผู้ปกครอง การแนะแนวจะช่วยให้ผู้ปกครองมีความเข้าใจเด็กของตนเองดีขึ้น เข้าใจถึงแนวทางและโอกาสในการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ปกครองสามารถชี้แนะช่องทางแก่เด็กของตนได้ดีขึ้น นอกจากนี้การแนะแนวจะช่วยให้ผู้ปกครองยอมรับขีดจำกัดของความสามารถของเด็ก จะไม่เร่งรัดเด็กให้ทำงานเกินความสามารถอันจะเป็นผลเสียแก่เด็กได้

๒.๒.๗ รูปแบบของการแนะแนว

การแนะแนวเป็นวิธีการที่ทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ โดยใช้เครื่องมือที่สร้างขึ้นใช้เทคนิคต่างๆ ซึ่งได้แก่ การแสดงบทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง และการอภิปรายกลุ่ม พร้อมทั้งสื่อที่ใช้ได้แก่ เอกสาร วีดิทัศน์ และสื่อเคลื่อนที่ การพัฒนาความคิดก็เช่นเดียวกัน จำเป็นต้องใช้เทคนิคต่างๆ เพื่อช่วยให้เด็กได้พัฒนาการคิดสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ดังนี้

๑) การอภิปราย เป็นวิธีการซึ่งสามารถนำมาใช้ประกอบได้ดีโดยมีการประชุมพิจารณาถึงปัญหาใดปัญหาหนึ่งที่เป็นปัญหาร่วมกัน การประชุมเป็นแบบกันเอง ซึ่งสมาชิกแต่ละคนจะได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตนได้อย่างเสรีเป็นการสร้างระบบการประชุม

๒) กระบวนการกลุ่ม เป็นกระบวนการจัดให้นักเรียนทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มโดยแต่ละคนมีตำแหน่ง หน้าที่รับผิดชอบ มีการอภิปราย วางแผน และร่วมปฏิบัติตามแผนภายในกลุ่มจนผลงานสำเร็จ ถ้าเป็นกลุ่มใหญ่กลุ่มเดียว จำนวนนักเรียนภายในกลุ่ม ควรประมาณ ๑๒ - ๑๕ คน แต่ถ้าเป็นกลุ่มย่อย แต่ละกลุ่มควรประมาณ ๕-๗ คน การใช้วิธีจัดกิจกรรมแนะแนวแบบกระบวนการกลุ่มนี้พบว่าใช้ได้ดีกับผู้เรียนทุกระดับ และมักใช้เพื่อให้ได้วัตถุประสงค์ ๒ ด้านด้วยกัน คือ ทั้งด้านเนื้อหา ของกิจกรรมแนะแนวในคาบเรียนครั้งนั้น และด้านการทำงานกลุ่มร่วมกับผู้อื่น ครูควรต้องควบคุมให้นักเรียนแต่ละคนมีส่วนร่วมในกิจกรรมของกลุ่ม และทำหน้าที่ประสานการทำงานของคนในกลุ่มให้ทำงานไปสู่เป้าหมายของกลุ่มให้ได้ ทำให้ทุกคนเกิดความรู้สึกผูกพันต่อกลุ่มเกิดความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน กับให้ตระหนักในบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบของตนต่อกลุ่ม

๓) การแสดงบทบาทสมมติ เป็นวิธีการซึ่งสามารถนำมาใช้ประกอบการสอนได้ดี วิธีการนี้มีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติ มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมาแล้วให้นักเรียนสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ระสอภรณ์และความรู้สึกนึกคิดเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้นักเรียนมีโอกาสศึกษาและวิเคราะห์ถึงความรู้สึก และพฤติกรรมอย่างลึกซึ้ง และยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลินมีความกระตือรือร้น และสิ่งสำคัญการแสดงบทบาทสมมตินักเรียนได้ทดลอง

แสดงบทบาทนั้นๆ ด้วยตนเองทำให้นักเรียนพิจารณาและเกิดแนวทางในการแก้ปัญหาให้ตรงประเด็นด้วย

๔) กรณีตัวอย่าง เป็นวิธีการซึ่งใช้เรื่องราวต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงนำมาดัดแปลงและเป็นตัวอย่างเพื่อให้นักเรียนได้ศึกษาวิเคราะห์ และอภิปรายเพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้นๆ วิธีการนี้ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลที่ได้อย่างถี่ถ้วน การอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งการเอกรณต่างๆ ซึ่งใกล้เคียงกับความเป็นจริง ซึ่งมีส่วนให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับนักเรียนมากยิ่งขึ้น

๕) สถานการณ์จำลอง เป็นการแสดงบทบาทตามลำดับเหตุการณ์ที่เตรียมไว้ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริงแล้วให้นักเรียนเข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้น และมีปฏิริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้จะช่วยให้นักเรียนได้มีโอกาสได้ทดลองแสดงพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริง นักเรียนอาจไม่กล้าแสดง และเป็นการเสี่ยงต่อผลประโยชน์ที่จะได้รับจนเกินไป

๖) การสาธิต เป็นวิธีการที่ง่ายสามารถแสดงทักษะที่ง่าย ๆ เช่น การตอกตะปู การเลื่อยไม้ ฯลฯ การสาธิตจะต้องกำหนดไว้ในใจ ขณะสาธิต และก่อนการสาธิต

๗) บรรยาย เป็นวิธีที่ครูแนะแนว บอก อธิบาย เล่าเรื่องให้นักเรียนฟังโดยมีจุดประสงค์เพื่อให้นักเรียน ได้ทราบเนื้อหาหรือเรื่องราวที่ศึกษาเองได้ยาก หรือเรื่องราวที่ครูแนะแนวทราบแต่เพียงผู้เดียวให้นักเรียนได้มีโอกาสทราบด้วย

การบรรยายแบ่งออกเป็น ๔ ลักษณะ คือ

(๑) การบรรยายโดยไม่สิ่งประกอบ มักใช้ในการบรรยายที่เป็นทางการและเหมาะกับผู้บรรยายที่มีความรู้ดีมีความสามารถทางการพูด มีท่าทางหรือเสียงดึงดูดใจผู้ฟัง สนใจและสนุกกับเรื่องที่จะบรรยาย ต้องวางแผนจัดเวลาให้เหมาะสมเพื่อบรรยายประเด็นสำคัญและตัวนักเรียน และควรบรรยายแบบพูดคุยมากกว่าบรรยายแบบอ่านเนื้อหาให้นักเรียนฟัง และวิธีนี้เหมาะที่ใช้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาเท่านั้น

(๒) การบรรยายประกอบสื่อ เป็นการบรรยายที่มีอุปกรณ์หรือสื่อประกอบ สื่อที่นำมาประกอบอาจเป็นแผนภูมิ ภาพยนตร์ แผ่นใส เทปเสียง วีดีโอ บัตรคำ แถบประโยค เพลง ฯลฯ วิธีบรรยายประกอบสื่อช่วยดึงดูดความสนใจของนักเรียน ลดความน่าเบื่อ กับช่วยส่งเสริมให้นักเรียนเข้าใจสิ่งที่บรรยายได้มากขึ้น แต่ทั้งนี้โดยครูแนะแนวต้องเลือกสื่อให้สอดคล้องกับเนื้อหาของการบรรยายกับท่านทางครูควรต้องให้เข้ากับบรรยากาศของกิจกรรมและสื่อ

(๓) การบรรยายประกอบการสาธิต เป็นการบรรยายที่มีการแสดงท่าทางหรือกิจกรรมประกอบการบรรยายไปด้วย โดยผู้บรรยายอาจสาธิตเองหรือเชิญวิทยากรอื่นมาสาธิตให้ หรือให้นักเรียนเป็นผู้สาธิตก็ได้ วิธีนี้เหมาะที่ใช้กับกิจกรรมการฝึกมารยาท การพัฒนาบุคลิกภาพ การวางตัว หรือการสาธิตประดิษฐ์สิ่งของเพื่อแนะแนวอาชีพอิสระ การใช้เวลาวางให้เป็นประโยชน์หรืองานอดิเรก เป็นต้น วิธีนี้ถ้ามีการวางแผนจัดกิจกรรมที่ดี จะช่วยให้นักเรียนสนใจและเป็นประโยชน์แก่นักเรียนมาก

(๔) การบรรยายประกอบการอภิปราย เป็นการบรรยายที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ถาม แสดงความคิดเห็นภายหลังจากที่ครูได้เสนอแนวคิด หลักการ ทฤษฎี แล้วตั้งคำถามกลางๆ ที่เน้นให้ผู้เรียนแสดงแนวคิดมากกว่าแสดงข้อมูล หรืออาจให้นักเรียนร่วมยกตัวอย่างจากทฤษฎีหรือหลักการ

การบรรยายแบบต่างๆ จะประสบความสำเร็จได้ดีโดยผู้บรรยายต้องเตรียมเนื้อหาที่จะบรรยายโดยลึกซึ้งแม่นยำ มีอารมณ์ขัน น่าเสียงน่าสนใจ มีการทอเสียง เน้นเสียง ให้ความสนใจนักเรียนโดยทั่วถึงและมีการเว้นจังหวะให้นักเรียนได้ซักถาม ตอบคำถามหรืออภิปรายร่วมกับผู้บรรยายบ้าง

๘) เล่นเกม เป็นการจัดกิจกรรมโดยใช้เกมเป็นสื่อ เป็นวิธีที่ครูนิยมใช้กันมาก ช่วยสนองธรรมชาติพฤติกรรมของนักเรียนที่ไม่ชอบอยู่นิ่ง กับช่วยดึงดูดความสนใจของนักเรียนได้ดี เหมาะอย่างยิ่งที่จะใช้เพื่อการแนะนำนักเรียนวัยประถมศึกษา แต่ครูต้องเลือกเกมให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายและลักษณะของผู้เรียน ครูต้องวางแผนไว้แน่นอนชัดเจนในการดำเนินกิจกรรมโดยกำหนดจุดประสงค์ กำหนดเวลาหรือขั้นตอนในการเล่นเกม กำหนดสื่อหรืออุปกรณ์อื่นๆ

๙) แบบสืบสวนสอบสวน เป็นวิธีที่เน้นการถามตามหัวข้อปัญหาเพื่อให้นักเรียนสังเกต วิเคราะห์ สังเคราะห์ จนได้ข้อสรุป ได้มโนคติในเรื่องที่เรียนด้วยตนเอง วิธีดังกล่าวนี้มักใช้เพื่อฝึกแก้ปัญหาและสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนใช้ความพยายามที่จะค้นพบคำตอบและให้เรียนได้ด้วยตนเอง จะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนด้านทักษะการคิด การแก้ปัญหา มากกว่ามุ่งเน้นให้นักเรียนรู้เนื้อหาของกิจกรรมในครั้งนั้นๆ แต่สามารถสอดแทรกเนื้อหาที่ต้องการให้นักเรียนเรียนรู้ได้ด้วย โดยอาจตั้งหัวข้อให้นักเรียนทำการสืบสวนสอบสวนด้านการศึกษา อาชีพ การพัฒนาตน การสื่อสารปรับตัวทางสังคม ตามลักษณะและสภาพของนักเรียนชั้นนั้นๆ การจัดกิจกรรมแบบสืบสวนสอบสวนนี้ ช่วยพัฒนากระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลของนักเรียนได้มาก แต่ถ้าจะจัดโดยได้ประสิทธิภาพ ครูต้องเตรียมการมากต้องอาศัยการลงทุนด้านเวลาและการวางแผนที่รอบคอบ

ผู้วิจัยสรุปรูปแบบการแนะนำได้ว่า กิจกรรมแนะนำจัดได้หลายรูป ดังนี้ การอภิปราย การใช้กระบวนการกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง การสาธิต การบรรยาย การเล่นเกม และแบบสืบสวนสอบสวน

๒.๓ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมแนะนำเชิงพุทธ

๒.๓.๑ หลักการของการแนะนำเชิงพุทธ

พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้นำแห่งการแนะนำของโลก โดยใช้หลักธรรมที่ทรงค้นพบเป็นเครื่องมือ ในการพัฒนาบุคคลให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ มนุษย์ต้องพึ่งตนเองให้ได้ไม่ว่าจะเป็นการรับประทานอาหาร การใช้เครื่องนุ่งห่ม การติดต่อสื่อสาร ตลอดถึงการหายใจ หากพึ่งตนเองไม่ได้ ก็ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ได้ พระพุทธศาสนาจึงมุ่งให้มนุษย์พัฒนาตนเองเป็นหลัก โดยปฏิเสธเรื่องอำนาจที่มาจากนอกตน ด้วยเหตุนี้พระพุทธศาสนาจึงเป็นที่สนใจสำหรับคนในสังคมโลก

๑) พระรัตนตรัย : การพึ่งตนเอง

เราเข้าถึงพระรัตนตรัยมิใช่เข้าถึงเป็นนงมายหรือขาดปัญญา เราเข้าถึงในฐานะ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มาช่วยแนะนำในการใช้ชีวิต ช่วยป้องกันทำให้บุคคลพึ่งตนเอง สำหรับภาษาอังกฤษ บางที่ใช้ คำว่า “refuge” แปลว่า ที่พึ่ง อีกคำหนึ่งใช้คำว่า “Guide” แปลว่า “ผู้นำ” หรือผู้ทำการแนะนำ ผู้ชี้แนะแนวทางการดำเนินชีวิต พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นผู้มืบทบาท

สำคัญต่อการแนะนำแนวเชิงพุทธ พระพุทธเจ้าเป็นผู้ค้นพบแนวทางในการดับทุกข์ พอรู้แล้วก็นำสิ่งที่ค้นพบมาบอกบุคคลอื่นต่อ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า อุกขาตาโร ตถาคตา ตถาคตเป็นเพียงผู้บอก คือชี้แนวทางให้ ตุมเหติ กิจจํ อาตปปี ส่วนตัวการกระทำนั้น เป็นเรื่องที่ท่านต้องทำ ต้องเพียรพยายามเอาเอง พระพุทธเจ้าเป็นผู้ค้นพบธรรมะแล้วนำมาเปิดเผยให้เราได้รับรู้จักและปฏิบัติตาม สิ่งที่พระพุทธเจ้าค้นพบมิใช่สิ่งที่เราต้องรู้และเข้าใจเพียงอย่างเดียว สิ่งสำคัญที่สุดก็คือการนำมาปฏิบัติพิจารณาด้วยปัญญา อย่างไรก็ตาม เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้ว ก็มีพระธรรมและพระวินัยเป็นตัวแทนของพระองค์ ถึงจะมีพระธรรมและพระวินัยเป็นตัวแทนของพระพุทธเจ้าก็จริง หากขาดผู้ทำหน้าที่ในการแนะนำพระธรรม พระธรรมก็จะไม่มีใครรู้ ไม่มีใครนำไปปฏิบัติ ด้วยเหตุนี้จึงเป็นบทบาทหน้าที่ของพระสงฆ์ต้องทำหน้าที่ต่อไป ดังคำกล่าวที่ว่า “เรามีพระพุทธเป็นผู้นำ มีพระธรรมเป็นแผนที่ และมีพระสงฆ์เป็นที่เลี้ยงค้อยแนะนำให้รู้จักและนำพระธรรมไปปฏิบัติเป็นวิถีชีวิตด้วยเหตุนี้ พระรัตนตรัยจึงเป็นหลักการสำคัญสำหรับวิชาการแนะนำ ตามความเป็นจริงแล้วคนทั่วไปไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ในทุกเรื่อง จึงจำเป็นต้องอาศัยผู้ช่วยให้สามารถพึ่งตนเองโดยได้ผ่านกระบวนการจัดกิจกรรมต่างๆ การใช้กิจกรรมหรือกระบวนการในการช่วยเหลือบุคคลที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ เป็นหน้าที่ของการแนะนำ ซึ่งผู้ที่จะทำหน้าที่ได้จำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับศาสตร์และศิลปะของการแนะนำด้วย การรู้จักตัวเองตามความเป็นจริง รู้จักสำรวจตัวเอง ควบคุมตนเองได้ ธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่มนุษย์สร้างขึ้นเป็นปัจจัยหนึ่งซึ่งส่งผลต่อความสามารถในการพึ่งตนเองได้ของมนุษย์ รวมถึงความคิดกับการพึ่งตนเองนอกจากบุคคลจะต้องเข้าใจเกี่ยวกับตนเองตามความเป็นจริงแล้วสิ่งสำคัญที่สุดคือ “การรู้จักคิด” ถ้าคิดเองเป็นก็สามารถตัดสินใจเลือกที่จะกระทำหรือละเว้นการกระทำสิ่งที่เป็นคุณหรือเป็นโทษต่อตนเองและคนอื่นได้ ความคิดเป็น คิดถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) จำเป็นคุณสมบัติเบื้องต้นของบุคคลที่สามารถช่วยแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้ จำเป็นต้องเข้าใจถึงคุณสมบัติเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง ต้องเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์และกระบวนการเรียนรู้ธรรมชาติของมนุษย์ สิ่งสำคัญของการแนะนำเชิงพุทธนั้นจำเป็นต้องเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์รวมถึงเข้าใจถึงกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์ด้วยกระบวนการเรียนรู้ของมนุษย์ต้องมีความสอดคล้องกับธรรมชาติของมนุษย์ การจะพัฒนามนุษย์ได้อย่างเป็นระบบโดยอาศัยกระบวนการเรียนรู้ จำเป็นต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์เป็นอันดับแรก

๒) ธรรมชาติของมนุษย์ตามทัศนะทางพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนามุ่งส่งเสริมให้บุคคลได้เข้าใจถึงความเป็นจริงของชีวิตที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และเสื่อมสลายไปเป็นเรื่องธรรมดา เป็นธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ฉะนั้นการที่จะเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ในแง่พระพุทธศาสนานั้นจะต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับความจริงของโลกและชีวิตเป็นขั้นต้น “ความจริงเกี่ยวกับชีวิต” ความจริงเป็นสิ่งที่มิอยู่ตามธรรมชาติ อาศัยเหตุปัจจัยและกฎเกณฑ์

การเกิดขึ้น แม้แต่ธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบก็มีอยู่ในธรรมชาติ ถึงพระพุทธเจ้าไม่ได้บังเกิดขึ้นในโลก ความจริงของธรรมะก็มีอยู่คู่โลกนี้ เช่น ความแก่ เจ็บ ตาย ก็ยังคงมีอยู่ เช่นการที่พระพุทธองค์ตรัสรู้เกี่ยวกับหลักไตรลักษณ์ ความเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ก็มีอยู่ตามธรรมชาติไม่เกี่ยวกับการมีหรือไม่มีของพระพุทธเจ้า

๓) กฎธรรมชาติตามหลักปฏิจสุมุปาบาท

ปฏิจสุมุปาบาท เป็นหัวข้อธรรมที่พระพุทธเจ้ากล่าวถึงเกี่ยวกับธรรมชาติการเกิดขึ้นของสิ่งต่างๆ ถึงแม้ว่าจะไม่มีพระพุทธเจ้า เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนั้นจึงมี เมื่อสิ่งนี้เกิด สิ่งนั้นจึงเกิด เมื่อสิ่งนี้ดับ สิ่งนั้นจึงดับ เช่น เพราะอวิชชา จึงเป็นปัจจัยทำให้เกิดสังขาร เพราะสังขารจึงเกิดวิญญาณ เป็นต้น นี้เรียกว่า “การเห็นตามความจริง” เป็นการมองสังขารธรรมในสิ่งที่เกิดขึ้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เรามองเห็นสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามหลักความเป็นจริง ด้วยการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองด้วยตนเอง รู้และเข้าใจด้วยตนเอง เมื่อเข้าใจเหตุปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญญาที่แท้จริงได้ก็จะสามารถหาแนวทางในการป้องกันหรือแก้ไขปัญหานั้นถูกวิธี และเป็นการแก้ไขปัญหานั้นด้วยปัญญาอย่างยั่งยืน

๔) มนุษย์กับการเกิด

ก่อนที่มนุษย์จะเกิดขึ้นมาต้องอาศัยอยู่ในท้องแม่ที่เราเรียกว่า “ทารก” ไม่น้อยกว่า ๙ เดือน ซึ่งการเรียนรู้เพื่อเอาชีวิตรอดของทารกนั้นผ่านการดูดซับเอาสารอาหารจากแม่ผ่านสายรกและสายเลือด เมื่อเกิดมาแล้วก็ไม่สามารถใช้ชีวิตด้วยตนเองได้เหมือนกับสัตว์ประเภทอื่นๆ ซึ่งสัตว์เหล่านั้นอาศัยสัญชาตญาณเพื่อการเอาชีวิตรอดขณะที่มนุษย์ยังไม่สามารถทำได้ จึงจำเป็นต้องได้รับการอบรมเลี้ยงดูหลังจากคลอดออกมาแล้วไม่น้อยกว่า ๑ ปี มนุษย์เกิดมาพร้อมกับความไม่รู้ ความไม่เข้าใจสิ่งแวดล้อมรอบตัว ไม่รู้จักโลกที่ตนเองเกิดมา ไม่รู้จักการดำรงชีพ ความไม่รู้แบบนี้ เราเรียกว่า “อวิชชา” เมื่ออยู่ด้วยความไม่รู้ก็เกิดปัญหาติดขัด ขัดข้องไปหมด สรุปได้ว่า เมื่อชีวิตเกิดขึ้นมาจากความไม่รู้ คือ มีอวิชชาก็ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา ที่เราเรียกว่า “ความทุกข์” นั่นเอง ถึงแม้ว่ามนุษย์จะมีปัญหาอุปสรรคในการดำเนินชีวิตอย่างมากมายก็ตาม มนุษย์จำเป็นต้องแสวงหาแนวทางแก้ไขปัญหานั้น อย่างถูกต้องด้วยการอาศัยระบบการศึกษา พัฒนาตนเองจนเกิดปัญญาสามารถพึ่งตนเองได้

๕) ความต้องการของมนุษย์

“ความอยาก” ความต้องการของมนุษย์มีความเชื่อมโยงกัน อยากจะมีชีวิตอยู่รอด ก็ต้องแสวงหาสิ่งที่เอื้อต่อการมีชีวิตอยู่รอด ก็คือ ความต้องการทางประสาทสัมผัส (Sensation) เมื่อมนุษย์มีความอยากได้ อยากมีอยากเป็นในสิ่งที่ตนเองต้องการ โดยมีอวิชชาเป็นสิ่งที่ปิดกั้น ก็จะทำให้ปฏิบัติกับสิ่งต่างๆ ไม่ถูกต้อง อันจะนำมาซึ่งความดิ้นรนทะยานไปตามสิ่งที่ปรารถนา โดยขาดปัญญากำกับ

เมื่อบุคคลเอาความอยากเป็นตัวนำในการดำเนินชีวิตก็จะพบแต่ความทุกข์เพราะความอยากที่เกิดจากความไม่รู้ตามความเป็นจริงของชีวิตเป็นภัยที่เป็นต้นน้ำที่เรียกว่า “ต้นหา” มีความอยากได้

อยากมี อยากเป็น โดยขาดปัญญาเมื่อได้มาแล้วก็เกิดการยึดมั่นถือมั่นเรียกว่า “อุปาทาน” เมื่อบุคคลมีท่าความอยากคือค้นหาและอุปาทาน คือความยึดมั่นถือมั่นมารวมกันก็ทำให้เกิดความทุกข์ (อวิชชา) ความไม่รู้ ค้นหา ความอยากได้ อุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่น เป็นวงจรของการเกิดความทุกข์ซ้ำไป

๖) ทำอย่างไรจึงพ้นทุกข์

ถ้าเราใช้ความอยาก เป็นตัวนำยิ่งก่อให้เกิดปัญหาหรือความทุกข์ไม่รู้จบ การที่เราสามารถพัฒนาปัญญา มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับชีวิตของตนเองและสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัว รวมทั้งสังคมและธรรมชาติภายนอกแล้วปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านี้ด้วยปัญญา ก็จะสามารถแก้ปัญหาได้ “การพัฒนาตนเองของมนุษย์” การที่มนุษย์จะเกิดปัญญาได้นั้นจำเป็นต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา มีความฝึกความอดทน ขยันหมั่นเพียร มีจิตใจที่เข้มแข็งและมั่นคง รู้จักวิธแสวงหาความรู้ รู้จักคิดและวิเคราะห์เพื่อให้เกิดปัญญา สามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติได้จริง ซึ่งการพัฒนาตนเองได้ของมนุษย์เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “การเรียนรู้ หรือ การศึกษา” การศึกษาจึงเป็นกระบวนการพัฒนาตนเองของมนุษย์ (การศึกษาก่อให้เกิดปัญญา) มนุษย์เป็นสัตว์ที่สามารถฝึกได้ สอนได้ ถ้ายทอดคุณงามความดี ศีลธรรมอันดีงามจากรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่งได้ จึงเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “มนุษย์พยายามพัฒนาตนเองด้วยการศึกษา” ด้วยเหตุที่ว่า พระพุทธศาสนาจึงให้ความสำคัญเกี่ยวกับการจัดการศึกษาเป็นหลัก

“ธรรมชาติของมนุษย์นั้นต้องมีความสัมพันธ์กับกระบวนการศึกษา การเรียนรู้เพื่อการอยู่รอดของมนุษย์และเข้าใจถึงความเป็นจริงของธรรมชาติของมนุษย์จะทำให้สามารถมองเห็นแนวทางที่จะปฏิบัติต่อธรรมชาติด้วยความเข้าใจตามความเป็นจริง”

๗) หลักการของการแนะแนวเชิงพุทธ

มนุษย์มีศักยภาพในการพัฒนาตนเองได้หากเข้าใจถึงความเป็นจริงของชีวิตและศักยภาพของความเป็นมนุษย์ รู้จักการแก้ปัญหาด้วยตนเอง เข้าใจขอบเขตของธรรมชาติ ด้วยการฝึกฝนพัฒนาปัญญาปรับปรุงตนเองมีความใฝ่รู้ใฝ่เรียน เป็นนักวิจัยอยู่ทุกลมหายใจ เอาจริงเอาจังในการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา ซึ่งการที่จะพัฒนาตนเองได้นั้นต้องมีทัศนคติเกี่ยวกับตนเองเป็นบวก คิดว่าตนเองสามารถฝึกได้ พัฒนาได้ (มนุษย์เป็นสัตว์ที่สามารถพัฒนาได้) มีความมั่นใจในความเป็นมนุษย์ของตนเอง มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐ เพราะเมื่อมนุษย์สามารถพัฒนาตนเองได้ แล้วแม้แต่เทพ เทวดา พระพรหมก็ยังต้องให้ความเคารพ (มีพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ เป็นต้น) จะเห็นได้ในการประกาศอภิวาจา ของพระพุทธเจ้าเมื่อครั้งประสูติเป็นเครื่องชี้ชัดได้ว่ามนุษย์มีศักยภาพในการพัฒนาตนเองได้อย่างไร้ขอบเขตหากมีเป้าหมายและวิธีการที่ถูกต้อง ถ้ามนุษย์เชื่อในคำประกาศของพระพุทธเจ้า มนุษย์ก็จะเปลี่ยนแนวคิดจากฟังคนอื่นมาฟังตนเอง การฟังตนเองได้ก็แสดงว่ามนุษย์มีการศึกษา เมื่อมีการศึกษามนุษย์ก็เกิดการพัฒนา เมื่อพัฒนาได้ เทพเทวดา พระพรหม ก็ยังมาสักการะให้ความเคารพ (ทนต์ เสฏฐิ มนุสเสสุ แปลว่า ในหมู่มนุษย์นั้นผู้ที่ฝึกแล้วหรือพัฒนาแล้วเป็นผู้ประเสริฐสุด)

๘) พระพุทธศาสนาเชื่อในศักยภาพของความเป็นมนุษย์

จุดเริ่มต้นของการพัฒนามนุษย์ คือ การศึกษา แต่ไม่ใช่ศึกษาที่คาดหวังให้คนอื่นมาช่วยเหลือ ศึกษาในที่นี้ คือ เชื่อว่า หากมนุษย์มีปัญญาก็สามารถตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าได้ เรียกว่า “ตถาโพธิสัตว์” คือ ศรัทธาในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า (พระพุทธเจ้าเป็นมนุษย์..ฉะนั้น มนุษย์ทุกคนก็สามารถเป็นพระพุทธเจ้าได้หากพัฒนาตนเองถึงขั้นสูงสุด) ตามทัศนะทางพุทธศาสนา เชื่อว่า มนุษย์ทุกคนสามารถตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าได้ ใครที่มีความพร้อมก็สามารถอธิฐานจิตเป็นพระพุทธเจ้าได้ ซึ่งจะเป็นได้นั้นก็ด้วยการบำเพ็ญบารมี พัฒนาตนเองจนถึงขั้นมีคุณสมบัติจนเกิดปัญญาตรัสรู้ ซึ่งพระพุทธศาสนาให้เชื่อในปัญญา ปัญญาเท่านั้นที่ทำให้มนุษย์ เป็นพระพุทธเจ้าได้ ซึ่งเจ้าชายสิทธัตถะได้ทำให้เห็นเป็นแบบอย่างแล้ว เป็นผู้ที่พัฒนาตนเองถึงจุดสูงสุด พ้นจากความบีบคั้นจากสิ่งต่างๆ มีปัญญาคือ เป็นแบบอย่างให้เราได้ปฏิบัติตาม

๙) การพัฒนาตนเองกับแรงจูงใจ

การพัฒนาตนเองได้จำเป็นต้องมีแรงจูงใจที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเอง ความใฝ่รู้ ใฝ่เรียนในการศึกษาแสวงหาความจริง (วิจัยชีวิต) รู้จริง รู้รอบ และรอบรู้ ตามความเป็นจริงปราศจากอวิชชามาปิดกั้น ประารถนาให้ชีวิตมีการพัฒนาไปสู่คุณงามความดี ใฝ่ความดีงาม (ใฝ่สร้างสรรค์) การแสวงหาความจริงด้วยความมุ่งมั่นเป็นกรรมดี มีความใฝ่ทำหรือสร้างสรรค์ดี อยากพัฒนาตนเองไปสู่ความดีงาม ความใฝ่รู้และใฝ่ทำจึงเป็นแรงจูงใจ ในพระพุทธศาสนา เรียกว่า “ฉันทะ”(แรงจูงใจเชิงลบมีต้นเหตุเป็นตัวนำ ส่วนแรงจูงใจฝ่ายดี จะมี ฉันทะ เป็นตัวนำ) แรงจูงใจใฝ่ดี (ฉันทะ) เริ่มที่การคิดเป็นจำได้ รับจากประสบการณ์ เหตุการณ์ต่างๆ ที่เข้ามาในชีวิต ทั้งที่เป็นปัญหาและปัญญา เราก็ได้รับจากประสบการณ์ทั้งนั้น (ประสบการณ์ชีวิตนำมาซึ่งปัญญาและปัญหา)

๒.๓.๒ วิธีปฏิบัติเกี่ยวกับการแนะนำเชิงพุทธ

จุดเริ่มต้นของการแนะนำเกิดจากความต้องการของมนุษย์ เพราะมนุษย์ยังไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ในบางสถานการณ์บางปัญหาที่เข้ามาในชีวิต ซึ่งการแก้ไขปัญหานั้น ต้องไปแก้ที่สาเหตุที่เป็นต้นตอของปัญหา เหตุเกิดที่ไหนต้องไปแก้ที่นั่น ปัญหาที่เป็นเหตุ เช่น ขาดปัญญา ขาดจิตสำนึกในการพัฒนาตน ขาดความมั่นใจในการพัฒนาตนเอง ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่มองเห็นตนเองในฐานะที่เป็นมนุษย์ที่ฝึกได้ ขาดแรงจูงใจที่ถูกต้องต่อการพัฒนาตนเอง ขาดความรู้จักคิด “คิดไม่เป็น” และ มีท่าทีที่ไม่ถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลายที่เข้ามาในชีวิต

ปัญหาเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยที่เกิดจากปัจจัยภายในของบุคคล การที่จะผ่านพ้นปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้จำเป็นต้องเข้าใจถึงองค์ประกอบส่วนบุคคลและกระบวนการแก้ปัญหาที่ยั่งยืน องค์ประกอบส่วนบุคคลและกระบวนการแก้ปัญหา

๑) องค์ประกอบส่วนบุคคล

(๑) ความกระตือรือร้น เพียรพยายาม มุ่งมั่นที่จะพัฒนาตนเองมองเห็นสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ โดยไม่ประมาทในการกระทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ โดยไม่มีความลั้งเลหรือพลัดวันประกันพรุ่ง (ความไม่ประมาทในชีวิต)

(๒) ตัวควบคุม แรงจัดสรร คือ ความมีวินัย เป็นสิ่งที่จัดระเบียบชีวิต การอยู่ร่วมกันของคนในสังคม เป็นการดำเนินชีวิตตามแบบของตนเองและตามกรอบของสังคมที่ได้ตกลงกันไว้ ความมีวินัยเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดการพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง จากที่กล่าวมา สามารถเป็นสรุปเป็นวงจรแก้ปัญหาได้ดังนี้ (ปัญญา...อวิชา...ความไม่รู้.. ทะยานอยากของตัณหา...เสพประสาทสัมผัส.....เกิดความทุกข์...อวิชาและตัณหา..นำมาซึ่งกองแห่งทุกข์)

๒) กระบวนการแก้ปัญหา

ปัญญา + แรงจูงใจ คือ ฉันทะ มุ่งสืบสาวหาเหตุปัจจัยเกี่ยวกับสิ่งทั้งหลายที่เป็นเหตุปัจจัยสัมพันธ์กันแล้วทำความรู้จักจริงให้ปรากฏตามเหตุปัจจัยนั้น เมื่อปฏิบัติตามก็จะแก้ปัญหาและพ้นจากกองทุกข์ได้ “ประสบการณ์ที่ได้รับนำมาซึ่งปัญญาและปัญหา” ประสบการณ์การเรียนรู้เข้ามาในชีวิตเราผ่านทางทวารหรืออายตนะเป็นการรับรู้ฝ่ายอวัยวะร่างกาย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย พอรับมาแล้วก็มาเก็บไว้ที่ใจ พอเราระลึกได้ก็กลายเป็นความจำเป็นประสบการณ์เก่าที่เข้ามาในชีวิต ความรู้สึกต่างๆ ล้วนเกิดจากทางใจทั้งนั้น ตา หู จมูก ลิ้น กายมีหน้าที่เพียงมาหรือเป็นช่องทางผ่านเท่านั้น ส่วนความรู้สึก รักชอบเกลียด เกรียด นั้น เกิดจากใจทั้งนั้น (ตา หู จมูก ลิ้น กาย มีได้ทำหน้าที่นี้) มนุษย์ต้องมีประสบการณ์เกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้อยู่แล้ว เป็นอารมณ์ ความรู้สึก แต่เมื่อมีอารมณ์แบบนี้เข้ามาในชีวิตแล้วเราจะวางท่าอย่างไร เป็นสิ่งที่ทำทำยมนุษย์ สิ่งที่กระทบหรือเป็นประสบการณ์ชีวิตของมนุษย์ผ่านทางประสาทสัมผัส จะส่งผลต่ออารมณ์ของมนุษย์ ๒ ลักษณะ คือ

(๑) พอใจ/ถูกใจ/สบายใจ

(๒) ไม่พอใจ/ไม่ถูกใจ/ไม่สบายใจ

การปรับเปลี่ยนท่าทีในการแสดงออกต่อสิ่งเหล่านี้ที่ถูกต้องเกิดจากการได้รับการศึกษา การเรียนรู้พอเรามีจิตสำนึกในการพัฒนาตนเอง ท่าที่ต่อเหตุการณ์หรือสิ่งเหล่านี้ก็จะเปลี่ยนแปลงไปด้วย จากถูกใจ ไม่ถูกใจ เป็นสิ่งที่เราจะได้เรียนรู้นำมาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเอง สิ่งที่เราได้คือ ท่าที่ต่อเหตุการณ์นั้นๆ จะเปลี่ยนแปลงไปการมองเหตุการณ์ให้เป็นกลางๆ ไม่ยินดียินร้ายถึงความรู้สึกดีใจ หรือเสียใจ พอใจ ไม่พอใจ สบายใจ ไม่สบายใจของเรานั้น มาเป็นเครื่องมือในการศึกษาทั้งสองอย่างก็จะทำให้เรามองเห็นแนวทาง ในการแก้ไขปัญหามากขึ้น เช่น เห็นคนที่เกิดปัญหา..เรียนรู้ว่าเขาเป็นอะไร มีความทุกข์อะไร มีปัญหาอะไร แล้วศึกษาถึงสาเหตุของพฤติกรรมเขาต่อไป ไม่มองแบบเอาตัวเราไปตัดสั้น แต่มองเป็นข้อมูลเพื่อการเรียนรู้เท่านั้น แล้วเชื่อมโยงถึงแนวทางการแก้ปัญหาให้ได้ การมองตามความเป็นจริง คือ มองถึงเหตุปัจจัยที่สัมพันธ์กันตามความเป็นจริง ถ้าเข้าใจสิ่งนี้

เกิดขึ้นตามความเป็นจริงโดยปราศจากการปรุงแต่งของเราก็จะทำให้มองเห็นวิธีการแก้ไขปัญหได้ตามความเป็นจริง การมองปัญหา หรือสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นเพียงข้อมูลที่ทำให้เราเกิดการเรียนรู้หรือเกิดปัญญาตามความเป็นจริง จะทำให้เราได้ปัญญาและเกิดความรู้มากด้วย ซึ่งจะทำให้เราได้ข้อมูลเหล่านี้ไปใช้ ในการพัฒนาตนเองต่อไป

๓) การแนะนำเป็นหน้าที่ของปัจจัยภายนอก

ถ้าหากปัจจัยภายในของบุคคลไม่ขับเคลื่อน เช่น ความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง จิตสำนึกในการพัฒนาตนเองก็ไม่เกิด ความรู้จักคิดก็ไม่มี หากปัจจัยเหล่านี้ไม่เกิดขึ้นกับบุคคลก็ต้องหาปัจจัยภายนอกมาช่วย อันเป็นจุดเริ่มต้นของการแนะนำ

๔) กัลยาณมิตรกับการแนะนำ

กัลยาณมิตร เป็นปัจจัยภายนอกที่กระตุ้นให้ปัจจัยภายในของบุคคลทำงานปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อการขับเคลื่อนการทำงาน คือ โยนิโสมนสิการ แปลว่า การทำในโดยแบบคาย คือ การรู้จักคิดเป็น ที่จริงมี ๖ ประการ แต่ที่เน้นมากที่สุดก็คือ “กัลยาณมิตร” กัลยาณมิตรช่วยกระตุ้นให้เกิดโยนิโสมนสิการ เมื่อคนเรารู้จักคิดแล้ว ก็ทำให้เกิดปัญญาที่สามารถแก้ไขปัญหาก็ได้จริง ชั้นแรกเลยทำให้เกิดสัมมาทิฐิ ซึ่งเป็นข้อธรรมแรกของระบบ การดำเนินชีวิตที่ดั่งงามเรียกว่า “มรรค ๘” เมื่อ กัลยาณมิตรกระตุ้นให้เกิดสัมมาทิฐิ คือ ความเห็นถูกต้องแล้วก็จะนำไปสู่การกระทำที่ถูกต้องด้วย การปฏิบัติที่ถูกต้องตั้งแต่แรกจึงนำไปสู่การแก้ปัญหาก็ได้ เมื่อ กัลยาณมิตร สามารถกระตุ้นให้เกิดปัจจัยภายในแล้ว หน้าที่ของกัลยาณมิตรวาทอย่างไรต่อไป

๕) การตรวจสอบหรือการวิเคราะห์บุคคล

ตรวจสอบว่าที่เราพัฒนาเขาให้ผ่านพ้นอุปสรรคหรือปัญหานั้นเขาขาดอะไรไปบ้าง ทบทวนสิ่งที่ขาด เพื่อเพิ่มเติมให้พร้อมที่จะพัฒนาตนเองด้วยตนเอง ซึ่งองค์ประกอบที่ ๑ เราจะต้องตรวจสอบกับนักเรียน ดังนี้

(๑) ทศนคติเกี่ยวกับประสบการณ์หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ลักษณะของการมองข้อมูล ความพอใจ ไม่พอใจ เป็นเพียงข้อมูลที่น่ามาสู่การเรียนรู้เท่านั้นไม่เอนเอียงไปทางใดทางหนึ่งเมื่อเรามองเห็นตามความเป็นจริงแล้วก็นำความรู้ที่เราได้จากความเป็นจริง มีเจตคติที่ดี ถูกต้องเกี่ยวกับสถานการณ์นั้นๆ มาใช้ในกระบวนการแนะนำ

(๒) ความไม่มั่นใจในศักยภาพของมนุษย์ ดูว่านักเรียนมีความมั่นใจในตัวเองหรือไม่ เขามีความเชื่อว่าสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้และเห็นว่าต้องพัฒนาตนเองหรือไม่

(๓) จิตสำนึกในการพัฒนาปรับปรุงตนเอง ถ้าเขามีอยู่แล้วจะส่งผลให้มีความมุ่งมั่น และอุทิศเอาใจใส่ในการเรียนรู้ ถ้าเขาขาดจุดนี้ ก็จะไม่เอาใจใส่ในการพัฒนาตนเอง ซึ่งผู้ให้การแนะนำต้องตรวจสอบดูและพยายามมองให้เห็นปัญหาที่แท้จริง

(๔) แรงจูงใจที่เอื้อต่อการพัฒนาตน ดูว่าเขามีฉันทะไฟดี หรือ ความดีหรือไม่ มีความใฝ่รู้ใฝ่แสวงหาปัญญาหรือไม่

(๕) จิตสำนึกต่อกาลเวลาและความเปลี่ยนแปลง กระตือรือร้นหรือไม่ ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์เอาจริงเอาจัง ไม่ประมาทในวัยและชีวิต

(๖) ความรู้จักคิดเป็น ความมีเหตุผล คือ การพิจารณาด้วยปัญญา อะไรเป็นคุณเป็นโทษประโยชน์มิใช่ประโยชน์ (โยนิโสมนสิการ) มองสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ด้วยเหตุปัจจัย มุมมองที่เป็นคุณต่อการพัฒนาตนเอง ที่เอื้อต่อจิตใจ การแนะนำที่มุ่งให้บุคคลรู้จักคิด ก่อให้เกิดผลดี คือ ทำให้เข้าใจสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้องเมื่อมีความรู้ที่ถูกต้องก็ส่งผลให้มีการปฏิบัติถูกต้องตามไปด้วย ขณะเดียวกันก็ส่งผลต่อความสงบเรียบร้อยของสังคม การอยู่ร่วมกันของมนุษย์ที่สำคัญก่อก่อให้เกิดผลดีต่อชีวิตของตนเองการรู้คิด เป็นการค้นหาความจริงมองเห็นความเป็นจริงของสิ่งนั้น สืบสาวหาเหตุปัจจัยส่วนแบบที่สอง มองให้เป็นธรรมโอสถเพื่อขโลมจิตใจ ถ้ามองเป็นยาพิษ ต้องพัฒนาวิธีคิดใหม่ด้วยโยนิโสมนสิการ คิดในทางเห็นอกเห็นใจ จิตใจประกอบด้วยเมตตา เป็นการเพิ่มความชุ่มชื้นให้กับหัวใจ

(๗) วินัยชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคม วินัย คือ การจัดระเบียบชีวิตตนเองและจัดสรรความสงบสุข ให้เกิดขึ้นในสังคม การที่บุคคลปฏิบัติตามระเบียบ ปฏิบัติตามขอบเขตของสังคมที่กำหนดร่วมกันจะทำให้เกิดความสงบสุขแก่ชุมชน สังคม ประเทศชาติ ตลอดทั้งความร่มเย็นของโลก ถ้ามีวินัยก็สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

จากที่กล่าวมาทั้งหมด หากมีบุคคลมาหาเราเพื่อที่จะมาระบายความในใจหรือความทุกข์ให้เราฟัง ถ้าเรามีหลักเหล่านี้อยู่ เราก็สามารถตรวจสอบได้ว่า เขาขาดอะไร เราควรเติมเต็มหรือแนะนำเขาให้สามารถแก้ไขปัญหาหรือชี้ช่องทางให้เขาปฏิบัติได้อย่างไรบ้าง องค์ประกอบเหล่านี้เป็นปัจจัยที่สำคัญในการพัฒนาตนเองของมนุษย์

๖) ขั้นตอนการสำรวจตรวจสอบและการเพิ่มศักยภาพ

(๑) ช่วงรับเข้ามา การว่าทำที่ต่อประสบการณ์ ตา หู จมูก ลิ้น ไม่ให้ตาตกอยู่ในอภุมล คือ โลกะ โทสะ และโมหะ รับรู้ในลักษณะที่เป็นเพียงข้อมูลเพื่อการเรียนรู้เท่านั้น วางใจเป็นกลางไม่ตัดสินสิ่งที่เกิดขึ้นตามที่ตนเองรับรู้ แต่ใช้เป็นเพียงข้อมูลสำหรับการศึกษาเท่านั้น

(๒) ช่วงสร้างความสัมพันธ์ การแสดงออกต่อบุคคล สังคม สิ่งแวดล้อม กิเลส ตัณหา มีสติสัมปชัญญะ ระลึกได้ ควบคุมตนเองได้ การแสดงออกเพื่อการพัฒนาตนเอง นี้นำไปสู่ความเจริญ

(๓) ช่วงเจริญงอกงาม เจริญงอกงาม ทำที่มองเห็นทั้งหลายตามความเป็นจริงและเกี่ยวเนื่องต่อการพัฒนาชีวิต การพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน กระบวนการที่ช่วยพัฒนาชีวิตมนุษย์ก็คือ การศึกษา การวิจัยชีวิตอย่างต่อเนื่อง ตลอดเวลา ทุกๆ ลมหายใจเข้าออก ทั้งนี้ ต้องทำให้ครบกระบวนการทั้ง ๓ ช่วง คือ ดูว่าคนที่ปัญหานั้นเขาเป็นอย่างไร เขามีทำที่ต่อประสบการณ์เข้ามา

ในชีวิตอย่างไร และปฏิบัติตอบสนองต่อสิ่งนั้นเป็นไปเพื่อการแก้วิกฤตคุณภาพชีวิตที่ตึงหรือไม่ ช่วงที่ ๒ มีการแสดงออกอย่างไร มีการนำเอาข้อมูลมาใช้ในการพัฒนาชีวิตให้เจริญงอกงามหรือไม่ เป็นวิธีการตรวจสอบได้อีกวิธีการหนึ่ง

๗) หัวใจของการแนะนำเชิงพุทธ

“การคิดเป็น” คือ วิธีการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจ รู้เหตุ รู้ผล แก้ตามแนวเหตุและผล เป็นการใช้ปัญญานำมาใช้ใช้ค้นหาคือความยากเป็นตัวนำชีวิต (ปัญญา คือ ความรอบรู้ทั่วถึง) ในขณะที่เราพัฒนาปัญญาอยู่นั้น หากจิตใจยังไม่เข้มแข็งพอ ก็อาจจะเปิดช่องให้อวิชชา ความไม่รู้เข้ามา มีอิทธิพลต่อกระบวนการพัฒนาตนเองได้ ซึ่งกระบวนการที่ป้องกันอวิชชาก็คือ การฝึกสมาธิให้เกิดสติให้เข้มแข็ง เพื่อเป็นฐานสำคัญต่อการพัฒนาปัญญาอย่างยั่งยืน ซึ่งคนเราจะสามารถพัฒนาตนเองได้นั้นจะต้องพัฒนาปัญญาให้อยู่เหนืออิทธิพลของตัณหาที่เข้ามาในชีวิต (ถ้าตัณหาเข้ามาอวิชชาจะมีอิทธิพลต่อชีวิตมนุษย์) ทำให้บุคคลหลงผิดคิดผิด กระทำผิด อันเป็นผลจากตัณหาและอวิชชา ขณะเดียวกันก็ส่งผลให้ตัณหาและอวิชชามีความเข้มแข็งมากขึ้น ส่งผลต่อการแก้ไขปัญหาวชีวิต ที่ไม่ถูกต้อง เช่น อาศัยอำนาจดลบันดาลจากภายนอก อ้อนวอนขอจากเทพเจ้า หรือใช้ไสยศาสตร์มาเป็นพึ่ง หากเราพึ่งพียงจากข้างนอก เราก็จะเสียโอกาสในการพัฒนาตนเองให้เจริญงอกงามต่อไป

ฉะนั้น หลักการแนะนำแนวทางพระพุทธศาสนานั้นต้องมุ่งให้บุคคลสามารถแก้ไขปัญหได้ด้วยตนเอง ตามหลักเหตุและผล ตามหลักอริยสัจ กล่าวคือ ทุกข์ เมื่อเกิดปัญหาต้องเริ่มต้นด้วยการศึกษาพิจารณาถึงสาเหตุที่เรียกว่า สมุทัย ว่า เหตุแห่งปัญหานั้นอยู่ที่ไหน เมื่อเราพบแล้วก็ทำการกำจัดเหตุนั้นได้ (กำจัดจุดอ่อนของปัญหา) เรียกว่า นิโรธ ขณะเดียวกันก็พิจารณาว่าความต้องการของเราคืออะไร กำหนดจุดมุ่งหมายแล้ววางวิธีปฏิบัติเพื่อแก้ไขปัญหานั้นๆ วิธีการปฏิบัตินี้ เรียกว่า “มรรค” เมื่อรู้แนวทางแล้วก็ลงมือปฏิบัติ หากบุคคลได้ดำเนินการตามกระบวนการเช่นนี้ ก็จะสามารถนำไปสู่การแก้ไขปัญหายั่งยืนได้ (ปัญหาคืออะไร? (ทุกข์) มีสาเหตุเกิดจากอะไร (สมุทัย) วิธีการแก้ปัญหาเป็นแบบไหน (นิโรธ) ลงมือปฏิบัติ (มรรค)

๘) กระบวนการสร้างปัญญาเชิงพุทธ

สิ่งที่อาจารย์แนะนำต้องพึงใส่ใจเป็นพิเศษก็คือ การเรียนรู้เกี่ยวกับกระบวนการสร้างปัญญาให้เกิดขึ้นกับบุคคลมากที่สุด ขณะเดียวกันก็ต้องแสวงหาโอกาสในการสร้างความเข้มแข็งให้เกิดขึ้นกับบุคคลจากภายในตนให้ได้ หากไม่สามารถพัฒนาบุคคลจากภายในได้ก็ต้องใช้ปัจจัยภายนอกเข้ามาช่วยกระตุ้นแต่ไม่ให้เสียเป้าหมายของการพัฒนามนุษย์คือ “ต้องเริ่มจากภายในบุคคล” ขณะเดียวกันในกระบวนการแนะนำ ผู้แนะนำมิใช่ ผู้ดลบันดาลให้นักเรียนหายจากปัญหาอุปสรรค มิใช่หมอดู เทพเจ้า หรือ หมอไสยศาสตร์ จนทำให้เด็กนักเรียนฝากความหวังไว้ที่อาจารย์แนะนำ จะทำให้เด็กคิดไม่เป็น พึ่งตนเองไม่ได้

บางครั้งอาจารย์และเด็กก็ฟังแต่ปัจจัยภายนอก ฟังพลังอำนาจการดลบันดาลจากภายนอก เช่น หวังพึ่งหมอดู ซึ่งหากจะใช้วิธีการนี้อยู่บ้างก็ไม่ควรเสียหลักการที่ว่า “ผู้มีปัญหาต้องแก้ไขหรือปฏิบัติตนให้ผ่านพ้นปัญหาอุปสรรคได้ด้วยตนเอง” หากอาจารย์ไม่สามารถช่วยให้เด็กพัฒนาตนเองได้ ก็ไม่ควรนำสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่หยุดยั้งการพัฒนาตนเองของเด็ก ไม่ควรให้เด็กอยู่กับการรอคอยสิ่งใดสิ่งหนึ่งมาช่วย แต่ควรกระตุ้นเตือนให้เด็กรับรู้ตลอดเวลาว่า เขาต้องพัฒนาตนเองเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยตนเอง

เมื่อเด็กมีความเข้มแข็งพอ มีสติปัญญาสามารถช่วยตนเองได้ ฟังตนเองได้ด้วยการพัฒนาตนเองอย่าง เต็มศักยภาพ ลักษณะเช่นนี้เป็นการตรวจสอบความทุกข์และปัญหาตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่ออาจารย์จะได้ช่วยให้เขาได้พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกันอาจารย์หรือผู้ทำหน้าที่เป็นผู้แนะแนว ควรมีคุณสมบัติพิเศษเช่นกัน

๒.๓.๓ คุณสมบัติของครูแนะแนวเชิงพุทธ

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) ได้กล่าวถึงคุณสมบัติของครูแนะแนวที่ดี ควรมีลักษณะ ดังนี้

๑) น่ารัก คำว่าน่ารักในที่นี้หมายความว่า เป็นบุคลิกภาพที่ชวนให้เข้าหา ผู้แนะแนวควรต้องมีลักษณะที่ว่า เมื่อเด็กมีปัญหาเกิดความทุกข์ ก็อยากเข้าไปหาหรือเข้าไปปรึกษา เพราะว่าผู้ที่มีปัญหาเกิดคิดหาที่ปรึกษา เมื่อเห็นผู้แนะแนวที่มีคุณสมบัติดีแล้วก็อยากจะเข้าไปปรึกษาด้วย คำว่าน่ารักในภาษาบาลีเรียกว่า “ปิโย”

๒) น่าวางใจ ครูแนะแนวต้องมีลักษณะที่น่าไว้วางใจได้ หนักแน่น น้าเคารพนับถือ น้าเชื่อถือ ทำให้รู้สึกว่ามีภัยอันตราย อบอุ่นมั่นคงปลอดภัย ควรเข้าไปขอคำปรึกษาได้ ถ้ามีลักษณะท่าทางไม่น่าวางใจ ก็ไม่ไหว ลักษณะที่น่าเคารพน่าไว้วางใจนี้ภาษาบาลีเรียกว่า “ครุ”

๓) น้าเจริญใจ คือ บุคลิกภาพท่าทางต่างๆ ที่แสดงออกดูแล้วทำให้เกิดความรู้สึกว่าเป็นผู้มีภูมิรู้ มีภูมิธรรมภูมิปัญญาสูง เป็นคนมีการศึกษาพัฒนาตนดีแล้ว ซึ่งผู้เข้าหานั้นรู้สึกภูมิใจที่ได้เข้าไปใกล้ชิดและเห็นว่าน่าเอาอย่าง คือชวนให้อยากปฏิบัติตามในทางภาษาบาลีเรียกว่า “ภาวนีโย”

๔) รู้จักพูดหรือพูดเป็น ข้อนี้เป็นลักษณะสำคัญมาก สามข้อแรกนั้นเป็นบุคลิกภาพที่จะทำให้เกิดการปรึกษาและการแนะแนวขึ้น โดยนำมาซึ่งการพบปะและการทำกิจกรรมอื่นๆ ต่อไป แต่ข้อ ๔ และข้อต่อจากนี้เป็นส่วนประกอบต่างๆ ในการทำหน้าที่

การเป็นนักพูดที่ดีไม่ใช่หมายความว่า จะต้องพูดเองไปหมด ผู้ที่มีความทุกข์ หรือต้องการคำปรึกษา เขาก็จะพูดไปตามทางของเขา ชัดเจนบ้าง สับสนบ้าง บางทีก็ไม่กล้าพูด หรือพูดแล้วพูดไม่ถูก พูดไม่แจ่มกระจ่าง ผู้แนะแนวต้องรู้จักพูดให้เขากล้าที่จะแสดงออกมา กล้าระบายความทุกข์ออกมา หรือสามารถที่จะแสดงออกซึ่งปัญหาอย่างชัดเจน โดยผู้แนะแนวจะต้องช่วยให้เขารู้จักและเข้าใจปัญหาของเขาเองไปที่ละด้านสองด้าน ตามลำดับ

ตัวอย่างเช่น เมื่อมีบุคคลผู้ใดผู้หนึ่งเข้ามาหาพระพุทธเจ้า จะมาถามหาคำตอบจากพระองค์ บางทีพระองค์ก็ทรงช่วยให้เขาตอบปัญหาของเขาเอง โดยที่พระองค์ทรงใช้วิธีเป็นผู้ถามบุคคลนั้นก็จะพบคำตอบได้ด้วยตนเอง นักแนะแนวควรนำวิธีนี้ไปใช้ในการเป็นนักพูด โดยเป็นผู้ช่วยให้เขาพูด จนกระทั่งทำให้เขาตอบปัญหาของตนเองได้ หากเขาหาคำตอบไม่ได้จริงๆ เราก็มีวิธีการที่จะเสนอแนะให้เขาพบคำตอบได้ ให้เห็นทางออกในการแก้ปัญหา ลักษณะที่เป็นนักพูดอย่างได้ผลนี้ ภาษาบาลีเรียกว่า “วตฺตา”

๕) รู้จักฟัง หรือ ฟังเก่ง หมายถึง ความเก่งในการฟัง นอกจากหมายถึงจับเรื่องได้ไวและชัดเจนแล้ว ก็รวมถึงการมีความอดทนในการฟังด้วย อดทนต่อการรับฟังปัญหา อดทนต่อการระบายความทุกข์ เพื่อจะได้รู้เหตุปัจจัย และคิดค้นวิธีการแก้ปัญหา โดยเฉพาะการรู้จักตัวเขาและปัญหาของเขาอย่างแท้จริง เช่น รู้ว่าเขาทำอะไร บกพร่องอย่างไร จุดที่จะแก้ไขอยู่ตรงไหน เรียกในภาษาบาลีว่า “วจนฺทโม”

๖) แกล้งเรื่องเล็กซึ่งได้ คือ เมื่อมีปัญหาที่ยากหรือลึกซึ้งก็สามารถคลี่คลายให้เข้าใจได้ ในการศึกษาและในการแก้ปัญหาจะต้องพบกับบมและเรื่องที่ยากหรือลึกซึ้งอยู่เรื่อยๆ ผู้ที่ทำหน้าที่แนะนำต้องสามารถอธิบายเนื้อหาเรื่องราวและคลี่คลายบมประเด็นต่างๆ ให้เห็นชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย อะไรที่ซับซ้อนก็ต้องจับเอามาหรือหยิบออกมาพูดให้เห็น และอธิบายให้กระจ่าง อันนี้เป็นความสามารถในการปฏิบัติที่เรียกว่า “คมภีรณฺจ กถํ กตฺตา”

๗) ไม่ซ้กจุงไปในทางที่ผิดหรือนอกเรื่อง คือ จะต้องมิตศทางที่ชัดเจนในการแนะนำ โดยมีเป้าหมายและนำไปสู่จุดหมายซึ่งจะแก้ปัญหาได้ ด้วยวิธีที่ถูกต้อง หากผู้แนะนำปฏิบัติไม่ถูกต้อง ออกนอกเรื่องราว หรือซ้กจุงไปในทางเสียหาย โดยแนะนำผิดๆ หรือแนะนำวิธีการที่ไม่ถูกต้อง แนะนำไปแทนที่เขาจะแก้ปัญหาได้ก็กลับกลายเป็นสร้างปัญหา อันนี้เรียกว่า “โน จฏฐาเน นิโยชเย”

รวมเป็น ๗ ประการ เรียกว่า คุณธรรมหรือองค์คุณของกัลยาณมิตร ซึ่งเราใช้เป็นคุณสมบัติของครูโดยทั่วไป ซึ่งผู้ทำหน้าที่แนะนำควรมีคุณสมบัติเช่นนี้เป็นพิเศษ ขณะเดียวกันผู้ที่จะสามารถพัฒนาตนเองหรือพึ่งพาตนเองได้นั้น จำเป็นต้องมีความพร้อมด้านแรงจูงใจอันเป็นปัจจัยภายในตน (ฉันทะ) ลักษณะของบุคคลที่พึ่งตนเองได้ จึงจะสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้

๒.๓.๔ คุณสมบัติที่ดีของบุคคลที่สามารถพัฒนาได้

การแนะนำ เป็นกระบวนการช่วยเหลือให้บุคคลสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ด้วยการพัฒนาปัญญา สามารถนำปัญญามาใช้ในการแก้ไขปัญหาชีวิตของตนเองได้ด้วยตนเอง ซึ่ง จุดเริ่มต้นของการแนะนำเกิดจากบุคคลที่ขาดปัญญา ขาดจิตสำนึกในการพัฒนาดตน ขาดความมั่นใจในการพัฒนาตนเอง ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่มองเห็นตนเองในฐานะที่เป็นมนุษย์ที่ฝึกได้ ขาดแรงจูงใจที่ถูกต้องต่อการพัฒนาตนเอง ขาดความรู้จักคิด “คิดไม่เป็น” และมีท่าทีที่ไม่ถูกต้องต่อสิ่งทั้งหลายที่เข้ามาในชีวิต ซึ่งลักษณะเช่นนี้ หากเกิดขึ้นกับบุคคลแล้วย่อมส่งผลต่อการดำเนินชีวิตอย่างแน่นอน ด้วย

เหตุนี้บุคคลจำเป็นต้องมีกัลยาณมิตรที่ทำหน้าที่กระตุ้นเตือนและแนะแนววิธีการแก้ไข ปรับปรุง พฤติกรรมที่นำไปสู่การลดหรือแก้ไขปัญหานั้นด้วยการพัฒนาตนเอง เข้าใจจุดมุ่งหมายของชีวิตเพื่อ เอาชนะปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง ขณะเดียวกันผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้แนะแนวจะต้องเข้าใจ เกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ ความต้องการของมนุษย์และลักษณะของมนุษย์ที่สามารถพัฒนาตนเอง หรือเป็นที่พึ่งของตนเองได้ เพื่อจะได้นำมาสำรวจและวิเคราะห์ตัวตนของผู้ที่เกิดปัญหา (ผู้รับคำแนะนำ) ผู้ให้การแนะแนวจะต้องมีคุณลักษณะพิเศษจึงจะสามารถใช้กระบวนการแนะแนวให้เกิด ประสิทธิภาพได้ คือ เป็นผู้น่ารักมีบุคลิกภาพที่ชวนให้เข้าหา เมื่อเด็กมีปัญหาเกิดความทุกข์ ก็อยาก เข้าไปหาหรือเข้าไปปรึกษา “ปิโย” เป็นผู้น่ารักใจ หนักแน่น น่าเคารพนับถือ น่าเชื่อถือ ทำให้รู้สึกว่าจะ ไม่มีภัยอันตราย อบอุ่นมั่นคงปลอดภัย “ครุ” เป็นผู้เฉลียวใจ เป็นผู้มีภูมิรู้ มีภูมิธรรมภูมิปัญญาสูง เป็นคนมีการศึกษาพัฒนาตนดีแล้ว “ภาวนีโย” เป็นผู้รู้จักพูดหรือพูดเป็น “วตฺตา” เป็นผู้ รู้จักฟัง หรือ ฟังเก่งมีความอดทนในการฟัง อดทนต่อการรับฟังปัญหา อดทนต่อการระบายความทุกข์ “วจนภขโม” เป็นผู้ที่สามารถอธิบายเรื่องที่ยากให้เข้าใจได้ “คัมภีรณจ กถ กตฺตา” และ เป็นผู้ที่ไม่ชักจูงบุคคลไป ในทางที่ผิดหรือนอกเรื่อง คือ ขณะเดียวกันต้องมีทิศทางที่ชัดเจนในการแนะแนว โดยมีเป้าหมายและ นำไปสู่จุดหมายซึ่งจะแก้ปัญหานั้นได้ ด้วยวิธีที่ถูกต้อง “โน จฏฐาเน นโยชเย” รวมเป็น ๗ ประการ เรียกว่า คุณธรรมหรือองค์คุณของกัลยาณมิตร ซึ่งเราใช้เป็นคุณสมบัติของครูโดยทั่วไป ซึ่งผู้ทำหน้าที่ แนะแนวควรมีคุณสมบัติเช่นนี้เป็นพิเศษ

“การพัฒนาตนเองโดยแนวทางและหลักการนี้ (ตามแนวพุทธศาสตร์) เป็นสาระสำคัญ ของการที่จะช่วยให้บุคคลที่ประสบปัญหา มีความทุกข์ได้พัฒนาตนจนพึ่งตนเองได้ การพึ่งตนเองได้ก็คือ การปฏิบัติตามหลักที่ว่ามีปัญหาเป็นเครื่องนำทางในการดำเนินชีวิต ไม่มีอวิชชาหรือตัณหาเป็น เครื่องดำเนินชีวิต เมื่อถึงขั้นนี้ก็จะเป็นการบรรลุจุดมุ่งหมายของการดำเนินชีวิตที่ดี” ดังที่พระพุทธเจ้า ทรงตรัสว่า “ชีวิตที่เป็นอยู่ด้วยปัญญา เรากล่าวว่าเป็นชีวิตที่ประเสริฐ”

๒.๓.๕ การให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสนา

การให้คำปรึกษาตามแนวพุทธศาสนา เมื่อเราพบบุคคลใดบุคคลหนึ่งมาขอคำปรึกษาในเรื่องต่างๆ เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาการตัดสินใจเลือกกระทำหรือไม่กระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ปัญหา ส่วนตัวที่บุคคลนั้นๆ งามสามารถตัดสินใจแก้ปัญหานั้นได้ เป็นต้น ซึ่งบุคคลที่ไม่ได้ศึกษาทางด้าน การแนะแนวและให้คำปรึกษา ก็จะทำให้ผู้มาขอรับคำปรึกษาเล่าสภาพปัญหาต่างๆ ที่ตนเองประสบมา หลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษา มักเสนอวิธีการแก้ไขปัญหาก็ให้ผู้รับคำปรึกษา ซึ่งการกระทำดังกล่าวไม่ ถูกต้องตามหลักการให้คำปรึกษา ซึ่งมีหลักการว่าผู้รับคำปรึกษาต้องคิด ตัดสินใจ และแก้ปัญหามา ของเขาด้วยตัวเอง ไม่มีใครที่จะรู้จักและเข้าใจปัญหา สามารถแก้ปัญหานั้นเท่ากับตัวเอง ส่วนผู้ให้ คำปรึกษามีหน้าที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา รู้ว่าปัญหาของเขาคืออะไร สาเหตุของปัญหามาจากสาเหตุใด จะแก้ไขปัญหานั้นด้วยวิธีใดบ้าง ส่วนการเลือกรูปแบบการแก้ไขปัญหานั้นเป็นหน้าที่ของผู้รับคำปรึกษาที่

จะตัดสินใจเลือกวิธีการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับตนเอง ในการให้คำปรึกษานั้น ผู้ให้คำปรึกษาต้องยึดถือทฤษฎีเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติงาน ซึ่งในทางพุทธศาสนานั้น มีคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ถือเป็นหลักยึดในการดำเนินชีวิต คือ สปัปฺริสฺสธรรม ๗

๑) ฉัมมัญญุตตา (ความรู้จักธรรม รู้หลัก หรือ รู้จักเหตุ คือ รู้หลักความจริง รู้หลักการ รู้หลักเกณฑ์ รู้กฎแห่งธรรมตา รู้กฎเกณฑ์แห่งเหตุผล และรู้หลักการที่จะทำให้เกิดผล — knowing the law; knowing the cause)

๒) อัตถัญญุตตา (ความรู้จักอรรถ รู้ความมุ่งหมาย หรือ รู้จักผล คือ รู้ความหมาย รู้ความมุ่งหมาย รู้ประโยชน์ที่ประสงค์ รู้จักผลที่จะเกิดขึ้นสืบเนื่องจากการกระทำหรือความเป็นไปตามหลัก — knowing the meaning; knowing the purpose; knowing the consequence)

๓) อัตถัญญุตตา (ความรู้จักตน คือ รู้ว่า เรานั้น ว่าโดยฐานะ ภาวะ เพศ กำลังความรู้ความสามารถ ความถนัด และคุณธรรม เป็นต้น บัดนี้ เท่าไร อย่างไร แล้วประพฤติให้เหมาะสม และรู้ที่จะแก้ไขปรับปรุงต่อไป — knowing oneself)

๔) มัตถัญญุตตา (ความรู้จักประมาณ คือ ความพอดี เช่น ภิกษุรู้จักประมาณในการรับและบริโภคปัจจัยสี่ คฤหัสถ์รู้จักประมาณในการใช้จ่ายโภคทรัพย์ พระมหากษัตริย์รู้จักประมาณในการลงทัณฑ์อาชญาและในการเก็บภาษี เป็นต้น — moderation; knowing how to be temperate)

๕) กาลัญญุตตา (ความรู้จักกาล คือ รู้กาลเวลาอันเหมาะสม และระยะเวลาที่จะต้องใช้ในการประกอบกิจ กระทำหน้าที่การงาน เช่น ให้ตรงเวลา ให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอเวลา ให้เหมาะสมเวลา เป็นต้น — knowing the proper time; knowing how to choose and keep time)

๖) ปริสฺสัญญุตตา (ความรู้จักบริษัท คือ รู้จักชุมชน และรู้จักที่ประชุม รู้กิจที่ประพฤติดต่อชุมชนนั้นๆ ว่า ชุมชนนี้เมื่อเข้าไปหา จะต้องทำกิจอย่างนี้ จะต้องพูดอย่างนี้ ชุมชนนี้ควรสงเคราะห์อย่างนี้ เป็นต้น — knowing the assembly; knowing the society)

๗) ปุคฺคลัญญุตตา หรือ ปุคฺคลปโรปรัญญุตตา (ความรู้จักบุคคล คือ ความแตกต่างแห่งบุคคลว่า โดยอวัยวะ ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น ใครๆ ยิ่งหรือหย่อนอย่างไร และรู้ที่จะปฏิบัติต่อบุคคลนั้นๆ ด้วยดี ว่าควรจะคบหรือไม่ จะใช้จะตำหนิ ยกย่อง และแนะนำสั่งสอนอย่างไร เป็นต้น — knowing the individual; knowing the different individuals)

การให้คำปรึกษาเชิงพุทธสามารถช่วยให้ท่านให้คำปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จในการแก้ไขปัญหของผู้รับคำปรึกษา

๒.๔ การจัดกิจกรรมแนะแนว

๒.๔.๑ ความหมายของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนว หมายถึง กิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเองเสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนรู้ในทางพหุปัญญา และการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ซึ่งผู้สอนทุกคนต้องทำหน้าที่แนะแนวให้คำปรึกษาด้านชีวิต การศึกษาต่อและการพัฒนาตนเองสู่โลกอาชีพ และการมีงานทำ^{๒๒}

คอตแมน อาชบาย และเดอ์กราฟ ให้ความหมายว่า กิจกรรมแนะแนว (Guidance Activities) เป็นมวลประสบการณ์ทุกรูปแบบที่จัดให้หรือสนับสนุนให้ผู้รับบริการแนะแนวแต่ละคนแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติหรือได้มีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายในการพัฒนา สร้างเสริมป้องกันปัญหา และแก้ปัญหาทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม^{๒๓}

สรุปได้ว่า กิจกรรมแนะแนว หมายถึง มวลประสบการณ์ที่จัดให้ผู้รับบริการแต่ละคนหรือแต่ละกลุ่มได้ปฏิบัติ หรือได้มีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้รับบริการบรรลุเป้าหมายที่ตนจะพัฒนาหรือสร้างเสริมตนเอง ตลอดจนป้องกันหรือแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมทั้งด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม

๒.๔.๒ ข้อควรคำนึงในการเลือกเรื่องและจัดกิจกรรมแนะแนว^{๒๔}

๑) ควรมีทั้งการแนะแนวการศึกษา แนะแนวอาชีพ และแนะแนวปัญหาส่วนตัวและสังคม ในทุกระดับชั้นให้เหมาะสมว่า ควรจะจัดอย่างละกี่คาบ โดยจัดจำนวนคาบให้เหมาะสมกับระดับชั้น

๒) เหมาะสมกับปัจจัย สอดคล้องกับความต้องการแนะปัญหาของนักเรียนตลอดจนเหมาะสมกับสถานการณ์ด้วย

๓) เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของท้องถิ่นและชุมชน

๔) เป็นเรื่องที่ไม่ได้จัดให้มีไว้ในวิชาอื่นในหลักสูตร ยกเว้นเรื่องนั้นจะเป็นเรื่องที่มีนโยบายให้ทุกฝ่ายร่วมมือกันรณรงค์

๒.๔.๓ คุณค่าของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวมีคุณค่าอย่างมหาศาลสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ถ้าบุคคลสามารถที่จะเข้าใจถึงแก่นแท้ของการแนะแนวแล้ว และบุคคลเหล่านั้นสามารถนำเอาไปใช้ในชีวิตประจำวันได้จะเป็นบุคคลที่มีคุณค่า สามารถนำชีวิตของตนเองไปสู่เป้าหมายสูงสุดที่ตนเอง

^{๒๒} กระทรวงศึกษาธิการ, แผนพัฒนาการแนะแนวในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๙, พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๔๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๕.

^{๒๓} คอตแมน อาชบาย และเดอ์กราฟ, อ้างใน สมร ทองดี และปราณี รามสูตร. ๒๕๔๕. แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว. จังหวัดนนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๕.

^{๒๔} อังคณา เมตฺตุลา, ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการรู้จักและเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ โรงเรียนสหราษฎร์รังสฤษดิ์ จังหวัดนครพนม : วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการแนะแนว, จังหวัดนนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๖.

ต้องการได้ ดนัย งามมานะ ความสำเร็จในชีวิตมนุษย์เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องการความผิดพลาด ความล้มเหลว ก่อให้เกิดความท้อถอยหมดกำลังใจกลายเป็นความทุกข์ จิตใจห่อเหี่ยวเศร้าสร้อย นักเรียน นักศึกษา จำนวนไม่น้อยที่สอบตก ก็เสียกำลังใจ ท้อแท้ และลาออกจากโรงเรียนไป เป็นการท้อถอยอนาคตของตนเองในขณะที่บางคนใช้ความพยายามเมื่อผิดพลาดแล้วก็หันมาเอาใจใส่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน จนประสบความสำเร็จก็มีเป็นจำนวนมากไม่น้อย อุปสรรคในชีวิตย่อมต้องมีเป็นธรรมดา ความสำเร็จในชีวิตต้องอาศัยความพยายาม ไม่มีสิ่งใดที่มนุษย์จะได้มาง่าย ๆ มิฉะนั้นแล้วทุกๆ คนคง ร่ำรวยและมีชื่อเสียงเกียรติยศไปกันหมดแล้ว เมื่อมีปัญหาต้องหาทางแก้ไขพยายามขจัดปัญหาให้หมดไป บางคนนั่งเศร้าสร้อย ท้อแท้ โทษโชคชะตา เปรียบเสมือนคนหกล้มแล้วไม่ยอมลุก เมื่อล้มแล้ว ต้องพยายามลุกขึ้นมา มนุษย์จำนวนไม่น้อยที่ล้มลุกคลุกคลาน แต่มีกำลังใจดีสามารถลุกขึ้นมาสู้กับอุปสรรคแล้วประสบความสำเร็จเป็นจำนวนมาก^{๒๕}

กิจกรรมแนะแนวทำให้คนมีหลักในการดำเนินชีวิต รู้จักตั้งเป้าหมายของตนเอง รู้จักวางแผนในการดำเนินชีวิต รู้จักคิด รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ รู้จักเอาชนะใจตนเองสร้างกำลังใจให้กับตนเอง เป็นผู้นำในชีวิตของตนเอง เป็นคนมีเหตุมีผล สามารถรับต่อสถานการณ์รอบด้านได้ สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ ทำตนให้สังคมยอมรับ มีชีวิตอย่างเป็นสุขทำในสิ่งที่ตนเองและสังคมปรารถนา

กิจกรรมแนะแนวสามารถช่วยให้ผู้รับบริการได้ครอบคลุมทั้ง ๓ ด้าน คือ

- ๑) การป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับบุคคล
- ๒) การแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว
- ๓) การส่งเสริมให้บุคคลได้พัฒนาการด้านต่างๆ

ผู้ให้การแนะแนวที่สามารถนำวิชานี้ไปถ่ายทอดได้ จะช่วยสร้างภาพพลเมืองที่มีประสิทธิภาพ ประเทศชาติจะก้าวไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองเพราะมีทรัพยากรมนุษย์ที่มีค่า กิจกรรมแนะแนวจึงนับว่ามีคุณค่าอย่างมหาศาลที่จำให้มนุษย์มีคุณค่าและประเทศชาติเจริญรุ่งเรือง

๒.๔.๔ ภารกิจด้านการสอนกิจกรรมแนะแนว

สมรรถนะแนะแนวแห่งประเทศไทย ระบุภารกิจด้านการสอนกิจกรรมแนะแนวไว้ ดังนี้^{๒๖}

- ๑) จัดทำหลักสูตรการสอนกิจกรรมคาบแนะแนวทุกชั้น
- ๒) จัดทำแผนการสอนตลอดปีในแต่ละระดับชั้น
- ๓) จัดหาและผลิตสื่อการสอนกิจกรรมคาบแนะแนว อาจจะร่วมกับครูแนะแนวในกลุ่ม

โรงเรียน

^{๒๕} ดนัย งามมานะ, การเปลี่ยนแปลงและยุทธศาสตร์การพัฒนางานแนะแนวของโรงเรียนมัธยมศึกษาในสกลนคร นครพนมและมุกดาหาร, จังหวัดสกลนคร : สถาบันราชภัฏสกลนคร, ๒๕๔๕.

^{๒๖} สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, กิจกรรมคาบแนะแนว : การสร้างนิสัยที่พึงประสงค์, กรุงเทพมหานคร, โรงพิมพ์ปรีณิตัง, ๒๕๔๒.

๔) จัดให้มีการนิเทศภายในครูแนะแนวเพื่อพัฒนาการสอนกิจกรรมคาบแนะแนวอย่างน้อย ปีละ ๑ ครั้ง

๕) ปรับปรุงการสอนกิจกรรมคาบแนะแนวให้เป็นรูปธรรม เช่น การใช้กิจกรรมกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติ การทำโครงการฝึกปฏิบัติ ฯลฯ

๖) เนื้อหากิจกรรมแนะแนวควรตอบสนองความต้องการ และความสนใจของนักเรียน และให้สอดคล้องกับสภาพการณ์ปัจจุบัน

๗) เนื้อหากิจกรรมคาบแนะแนวควรเป็นเรื่องที่พัฒนานักเรียนในเรื่องการเรียนรู้ อาชีพ และการพัฒนาบุคลิกภาพ

๘) อื่นๆ เช่น การสอนให้นักเรียนฝึกการคิด และการตัดสินใจ รวมทั้งการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาความสามารถของนักเรียนด้านต่างๆ เช่น การฝึกความกล้าแสดงออก การฝึกความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นต้น

นอกจากนี้ สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย ได้เสนอแนะไว้ด้วยว่า กิจกรรมคาบแนะแนว ควรเป็นที่ของอาจารย์ที่ปรึกษาชั้นที่ผ่านการอบรมด้านแนะแนวและจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มาแล้ว ร่วมกับอาจารย์แนะแนวในการวางแผนปลูกฝังพฤติกรรมซึ่งเรียกว่า “สอนคาบแนะแนว” อันได้แก่การจัดกิจกรรมใด ๆ ให้นักเรียนเกิดจิตสำนึกที่ดีงาม และพร้อมที่จะพัฒนาตนเอง พัฒนาสิ่งแวดล้อม และเสียสละเพื่อประโยชน์สุขของสังคมอย่างถาวร

๒.๔.๕ หลักการพัฒนากิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเอง

การพัฒนากิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้จักและเข้าใจตนเอง เป็นการพัฒนาการจัดกิจกรรมที่มุ่งให้ผู้รับบริการพัฒนาตนเอง ป้องกันปัญหาและแก้ปัญหาของตนด้านส่วนตัวและสังคม โดยเฉพาะการรู้จักตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งมีส่วนสำคัญมากอีกส่วนหนึ่ง หากทำได้อย่างมีประสิทธิภาพจะช่วยสนองปรัชญาการปฏิรูป การศึกษาเน้นผู้รับบริการเป็น “คนดี มีความสุข” ซึ่งเกษม วัฒนชัย กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวส่วนตัวและสังคม เป็นการ “สร้างความสมบูรณ์ให้คน” ให้เขารู้จักและเข้าใจตนเอง รักและเห็นคุณค่าในตนเอง เข้าใจชีวิต เข้าใจผู้อื่น มีทักษะในการดำเนินชีวิต มีคุณธรรม จริยธรรม เอื้ออาทร สมานฉันท์ และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ในการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อฝึกการรู้จักเห็นคุณค่าในตนเอง ในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้หลักการดังนี้

๑) มีโครงสร้างและการดำเนินกิจกรรมแนะแนวอย่างชัดเจน

(๑) มีการสำรวจความต้องการ

(๒) มีจุดประสงค์กำหนดไว้แน่นอน มีการประเมินกิจกรรมที่ชัดเจน

(๓) มีการจัดกิจกรรมแนะแนวอย่างต่อเนื่อง

๒) พิจารณาลักษณะของผู้รับบริการ เช่น วัย เพศ ระดับการศึกษา ฐานะเศรษฐกิจ สังคม

๓) จัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับกาลเทศะ เช่น เป็นช่วงที่นักเรียนไม่ต้องกังวลอยู่กับการสอบ หรือ กิจกรรมอื่นๆ

(๑) เน้นเนื้อหาสาระมากกว่าความสนุกสนาน

(๒) เปิดโอกาสให้สมาชิกได้อภิปรายและฝึกทักษะต่างๆ มากกว่าการบรรยายตลอดจนได้เปิดเผยและไว้วางใจอื่นๆ

(๓) ยกตัวอย่างเรื่องใกล้ตัวของผู้รับบริการที่จะนำไปใช้ได้

๔) ใช้หลักวิชาการในการตรวจสอบคุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนวและนำทฤษฎีและหลักทางจิตวิทยาต่างๆ ไปใช้ในการจัดกิจกรรม

๒.๔.๖ การจัดบริการแนะแนว ๕ ด้าน

การจัดบริการแนะแนว ประกอบงานบริการ ๕ ด้าน ดังนี้^{๒๗}

๑) บริการสำรวจเป็นรายบุคคล (Individual Inventory Service)

บริการสำรวจเป็นรายบุคคล เป็นบริการอันดับแรกของการบริการแนะแนวเป็นบริการที่ทำให้ผู้แนะแนวและครูสามารถรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล ช่วยให้ผู้แนะแนวสามารถรู้จักนักเรียนมากยิ่งขึ้น และสามารถหาทางช่วยเหลือได้ถูกต้องยิ่งขึ้น การศึกษาและสำรวจนักเรียนเป็นรายบุคคล ช่วยให้ผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการแนะแนว เช่น ผู้บริหาร ครู แนะแนว ครู รวมทั้งบิดามารดาหรือผู้เกี่ยวข้องสามารถรู้จักและเข้าใจนักเรียนได้อย่างดี การศึกษาเด็กเป็นรายบุคคล ประกอบไปด้วยหลักเกณฑ์ที่สำคัญคือ “การรวบรวมข้อมูล”

การที่จะสามารถรวบรวมข้อมูลได้ต้องมีหลัก ดังนี้

(๑) ข้อมูลที่ได้ต้องเป็นข้อมูลที่ชัดเจน สามารถเข้าใจง่าย

(๒) ข้อมูลที่จัดหาต้องตรงตามความเป็นจริง และเป็นข้อมูลที่สรรหามาอย่างดี

(๓) เป็นข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน เทาทันเหตุการณ์ ไม่ล้าสมัย

(๔) เมื่อได้ข้อมูลหลาย ๆ อย่างแล้ว ต้องเก็บรวบรวมเข้าด้วยกันจัดให้เข้าพวกเข้าหมู่อย่างมีระเบียบ

(๕) ข้อมูลที่ได้ต้องเก็บเข้าแฟ้มให้เรียบร้อย เพื่อจะได้สามารถค้นหาได้ง่ายและสามารถนำมาใช้ได้รวดเร็วเมื่อต้องการจะใช้

๒) บริการสนเทศ (Information Service)

บริการสนเทศให้ความรู้ ข่าวสารต่าง ๆ ทั้งทางด้านการศึกษา การเลือกอาชีพ และการปรับตัวเข้ากับสังคมบริการสนเทศ จะให้ความรู้ข่าวสารนอกเหนือจากการเรียน ช่วยให้เด็กนักเรียนมีความรู้เพิ่มเติมมากขึ้นบริการสนเทศ นอกจากจะให้ข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับนักเรียนแล้ว ยังจะช่วยกระตุ้นให้นักเรียนสนใจที่จะวางแผนการในชีวิต และวางจุดประสงค์ที่จะช่วยสร้างทัศนคติที่ดีต่อ

^{๒๗} เว็บไซต์ <https://www.l3nr.org/posts/269938>, วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

อาชีพต่าง ๆ รู้จักทำงานร่วมกับผู้อื่นและสนใจในการปฏิบัติงานนอกจากนั้น บริการสนเทศยังส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเรื่องต่าง ๆ อย่างถูกต้องและเป็นไปตามหลักของธรรมชาติ

บริการสนเทศ แบ่งออกเป็น ๓ ประเภทคือ

- (๑) บริการสนเทศทางการศึกษา (Educational Information)
- (๒) บริการสนเทศทางอาชีพ (Occupational Information)
- (๓) บริการสนเทศทางด้านส่วนตัวและสังคม (Personal Information)

๓) บริการให้คำปรึกษา (Counseling Service)

บริการให้คำปรึกษานั้นว่าเป็น “หัวใจของบริการแนะแนว” ซึ่งถือว่าเป็นบริการที่สำคัญที่สุดในบริการแนะแนว การบริการแนะแนวที่จัดขึ้นในสถานศึกษาจะขาดบริการให้คำปรึกษาเสียมิได้ บริการให้คำปรึกษา จึงเป็นบริการที่ทุกคนรู้จักดีบางครั้งมีผู้สับสนว่าบริการแนะแนวก็คือ บริการให้คำปรึกษานั้นเองทั้งนี้เพราะบริการแนะแนวจะจัดบริการให้คำปรึกษาอย่างเป็นทางการ ซึ่งสามารถมองเห็นได้ชัดเจนกว่าบริการอื่น ๆ ความจริงแล้วการบริการให้คำปรึกษานั้นเป็นบริการหนึ่งของบริการแนะแนว

๔) บริการจัดวางตัวบุคคล (Placement Service)

การจัดวางตัวบุคคลเป็นบริการที่เกี่ยวข้องกับบริการต่าง ๆ ข้างต้น เป็นการวางตัวบุคคลให้เหมาะสมกับงานตามที่คัดเลือก เป็นบริการที่ช่วยให้บุคคลได้เรียนตามวิชาที่ตนเองชอบ ช่วยให้มีโอกาสเรียนและประกอบอาชีพตรงตามความสามารถ ของตนเอง เป็นบริการที่จัดขึ้นช่วยเหลือนักเรียนทั้งที่ยังศึกษาอยู่ในโรงเรียนและสำเร็จการศึกษาไปแล้ว

๕) บริการติดตามผลและวิจัย (Follow-up Service)

บริการติดตามผล เป็นบริการสุดท้ายของบริการแนะแนว เป็นการติดตามดูว่าการจัดบริการต่าง ๆ ที่ได้ดำเนินไปแล้วนั้น ได้ผลมากน้อยเพียงใด นักเรียนที่ออกจากโรงเรียนไปแล้วนั้น ทั้งจบการศึกษาและยังไม่จบการศึกษาประสบปัญหาอะไรบ้าง รวมทั้งการติดตามผลดูนักเรียนที่ยังศึกษาอยู่ในโรงเรียนและจบการศึกษาไปแล้วว่าประสบผลสำเร็จในการแก้ไขปัญหาหรือไม่ วิธีการติดตามผล อาจทำได้ดังนี้

(๑) การสัมภาษณ์นักเรียนด้วยตนเอง เพื่อจะได้ทราบถึงผลของการช่วยเหลือว่าประสบความสำเร็จหรือไม่เพียงใด

(๒) การสัมภาษณ์บุคคลที่อยู่ใกล้ชิดนักเรียน เช่น เพื่อนนักเรียน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง บิดามารดา เพื่อทราบถึงผลของการบริการ

(๓) การส่งแบบสอบถามไปยังนักเรียนที่จบการศึกษาไปแล้ว หรือนักเรียนในโรงเรียน กรอกรแบบสอบถาม เพื่อจะได้ทราบผลของการให้บริการ

๒.๕ แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการเรียนรู้

การศึกษาหรือการเรียนรู้เป็นเรื่องที่สำคัญของมนุษย์ทุกคนและเป็นเครื่องมือในการพัฒนาศักยภาพของตนทั้งด้านความรู้ ความสามารถ คุณธรรม จริยธรรม สุขภาพ และการดำเนินชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข และเป็นกระบวนการที่ทำให้มนุษย์เจริญงอกงามขึ้น อริสโตเติล (Aristotle) เป็นนักปรัชญาการศึกษาได้ให้ความหมายของการศึกษาหรือการเรียนรู้ว่ามีจุดมุ่งหมายเพื่อการสร้างคุณธรรมและคุณธรรมเกิดจากความรู้ และการฝึกจิตใจให้มีศีลธรรม เรียกว่า Character Development

๒.๕.๑ ความหมายของการจัดการเรียน

การจัดการเรียนรู้ ไม่ใช่เป็นเพียงการถ่ายทอดเนื้อหาวิชา โดยใช้วิธีการบอกบอกให้จดและนำไปท่องจำเพื่อการสอบเท่านั้น แต่การจัดการเรียนรู้เป็นศาสตร์อย่างหนึ่งซึ่งมีความหมายที่ลึกซึ้งกว่านั้น กล่าวคือ วิธีการใดก็ตามที่ผู้สอนนำมาใช้เพื่อให้เรียนเกิดการเรียนรู้ เรียกได้ว่าเป็นการจัดการเรียนรู้

นักการศึกษาหลายท่าน ได้ให้ความหมายของการจัดการเรียนรู้ในทัศนะต่างๆ ดังนี้

การจัดการเรียนรู้ (Learning) หมายถึง วิธีการ กระบวนการที่บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การพัฒนาความคิดและความสามารถ โดยอาศัยประสบการณ์และปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อม^{๒๘}

สุนน อมรวิวัฒน์ อธิบายความหมายของการจัดการเรียนรู้ไว้ว่าการจัดการเรียนรู้อาจเป็นสถานการณ์อย่างหนึ่งที่มีสิ่งต่อไปนี้เกิดขึ้น^{๒๙} ได้แก่

๑) มีความสัมพันธ์และมีปฏิสัมพันธ์เกิดขึ้นระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน ผู้เรียนกับผู้เรียน ผู้เรียนกับสิ่งแวดล้อม และผู้สอนกับผู้เรียนกับสิ่งแวดล้อม

๒) ความสัมพันธ์และมีปฏิสัมพันธ์นั้นก่อให้เกิดการเรียนรู้และประสบการณ์ใหม่

๓) ผู้เรียนสามารถนำประสบการณ์ใหม่นั้นไปใช้ได้

วิชัย ประสิทธิ์วิฑูมิเวชช์ กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้เป็นกระบวนการที่มี ระเบียบแบบแผนครอบคลุมการดำเนินงานตั้งแต่การวางแผนการจัดการเรียนรู้จนถึงการประเมินผล^{๓๐}

บลูม (Bloom) ได้จำแนกการเรียนรู้ไว้เป็น ๓ ด้าน คือ^{๓๑}

^{๒๘} มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, คู่มือการจัดระบบการเรียนการสอน ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้, พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๓, พิมพ์ที่โรงพิมพ์เทียนวัฒนา พิรินทร์ตั้ง : กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๓.

^{๒๙} สุนน อมรวิวัฒน์, สมบัติพิพธ์ของการศึกษาไทย, กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๓, หน้า ๔๖๐.

^{๓๐} วิชัย ประสิทธิ์วิฑูมิเวชช์, การพัฒนาหลักสูตรสถานศึกษาที่ท้องถิ่น, กรุงเทพมหานคร : เลิฟแอนด์ลิฟเพรส, ๒๕๔๒, หน้า ๒๕๕.

^{๓๑} บลูม , 1956 อ้างใน สมร ทองดี และปราณี งามสูตร. ๒๕๕๕. แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว. จังหวัดนนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๕๕.

๑) ด้านพุทธิพิสัย (Cognitive Domain) หมายถึง พัฒนาการด้านสติปัญญาและความคิด

๒) ด้านจิตพิสัย (Affective Domain) หมายถึง พัฒนาการทางด้านความรู้สึกนึกคิดความสนใจ ค่านิยม ความซาบซึ้ง การปรับตัวและเจตคติต่างๆ

๓) ด้านทักษะพิสัย (Psychomotor Domain) หมายถึง การพัฒนาทักษะในทางปฏิบัติ ได้แก่ทักษะในการใช้วาระต่างๆ เช่น การเคลื่อนไหว การลงมือทำงาน การทำการทดลอง

ฮูและดันแคน (Hough & Duncan) อธิบายความหมายของการจัดการเรียนรู้ หมายถึง กิจกรรมของบุคคลซึ่งมีหลักและเหตุผล เป็นกิจกรรมที่บุคคลได้ใช้ความรู้ของตนเอง อย่างสร้างสรรค์ เพื่อสนับสนุนให้ผู้อื่นเกิดการเรียนรู้และความผาสุก ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ จึงเป็นกิจกรรมในแง่มุมต่างๆ ๔ ด้าน^{๓๒} คือ

๑) ด้านหลักสูตร (Curriculum) หมายถึง การศึกษาจุดมุ่งหมายของการศึกษาความเข้าใจ ในจุดประสงค์รายวิชาและการตั้งจุดประสงค์การจัดการเรียนรู้ที่ชัดเจน ตลอดจนการเลือกเนื้อหา ได้เหมาะสมสอดคล้องกับท้องถิ่น

๒) ด้านการจัดการเรียนรู้ (Instruction) หมายถึง การเลือกวิธีสอนและเทคนิคการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสม เพื่อช่วยให้ผู้เรียนบรรลุถึงจุดประสงค์การเรียนรู้ที่วางไว้

๓) ด้านการวัดผล (Measuring) หมายถึง การเลือกวิธีการวัดผลที่เหมาะสมและสามารถวิเคราะห์ผลได้

๔) ด้านการประเมินผลการจัดการเรียนรู้ (Evaluating) หมายถึง ความสามารถในการประเมินผลของการจัดการเรียนรู้ทั้งหมดได้

กาจเย (Gagne) ได้เสนอเงื่อนไขของการเรียนรู้ไว้ ๘ ประการ^{๓๓} คือ

๑) การเรียนรู้เมื่อได้รับสัญญาณ (Signal Learning)

๒) การเรียนรู้ในลักษณะของการกระตุ้น-ตอบสนอง (Stimulus-Response Learning)

๓) การเรียนรู้โดยการเชื่อมโยงการกระตุ้น-ตอบสนอง (Chaining)

๔) การเรียนรู้โดยสร้างความสัมพันธ์กระตุ้น-ตอบสนองด้วยภาษา (Verbal Association)

๕) การเรียนรู้แบบแยกแยะ (Discrimination Learning)

๖) การเรียนรู้ในแนวความคิดหลัก (Concept Learning)

๗) การเรียนรู้ในกฎเกณฑ์ (Rule Learning)

๘) การเรียนรู้เชิงแก้ปัญหา (Problem Solving)

กู๊ด (Good) ได้อธิบายความหมายของการจัดการเรียนรู้ว่าการจัดการเรียนรู้ คือ การกระทำอันเป็นการอบรมสั่งสอนผู้เรียนในสถาบันการศึกษา^{๓๔}

^{๓๒} Hough, John B. and Duncan, James K, **Teaching description and analysis**, Addison-Westlu, 1970, pp. 144.

^{๓๓} Gagne, R. M., **The Condition of Learning**. New York : Holt, Rinehart and Winston. , 1970.

ฮิลล์ (Hills) ให้คำจำกัดความของการจัดการเรียนรู้ไว้ว่าการจัดการเรียนรู้ คือ กระบวนการให้การศึกษาแก่ผู้เรียน ซึ่งต้องอาศัยปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน^{๓๔}

มอร์ (Moore) ได้ให้ความหมายของการจัดการเรียนรู้ไว้ว่าการจัดการเรียนรู้ คือ พฤติกรรมของบุคคลหนึ่งที่ยพยายามช่วยให้บุคคลอื่นได้เกิดการพัฒนาด้านในทุกด้านอย่างเต็ม ศักยภาพ^{๓๖}

๒.๕.๒ ความสำคัญของการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้เปรียบเสมือนเครื่องมือที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนรักการเรียน ตั้งใจเรียน และ เกิดการเรียนรู้ขึ้น การเรียนของผู้เรียนจะไปสู่จุดหมายปลายทาง คือ ความสำเร็จในชีวิต หรือไม่ เพียงใดนั้น ย่อมขึ้นอยู่กับจัดการเรียนรู้ที่ดีของผู้สอน หรือผู้สอนด้วยเช่นกัน หากผู้สอนรู้จัก เลือกใช้วิธีการจัดการเรียนรู้ที่ดีและเหมาะสมแล้ว ย่อมจะมีผลดีต่อการเรียน ของผู้เรียนดังนี้คือ

๑. มีความรู้และความเข้าใจในเนื้อหาวิชา หรือกิจกรรมที่เรียนรู้
๒. เกิดทักษะหรือมีความชำนาญใน เนื้อหาวิชา หรือกิจกรรมที่เรียนรู้
๓. เกิดทัศนคติที่ดีต่อสิ่งที่เรียน
๔. สามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
๕. สามารถนำความรู้ไปศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมต่อไปอีกได้

การที่ผู้สอนจะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความเจริญงอกงามในทุกๆ ด้านทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์สังคม และสติปัญญานั้น การส่งเสริมที่ดีที่สุดก็คือการให้การศึกษา ซึ่งจาก ที่กล่าวมาจะเห็น ได้ว่าการจัดการเรียนรู้เป็นสิ่งสำคัญในการให้การศึกษาแก่ผู้เรียนเป็นอย่างมาก^{๓๗}

๒.๕.๓ ลักษณะของการจัดการเรียนรู้

การจัดการเรียนรู้มีลักษณะที่เด่นชัดอยู่ ๓ ลักษณะ คือ

๑) การจัดการเรียนรู้เป็นกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน ซึ่งหมายความว่า การจัดการเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้นั้นทั้งผู้สอนและผู้เรียนต้องมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันและปฏิสัมพันธ์ที่ เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เป็นไปตามลำดับ ขั้นตอนเพื่อทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้

๒) การจัดการเรียนรู้มีจุดประสงค์ให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตาม จุดประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนี้เป็นพฤติกรรมทั้ง ๓ ด้าน ได้แก่ (๑) ด้าน ความรู้ความคิด หรือด้านพุทธิพิสัย (๒) ด้านทักษะกระบวนการ หรือด้านทักษะพิสัย (๓) ด้านเจตคติ หรือด้านจิตพิสัย

^{๓๔} Good, Carter V. , *Dictionary of education*, New York : McGraw- Hill Book, 1974 ,pp.588.

^{๓๕} Hills P.J.A. , *Dictionary of education*, London : Routledge & Kegan Payi, 1982, pp. 266.

^{๓๖} Moore, K.D. , *Classroom teaching skills*. New York: McGraw-Hill. Moore, 1992, pp. 4.

^{๓๗} มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, *คู่มือการจัดระบบการเรียนการสอนที่ ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้*, พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๓, พิมพ์ที่โรงพิมพ์เทียนวัฒนา พรินท์ติ้ง : กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๓, หน้า ๓.

๓) การจัดการเรียนรู้จะบรรลุจุดประสงค์ได้ดีต้องอาศัยทั้งศาสตร์และศิลป์ของผู้สอน ซึ่งหมายความว่าจัดการเรียนรู้จะบรรลุจุดประสงค์ได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับอาศัยความรู้ความสามารถ ของผู้สอนทั้งด้านวิชาการ (ศาสตร์) ทักษะและเทคนิคการจัดการเรียนรู้ (ศิลป์) เป็นสำคัญ^{๓๘}

๒.๕.๓ องค์ประกอบของการจัดการเรียนรู้

ผู้สอนจำเป็นจะต้องศึกษาจากข้อมูลหลากหลายประการเพื่อนำมาช่วยเสริมสร้างการจัด การเรียนรู้ ของตนและการเรียนรู้ของผู้เรียนการจัดการเรียนรู้ไม่ว่าระดับใดก็ตามขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ ๓ ประการ คือ

๑) ผู้เรียน

๒) บรรยากาศทางจิตวิทยาที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้

๓) ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับบรรยากาศทางจิตวิทยาในชั้นเรียน

ถ้าองค์ประกอบของการจัดการเรียนรู้ทั้ง ๓ ประการนี้ดำเนินไปด้วยดีจะทำให้ผู้เรียน ประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ได้อย่างมาก องค์ประกอบดังกล่าวมีรายละเอียดดังนี้

๑) ธรรมชาติของผู้เรียนเป็นสิ่งที่ผู้สอนจะต้องคำนึงถึงเป็นอันดับแรก เกี่ยวกับ ความสามารถทางสมอง ความถนัด ความสนใจ พัฒนาการทางร่างกาย อารมณ์และจิตใจ ความ ต้องการพื้นฐานเป็นสิ่งที่ผู้สอนจะต้องคำนึงถึง และจะละเลยไม่ได้

๒) บรรยากาศทางจิตวิทยาที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ ผู้สอนเป็นส่วนที่สำคัญและเป็น ส่วนหนึ่งที่กำหนดบรรยากาศในชั้นเรียนให้เป็นไปได้ในรูปแบบที่ต้องการ เป็นประชาธิปไตย ความ เคารพศรัทธา ความซื่อสัตย์ของผู้เรียน สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้โดยผู้สอนเป็นผู้กำหนด แต่ถึงกระนั้นก็ ตามบรรยากาศในชั้นเรียน ยังมีองค์ประกอบอื่นๆอีกนอกเหนือไปจากตัวผู้สอน คือ ผู้เรียนเข้าชั้น เรียนโดยไม่ได้รับประทาน อาหารเช้า หรืออาหารกลางวัน ผู้เรียนเริ่มเรียนชั่วโมงแรกด้วยความรู้สึก หิวหรือบางครั้งผู้เรียน ได้รับสิ่งกระทบกระเทือนใจติดตามมาเนื่องจากความไม่ปรองดองในครอบครัว เป็นต้น ส่วนทางด้านผู้สอนนั้นอาจจะมีความกดดันจากฝ่ายบริหารหรือจากครอบครัว เศรษฐกิจ อาหารเข้าก่อนมาสถานศึกษาของผู้มีเพียงน้ำแก้วนึ่งเท่านั้น สิ่งที่น่ามาก่อนเหล่านี้เกิดขึ้นก่อนที่ ผู้สอนและผู้เรียนจะมาพบกัน ซึ่งเป็นสิ่งที่ต้องระวังได้ว่าบรรยากาศทางจิตวิทยา ในชั้นเรียนที่เอื้ออำนวย ต่อการเรียนรู้จะปรากฏออกมาในรูปแบบใด

๓) ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับบรรยากาศทางจิตวิทยาในชั้นเรียน

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนและผู้เรียนจะเป็นเรื่องซึ่งถึงเงื่อนไขหรือสถานการณ์ว่า ผู้เรียนจะประสบความสำเร็จ หรือความล้มเหลวต่อการเรียนรู้ ผู้สอนควรจะคิดถึงผู้เรียนในฐานะ เป็นบุคคลหนึ่งผู้เรียนมีสิทธิที่จะได้รับความต้องการพื้นฐาน และผู้สอนจะต้องหากวิธี ที่จะ ตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานของผู้เรียนให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ และผู้สอนสอนควรจะฝึกให้ มีความรู้สึกไวต่อความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียน เพื่อความสำเร็จแห่งการเรียนรู้และการเจริญเติบโตเป็น บุคคลที่สมบูรณ์ต่อไป^{๓๙}

^{๓๘} อ้างในเรื่องเดียวกัน, หน้า ๓-๔.

^{๓๙} อ้างในเรื่องเดียวกัน, หน้า ๔-๕.

๒.๕.๔ หลักพื้นฐานในการจัดการเรียนรู้

หลักการจัดการเรียนรู้เป็นความรู้พื้นฐานที่สำคัญสำหรับผู้จะเป็นผู้สอน แม้ว่าผู้สอนแต่ละคนจะมีเทคนิคการจัดการเรียนรู้เฉพาะของตน แต่ก็ยึดหลักการพื้นฐานเดียวกันซึ่งหลักการพื้นฐานนี้มีนักการศึกษาได้แสดงทรรศนะไว้หลายท่าน เช่น

นักวิชาการศึกษาหลายท่านได้กล่าวถึงหลักการพื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ไว้ คล้าย ๆ กัน สรุปได้มี ๔ ประการ คือ

๑) หลักการเตรียมความพร้อมพื้นฐาน ได้แก่ การเตรียมตัวผู้สอนด้านความรู้ด้านทักษะการจัดการเรียนรู้และด้านการแก้ปัญหาการจัดการเรียนรู้

๒) หลักการวางแผนและเตรียมการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ การเตรียมเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ การผลิตสื่อ เตรียมแบบทดสอบและซ่อมสอน

๓) หลักการใช้จิตวิทยาการเรียนรู้ เช่น หลักความแตกต่างระหว่างบุคคล หลักการเร้าความสนใจ หลักการเสริมแรง

๔) หลักการประเมินผลและรายงานผล ซึ่งเกี่ยวกับการกำหนดจุดประสงค์การจัดการเรียนรู้ การสร้างและการใช้เครื่องมือการประเมิน การตีความหมายและการรายงานผลการประเมิน

ทองคุณ หงส์พันธ์ (๒๕๔๒: ๙) ได้ให้หลักการจัดการเรียนรู้โดยกล่าวไว้เป็นบัญญัติ ๒๐ ประการของการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

๑) ศึกษาหลักสูตรให้กระจ่าง

๒) วางแผนการจัดการเรียนรู้อย่างดี

๓) มีกิจกรรม/ทำอุปกรณ์

๔) สอนจากง่ายไปหายาก

๕) วิธีสอนหลายหลากมากชนิด

๖) สอนให้คิดมากกว่าจำ

๗) สอนให้ทำมากกว่าท่อง

๘) แคล้วคล่องเรื่องสื่อสาร

๙) ต้องชำนาญการจูงใจ

๑๐) อย่าลืมนำจิตวิทยา

๑๑) ต้องพัฒนาอารมณ์ขัน

๑๒) ต้องผูกพันห่วงหาศิษย์

๑๓) ฝ่าตามติดพฤติกรรม

๑๔) อย่าทำตัวเป็นทรราช

๑๕) สร้างบรรยากาศไม่น่ากลัว

๑๖) ประพฤติตัวตามที่สอน

๑๗) อย่าตัดรอนกำลังใจ

๑๘) ใช้เทคนิคการประเมิน

๑๙) ผู้เรียนเพลินมีความสุข

๒๐) ผู้สอนสนุกกับการเรียน

จากหลักการจัดการเรียนรู้ดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่าเป็นแนวทางในการจัดการเรียนรู้ ที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความเจริญงอกงามในทุกๆ ด้าน ซึ่งสามารถสรุปเป็นหลักการจัดการเรียนรู้พื้นฐาน เพื่อให้ประสบผลสำเร็จตามความมุ่งหมายที่วางไว้ ดังนี้

๑) สอนจากสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวออกไป หาสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว ตามปกติผู้เรียนมักจะสนใจและคุ้นเคยกับสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว บทเรียนที่ผู้สอนจะนำมาสอนนั้นควรเลือกสิ่งที่อยู่รอบตัว หรือใกล้ตัว ก่อนแล้วค่อยสอนสิ่งที่อยู่ห่างจากตัวออกไปเรื่อย ๆ

๒) สอนจากสิ่งที่ย่างไปหาสิ่งที่ยาก การจัดการเรียนรู้ถ้าจะให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี ผู้สอนจะต้องพิจารณาเลือกหัวข้อเรื่องจากง่ายไปหายากอยู่แล้ว เพราะสิ่งง่ายๆ นั้น ผู้เรียนจะเข้าใจได้ดี และเป็นพื้นฐานในการเรียนสิ่งยากต่อไป

๓) สอนจากตัวอย่างไปหากฎเกณฑ์ ในการจัดการเรียนรู้บทเรียนใดๆ ก็ตาม ผู้สอน ควรให้ตัวอย่างหลายๆ ตัวอย่าง หรืออาจจะให้ผู้เรียนช่วยหาตัว อย่างให้แล้วช่วยกันสรุปตั้งกฎเกณฑ์ขึ้นมา

๔) สอนจากสิ่งที่รู้ไปหาสิ่งที่ไม่รู้ ทั้งนี้ เป็นเพราะว่าประสบการณ์ใหม่นั้น ย่อมต้อง อาศัย บทเรียนเก่าหรือประสบการณ์เดิมเป็นพื้นฐาน จึงจะเรียนบทเรียนใหม่ได้เข้าใจดี

๕) สอนจากรูปธรรมไปหานามธรรม ในการจัดการเรียนรู้บทเรียนใดๆ ก็ตาม ผู้สอน ควรพยายามใช้สื่อการเรียนประกอบการจัดการเรียนรู้ จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจบทเรียนได้ง่ายขึ้น เพื่อเป็นวิธีการทำให้บทเรียน เป็นรูปธรรม ซึ่งจะง่ายแก่การเข้าใจของผู้เรียน

๖) สอนจากการทดลองไปหาการสรุปตั้งกฎเกณฑ์ บทเรียนใดที่สามารถให้ผู้เรียน ทดลอง ปฏิบัติจริงได้ ผู้สอนก็ควรให้ผู้เรียนทดลองปฏิบัติหรือลงมือกระทำด้วยตนเอง เมื่อทดลอง เสร็จแล้ว ผู้สอนจึงซักถามและให้ผู้เรียนคิดสรุปเป็นกฎเกณฑ์ขึ้นมา

๗) สอนโดยคำนึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ธรรมชาติของผู้เรียนในวัยต่างๆ นั้นจะ มีความแตกต่างกันทั้งในด้านความสนใจ ความถนัดพิเศษและความสามารถ ผู้สอนจะต้องเข้าใจ ในหลัก พัฒนาการของผู้เรียนในวัยต่างๆ ด้วย เพื่อที่จะได้จัดเตรียมบทเรียนและกิจกรรมไว้ หลากๆอย่าง ให้ผู้เรียนได้เลือกทำกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจ ซึ่งจะเกิดผลดีต่อการเรียนของผู้เรียนด้วย

๘) สอนโดยคำนึงถึงหลักจิตวิทยา หลักจิตวิทยาที่ผู้สอนต้องนำมาใช้ในการจัดการเรียนรู้มากที่สุดคือ จิตวิทยาพัฒนาการ และจิตวิทยาการศึกษา เป็นต้น

๙) สอนโดยยึดจุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษา จุดมุ่งหมายของการจัดการศึกษาจะเป็นเป้าหมายหลักตามแนวนโยบายในการจัดดำเนินการศึกษาของชาติในระดับต่างๆ

๑๐) สอนโดยยึดความมุ่งหมายของหลักสูตรและบทเรียนเป็นหลัก ในการจัดการเรียนรู้นั้น ผู้สอนจะต้องจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยยึดความมุ่งหมายหรือผลการเรียนรู้ที่คาดหวังของหลักสูตรที่กำหนดไว้เป็นหลัก และอีกทั้งผู้สอนยังต้องกำหนดผลการเรียนรู้ที่คาดหวังเฉพาะของแต่ละสาระหรือหน่วยการเรียนรู้ขึ้นด้วย และในขณะที่สอนผู้สอนต้องพยายามจัดสถานการณ์ สภาพ

การณ์และกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้การจัดการเรียนรู้บรรลุตามความมุ่งหมายเฉพาะสาระหรือหน่วยการเรียนรู้นั้น เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะในการเรียนที่ดี^{๔๐}

๒.๕.๕ ลักษณะการจัดการเรียนรู้ที่ดี

ผู้สอนที่ดีทุกคนย่อมมีความรับผิดชอบในหน้าที่ในด้านการจัดการเรียนรู้และการอบรมผู้เรียนให้เป็นสมาชิกที่ดีของชุมชนและชาติ ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ที่ดีต้องมีหลักในการยึดดังนี้

๑) ส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ใช้ความคิดอยู่เสมอ โดยการซักถามหรือให้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ สำหรับผู้เรียนในระดับต่างๆ เพื่อจะได้เป็นการฝึกให้ผู้เรียนคิดหาเหตุผล คัดเปรียบเทียบ และคิดพิจารณาถึงความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งต่างๆ

๒) ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ตรงให้มากที่สุดด้วยการเรียนโดยการกระทำด้วย (Learning by doing)

๓) ส่งเสริมให้ผู้เรียนทำงานเป็นกลุ่ม (Group working) โดยมีการปรึกษาหารือกัน ในกลุ่มแบ่งงานกันทำด้วยความร่วมมือกันและประเมินผลรวมกัน

๔) ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักแก้ปัญหาด้วยตนเองตามวิธีการทางวิทยาศาสตร์

๕) มีการเปลี่ยนแปลงวิธีการจัดการเรียนรู้อยู่เสมอ เพื่อให้การจัดการเรียนรู้นั้นเกิดความยืดหยุ่น น่าสนใจ และไม่น่าเบื่อโดยการนำเอาเทคนิคการจัดการเรียนรู้แบบต่าง ๆ มาดัดแปลงใช้ในการจัดการเรียนรู้

๖) มีการเตรียมการจัดการเรียนรู้ไว้ล่วงหน้า เพื่อให้ผู้สอนจะได้ทราบว่าจะสอนอย่างไรบ้างตามลำดับขั้นและยังช่วยให้ผู้สอนพร้อมที่จะสอนด้วยความมั่นใจ

๗) เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม และคิดหาเหตุผลความเป็นมาของสิ่งที่เรียน และมีการรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

๘) มีการประเมินผลอยู่ตลอดเวลา เน้นการประเมินตามสภาพจริง ประเมินตาม ความรู้ความสามารถของผู้เรียนอย่างแท้จริง เพื่อให้แน่ใจว่าการจัดการเรียนรู้ได้ผลตรงตาม จุดประสงค์ที่วางไว้หรือไม่เพียงใด

๙) มีสื่อการจัดการเรียนรู้ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสนใจและเข้าใจบทเรียน เช่น ของจริง รูปภาพ หุ่นจำลอง แผนภูมิ คอมพิวเตอร์ช่วยสอน วัสดุทัศนศึกษา ฐานข้อมูลการเรียนรู้ เว็บไซต์ และ สื่อทัศนูปกรณ์อื่น ๆ

๑๐) มีการจูงใจในระหว่างการจัดการเรียนรู้ เช่น การให้รางวัล การชมเชย การลงโทษ การติเตียน การให้คะแนน การสอบ การแข่งขัน การประลองมือให้เกียรติ ฯลฯ มาใช้เป็นสิ่งกระตุ้น และชี้แนวทางเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ ตั้งใจ ขยันหมั่นเพียรในการเรียนการทำการกิจกรรมมากขึ้น

๑๑) มีกิจกรรมให้ผู้เรียนทำหลายอย่างเพื่อสร้างความสนใจของผู้เรียนและช่วยให้ ผู้เรียนสนุกสนานในการเรียน

๑๒) ส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความเจริญงอกงามในทุกด้านทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

^{๔๐} อ้างในเรื่องเดียวกัน, หน้า ๕-๗.

๑๓) ส่งเสริมความสัมพันธ์หรือการบูรณาการระหว่างวิชาที่เรียนกับวิชาอื่นๆ ในหลักสูตร เช่น สอนภาษาไทยก็สอนให้สัมพันธ์กับสังคมศึกษา ศิลปศึกษา ดนตรี และ นาฏศิลป์ เป็นต้น

๑๔) มีการสร้างบรรยากาศในการจัดการเรียนรู้ให้เหมาะแก่การเรียนรู้ตามบทเรียนที่สอนทั้งในแง่ของสิ่งแวดล้อมและอารมณ์ของผู้เรียน

๑๕) สอนแบบเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ(Child center) ในการจัดกิจกรรมต่างๆ ผู้เรียนจะเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ เอง ผู้สอนจะเป็นเพียงผู้คอยให้ความช่วยเหลือแนะนำในการทำกิจกรรม

๑๖) สอนโดยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ใช้ประสาทสัมผัสทั้ง ๕ ให้มากที่สุด

๑๗) สอนตามกฎแห่งการเรียนรู้โดยจัดบทเรียนให้เหมาะสมกับวัย ความสามารถและประสบการณ์เดิมของผู้เรียน

๑๘) สอนโดยส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามแบบประชาธิปไตย โดยสามารถแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ และฝึกให้ผู้เรียนรู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เคารพความคิดเห็นของผู้อื่น อีกทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีการวางแผนงานร่วมกับผู้สอน^{๔๑}

๒.๕.๖ ความหมายของการเรียนรู้

การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ซับซ้อนทั้งนักจิตวิทยาและนักการศึกษา ได้ทำการศึกษา ค้นคว้าเกี่ยวกับคุณลักษณะและธรรมชาติของการเรียนรู้แล้วทำการนิยามความหมายของการเรียนรู้ เอาไว้มากมายในที่นี้จะขอยกตัวอย่างมาเป็นสังเขปเพื่อเป็นแนวทางการหาข้อสรุป ดังนี้

โดนัลด์ คลาร์ก (Donald Clark) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้ คือ กระบวนการเพิ่มพูนและปรับแต่งศักยภาพของพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวร ซึ่งสามารถวัดได้ อันเป็นผลมาจากการได้รับการฝึกฝน การได้รับความรู้ การฝึกทักษะ การเรียนการสอนและการมีประสบการณ์มาก่อน^{๔๒}

เบอร์ตัน (Burton) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า เป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวบุคคลและเป็นปฏิสัมพันธ์ (Interaction) เกิดขึ้นจากสิ่งแวดล้อม (environment) ซึ่งจะทำให้บุคคลได้ตอบสนองความต้องการของตนและทำให้สามารถต่อสู้กับสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสมต่อไป^{๔๓}

ครอว์และครอว์ (Crow and Crow) ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้ เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลง (change) การได้รับลักษณะนิสัย ความรู้ และทัศนคติทั้งหลาย การเรียนรู้จึงทำให้บุคคลมีการปรับตัวทั้งในด้านส่วนตัว และทางด้านสังคม การเปลี่ยนแปลงใดๆ

^{๔๑} อ้างในเรื่องเดียวกัน, หน้า ๗-๘.

^{๔๒} Donald Clark, อ้างใน พรพิมล พรพิระชนม์,ดร.การจัดกระบวนการเรียนรู้, (สงขลา : เทมการพิมพ์สงขลา, ๒๕๕๐), หน้า ๓.

^{๔๓} Burton, อ้างใน เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔.

จึงย่อมจะมีการเรียนรู้เกิดขึ้นเสมอ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจึงอยู่ในกระบวนการเรียนรู้ (Learning Process)^{๔๔}

แฮร์ริสและชวานส์ (Harris and Schawahn) ได้กล่าวถึงความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้ เป็นการเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากประสบการณ์ และได้แยกให้เห็นถึงประเด็นสำคัญ ๓ ประการที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ ดังนี้^{๔๕}

๑) การเรียนรู้ในลักษณะผลผลิต (Learning as Product) โดยเน้นให้เห็นความสำคัญของผลลัพธ์ขั้นสุดท้าย นั่นคือผลของการเรียนรู้ (Outcome of Learning) ซึ่งได้มาจากประสบการณ์

๒) การเรียนรู้ในลักษณะกระบวนการ (Learning as Process) โดยเน้นความสำคัญเกี่ยวกับเหตุการณ์ และกระบวนการที่ทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ หรือสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างการเรียนรู้ จนทำกระทั่งทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้

๓) สิ่งที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ (Learning as Function) เป็นการศึกษาค้นคว้าเพื่อหาสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ เช่น แรงจูงใจ ความตั้งใจในการเรียนรู้ หรือการถ่ายโยงการเรียนรู้ (Transformation of Learning) สิ่งเหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการเรียนรู้ของมนุษย์

โรเจอร์ (Roger) ได้กล่าวถึงการเรียนรู้ไว้ว่า หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้ได้รับความรู้ ความเข้าใจ ที่ขึ้นอยู่กับความสามารถในการจำ และสามารถพิจารณาการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้ใน ๒ ลักษณะ คือ^{๔๖}

๑) เป็นการเปลี่ยนแปลงที่มีลักษณะเป็นไปโดยอัตโนมัติ (Automatic) ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ โดยเฉพาะการเรียนรู้ตามอชยาศัย หรือการเรียนรู้อย่างไม่เป็นทางการซึ่งเกิดขึ้น โดยที่ผู้เรียนไม่ได้ตั้งใจ (Unintended Learning)

๒) เป็นการเปลี่ยนแปลงโดยตั้งใจและต้องใช้ความพยายาม (Purpose and Effort) ต้องมีการวางแผนในการเรียน ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงของการเรียนรู้ทั้งสองลักษณะจะต้องเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ค่อนข้างถาวร (Permanence changes)

วิกิพีเดีย สารานุกรมเสรี ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้เอาไว้ว่า หมายถึง การได้รับความรู้ พฤติกรรม ทักษะ คุณค่า หรือความพึงใจ ที่เป็นสิ่งแปลกใหม่หรือปรับปรุงสิ่งที่มีอยู่ และอาจเกี่ยวข้องกับการสังเคราะห์สารสนเทศชนิดต่าง ๆ ผู้ประมวลทักษะของการเรียนรู้เป็นได้ทั้งมนุษย์ สัตว์ และเครื่องจักรบางชนิด ความก้าวหน้าในการเรียนรู้เมื่อเทียบกับเวลาเป็นแนวโน้มเป็นเส้นโค้งแห่งการเรียนรู้ (learning curve) การเรียนรู้ของมนุษย์อาจเกิดขึ้นจากส่วนหนึ่งของการ ศึกษา การพัฒนาส่วนบุคคล การเรียนการสอน หรือการฝึกฝน การเรียนรู้อาจมีการยึดเป้าหมายและอาจมีความจูงใจเป็นตัวช่วย การศึกษาว่าการเรียนรู้เกิดขึ้นได้อย่างไรเป็นส่วนหนึ่งของสาขาวิชาประสาทจิตวิทยา

^{๔๔} Crow and Crow, อ้างใน เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕.

^{๔๕} Harris and Schawahn, อ้างใน เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕.

^{๔๖} Roger, อ้างใน ศิริบุรณ์ สายโกสุม, รศ.ดร., **จิตวิทยาการศึกษา**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๒), หน้า ๑๒๙.

(neuropsychology) จิตวิทยาการศึกษา (educational psychology) ทฤษฎีการเรียนรู้ (learning theory) และศึกษาศาสตร์ (pedagogy) การเรียนรู้ อาจทำให้เกิดพฤติกรรม การเรียนรู้ (habituation) หรือการวางเงื่อนไขแบบดั้งเดิม (classical conditioning) ซึ่งพบในสัตว์หลายชนิด หรือทำให้เกิดกิจกรรมที่ซับซ้อนมากขึ้นอย่างเช่นการเล่น ซึ่งพบได้เฉพาะในสัตว์ที่มีเชาวน์ปัญญา การเรียนรู้ อาจก่อให้เกิดความตระหนกอย่างมีสำนึกหรือไม่มีสำนึกก็ได้^{๔๗}

ในส่วนของการศึกษาในประเทศไทยก็ได้ให้ความหมายไว้ในทำนองเดียวกัน ดังนี้

อารี พันธุ์มณี ได้สรุปความหมายของการเรียนรู้อย่างกว้างขวางไว้ว่า การเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเดิมสู่พฤติกรรมใหม่ที่ค่อนข้างถาวร และเป็นผลมาจาก ประสบการณ์ หรือการฝึกฝน มิใช่เป็นผลจากการตอบสนองตามธรรมชาติ สัญชาตญาณ วุฒิภาวะ พิษยาต่าง ๆ อุบัติเหตุหรือความบังเอิญ^{๔๘}

พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์ และเพียว ยินดีสุข ได้กล่าวถึงการเรียนรู้ไว้ว่า หมายถึง การมีความรู้ความสามารถ ทักษะและความประพฤติชอบของผู้เรียน ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ผู้เรียนโดยใช้กระบวนการเรียนรู้ที่มีครูเป็นผู้จัดประสบการณ์เรียนรู้ให้^{๔๙}

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า หมายถึง กระบวนการเรียนรู้เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคมโดยการถ่ายทอดความรู้ การฝึก การอบรม การสืบสานทางวัฒนธรรม การสร้างสรรค์จรรโลงความก้าวหน้าทางวิชาการ การสร้างองค์ความรู้อันเกิดจากการจัดสภาพแวดล้อม สังคม การเรียนรู้และปัจจัยเกื้อหนุนให้บุคคลเรียนรู้ อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต^{๕๐}

พิมล พรพีระชนม์ ได้ให้ความหมายของการเรียนรู้ไว้ว่า การเรียนรู้เป็นกระบวนการอันซับซ้อนที่ทำให้พฤติกรรมของบุคคลเปลี่ยนแปลงไปอันเนื่องมาจากประสบการณ์ที่ได้รับผ่านประสาทสัมผัส สามารถเกิดขึ้นได้โดยตั้งใจและไม่ตั้งใจ ทั้งนี้ผลของการเรียนรู้จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

^{๔๗} อาสาสมัครผู้เขียนวิกิพีเดีย, **ทฤษฎีการเรียนรู้**. แหล่งที่มา : <http://th.wikipedia.org/wiki/> [๔ ก.พ. ๒๕๕๕].

^{๔๘} อารี พันธุ์มณี, **จิตวิทยาการเรียนการสอน**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ตันอ้อ, ๒๕๔๔), หน้า ๑๙.

^{๔๙} พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์และเพียว ยินดีสุข, **ทักษะ ๕ C เพื่อการพัฒนาหน่วยการเรียนรู้และการจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๗๕.

^{๕๐} สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี, **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๔๕**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พรักหวานกราฟฟิค จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๒.

พฤติกรรมใน ๓ ด้าน คือ ด้านความรู้ (Knowledge) ด้านทักษะหรือกระบวนการ (Skill Process) และด้านความรู้สึก (Affective)^{๕๑}

กล่าวโดยสรุป การเรียนรู้ หมายถึง กระบวนการที่ทำให้คนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความคิด ซึ่งเกิดจากการดู ได้ยิน ตมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัส การอ่าน การนึกคิด การใช้เทคโนโลยี การเรียนรู้ของเด็กและผู้ใหญ่จะต่างกัน เด็กจะเรียนรู้ด้วยการเรียนในห้อง การซักถาม ผู้ใหญ่มักเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ที่มีอยู่ แต่การเรียนรู้จะเกิดขึ้นจากประสบการณ์ที่ผู้สอนนำเสนอ โดยการปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนและผู้เรียน ผู้สอนจะเป็นผู้สร้างบรรยากาศทางจิตวิทยาที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ที่จะให้เกิดขึ้นเป็นรูปแบบใดก็ได้ เช่น ความเป็นกันเอง ความเข้มงวดกวดขันหรือความไม่มีระเบียบวินัย สิ่งเหล่านี้ผู้สอนจะเป็นผู้สร้างเงื่อนไขและสถานการณ์การเรียนรู้ให้กับผู้เรียน ดังนั้นผู้สอนจะต้องพิจารณาเลือกรูปแบบการสอน รวมทั้งการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้เรียน

๒.๕.๗ แนวความคิดของนักปราชญ์และนักวิชาการ

เดิมนักคิดมักใช้วิธีการสร้างองค์ความรู้ในเชิงปรัชญาในการอธิบายและพิสูจน์ ยืนยันความคิดเชิงปรัชญาของตนแต่ต่อมาเมื่อโลกมีความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมากขึ้น จึงได้มีการนำกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ (Scientific Process) มาใช้ในการพิสูจน์ ทดสอบแนวความคิด ความเชื่อเหล่านั้น เป็นผลให้เกิดทฤษฎีและหลักการทางการศึกษาขึ้นเป็นจำนวนมาก

ความเชื่อด้านการศึกษา หรือการจัดการเรียนรู้ที่ผ่านมาในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ นั้น ได้ให้ความสำคัญอย่างมากกับเรื่องศาสตร์และศิลป์ที่ใช้ในการสอนเด็ก (Pedagogy) โดยได้รับอิทธิพลมาจากกระแสความคิดทางวิทยาศาสตร์ และกระแสความคิดเกี่ยวกับศิลปะด้านการสอนประกอบกัน กล่าวคือ

๑) กระแสความความคิดทางวิทยาศาสตร์ แนวคิดทางวิทยาศาสตร์เป็นแนวคิดที่แสดงให้เห็นถึงการศึกษาค้นคว้าเพื่อแสวงหาความรู้ใหม่ๆ ด้วยวิธีการที่เคร่งครัดต่อระเบียบวิธีการวิจัย โดยเน้นการทดลอง ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ กระแสความคิดทางวิทยาศาสตร์ ในการศึกษา ค้นคว้า นับเป็นการวิจัยอย่างมีกฎเกณฑ์มากกว่าการศึกษาในระยะที่ผ่านมาในอดีตซึ่งอาศัยเพียงความเชื่อถือลอย ๆ เท่านั้น วิธีดังกล่าวนำสู่การเกิดทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ขึ้นในเวลาต่อมา

๒) กระแสความคิดเกี่ยวกับศิลปะด้านการสอน เป็นแนวคิดที่เน้นศิลปะในการเรียนรู้โดยการค้นหาวิธีการในการรับความรู้แบบใหม่ ๆ แล้วทำการวิเคราะห์ถึงความสำคัญของประสบการณ์ที่จะทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ลักษณะแนวคิดที่สำคัญคือ การคิดที่ว่า การเรียนรู้นั้นควรจะมีการเริ่มต้นโดยใช้สถานการณ์ต่างๆ มากกว่าเริ่มต้นจากเนื้อหาวิชา ทั้งนี้วิธีการสอบแบบดั้งเดิมทั่วไปที่ใช้กันอยู่มักเริ่มต้นจากตัวผู้สอน (Teacher center) หรือจากเนื้อหาวิชาเป็นอันดับแรก (Subject

^{๕๑} พรพิมล พรพิระชนม์,ดร.,การจัดการกระบวนการเรียนรู้, (สงขลา : เทมการพิมพ์สงขลา, ๒๕๕๐), หน้า ๓๓.

Matter) แล้วจึงมองดูที่ตัวผู้เรียนเป็นส่วนที่สอง ลักษณะการเรียนการสอนแบบดั้งเดิมนั้นผู้เรียนจะต้องพยายามปรับตัวเองให้เข้ากับหลักสูตร ซึ่งต่างจากศาสตร์และศิลป์ด้านการสอนในช่วงศตวรรษที่ ๒๐ ที่ปรับเปลี่ยนแนวคิดมาสู่การจัดการการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ (Child Center) โดยมีจุดเน้น ให้ผู้เรียน เป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้เป็นผู้สร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองและมีผู้สอนเป็นผู้เอื้ออำนวยความสะดวก (Facilitator) ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้

การศึกษาในอดีตเกิดจากการใช้สถานการณ์ต่างๆ โดยไม่ได้สนใจในเนื้อหา ซึ่งครูจะเป็นผู้กำหนดรูปแบบการสอนเอง (Teacher Center) แต่ในปัจจุบันการเรียนการสอนต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ซึ่งต้องเน้นที่ความต้องการของนักเรียนเป็นสำคัญ (Child Center) นักเรียนจะเป็นผู้สร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง โดยครูเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวกให้เกิดการเรียนรู้เท่านั้น

๒.๕.๘ ทฤษฎีเกี่ยวกับการเรียนรู้

ทฤษฎีการเรียนรู้ (Learning theory) เป็นกรอบงานวิจัยที่จัดระบบของความรู้หรือข้อมูล และเหตุการณ์เรียนรู้ที่ซับซ้อน ซึ่งเป็นการจัดระบบใหม่ของประสบการณ์เดิมที่มีมาก่อน หรือเป็นหลักของการเกิดการเรียนรู้สามารถทำการทดสอบได้ สามารถนำอ้างอิงถึงเหตุการณ์และประยุกต์ให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้ ทฤษฎีการเรียนรู้มีพัฒนาการมาจากทฤษฎีจิตวิทยา ซึ่งมีการศึกษาทดลองเริ่มตั้งแต่ต้นศตวรรษที่ ๒๐ เป็นต้นมา

ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ มีนักคิดและนักจิตวิทยาเกิดขึ้นจำนวนมาก และแนวคิดเริ่มมีความหลากหลายขึ้น ทฤษฎีการเรียนรู้ในจุดนี้เริ่มมีลักษณะของความเป็น วิทยาศาสตร์มากขึ้นมีการนำแนวทางการทดลองตามกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ มาใช้มากขึ้นเป็นลำดับ สามารถจัดเป็นกลุ่มทฤษฎีการเรียนรู้ในยุคนี้ ออกเป็น ๔ กลุ่มใหญ่ๆ ดังนี้

๑) ทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) นักคิดในกลุ่มนี้มองธรรมชาติมนุษย์ในลักษณะที่เป็นกลางคือ ไม่ดี ไม่เลว (Neutral-active) การกระทำต่าง ๆ ของมนุษย์เกิดจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมภายนอก พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้า (Stimulus-Response) การเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง กลุ่มพฤติกรรมนิยมให้ความสำคัญกับ”พฤติกรรม” มากเพราะพฤติกรรมเป็นสิ่งที่เห็นได้ชัดเจน สามารถวัดได้และทดสอบได้ เป้าหมายหลักของนักพฤติกรรมนิยม คือ การค้นหาและระบุถึงกฎที่สามารถควบคุมการเรียนรู้ โดยให้ความสุขใจต่อความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง ซึ่งสิ่งเร้า (Stimulus) หมายถึง เหตุการณ์หรือสิ่งใด ๆ ที่สามารถรับรู้ได้โดยผ่านอวัยวะรับสัมผัสของบุคคลส่วนการตอบสนอง (Response) หมายถึงการที่บุคคลแสดงอาการโต้ตอบต่อสิ่งเร้าที่รับรู้^{๕๒}

^{๕๒} ศรีเรือน แก้วกังวาล,ดร. จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๐), หน้า ๔๗.

๒) ทฤษฎีการเรียนรู้ของกลุ่มพุทธินิยม (Cognitive) นักคิดในกลุ่มพุทธินิยม หรือกลุ่มความรู้ความเข้าใจ หรือกลุ่มที่เน้นกระบวนการทางปัญญา หรือความคิด นักคิดกลุ่มนี้เริ่มขยายขอบเขตของความคิดที่เน้นทางด้านพฤติกรรมออกไปสู่กระบวนการทางความคิด ซึ่งเป็นกระบวนการภายในของสมอง โดยเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ไม่ใช่เรื่องของพฤติกรรมที่เกิดจากกระบวนการตอบสนองต่อสิ่งเร้าเพียงเท่านั้น การเรียนรู้ของมนุษย์ มีความซับซ้อนยิ่งไปกว่านั้น การเรียนรู้เป็นกระบวนการทางความคิดที่เกิดจากการสะสมข้อมูล การสร้างความหมาย สร้างความสัมพันธ์ของข้อมูล และการดึงข้อมูลออกมาใช้ในการกระทำและการแก้ปัญหาต่าง ๆ การเรียนรู้เป็นกระบวนการทางสติปัญญา ของมนุษย์ในการที่จะสร้างความรู้ความเข้าใจให้แก่ตนเอง^{๕๓}

๓) ทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มมนุษยนิยม (Humanism) นักคิดกลุ่มมนุษยนิยมให้ความสำคัญของความเป็นมนุษย์ และมองมนุษย์ว่ามีคุณค่ามีความดีงาม มีความสามารถ มีความต้องการและมีแรงจูงใจภายในที่จะพัฒนาศักยภาพของตนหากบุคคลได้รับอิสรภาพและเสรีภาพมนุษย์จะพยายามพัฒนาตนเองไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์^{๕๔}

๔) ทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มผสมผสาน (Eclecticism) กลุ่มนี้จะผสมผสานแนวคิดระหว่างพฤติกรรมนิยมและพุทธินิยม (Behavior Cognitive) โดยอาศัยทฤษฎีและหลักการที่หลากหลายของทั้งสองแนวคิด เช่น แนวคิดของกานเย่ เป็นต้น โดยกานเย่ เชื่อว่าความรู้สึกละเอียดประเภทย่อยบางประเภทย่อยสามารถเข้าใจ ได้อย่างรวดเร็ว โดยไม่ต้องใช้ความคิดที่ลึกซึ้ง บางประเภทย่อยมีความซับซ้อนมาก จำเป็นต้องใช้ความสามารถในขั้นสูง กานเย่ ได้จัดลำดับขั้นการเรียนรู้ซึ่งเริ่มจากง่ายไปหายาก โดยผสมผสานทฤษฎีการเรียนรู้ของกลุ่มพฤติกรรมนิยมและพุทธินิยมเข้าด้วยกัน^{๕๕}

สรุปได้ว่านักจิตวิทยาทั้ง ๔ กลุ่มต่างมีจุดมุ่งหมายเดียวกันคือการพัฒนามนุษย์ ซึ่งสอดคล้องหลักการศึกษาในพระพุทธศาสนา คือ ไตรสิกขา กล่าวคือการจัดการสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการจัดการเรียนการสอน ฝึกฝนอบรมจิตใจให้สงบเหมาะสมแก่การใช้งานและพัฒนาให้เกิดปัญญารู้เท่าทันปัญหา สามารถเผชิญปัญหาได้อย่างมีสติและเป็นสุข

๒.๕.๙ ทฤษฎีการเรียนรู้และหลักการจัดการการเรียนรู้

แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันล้วนเป็นการเสนอมุมมองเกี่ยวกับการเรียนรู้ที่สามารถอ้างอิง ตรวจสอบได้ด้วยหลักการและเหตุผล และสามารถประยุกต์ใช้ได้ไม่ยาก นักผู้เขียนได้รวบรวมทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ ๒๐ และเห็นว่าสามารถนำแนวคิดจากทฤษฎีไปประยุกต์สู่หลักการจัดการการเรียนรู้ได้อย่างมีความหมายทั้งต่อผู้เรียนและผู้สอน ดังนี้

^{๕๓} ศิริบุรณ์ สายโกสม,รศ.ดร. จิตวิทยาการศึกษา, กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๘, หน้า ๘๙.

^{๕๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๙.

^{๕๕} รังสรรค์ บุชยะมา,ผศ. การจัดการการเรียนรู้,(กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, ๒๕๕๐),หน้า ๓๖.

๑. ทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike's Connectionism Theory)

ธอร์นไดค์ (Thorndike) เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่มพฤติกรรมนิยมมีความเชื่อว่าการเรียนรู้เกิดจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง ซึ่งมีหลายรูปแบบ บุคคลมีการลองผิดลองถูก (Trial and Error) ปรับเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะพบวิธีที่ดี และเหมาะสมที่สุดในการแก้ปัญหา และเป็นการตอบสนองที่สามารถให้ผลที่พึงพอใจมากที่สุด เมื่อเกิดการเรียนรู้แล้วบุคคลจะใช้รูปแบบการตอบสนองที่เหมาะสมเพียงรูปเดียวและจะพยายามใช้รูปแบบนั้นเชื่อมโยงกับสิ่งเร้าในการเรียนรู้ต่อไปเรื่อย ๆ กฎการเรียนรู้ของธอร์นไดค์ (Thorndike) สรุปได้ดังนี้

๑) กฎแห่งผลลัพธ์ (Law of Effect) ระบุว่า การรู้ผลของการกระทำที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว จะก่อให้เกิดผลดีต่อการเรียนรู้ โดยเฉพาะการเรียนรู้โดยวิธีการลองผิดลองถูก เมื่อบุคคลได้รับผลจากการกระทำของตนในลักษณะที่ตนเองพึงพอใจ โดยเฉพาะการได้รับรางวัล ย่อมอยากจะทำซ้ำต่อไป แต่ถ้าได้รับผลที่ไม่พึงพอใจก็จะทำให้ไม่อยากเรียนรู้อีก ดังนั้นการได้รับผลที่พึงพอใจจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการเรียนรู้

๒) กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมที่จะทำให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจ การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดีถ้าผู้เรียนมีความพร้อมทั้งทางร่างกายและจิตใจ

๓) กฎแห่งการฝึกหัด (Law of Exercise) การกระทำและการปฏิบัติจริงของผู้เรียนเป็นกระบวนการที่จะทำให้เกิดความเข้มแข็ง การฝึกหัดหรือกระทำบ่อย ๆ ด้วยความเข้าใจจะทำให้การเรียนรู้มั่นคงถาวร ถ้าไม่ได้ฝึกหรือกระทำซ้ำบ่อย ๆ การเรียนรู้จะไม่คงทนถาวร และในที่สุด อาจลืมได้

จากแนวคิดทฤษฎีการเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike) สามารถสรุปหลักการจัดการการเรียนรู้ได้ดังนี้

๑) การเรียนรู้เกิดขึ้นได้ต้องอาศัยทั้งการฝึกหัดและการได้รับรางวัลการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนแบบลองผิดลองถูกบ้าง (ในสถานการณ์ที่เหมาะสม) จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหา จดจำการเรียนรู้ได้ดี และเกิดความภาคภูมิใจในการที่ได้ทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง

๒) การสำรวจความพร้อมหรือการเตรียมความพร้อมให้กับผู้เรียนเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องกระทำก่อนการสอนบทเรียน เช่น การสำรวจความรู้พื้นฐานเพื่อดูว่าผู้เรียนมีความพร้อมที่จะเรียนบทเรียนต่อไปหรือไม่

๓) หากต้องการให้ผู้เรียนมีทักษะในเรื่องใดจะต้องช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในเรื่องนั้นอย่างแท้จริง แล้วจึงให้ฝึกฝนโดยการกระทำสิ่งนั้นบ่อย ๆ แต่ไม่ควรให้กระทำในลักษณะซ้ำซากเพราะจำทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่ายได้

๔) การให้ผู้เรียนได้รับรู้ผลของการกระทำที่ได้ปฏิบัติไปแล้ว โดยเฉพาะผลที่ตนพึงพอใจจะช่วยให้การเรียนรู้ประสบผลสำเร็จ การศึกษาว่าสิ่งใดเป็นสิ่งเร้าหรือรางวัล ที่ผู้เรียนพึงพอใจจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีความหมาย

๒. ทฤษฎีการวางเงื่อนไขของสกินเนอร์ (Skinner's Operant Conditioning theory)

สกินเนอร์ (Skinner) เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่มพฤติกรรมนิยมได้ทำการทดลองเกี่ยวกับการเสริมแรงโดยนำหนูที่หิวจัดใส่กล่อง ภายในมีคันบังคับให้อาหารตกลงไปในกล่องได้ ตอนแรกหนูจะวิ่งชนตามจุดต่าง ๆ ในกล่อง เมื่อชนถูกคันจะมีอาหารตกมาให้กิน ทำหลาย ๆ ครั้ง พบว่าหนูจะกดคันให้อาหารตกลงไปได้เร็วขึ้น

แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ของสกินเนอร์ (Skinner)

๑) พฤติกรรมหรือการกระทำใด ถ้าได้ระบบการเสริมแรงจะมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นอีก ส่วนการกระทำที่ไม่มีการเสริมแรง แนวโน้มความถี่ของการกระทำนั้นจะลดลงและหายไป

๒) การเสริมแรงที่แปรเปลี่ยนทำให้เกิดการตอบสนองคงทนกว่าการเสริมแรงที่ตายตัว (จากการทดลองโดยเปรียบเทียบหนูที่หิวจัด ๒ ตัว ตัวหนึ่งกดคันจะได้อาหารทุกครั้ง อีกตัวหนึ่งเมื่อกดคันบางทีก็ได้อาหาร บางทีก็ไม่ได้อาหารแล้วหยุดให้อาหารตัวแรกจะเลิกกดคันทันที ตัวที่ ๒ จะยังกดต่อไปอีกนานกว่าตัวแรก)

๓) การลงโทษทำให้เรียนรู้ได้เร็วและลืมเร็ว (จากการทดลองโดยนำหนูที่หิวจัดใส่กรงแล้วใช้ไฟฟ้าช็อตหนูจะวิ่งพลาจออกมาได้ เมื่อจับหนูใส่เข้าไปใหม่มันจะวิ่งพลาจอีก จำไม่ได้ว่าทางไหนคือทางออก)

๔) การให้แรงเสริมหรือให้รางวัลเมื่ออินทรีย์กระทำพฤติกรรมที่ต้องการ สามารถช่วยปรับปรือปลูกฝังนิสัยที่ต้องการได้ (จากการทดลองโดยสอนให้หนูเล่นบาสเกตบอลเริ่มจากการให้อาหารเมื่อหนูจับลูกบาสเกตบอล จากนั้นเมื่อมันโยนจิงให้อาหาร ต่อมาเมื่อโยนสูงขึ้นจิงให้อาหารในที่สุดต้องโยนเข้าห่วงจิงให้อาหาร การทดลองนี้เป็นการกำหนดให้หนูแสดงพฤติกรรมตามที่ต้องการ ก่อนจิงให้แรงเสริมวิธีนี้สามารถดัดนิสัยหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้)

หลักการจัดการการเรียนรู้ตามแนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ของสกินเนอร์ (Skinner)

๑) ในการจัดการการเรียนรู้การให้การเสริมแรงภายหลังการตอบสนองที่เหมาะสมของผู้เรียนจะช่วยเพิ่มอัตราการตอบสนองที่เหมาะสมนั้น

๒) การเว้นระยะการเสริมแรงอย่างไม่เป็นระบบ หรือเปลี่ยนรูปแบบการเสริมแรงจะช่วยให้การตอบสนองของผู้เรียนคงทนถาวร เช่น ถ้าผู้สอนชมว่า “ดีมาก” ทุกครั้งที่ผู้เรียนตอบถูกอย่างสม่ำเสมอ ผู้เรียนจะเห็นความสำคัญของแรงเสริมน้อยลง ผู้สอนควรเปลี่ยนเป็นแรงเสริมแบบอื่นบ้าง เช่น ยิ้ม พยักหน้า หรือบางครั้งอาจไม่ให้แรงเสริม

๓) การลงโทษที่รุนแรงเกินไปผลเสียมาก ผู้เรียนอาจไม่ได้เรียนรู้หรือจำสิ่งที่เรียนได้ เลยควรใช้วิธีการงดการเสริมแรงเมื่อผู้เรียนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ เช่น การใช้ถ้อยคำไม่สุภาพของผู้เรียน แม้ได้บอกและตักเตือนแล้วก็ยังใช้อีก ผู้สอนควรงดการตอบสนองต่อพฤติกรรมนั้นเมื่อไม่มีใครตอบสนอง ผู้เรียนจะหยุดพฤติกรรมนั้นไปในที่สุด

๓. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม บุคคลที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมในระยะแรก คือ

มิลเลอร์และดอลาร์ด (Miller and Dillard) ทั้งสองท่านได้เขียนหนังสือชื่อ “Social Learning and Lmitation” ในปี ๑๙๔๑ โดยชี้ให้เห็นว่ามีความจำเป็นเสมอไปที่จะต้องเสริมแรงพฤติกรรมเพื่อให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยแนะนำว่าการเสริมแรงและการเรียนรู้สามารถเกิดขึ้นในตัวเด็กเองได้ เมื่อพฤติกรรมของเด็กสอดคล้องกับพฤติกรรมของคนอื่น

แบนดูรา (Bandura) เป็นอีกผู้หนึ่งที่สนับสนุนแนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมได้เสนอ นิยามของทฤษฎีในหนังสือ “Social Foundations of Thought and Action” ในปี ๑๙๖๘ โดยได้อธิบายการสังเกตและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตัวแบบด้วย ๔ กระบวนการ คือ ความใส่ใจ (Attention) การจดจำ (Motivation) ซึ่งเป็นแรงเสริมที่มาจากบุคคลใดบุคคลหนึ่งโดยตรงหรือจากการคาดหวังว่าจะได้ระบบรางวัลเหมือนตัวแบบ

หลักการจัดการการเรียนรู้ตามแนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

๑) เนื่องจากการเรียนรู้โดยการสังเกตของผู้เรียนอาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาในชีวิตประจำวัน ดังนั้น ผู้เกี่ยวข้องและผู้สอนควรพยายามส่งเสริมให้มีตัวแบบที่ดี รวมทั้งการเป็นตัวแบบที่ดีด้วย

๒) ผู้สอนสามารถนำแนวคิดการเรียนรู้โดยการเรียนแบบมาประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้ โดยยึดหลักการเรียนรู้ที่สำคัญ ๒ ขั้นคือ (๑) ขั้นการได้มาซึ่งความรู้ในขั้นนี้ ผู้เรียนจะต้องใส่ใจ (Attention) รับรู้สิ่งที่สังเกตและประมวลเข้ารหัส (Coding) และมีความจดจำ (Retention) และ (๒) ขั้นการกระทำ ในขั้นนี้ผู้เรียนต้องลงมือกระทำด้วยตนเอง ดังนั้นก่อนที่ผู้สอนจะเริ่มสอนต้องเตือนให้ผู้เรียนมีความใส่ใจ สังเกตทุกขั้นตอนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเลียนแบบได้ถูกต้อง

๓) ตัวแบบที่ใช้ไม่ควรจำกัดอยู่เฉพาะผู้สอน สามารถใช้ตัวแบบจากแหล่งอื่น ๆ เช่น ผู้เรียน ปราชญ์ชาวบ้าน บุคคลในภาพยนตร์ โทรทัศน์ หนังสือหรืออื่น ๆ ที่มีความเหมาะสม

๔. ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget's Cognitive Development Theory)

เพียเจต์ (Piaget) เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่มพุทธินิยม ได้ศึกษาเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านความคิดของเด็กว่ามีขั้นตอนหรือกระบวนการอย่างไร โดยได้อธิบายว่า การเรียนรู้ของเด็กเป็นไปตามพัฒนาการทางสติปัญญา ซึ่งจะพัฒนาการไปตามวัยต่าง ๆ เป็นลำดับขั้น พัฒนาการเป็นสิ่งที่เป็นไปตามธรรมชาติ ไม่ควรที่จะเร่งเด็ก แต่การจัดประสบการณ์ส่งเสริมพัฒนาการของเด็กในช่วงที่เด็กในช่วงที่เด็กกำลังพัฒนาไปสู่ขั้นที่สูงกว่า สามารถช่วยให้เด็กพัฒนาไปอย่างรวดเร็วได้ อย่างไรก็ตามเพียเจต์ (Piaget) เน้นความสำคัญของการเข้าใจธรรมชาติและพัฒนาการของเด็กมากกว่ากระตุ้นเด็กให้มีพัฒนาการที่เร็วขึ้น

แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget) มีสาระสำคัญที่สรุปได้ดังนี้

๑) พัฒนาการทางสติปัญญาของบุคคลเป็นไปตามวัยต่าง ๆ เป็นลำดับขั้นดังนี้

(๑) ขั้นรับรู้ด้วยประสาทสัมผัส (Sensor motor Period) เป็นลำดับขั้นพัฒนาการในช่วงอายุ ๐-๒ ปี ความคิดของเด็กจะขึ้นกับการรับรู้การกระทำ เด็กยึดตัวเองเป็นศูนย์กลางและยังไม่สามารถเข้าใจความคิดเห็นของผู้อื่น

(๒) ขั้นก่อนปฏิบัติการคิด (Preoperational Period) เป็นขั้นพัฒนาการในช่วงอายุ ๒-๗ ปี ความคิดของเด็กวัยนี้ยังขึ้นอยู่กับความรู้เป็นส่วนใหญ่ยังไม่สามารถที่จะใช้เหตุผลอย่างลึกซึ้งแต่สามารถเรียนรู้และใช้สัญลักษณ์ได้ การใช้ภาษาแบ่งเป็นขั้นย่อย ๆ ๒ ขั้น คือขั้นก่อนเกิดความคิดรอบยอด (Pre-Conceptual Intellectual) เป็นขั้นพัฒนาการในช่วงอายุ ๒-๔ ปี และขั้นการคิด ด้วยความเข้าใจของตนเอง (Intuitive Thinking Period) เป็นพัฒนาการในช่วงอายุ ๔-๗ ปี

(๓) ขั้นการคิดแบบรูปธรรม (Concrete Operational Period) เป็นขั้นพัฒนาการในช่วงอายุ ๗-๑๑ ปี เป็นขั้นที่การคิดของเด็กไม่ขึ้นกับการรับรู้จากรูปร่างเท่านั้นเด็กสามารถสร้างภาพในใจและสามารถคิดย้อนกลับได้ และมีความเข้าใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของตัวเลขและสิ่งต่าง ๆ ได้มากขึ้น

(๔) ขั้นการคิดแบบนามธรรม (Formal Operational Period) เป็นขั้นพัฒนาการในช่วงอายุ ๑๑-๑๕ ปี เด็กสามารถคิดสิ่งที่เป็นนามธรรมได้และสามารถคิดตั้งสมมติฐาน และใช้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ได้

๒) ภาษาและกระบวนการการคิดของเด็กแตกต่างจากผู้ใหญ่

๓) กระบวนการทางสติปัญญามีลักษณะดังนี้

(๑) การซึมซับหรือการดูดซึม (Assimilation) เป็นกระบวนการทางสมองในการรับประสบการณ์ เรื่องราวและข้อมูลต่าง ๆ เข้ามาสะสมเก็บไว้เพื่อใช้ประโยชน์ต่อไป

(๒) การปรับและจัดระบบ (Accommodation) คือ กระบวนการทางสมองในการปรับประสบการณ์เดิมและประสบการณ์ใหม่ให้เข้ากันเป็นระบบ หรือเครือข่ายทางปัญญาที่ตนสามารถเข้าใจได้ เกิดเป็นโครงสร้างทางปัญญาขึ้นใหม่

(๓) การเกิดความสมดุล (Equilibration) เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจากขั้นของการปรับหากการปรับเป็นไปอย่างผสมผสานกลมกลืนก็จะก่อให้เกิดสภาพที่มีความสมดุลขึ้น หากบุคคลไม่สามารถปรับประสบการณ์ใหม่และประสบการณ์เดิมให้เข้ากันได้ ก็จะก่อให้เกิดภาวะความไม่สมดุลขึ้นซึ่งจะก่อให้เกิดความขัดแย้งทางปัญญารึ้นในตัวบุคคล

หลักการจัดการการเรียนรู้ตามแนวคิดพัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์ (Piaget)

๑) ในการพัฒนาผู้เรียน ควรคำนึงถึงพัฒนาการทางสติปัญญา และจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนอย่างเหมาะสมกับพัฒนาการนั้น ไม่ควรบังคับให้เรียนในสิ่งที่ยังไม่พร้อมหรือยากเกินพัฒนาการตามวัย เพราะจะก่อให้เกิดเจตคติที่ไม่ดีได้

๒) การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัยสามารถช่วยให้เด็กพัฒนาไปสู่พัฒนาการขั้นสูงได้

๓) ผู้เรียนแต่ละคนมีพัฒนาการแตกต่างกัน ถึงแม้อายุจะเท่ากัน แต่ระดับพัฒนาการอาจไม่เท่ากัน ดังนั้นจึงไม่ควรเปรียบเทียบผู้เรียนควรให้มีอิสระที่จะเรียนรู้และพัฒนาความสามารถไปตามระดับพัฒนาการ

(๔) ในการจัดการการเรียนรู้ควรใช้สิ่งที่เป็นรูปธรรม เพื่อช่วยให้เด็กเข้าใจลักษณะต่าง ๆ ได้ดีขึ้น แม้ในพัฒนาการช่วงการคิดแบบรูปธรรม ผู้เรียนจะสามารถสร้างภาพในใจได้ แต่การสอนที่ใช้อุปกรณ์ ที่เป็นรูปธรรมจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจชัดเจนขึ้น

๕) การให้ความสนใจและสังเกตผู้เรียนอย่างใกล้ชิด จะช่วยให้ได้ทราบลักษณะเฉพาะตัวของผู้เรียนแต่ละคน

๖) ในการสอนผู้เรียนที่เป็นเด็กเล็ก ๆ ควรตระหนักว่าเด็กจะรับรู้ส่วนรวม (Whole) ได้ดีกว่าส่วนย่อย (Part) ดังนั้นผู้สอนจึงควรสอนภาพรวมก่อนแล้วจึงแยกสอนทีละส่วน

๗) ในการสอนสิ่งใด ๆ ควรเริ่มจากสิ่งที่ผู้เรียนคุ้นเคยหรือมีประสบการณ์มาก่อนแล้วจึงเสนอสิ่งใหม่ที่มีความสัมพันธ์กับสิ่งเก่า การทำเช่นนี้จะช่วยให้กระบวนการซึมซับและจัดระบบความรู้ของเด็กเป็นไปด้วยดี

๘) การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ และมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมมาก ๆ ช่วยให้เด็กดูดซึมข้อมูลเข้าสู่โครงสร้างทางสติปัญญาของเด็กอันเป็นการส่งเสริมพัฒนาทางสติปัญญาของเด็ก

๕. ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของบรุนเนอร์ (Bruner's Cognitive Development Theory)

บรุนเนอร์ (Bruner) เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่มพุทธินิยมที่สนใจและศึกษาเรื่องของพัฒนาการทางสติปัญญาต่อเนื่องจากเพียเจต์และบรุนเนอร์เชื่อว่ามนุษย์เลือกที่จะรับรู้สิ่งที่ตนเองสนใจและการเรียนรู้เกิดจากกระบวนการค้นพบด้วยตนเอง (Discovery Learning) แนวคิดที่สำคัญ ๆ ของ บรุนเนอร์ มีดังนี้

แนวคิด ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของบรุนเนอร์ (Bruner's Theory of Development)

๑) การจัดโครงสร้างของความรู้ให้มีความสัมพันธ์ และสอดคล้องกับพัฒนาการทางสติปัญญาของผู้เรียน มีผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน

๒) การจัดหลักสูตรและการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับระดับความพร้อมของผู้เรียน และสอดคล้องกับพัฒนาการทางสติปัญญาของผู้เรียนจะช่วยให้การเรียนรู้เกิดประสิทธิภาพ

๓) การคิดแบบหยั่งรู้ (Intuition) เป็นการคิดหาเหตุผลอย่างอิสระที่สามารถช่วยพัฒนาความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้

๔) แรงจูงใจภายในเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เรียนประสบผลสำเร็จในการเรียนรู้

๕) ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของมนุษย์แบ่งได้ เป็น ๓ ขั้นใหญ่ ๆ คือ

(๑) ทฤษฎีการเรียนรู้จากการกระทำ (Enactive Stage) คือ ขั้นของการเรียนรู้จากการใช้ประสาทสัมผัสรับรู้สิ่งต่าง ๆ การลงมือกระทำช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี

(๒) ขั้นการเรียนรู้จากความคิด (Iconic Stage) เป็นขั้นที่ผู้เรียนสามารถสร้างมโนภาพในใจได้ และสามารถเรียนรู้จากภาพแทนของจริงได้

(๓) ขั้นการเรียนรู้สัญลักษณ์และนามธรรม (Symbolic Stage) เป็นขั้นการเรียนรู้ สิ่งที่ซับซ้อนและเป็นนามธรรมได้

(๔) การเรียนรู้เกิดขึ้นได้จากการที่ผู้เรียนสามารถสร้างความคิดรวบยอด หรือสามารถจัดประเภทของสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม

(๕) การเรียนรู้ที่ได้ผลดีที่สุด คือการให้ผู้เรียนค้นพบการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Discovery Learning) หลักการจัดการการเรียนรู้

หลักการจัดการการเรียนรู้ตามแนวคิดพัฒนาการทางสติปัญญาของบรุนเนอร์ (Bruner)

๑) กระบวนการค้นพบการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่มีความหมายสำหรับผู้เรียน การวิเคราะห์และจัดโครงสร้างเนื้อหาสาระการเรียนรู้ให้เหมาะสมเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องทำก่อนการสอน

๒) การจัดหลักสูตรแบบเกลียว (Spiral Curriculum) ช่วยให้สามารถสอนเนื้อหาหรือความคิดรวบยอดเดียวกันแก่ผู้เรียนทุกวัยได้ โดยต้องจัดเนื้อหาความคิดรวบยอดและวิธีสอนให้เหมาะสมกับขั้นพัฒนาการของผู้เรียน

๓) ในการเรียนการสอนควรส่งเสริมให้ผู้เรียนได้คิดอย่างอิสระให้มาก เพื่อช่วยส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ของผู้เรียน

๔) การสร้างแรงจูงใจภายในให้เกิดขึ้นกับผู้เรียน เป็นสิ่งจำเป็นในกาจัดประสบการณ์การเรียนรู้แก่ผู้เรียน

๕) การจัดกระบวนการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับขั้นพัฒนาการทางสติปัญญาของผู้เรียน จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี

๖) การสอนความคิดรวบยอดให้แก่ผู้เรียนเป็นสิ่งจำเป็น

๗) การจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนได้ค้นพบการเรียนรู้ด้วยตนเอง สามารถช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี

๖. ทฤษฎีการเรียนรู้ที่มีความหมาย (A Theory of Meaning Verbal Learning)

เดวิด ออซูเบล (David Ausubel) เป็นนักจิตวิทยากลุ่มพุทธินิยมเชื่อว่า การเรียนรู้จะมีความหมายแก่ผู้เรียนหากการเรียนรู้สิ่งใหม่นั้น ผู้เรียนเคยมีพื้นฐานความรู้เดิมที่สามารถเชื่อมโยงเข้ากับความรู้ใหม่ได้

หลักการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้ที่มีความหมาย

๑) ก่อนจะสอนเรื่องใหม่ ผู้สอนควรสำรวจความรู้ความเข้าใจของผู้เรียนก่อนว่ามีเพียงพอที่จะทำความเข้าใจความรู้ใหม่หรือไม่ ถ้ายังไม่มีหรือมีไม่เพียงพอจะต้องจัดประสบการณ์ให้

๒) การนำเสนอความคิดรวบยอดหรือกรอบมโนทัศน์ หรือกรอบความคิด (Advance Organizer) ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งแก่ผู้เรียนก่อนการสอนเนื้อหาสาระนั้น ๆ จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถเรียนเนื้อหาสาระนั้นอย่างมีความหมาย

๓) หลักในการจัดเตรียม Advance Organizer คือ การจัดเรียงข้อมูลที่ต้องการให้ผู้เรียนรู้เรื่องใหม่ หรือแบ่งบทเรียนออกเป็นหัวข้อสำคัญ ๆ ถ้ามีความคิดรวบยอดที่เกี่ยวกับหัวข้อที่จะเรียนรู้ใหม่ ควรอธิบายให้ผู้เรียนทราบก่อน

๗. ทฤษฎีการเรียนรู้ของมาสโลว์ (Maslow)

แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ของมาสโลว์ (Maslow)

มาสโลว์ (Maslow) เป็นนักจิตวิทยากลุ่มมนุษยนิยม มีความเชื่อเกี่ยวกับการเรียนรู้ของมนุษย์ ดังนี้

๑) มนุษย์ทุกคนมีความต้องการพื้นฐานตามธรรมชาติเป็นลำดับขั้น ซึ่งในแต่ละขั้นมนุษย์จะสามารถพัฒนาตนไปสู่ขั้นที่สูงขึ้น คือ

๑) ชั้นความต้องการทางร่างกาย (Physical Need)
 ๒) ชั้นความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety Need)
 ๓) ชั้นความต้องการความรัก (Love Need)
 ๔) ชั้นความต้องการยอมรับและการยกย่องจากสังคม (Esteem Need)
 ๕) ชั้นความต้องการที่จะพัฒนาศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ (Self-Actualization) หากความต้องการขั้นพื้นฐานได้รับการตอบสนองอย่างพอเพียงสำหรับตน

๒) มนุษย์มีความต้องการที่จะรู้จักตนเองและพัฒนาตนเองจากประสบการณ์ที่เรียกว่า “Peak Experience” เป็นประสบการณ์ของบุคคลที่อยู่ในภาวะที่มึนตึ่มต่ำจากการรู้จักตนเองตามสภาพความเป็นจริง มีลักษณะน่าตื่นเต้น เป็นความรู้สึกริบปัดเป็นช่วงเวลาที่คุณคน เข้าใจเรื่องใดเรื่องหนึ่งอย่างถ่องแท้ เป็นสภาพที่สมบูรณ์ มีลักษณะผสมผสานกลมกลืน เป็นช่วงเวลาแห่งการรู้จักตนเองอย่างแท้จริงบุคคลที่มีประสบการณ์เช่นนี้บ่อย ๆ จะสามารถพัฒนาตนไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ หลักการจัดการการเรียนรู้ตามแนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ของมาสโลว์ (Maslow)

๑) การเข้าถึงความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ สามารถช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของบุคคลได้ เนื่องจากพฤติกรรมเป็นกรแสดงออกของความต้องการของบุคคล

๒) การช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี จำเป็นต้องตอบสนองความต้องการพื้นฐานก่อน

๓) ในกระบวนการจัดการการเรียนรู้ หากผู้สอนสามารถทราบได้ว่าผู้เรียนแต่ละคนมีความต้องการอยู่ในระดับใดขั้นใด ก็จะสามารถใช้ความต้องการพื้นฐานของผู้เรียนนั้นเป็นแรงจูงใจช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้

๔) การช่วยให้ผู้เรียนได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของตนอย่างเพียงพอ การให้อิสระภาพและเสรีภาพแก่ผู้เรียนในการเรียนรู้ การจัดบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้จะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดประสบการณ์ในการรู้จักตนเองตรงตามสภาพความเป็นจริง

๘. ทฤษฎีการเรียนรู้ของรอเจอร์ส (Rogers)

รอเจอร์ส (Rogers) เป็นนักจิตวิทยามนุษยนิยม มีความเชื่อเกี่ยวกับการเรียนรู้ของมนุษย์ดังนี้

แนวคิด ทฤษฎีการเรียนรู้ (supportive Atmosphere) และเน้นให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง (Student-centered Teaching) โดยผู้สอนใช้วิธีการสอนแบบชี้แนะ (Non – directive) และทำหน้าที่อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน (facilitator) และการเรียนรู้จะเน้นกระบวนการ (Process Learning) เป็นสำคัญ

หลักการจัดการการเรียนรู้ตามทฤษฎีการเรียนรู้ของรอเจอร์ส (Rogers)

๑) การจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียนให้อบอุ่น ปลอดภัย ไม่น่าหวาดกลัวน่าไว้วางใจจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ดี

๒) ผู้เรียนแต่ละคนมีศักยภาพและแรงจูงใจที่จะพัฒนาตนเองอยู่แล้ว ผู้สอนจึงควรสอนแบบชี้แนะ (Non-directive) โดยให้ผู้เรียนเป็นผู้นำทางในการเรียนรู้ของตน (self – directed) และคอยช่วยเหลือผู้เรียนให้เรียนอย่างสะดวกจนบรรลุผล

๓) ในการจัดการเรียนการสอนควรเน้นการเรียนรู้กระบวนการ (Process Learning) เป็นสำคัญ เนื่องจากกระบวนการเรียนรู้เป็นเครื่องมือสำคัญที่บุคคลใช้ในการดำรงชีวิตและแสวงหาความรู้ต่อไป

๙. ทฤษฎีการเรียนรู้ของกานเย่ (Gagne's Learning Theory)

กานเย่ (Gagne) เป็นนักจิตวิทยาในกลุ่มผสมผสาน ได้เสนอแนวคิดหลักการที่สำคัญของทฤษฎีการเรียนรู้ ดังนี้

๑) กานเย่ (Gagne) ได้จัดประเภทของการเรียนรู้ เป็นสำคัญขึ้นจากง่ายไปหายากไว้ ๘ ประเภทดังนี้

(๑) การเรียนรู้สัญญาณ (Signal-Learning) เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่เป็นไปโดยอัตโนมัติอยู่นอกเหนืออำนาจจิตใจ ผู้เรียนไม่สามารถบังคับพฤติกรรมไม่ให้เกิดขึ้นได้ การเรียนรู้แบบนี้เกิดอาการที่คนเรานำเอาลักษณะการตอบสนองที่มีอยู่แล้วมาสัมพันธ์กับสิ่งเร้าใหม่ที่มีความใกล้ชิดกับสิ่งเร้าเดิม การเรียนรู้สัญญาณเป็นลักษณะการเรียนรู้แบบการวางเงื่อนไขของพาฟลอฟ

(๒) การเรียนรู้สิ่งเร้า – การตอบสนอง (Stimulus – Response Learning) เป็นการเรียนรู้ต่อเนื่องจากการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนอง แตกต่างจากการเรียนรู้สัญญาณเพราะผู้เรียนสามารถควบคุมพฤติกรรมตนเองได้ ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมเนื่องจากได้รับการเสริมแรง การเรียนรู้แบบนี้เป็นการเรียนรู้ตามทฤษฎีการเรียนรู้แบบเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ และการเรียนรู้แบบวางเงื่อนไข (Operant Conditioning) ของสกินเนอร์ ซึ่งเชื่อว่า การเรียนรู้ เป็นสิ่งเร้าภายในของผู้เรียนเองมิใช่รอให้สิ่งเร้าภายนอกมากระทำ พฤติกรรมที่แสดงออกเกิดจอกสิ่งเร้าภายในของผู้เรียนเอง

(๓) การเรียนรู้การเชื่อมโยงแบบต่อเนื่อง (Chaining) เป็นการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้าและการตอบสนองที่ต่อเนื่องกันตามลำดับ เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการกระทำการเคลื่อนไหว

(๔) การเชื่อมโยงทางภาษา (Verbal Association) เป็นการเรียนรู้ในลักษณะคล้ายกับการเรียนรู้การเชื่อมโยงแบบต่อเนื่อง แต่เป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้ภาษา การเรียนรู้แบบการรับสิ่งเร้าการตอบสนองเป็นพื้นฐานของการเรียนรู้แบบต่อเนื่อง และการเชื่อมโยงทางภาษา

(๕) การเรียนรู้ความแตกต่าง (Discrimination Learning) เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถจัดกลุ่มสิ่งเร้าที่ความเหมือนกันหรือแตกต่างของสิ่งต่าง ๆ โดยเฉพาะความแตกต่างตามลักษณะของวัตถุ

(๖) การเรียนรู้ความคิดรวบยอด (Concept Learning) เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถจัดกลุ่มสิ่งเร้าที่ความเหมือนกันหรือแตกต่างกันโดยสามารถระบุลักษณะที่เหมือนกันหรือแตกต่างกันได้ พร้อมทั้งสามารถขยายความรู้ไปยังสิ่งอื่นที่นอกเหนือจากที่เคยเห็นมาก่อนได้

(๗) การเรียนรู้กฎ (Rule Learning) เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการรวม หรือเชื่อมโยงความคิดรวบยอดตั้งแต่สองอย่างขึ้นไป และตั้งเป็นกฎเกณฑ์ขึ้น การที่ผู้เรียนสามารถเรียนรู้กฎเกณฑ์จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถนำการเรียนรู้ไปในสถานการณ์ต่าง ๆ กันได้

(๘) การเรียนรู้การแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นการเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหา โดยการนำกฎเกณฑ์ต่าง ๆ มาใช้การเรียนรู้แบบนี้เป็นกระบวนการที่เกิดภายในตัวผู้เรียน เป็นการใช้กฎเกณฑ์ในขั้นสูงเพื่อการแก้ปัญหาที่ค่อนข้างซับซ้อน และสามารถนำกฎเกณฑ์ในการแก้ปัญหานี้ไปใช้กับสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกันได้

๒) กานเย่ (Gagne) ได้แบ่งสมรรถภาพหรือองค์ประกอบการเรียนรู้ของมนุษย์ไว้ ๕ ประการ ซึ่งประกอบด้วย

- (๑) ทักษะการเคลื่อนไหว
- (๒) การเรียนรู้ทางด้านภาษา
- (๓) ทักษะเซาว์ปัญญา
- (๔) ยุทธศาสตร์ทางการศึกษา
- (๕) เจตคติ

สมรรถภาพทั้ง ๕ นี้มีคุณลักษณะเฉพาะที่สามารถปฏิบัติได้ในตัวเอง

หลักการจัดการการเรียนรู้ตามแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ของกานเย่ (Gagne)

๑) กานเย่ (Gagne) ได้เสนอรูปแบบการสอนอย่างเป็นระบบโดยพยายามเชื่อมโยงการจัดสภาพการเรียนการสอนอันเป็นสภาวะภายนอกตัวผู้เรียน ให้สอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ภายใน ซึ่งเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นภายในสมองของเรา กานเย่(Gagne) อธิบายว่าการทำงานของสมองคล้ายกันการทำงานของคอมพิวเตอร์

๒) ในระบบการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้สอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้นั้น กานเย่ (Gagne) ได้เสนอระบบการสอน ๙ ขั้น ดังนี้ (Kevein Kruse,๒๐๐๖)

ขั้นที่ ๑ สร้างความสนใจ (Gain Attention) เป็นขั้นที่ทำให้ผู้เรียน เกิดความสนใจในบทเรียน เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นทั้งจากสิ่งจูงใจภายนอกและภายในตัวผู้เรียนเอง ผู้สอนอาจใช้วิธีการสนทนา ซักถาม ทายปัญหาหรือมีวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่กระตุ้นให้ผู้เรียนตื่นตัว และมีความสนใจที่จะเรียนรู้

ขั้นที่ ๒ แจ้งจุดประสงค์ (Inform Learner of Objectives) เป็นการบอกให้ผู้เรียนทราบถึงเป้าหมายหรือผลที่จะได้รับจากการเรียนบทเรียนนั้น เพื่อให้ผู้เรียนเห็นประโยชน์ในการเรียน เห็นแนวทางของการจัดกิจกรรมการเรียน ทำให้ผู้เรียนวางแผนการเรียนของตนได้

ขั้นที่ ๓ กระตุ้นระลึกถึงความรู้เดิมที่จำเป็น (Stimulate Recall of Prior Learning) เป็นการทบทวนความรู้เดิมที่จำเป็นต่อการเชื่อมโยงให้เกิดการเรียนรู้ความรู้ใหม่ เนื่องจากการเรียนรู้เป็นกระบวนการต่อเนื่อง การเรียนรู้ความรู้ใหม่ต้องอาศัยความรู้เดิมเป็นพื้นฐาน

ขั้นที่ ๔ เสนอบทเรียนใหม่ (Present the Content) เป็นการเริ่มกิจกรรมบทเรียนใหม่ โดยใช้สื่อต่าง ๆ ที่เหมาะสมประกอบการสอน

ขั้นที่ ๕ จัดเตรียมและให้แนวทางการเรียนรู้ (Provide 4 “learning” Guidance)

ขั้นที่ ๖ ให้ลงมือปฏิบัติ (Elicit the Performance (practice) เป็นการให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสามารถแสดงพฤติกรรมตามจุดประสงค์ของบทที่ ๑

ขั้นที่ ๗ ให้ข้อมูลป้อนกลับ (Provide Feedback) เป็นขั้นที่ผู้สอนให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลการปฏิบัติกิจกรรมหรือพฤติกรรมที่ผู้เรียนแสดงออก

ขั้นที่ ๘ ประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ตามจุดประสงค์ (Assess Performance) เป็นขั้นการวัดประเมินว่าผู้เรียนสามารถเรียนรู้ตามจุดประสงค์ของบทเรียนเพียงใด ซึ่งอาจทำการวัด โดยการใช้ข้อสอบ แบบสังเกต การตรวจผลงานหรือการสัมภาษณ์ แล้วแต่ว่าจุดประสงค์นั้นต้องการ วัดพฤติกรรมด้านใด โดยเครื่องที่ใช้วัดจะต้องมีคุณภาพ มีความเที่ยงตรง

ขั้นที่ ๙ ส่งเสริมความแม่นยำและถ่ายโอนการเรียนรู้สู่การปฏิบัติภาระงาน (Enhance Retention and Transfer to the job) เป็นการสรุปการย้ำทบทวนการเรียนรู้ที่ผ่านมา เพื่อให้ผู้เรียน มีพฤติกรรมการเรียนรู้ที่ฝังแน่น กิจกรรมในขั้นนี้อาจเป็นแบบฝึกหัด การให้ทำกิจกรรม เพิ่มพูนความรู้รวมทั้งการให้ทำการบ้าน การทำรายงาน หรือความรู้เพิ่มเติมจากความรู้ที่ได้ในชั้นเรียน

สรุปได้ว่าทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behaviorism) ซึ่งให้ความสำคัญเกี่ยวกับ สิ่งเร้า การตอบสนองและการเสริมแรงต่อมานักจิตวิทยาและนักการศึกษา เริ่มหันมาให้ความสนใจ เกี่ยวกับกระบวนการทางความคิดหรือทางสมองในฐานะ ที่เป็นส่วนสำคัญในการทำให้เกิดการเรียนรู้ จึงเกิดทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพุทธินิยมหรือปัญญานิยม (Cognitive) ขึ้น ทฤษฎีที่สำคัญ คือ ทฤษฎี พัฒนาการทางสติปัญญาของเพียเจต์และบรุนเนอร์ทฤษฎีการเรียนรู้อย่างมีความหมาย ซึ่งเป็นฐาน สำคัญของทฤษฎีการเรียนรู้ที่ยังได้รับการกล่าวถึงกันในปัจจุบัน ต่อมานักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ หันมาให้ความสนใจในเรื่องของจิตใจและความรู้สึกของมนุษย์ ทำให้เกิดทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มมนุษย นิยม (Humanism) ขึ้น แม้ว่าในแต่ละช่วงเวลาจะมีทฤษฎีและแนวคิดใหม่ ๆ เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง แต่ในความเป็นจริง แนวคิดเก่าก็มิได้สูญสิ้นไปอย่างสิ้นเชิงทฤษฎีแต่ละทฤษฎีต่างก็มีจุดเด่นและ จุดอ่อนในตัวเอง จึงเกิดการผสมผสานแนวคิดหลายแนวเข้าด้วยกันดังตัวอย่างการผสมผสานระหว่าง แนวคิดทางด้านพฤติกรรมนิยมและพุทธินิยมของกานเย เป็นต้น การศึกษาแนวคิดที่กล่าวมาสามารถ ช่วยผู้สอนให้เกิดความตระหนักในการวางแผนการจัดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพได้ต่อไป

๒.๖ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสัมพันธภาพ

๒.๖.๑ แนวคิดเกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว

ความสำคัญอย่างยิ่งเกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจ และสังคมของครอบครัว โดยเห็นว่า ฐานะทางเศรษฐกิจจะเป็นตัวเพิ่มลดความเร็วของพัฒนาการทางบุคลิกภาพทางจริยธรรมของบุคคลได้ และนักสังคมวิทยา พบว่า บุคคลที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำและปานกลางมีค่านิยมเกี่ยวกับความ ซื่อสัตย์แตกต่างกัน เช่น การเก็บของตกได้แล้วคืนให้เจ้าของนั้นเป็นความดีควรสรรเสริญในสังคมของ บุคคลฐานะปานกลางและสูง แต่เป็นสิ่งโง่เขลาและไม่ควรทำอย่างยิ่งในสังคมคนระดับต่ำ^{๕๖}

สภาพเศรษฐกิจของครอบครัวที่มีผลต่อพฤติกรรมของเด็กดังนี้

๑) ครอบครัวที่มีฐานะยากจน ความรู้สึกของพ่อแม่มีส่วนสำคัญมากต่อพฤติกรรมของเด็ก การมีฐานะยากจนแต่ถ้าพ่อแม่มีความขยันหมั่นเพียร พอใจในความเป็นอยู่ความหวังจากความ

^{๕๖} ดวงเดือน พันธุมนาวิ และเพ็ญแข ประจันปัจฉิม, จริยธรรมของเยาวชนไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๒, กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๒๐, หน้า ๑๙.

พยายามของตนเองก็จะเป็นสิ่งที่ดี ทำให้เด็กมีความภาคภูมิใจในพ่อแม่ของตนเองมีความมานะอดทน และสามารถจะยืนหยัดอยู่ได้โดยไม่อายใคร และในทางตรงกันข้ามถ้าพ่อแม่เห็นว่าการมีฐานะยากจนนี้เป็นการต่ำต้อย โทษโชคชะตา และท้อถอยแล้ว เด็กมักจะเป็นคนไม่จริงใจ รู้สึก อับอาย เพื่อนฝูง และเมื่อโตขึ้นก็หวังให้ราชรถมาเกยแทนที่จะพยายามหางานทำด้วยปัญญาและความสุจริต

๒) ครอบครัวที่มีฐานะปานกลาง ครอบครัวที่พ่อแม่พอใช้ จะเป็นครอบครัวที่มีความอบอุ่น ไม่มีความรู้สึกกดดัน การใช้ชีวิตง่าย ๆ ทำให้เด็กไม่มีการฟุ้งเฟ้อ ถ้ามีการอบรมดี เด็กมักจะเป็นคนมีเหตุมีผล เข้าใจชีวิต มีความสุข และมักจะเป็นผู้ที่เข้ากับคนได้ทุกระดับ ในทางตรงกันข้ามถ้าพ่อแม่รู้สึกว่าการตนเองอยากได้อะไรได้โน่นได้นี้ให้เหมือนผู้ร่ำรวยอยู่เสมอแล้ว ครอบครัวมักจะมี ความขัดแย้ง มีความรู้สึกไม่สบายใจกับทุกๆ ฝ่าย เด็กจะขาดความอบอุ่น และการที่ครอบครัวมีความขัดแย้งมาก การอบรมเลี้ยงดูก็มักจะถูกละเลยไปด้วย เด็กจะมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ตามไปด้วย

๓) ครอบครัวที่มีฐานะร่ำรวย เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่ร่ำรวยนี้มักจะได้รับ การตามใจมาก ไม่เห็นคุณค่าของเงิน ไม่มีความกดดัน แต่ทั้งนี้ต้องขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของบุคคลในครอบครัวและการอบรมเลี้ยงดูด้วย ถ้าพ่อแม่ไม่ให้ความอบอุ่นเต็มที่ ให้การอบรมดูแลถูกต้อง ไม่ตามใจเด็กมากเกินไป เด็กมักจะได้เปรียบเทียบกับมาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีกว่าแต่ถ้าพ่อแม่ไม่เอาใจใส่ดูแลปล่อยให้เด็กเอาแต่ใจก็จะเป็นผลเสียอย่างมาก ทำให้เด็กเป็นคนดูถูกคนแค้นในใจที่พ่อแม่ มักจะละเลยที่จะอบรมสั่งสอนให้เด็กรู้จักโลกแห่งความเป็นจริงและมักจะเอาใจเด็กในทางที่ผิดด้วย^{๕๗}

สาเหตุที่ฐานะทางเศรษฐกิจมีส่วนที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตนั้น อาจเป็นเพราะถ้าฐานะทางเศรษฐกิจดีเยี่ยม หมายถึงการมีความรู้สึกมั่นคงในตัวเอง จึงทำให้ความกดดันน้อย บุคคลไม่ต้องทนทุกข์อยู่กับภาวะตึงเครียด หรือมีข้อขัดแย้งในใจมากมายนัก^{๕๘}

จากเอกสารที่เกี่ยวข้องกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าทางเศรษฐกิจของครอบครัว หมายถึง สถานะทางการเงินของครอบครัวนั้นๆ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ที่แตกต่างกันได้บ่งบอกถึงลักษณะนิสัยบางประการของแต่ละบุคคลได้ ได้แก่ เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงมีแนวโน้มมีลักษณะเป็นผู้มีความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบหรือมีความมั่นคงทางอารมณ์สูงกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ

๒.๖.๒ แนวคิดที่เกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

สรุปแนวคิดของสัมพันธภาพในครอบครัวไว้ว่า ครอบครัวที่มีสัมพันธภาพที่ดีจะต้องมีพฤติกรรมที่แสดงความรักและความผูกพันกันในลักษณะต่อไปนี้

๑) ต้องเอาใจใส่ดูแลและเอื้ออาทรต่อกัน หมายถึง การดูแลสุขภาพของกันและกัน อาหารการกิน การเล่าเรียนของบุตร ความทุกข์และความสุขที่ต้องการระบาย เป็นต้น

๒) ต้องรู้จักคนที่เรารัก สำหรับบุตร ธิดา บิดา มารดา ก็ต้องเข้าใจและมีความรู้เกี่ยวกับบุตร อุปนิสัยบุตร จุดเด่นจุดด้อยเป็นอย่างไร

^{๕๗} พันทิพา อุทัยสุข, เอกสารการสอนชุดวิชาพื้นฐานการศึกษา, หน่วยที่ ๑ - ๑๐, สุขุขัยธรรมาธิราช, กรุงเทพมหานคร : รุ่งศิษย์การพิมพ์, ๒๕๒๕, หน้า ๒๐๑ - ๒๐๒.

^{๕๘} โสภา ชูชัยกุล, ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา, กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศ.ส., ๒๕๒๙, หน้า ๑๐๘.

๓) ต้องเคารพซึ่งกันและกัน หมายถึง การเคารพที่มาจากใจ ซึ่งพฤติกรรมการแสดงออกหลายอย่าง เช่น การฟัง การเกรงใจ การเคารพในความคิดเห็นที่แตกต่างกัน เป็นต้น

๔) ต้องมีการรับผิดชอบ หมายถึง การยอมรับความผิดความชอบ

๕) ต้องมีความไว้วางใจกันและกัน ควรมีต่อทั้งทางกายและทางใจ

๖) ต้องให้กำลังใจกันและกัน อาจเป็นคำพูดหรือท่าทางที่ให้การสนับสนุน

๗) ต้องให้อภัยกันและกัน ถ้ามีความรักอยู่ก็ให้อภัยให้กัน ยกโทษให้กัน

๘) ต้องรู้จักสื่อสารในครอบครัว ควรใช้ปิยะวาจา

๙) ต้องใช้เวลาด้วยกันอย่างมีคุณค่าและคุณภาพ มีกิจกรรมร่วมกัน

ช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ที่มี

๑๐) ต้องมีการปรับตัวตามสภาวะที่เปลี่ยนแปลงของบุคคลในครอบครัว

๑๑) ต้องรู้จักภาระหน้าที่ในครอบครัวและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การอยู่ด้วยกันทุกคนต้องมีบทบาทหน้าที่ต่อตนเองและต่อสมาชิกในครอบครัว

๑๒) มีความใกล้ชิดทางสัมผัส การสัมผัส เช่น การโอบกอดกันบ้างเป็นการแสดงความรัก ความอบอุ่นตามธรรมชาติของคน^{๕๙}

๒.๖.๓ แนวคิดเกี่ยวกับความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อตัวนักเรียน

ความหมายของความคาดหวังไว้ว่า ความคาดหวัง (Expectation) คือ ความเชื่อว่าสิ่งใดที่น่าจะเกิดขึ้นและสิ่งใดบ้างที่น่าจะไม่เกิดขึ้น ความคาดหวังจะเกิดขึ้นได้ถูกต้องหรือไม่นั้นจะต้องขึ้นอยู่กับประสบการณ์ใหม่อาจทำให้ทำการคาดหวังได้ไม่พลาดเกินไป หรือ อาจคาดหวังได้ถูกต้อง บุคคลที่ไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนในสิ่งใดมักจะไม่มี การคาดหวังในสิ่งนั้นหรือหากมีการคาดหวังก็มักไม่เกิดขึ้นจริงตรงตามความคาดหวังไว้ ความคาดหวังที่ประสบความสำเร็จช่วยให้บุคคลมีทัศนคติต่อตนเองไปในทางที่ดีขึ้น^{๖๐}

บิดา มารดา เลี้ยงดูลูกมักมุ่งหวังให้ลูกเป็นเด็กฉลาดและเก่งมาก่อนเป็นอันดับหนึ่ง บิดา มารดา มุ่งเน้นไปที่การพัฒนาด้านสติปัญญาให้แก่ลูกพยายามเสริมสร้างทุกวิถีทางเพื่อให้ลูกฉลาดและเก่ง^{๖๑}

สรุปได้ว่า ความคาดหวังมีอิทธิพลมาจากประสบการณ์เดิมและมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมที่จะแสดงออกของบุคคลที่ถูกคาดหวังด้วย

^{๕๙} กุหลาบ รัตนัสัจธรรมและคณะ, สัมพันธภาพในครอบครัวกับปัญหาสุขภาพจิตและพฤติกรรมทางเพศของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาในภาคตะวันออก, กรุงเทพมหานคร : สำนักนโยบายและแผนอุดมศึกษา, สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐, หน้า ๑๓ - ๑๕.

^{๖๐} สุรางค์ จันทรเอม, จิตวิทยาพัฒนาการ, กรุงเทพมหานคร : อักษรบัณฑิต, ๒๕๒๕, หน้า ๕๔ - ๕๕.

^{๖๑} อัจฉรา สุขารมณ ชูชม, การศึกษาเปรียบเทียบนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปกติ, รายงานวิจัย ฉบับที่ ๓๙, กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ถ่ายเอกสาร, ๒๕๔๒, หน้า ๑.

๒.๖.๔ แนวคิดเกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพทางการเรียน

บรรยากาศในการเรียนการสอนเป็นสภาพแวดล้อมทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมครู ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน ถ้าผู้เรียนมีสภาพจิตใจ อารมณ์แจ่มใส รู้สึกตื่นเต้นตัวกระฉับกระเฉง ก็จะมีคามสนใจในการเรียน และย่อมช่วยทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี^{๖๒}

การเรียนรู้ของนักเรียนจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อบรรยากาศในการเรียนรู้นั้นมีความหมายต่อผู้เรียน กล่าวคือ นักเรียนเห็นว่าประสบการณ์ตรงนั้นตรงกับความต้องการและเหมาะสมกับบุคลิกภาพลักษณะของเรา และไม่ใช่บรรยากาศที่ขู่เข็ญ กล่าวว่ นักเรียนไม่รู้สึกลัวสถานการณ์นั้นๆ มีความน่ากลัว หากแต่รู้สึกว่าคุณไม่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ ในสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่มีแต่ความจริงใจต่อกัน^{๖๓}

การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนไว้หลายประการ สรุปได้ดังนี้

๑) สภาพโรงเรียนและห้องเรียน โรงเรียนจัดอาคารสถานที่ถูกหลักวิชา เช่น การวางแผนแนวอาคารถูกทิศทาง ได้รับแสงสว่างเพียงพอ อากาศถ่ายเทได้ดี ไม่ร้อน อบอ้าวจนเกินไป ไม่มีเสียงดังรบกวน ภายในตกแต่งด้วยสีที่สวยงาม เป็นระเบียบ เพื่อช่วยให้บรรยากาศร่มรื่น น่าเรียน สภาพห้องเรียนและขนาดต้องเหมาะสมกับผู้เรียน เพราะสิ่งเหล่านี้มีความจำเป็นที่จะเป็นที่จะส่งเสริมการเรียนการสอนเป็นผลดี

๒) หลักสูตร คือ แนวทางที่โรงเรียนจัดประสบการณ์ให้แก่เด็ก เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ หลักสูตรที่ดีต้องจัดให้ตรงกับความมุ่งหมายของการศึกษา และตรงกับความต้องการของเด็กแต่ละวัย

๓) แบบเรียนและบทเรียนเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้และถือว่เป็นอุปกรณ์การศึกษาที่โรงเรียนจะขาดเสียมิได้อีกทั้งสิ่งหนึ่งที่ครูสามารถจัดให้นักเรียนก็คือ การจัดบทเรียนซึ่งครูควรพิจารณาเลือกสรรแต่เฉพาะที่เห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน และเหมาะสมกับวัย ความรู้ ความสนใจ ความต้องการของเด็ก และท้องถิ่น

๔) อุปกรณ์การศึกษา เป็นเครื่องช่วยให้นักเรียนเกิดจากการเรียนรู้ได้ดีและง่ายขึ้น การจัดใช้วัสดุอุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนให้ได้ผลดีนั้น ขึ้นอยู่กับทักษะและความสนใจของครูว่าจะใช้อุปกรณ์นั้นๆ ได้เหมาะกับเนื้อหา เวลาและใช้ได้ถูกต้องเพียงใด

๕) กิจกรรมต่างๆ ในการเรียนการสอน คือ พฤติกรรมที่แสดงออกแล้วทำให้เกิดการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจะดีหรือไม่ ขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ทำนั้นตรงกับจุดมุ่งหมายที่วางไว้หรือไม่ กิจกรรมที่ดีควรเป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนกระทำแล้วเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งมีกิจกรรมมากมายหลายอย่าง ที่ครูสามารถจัดให้เด็กได้ เช่น กิจกรรมเกี่ยวกับการพูด การเขียน กิจกรรมเกี่ยวกับการแสดง และกิจกรรมที่เกี่ยวกับการสร้างการประดิษฐ์ เป็นต้น

^{๖๒} Lawrens, Student Perceptonal of the Classroom Learning Environment in Biology Chemisty and Physics, Journal of Research in Science Teaching, 1976, p 418.

^{๖๓} Withall, John, The Development of A Technique for the Measurement of Social - Emotional Climate in Classroom, The Journal of Experimental Education:, 1979, p 347.

๖) เวลาและโอกาส การเรียนจะเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับเวลาเช่นเดียวกัน ครูต้องจัดสรรเวลาให้เหมาะสมกับรายวิชาหรือเนื้อหาที่จะสอน เวลาควรมีการยืดหยุ่นไปตามเนื้อหา สาขาวิชาไม่ควรมีเกณฑ์ตายตัว

๗) สถานที่ที่ใช้ในการเรียนนั้น อาจไม่ได้หมายถึง ห้องเรียนเพียงอย่างเดียว บางครั้งอาจเป็นสนามโรงเรียนหรือ สถานที่ไปทัศนศึกษาด้วย สถานที่ที่จะมีส่วนช่วยสร้างความรู้สึกรัก และบรรยากาศของการศึกษาเล่าเรียน การเปลี่ยนแปลงบรรยากาศในการเรียน ช่วยให้ผู้เรียนไม่น่าเบื่อหน่าย ช่วยให้สังคมของเด็กดีขึ้น อย่างไรก็ตาม สถานที่ที่ใช้เรียนต้องไม่มีเสียงรบกวนจนไม่สามารถใช้สมาธิได้ และจะต้องไม่วิเวกวังเวงจนดูสับสนน่ากลัว ไม่เสียงภัยหรือใกล้สิ่งที่เป็นอันตราย หรือสกปรก และสถานที่นั้นจะต้องเป็นประโยชน์ต่อการสอนโดยตรง

๘) ผู้เรียน การเรียนการสอนจะเกิดขึ้นได้ และมีผลดีก็ต่อเมื่อ ผู้เรียนมีความพร้อมมีความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้ และรับรู้ ครูจะต้องกระตุ้นให้ผู้เรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียน หรือเมื่อเรียนเกิดความพร้อมที่จะเรียนก็ควรเรียนก็ควรให้โอกาสแก่ผู้เรียนทันที ครูผู้สอนจะต้องหมั่นสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนหากแสดงความรู้สึกว่ามีความวิตกกังวล มีความคับข้องใจ ครูจะต้องช่วยลดความรู้สึกนั้นๆ เสียก่อนและพยายามสร้างบรรยากาศที่จะให้ผู้เรียนได้ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่

๙) ผู้สอนและวิธีสอน ครูถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดประการหนึ่ง ที่จะช่วยให้การเรียนการสอนประสบผลดี นักการศึกษาต่างประเทศ และนักการวิจัยทางการศึกษาได้ระบุแน่ชัดว่ายังมีอุปกรณ์การสอนใดๆ ในโลกนี้ที่จะใช้แทนครูที่มีความสามารถทางการสอนได้^{๖๔}

ลักษณะทางกายภาพด้านการเรียน คือสภาพแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะในโรงเรียนหรือห้องเรียนสามารถจะทำให้นักเรียนอยากเรียนรู้ในการเรียนวิชานั้นๆ และผู้วิจัยคาดว่าลักษณะทางกายภาพด้านการเรียน น่าจะเป็นตัวแปรตัวแปรหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อเป้าหมายชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔

๒.๖.๕ แนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

การที่ครูมีความเมตตากรุณาเห็นอกเห็นใจนักเรียน สนใจนักเรียนอย่างสม่ำเสมอ มีความยุติธรรม ไม่มีความลำเอียง หรือเลือกที่รักมักที่ชัง ตลอดจนมีความสัมพันธ์อันดีกับนักเรียน ทำให้นักเรียนรักที่จะเรียน และให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียนด้วย^{๖๕}

ได้แสดงทัศนคติต่อความสัมพันธ์ของการเป็นครูผู้มอบหน้าที่สอนสั่งและให้ความรู้แก่นักเรียนไว้ว่า การเรียนการสอนนักเรียนนั้นต้องไม่เพียงแต่สอนและให้ความรู้แก่นักเรียนภายในห้องเรียนหรือโรงเรียนได้เพียงอย่างเดียว แต่ครูต้องพร้อมที่จะเป็นผู้พลีแรงกายแรงใจต่อการมอบเนื้อหาความรู้ทั้งในและนอกบทเรียนในต่างสถานที่ได้อีกด้วย^{๖๖}

^{๖๔} สุพิชญา วีระกุล และคนอื่นๆ, การนิเทศการศึกษา, กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๔, หน้า ๑๘๒ - ๑๘๗.

^{๖๕} พรรณี ชูทัย เจนจิต, ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม, จิตวิทยาเพื่อการแนะแนว, กรุงเทพมหานคร : สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๒, หน้า ๓๑๖.

^{๖๖} ประทีป อึ้งทรงธรรม, การเปลี่ยนแปลงของสังคมกับการพัฒนาเด็กไทย, การศึกษา ปฐมวัย, ๑(๔):๙-๑๗, ตุลาคม ๒๕๔๒, หน้า ๓๖.

สรุปได้ว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูมีความสำคัญนอกจากด้านการเรียนการสอนและการให้การอบรมแก่นักเรียนแล้ว นักเรียนยังต้องการครูที่มีความรู้ มีประสบการณ์ และวิธีการสอนที่เป็นกันเอง เข้าใจ เห็นอกเห็นใจ เป็นที่ปรึกษาของนักเรียนได้ตลอดเวลา ดังนั้น สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูจึงน่าจะเป็นตัวแปรสำคัญที่มีอิทธิพลต่อเป้าหมายในชีวิตเป็นอย่างมาก

๒.๖.๖ แนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

สิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัยมีส่วนทำให้นักศึกษามีบุคลิกเปลี่ยนแปลงไป คือ เนื้อหาวิชาที่เรียน อิทธิพลของเพื่อน วัฒนธรรมของนักศึกษา เช่น การแต่งกาย บุคลิกภาพของอาจารย์ผู้สอน^{๖๗}

ความสัมพันธ์ของนักเรียนมี ๒ ลักษณะ คือ ความสัมพันธ์ทางอารมณ์และความสัมพันธ์ทางปัญญาโดยความสัมพันธ์ทางอารมณ์เป็นความสัมพันธ์ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความผูกพัน ระหว่างเพื่อนกับเพื่อน การกระทำที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ที่แบบนี้ ยกตัวอย่างเช่น การทักทาย การไต่ถามทุกข์สุข มีความเกรงใจ วางตัวในฐานะที่เหมาะสม ให้ความเอาใจใส่ ความสนใจเพื่อแสดงความยินดีในวาระสำคัญ^{๖๘} เป็นต้น

แนวทางการปฏิบัติตนกับเพื่อนเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ควรปฏิบัติดังนี้ ได้แก่ ให้ความสำคัญกับเพื่อน เก็บข้อมูลเล็กๆ น้อยๆ ของเพื่อนไว้ เก็บอคติต่างๆ ไว้ในใจ อย่าจดจำในสิ่งที่ให้ไป เปิดโอกาสให้เพื่อนได้แสดงน้ำใจบ้าง ฝึกเป็นผู้ที่อารมณ์ขันกับเพื่อน และนึกถึงมิตรภาพเก่าๆ กับเพื่อนให้กลับคืนมา^{๖๙}

กลุ่มเพื่อนเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนิสิต ถ้านิสิตสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนได้ ได้รับการยอมรับนับถือจากเพื่อน นิสิตจะสามารถเรียนรู้บทบาทของตนเกี่ยวกับการปฏิบัติตนเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน ช่วยให้เกิดความรู้สึกอุ่นใจ มีความมั่นคง เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง มีสุขภาพจิตที่ดี สามารถศึกษาเล่าเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ^{๗๐}

สรุปได้ว่า การที่นักเรียนกับเพื่อนมีความสัมพันธ์กันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในด้านการแสดงออกทางด้านพฤติกรรมต่อกัน ในด้านการให้ความร่วมมือความช่วยเหลือในทางด้านการเรียนรู้ และยอมรับฟังความคิดเห็นของกันและกันจะส่งผลต่อผลการเรียนของนักเรียน ดังนั้นผู้วิจัยคาดว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน น่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อเป้าหมายในชีวิตของนักเรียน ช่วงชั้นที่ ๔

^{๖๗} สุธีตา หงษาชาติ, ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมในสถาบันบุคลิกภาพและพฤติกรรมรับข่าวสารกับความรู้และการตอบสนองต่อภาวะวิกฤติทางสังคมและ สิ่งแวดล้อมของนักศึกษาพยาบาล, **วิทยานิพนธ์ สาขาครุศาสตร์มหาบัณฑิต**, กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๙, หน้า ๔๔ – ๔๕.

^{๖๘} กัญญา สุวรรณแสง, **จิตวิทยาทั่วไป**, กรุงเทพมหานคร : บำรุงสาส์น, ๒๕๓๒, หน้า ๖๑ – ๖๕.

^{๖๙} ปราณี พรรณวิเชียร, **วิชาหลักการจัดการบุคคล**, กรุงเทพมหานคร : สุวรรณสาส์นการพิมพ์, ๒๕๓๔, หน้า ๗๖ – ๗๘.

^{๗๐} สุภางค์ จันทวนิช, **วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๖, หน้า ๑๙.

๒.๗ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับพัฒนาการด้านความคิด-จิตใจ-สังคม

๒.๗.๑ ความหมายของพัฒนาการด้านความคิด

เพียเจท์ (Piaget) เชื่อว่าพัฒนาการด้านความคิด คือ การที่บุคคลเกิดความเปลี่ยนแปลงด้านความคิดที่ดีขึ้นตามลำดับขั้นและเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตลอดเวลา โดยจะมีการปะทะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจึงจะเกิดพัฒนา ดังนั้น พัฒนาการด้านความคิดของมนุษย์จึงเกิดขึ้นไม่ได้ ถ้ามีบุคคลหรือสิ่งแวดล้อมอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว เมื่อบุคคลปะทะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจะเกิดแนวโน้มนำตามธรรมชาติ ซึ่งเป็นแนวโน้มที่เกิดกับสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย นั่นคือ การจัดระบบ (Organization) และการปรับตัว (Adaptation) และแนวโน้มดังกล่าวนำไปสู่การพัฒนาด้านความคิดนั่นเอง

การจัดระบบ (Organization) มนุษย์มีแนวโน้มตามธรรมชาติที่จะจัดพฤติกรรมและความคิดให้เป็นระบบ มีความต่อเนื่อง เชื่อมโยง เป็นกลุ่มเป็นพวก เกิดเป็นโครงสร้างทางความคิดที่จะใช้ในทางการเรียนรู้และทำความเข้าใจข้อมูลหรือเหตุการณ์ใหม่ๆ ที่แวดล้อม แล้วสร้างเป็นโครงสร้างทางความคิดใหม่ที่ซับซ้อนและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งโครงสร้างความคิดใหม่นี้จะถูกนำไปใช้ในการทำความเข้าใจและเรียนรู้ข้อมูลใหม่ๆ ต่อไปอีก เกิดเป็นโครงสร้างทางความคิดใหม่ที่พัฒนาขึ้นเรื่อยๆ อย่างต่อเนื่อง เพียเจท์ ให้ชื่อโครงสร้างทางความคิดนี้ว่า สกีม่า (Schema) สกีม่าจึงเป็นโครงสร้างของพฤติกรรมและความคิดต่างๆ ที่มีการจัดระบบเป็นอย่างดี โดยบางสกีม่าอาจมีขนาดเล็กและมีลักษณะง่ายๆ ในขณะที่บางสกีม่ามีขนาดใหญ่และมีความซับซ้อน เมื่อสกีม่าใหม่ๆ ได้รับการพัฒนาขึ้น พฤติกรรมการตอบสนองของมนุษย์ที่มีต่อสิ่งแวดล้อมก็จะได้รับการปรุงแต่งให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

การปรับตัว (Adaptation) นอกจากแนวโน้มของการจัดระบบแล้ว มนุษย์ยังมีแนวโน้มตามธรรมชาติที่จะปรับตัวอยู่กับธรรมชาติ กระบวนการพื้นฐานที่เกี่ยวกับการปรับตัว ได้แก่ การดูดซับ (Assimilation) และการปรับโครงสร้างทางความคิด (Accommodation)^{๗๑}

การซึมซาบหรือดูดซับ (assimilation) หมายถึง การที่มนุษย์มีการซึมซาบหรือดูดซับประสบการณ์ใหม่เข้าสู่โครงสร้างของสติปัญญา (cognitive structure) หลังจากมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

การปรับโครงสร้างทางเขาวนปัญญา (accommodation) หมายถึง การปรับเปลี่ยนโครงสร้างของเขาวนปัญญาที่มีอยู่แล้วให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ที่ได้เรียนรู้เพิ่มขึ้น^{๗๒}

๒.๗.๒ ทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการด้านความคิดของ Piaget

เพียเจท์ ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการด้านความคิดของมนุษย์ไว้ว่า ในขณะที่มนุษย์เจริญเติบโต ความคิดของมนุษย์จะพัฒนาไปตามลำดับขั้นอย่างต่อเนื่องและค่อยเป็นค่อยไป โดยมีผลของการเจริญเติบโตทางสรีระเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยในระยะแรกๆ ขั้นพัฒนาการทางความคิดที่เพียเจท์

^{๗๑} นุชลี อุปภัย, จิตวิทยาการศึกษา, พิมพ์ครั้งที่ ๓, กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๘, หน้า ๓๘-๔๐.

^{๗๒} เว็บไซต์ https://www.baanjomjut.com/library_2/extension-1/concepts_of_developmental_psychology/01_6.html สืบค้นวันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๖๐

แบ่ง มี ๔ ชั้นใหญ่ๆ คือ ชั้นประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว ชั้นปฏิบัติการ ชั้นปฏิบัติการรูปธรรม และชั้นปฏิบัติการนามธรรม

๑) ชั้นประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว (sensorimotor) อายุ ๐-๒ ปี เป็นขั้นพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาก่อนระยะเวลาที่ได้จะพูดเป็นภาษาได้ การแสดงถึงความคิดและสติปัญญาของเด็กวัยนี้จะเป็นในลักษณะของการกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะขึ้นอยู่กับ การเคลื่อนไหว เป็นลักษณะของปฏิกิริยาสะท้อน เช่น การดูด การมอง การไขว่คว้า มีพฤติกรรมน้อยมากที่แสดงออกถึงความเข้าใจ เพราะเด็กยังไม่สามารถแยกตนเองออกจากสิ่งแวดล้อมได้ ตัวตนของเด็กยังไม่ได้พัฒนาจนกว่าเด็กจะได้รับประสบการณ์ ทำให้ได้พัฒนาตัวตนขึ้นมาแล้ว เด็กจึงสามารถแยกแยะสิ่งต่าง ๆ ได้จนกระทั่งเด็กอายุประมาณ ๑๘ เดือน จึงจะเริ่มแก้ปัญหาด้วยตนเองได้บ้าง และรับรู้เท่าที่สายตามองเห็น

๒) ชั้นก่อนปฏิบัติการ (pre-operational) อายุ ๒-๗ ปี เด็กวัยนี้เป็นวัยก่อนเข้าโรงเรียน และวัยอนุบาล ยังไม่สามารถใช้สติปัญญากระทำการต่าง ๆ ได้อย่างเต็มที่ ความคิดของเด็กวัยนี้ขึ้นอยู่กับ การรับรู้เป็นส่วนใหญ่ ไม่สามารถใช้เหตุผล อย่างลึกซึ้งได้ วัยนี้เริ่มเรียนรู้การใช้ภาษา และสามารถ ใช้สัญลักษณ์ต่าง ๆ ได้ พัฒนาการวัยนี้แบ่งได้เป็น ๒ ชั้นคือ

(๑) ชั้นกำหนดความคิดไว้ล่วงหน้า (preconceptual thought) อายุ ๒-๔ ปี ระยะเวลา นี้เด็กจะมีพัฒนาการด้านการใช้ภาษา รู้จักใช้คำสัมพันธ์กับสิ่งของ มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ได้ แต่ยังไม่สมบูรณ์ ไม่มีเหตุผล คิดเอาแต่ใจตัวเอง อยู่ในโลกแห่งจินตนาการ ชอบเล่นบทบาทสมมติตามจินตนาการของตนเอง

(๒) ชั้นคิดเอาเอง (intuitive thought) อายุ ๔-๗ ปี ระยะเวลา นี้เด็กสามารถคิดอย่างมีเหตุผลขึ้น แต่การคิดยังเป็นลักษณะการรับรู้มากกว่าความเข้าใจ จะมีพัฒนาการรับรู้อย่างรวดเร็ว สามารถเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้เป็นหมวดหมู่ ทั้งที่มีลักษณะคล้ายคลึงและแตกต่างกัน ลักษณะพิเศษของวัยนี้คือ เชื่อตัวเองโดยไม่ยอมเปลี่ยนความคิด หรือเชื่อในเรื่องการทรงภาวะเดิมของวัตถุ (conservation) ซึ่งเพียเจท์เรียกว่า principle of invariance

๓) ชั้นปฏิบัติการรูปธรรม (concrete operational) อายุ ๗-๑๑ ปี ระยะเวลา นี้เด็กจะมีพัฒนาการทางความคิดและสติปัญญาอย่างรวดเร็ว สามารถคิดอย่างมีเหตุผล แบ่งแยกสิ่งแวดล้อมออกเป็นหมวดหมู่ ลำดับชั้น จัดเรียงขนาดสิ่งของ และเริ่มเข้าใจเรื่องการคงสภาพเดิม สามารถนำความรู้หรือประสบการณ์ในอดีตมาแก้ปัญหาเหตุการณ์ใหม่ ๆ ได้ มีการถ่ายโยงการเรียนรู้ (transfer of learning) แต่ปัญหาหรือเหตุการณ์นั้นจะต้องเกี่ยวข้องกับวัตถุหรือสิ่งที่เป็นรูปธรรม ส่วนปัญหาที่เป็นนามธรรมนั้นเด็กยังไม่สามารถแก้ได้

๔) ชั้นปฏิบัติการนามธรรม (formal operational) อายุ ๑๑-๑๕ ปี ขั้นนี้เป็นขั้นสูงสุดของพัฒนาการทางสติปัญญาและความคิด ความคิดแบบเด็ก ๆ จะสิ้นสุดลง จะเริ่มคิดแบบผู้ใหญ่ สามารถคิดแก้ปัญหาที่เป็นนามธรรมด้วยวิธีการหลากหลาย รู้จักคิดอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ สามารถตั้งสมมติฐาน ทดลอง ใช้เหตุผล และทำงานที่ต้องใช้สติปัญญาอย่างสลับซับซ้อนได้ เพียเจท์กล่าวว่า เด็กวัยนี้เป็นวัยที่คิดเหนือไปกว่าสิ่งปัจจุบัน สนใจที่จะสร้างทฤษฎีเกี่ยวกับทุกสิ่งทุกอย่าง และมีความ

พอใจที่จะคิดพิจารณาเกี่ยวกับสิ่งที่ไม่เป็นตัวตนหรือสิ่งที่เป็นนามธรรม นักจิตวิทยาเชื่อว่า การพัฒนาความเข้าใจจะพัฒนาไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งเข้าสู่วัยชรา^{๗๓}

๒.๗.๓ ความหมายของพัฒนาการด้านจิตใจ-สังคม

สิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพ (Physical) ทางสังคม (Social) ทางวัฒนธรรม (Cultural) และทางความคิด (Ideational) เข้ามามีอิทธิพลกับพัฒนาการของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่แรกเกิดจนชรา ซึ่งส่งผลต่อความคิดริเริ่ม ความสามารถในการปรับตัว บุคลิกภาพและพฤติกรรมต่างๆ แอริค ฮอมเบอร์เกอร์ แอริคสัน (Erik Homburger Erikson) พบว่า พัฒนาการทางจิตวิทยาของมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงเหมือนกับโครงสร้างทางกายภาพร่างกาย มุมมองของแอริคสัน จึงเน้นพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมร่วมกัน นั่นคือ การเจริญเติบโตทางร่างกาย และสิ่งแวดล้อมจะมีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางจิตใจ และบุคลิกภาพ ทำให้บุคคลสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ ทฤษฎีของแอริคสันนี้มีพื้นฐานจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์ จุดเด่นของแอริคสัน คือ มุมมองพัฒนาการมนุษย์ตลอดช่วงอายุขัย ซึ่งแอริคสันมองพัฒนาการของบุคคลคนหนึ่งในลักษณะองค์รวม (Wholeness/Holistic) ตั้งแต่แรกเกิดจนกระทั่งสิ้นอายุขัย

๒.๗.๔ ทฤษฎีเกี่ยวกับพัฒนาการด้านจิตใจ-สังคม ของ Erikson

พัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Model) ๘ ขั้นที่จะกล่าวต่อไปนี้ แบ่งช่วงชีวิตของมนุษย์ จากแรกเกิดถึงประมาณอายุ ๘๐ ปีเป็น ๘ ช่วง ตามการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย และสมอง จากวัยเด็กจนถึงวัยรุ่นจะมีการเจริญเติบโตเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและช้าลงในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น มีความคงที่ในวัยผู้ใหญ่ และหลังจากนั้นในวัยผู้ใหญ่ตอนกลางจนถึงวัยชราพัฒนาการในด้านต่างๆ เริ่มเสื่อมถอยลง แต่คงไว้ซึ่งประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา การเปลี่ยนแปลงตามขั้นต่างๆ นี้เป็นเสมือนบันไดที่แต่ละบุคคลจะก้าวขึ้นไป การประสบกับปัญหาอุปสรรคเป็นเรื่องปกติและอาจเกิดขึ้นได้ในทุกช่วงพัฒนาการ ซึ่งจะเป็นเหมือนการเรียนรู้ การรู้จักแก้ไขปัญหา และเผชิญกับวิกฤตในช่วงต่างๆ การประสบกับความล้มเหลวในขั้นหนึ่งๆ จะมีผลกระทบต่อการพัฒนาการของบุคคลคนนั้นในขั้นต่อไป ด้วย เช่น การไม่ประสบผลสำเร็จในพัฒนาการขั้นต้นๆ จะส่งผลต่อพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนจากกลุ่มปกติ ตัวอย่างพฤติกรรม เช่น การเรียน และการเข้าสังคมของบุคคลในช่วงวัยเด็กตอนต้นประสบปัญหา ส่งผลให้เกิดปัญหาพฤติกรรมต่างๆ ในช่วงวัยรุ่น และเกิดปัญหาอุปสรรคการใช้ชีวิตในช่วงวัยผู้ใหญ่ตามมาเช่นกัน

รูปแบบพัฒนาการทางจิตสังคมของแอริคสันมี ๘ ขั้น โดยขั้น ๑ ถึงขั้น ๔ เป็นช่วงของการสั่งสมประสบการณ์ และการเรียนรู้ในการแก้ปัญหา ในขั้น ๕ เป็นเรื่องการปรับตัวเพื่อแสวงหาอัตลักษณ์ และขั้น ๖ ถึงขั้น ๘ เป็นการนำเอาอัตลักษณ์ไปใช้ โดยมีรายละเอียดตามขั้นต่างๆ ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ ๑ ความรู้สึกไว้น้ำใจ เชื่อใจ กับ ความไม่ไว้วางใจ (Trust vs. Mistrust)

พัฒนาการขั้นแรกจะเกิดขึ้นในช่วงตั้งแต่แรกเกิดจนถึงขวบปีแรก ในช่วงนี้ทารกจะมีความสุขความพึงพอใจบริเวณปาก และกิจกรรมเกี่ยวกับการกลืนกิน ซึ่งเกิดขึ้นในช่วงปีแรกของชีวิตทารกที่อยู่ในครรภ์มารดาจะได้รับการตอบสนองที่เพียบพร้อม อยู่ในอุณหภูมิที่เหมาะสม รับประทานอาหาร

^{๗๓} เว็บไซต์ https://www.baanjomjut.com/library_2/extension-1/concepts_of_developmental_psychology/01_6.html สืบค้นวันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๖๐

ผ่านทางสายรก อยู่ในภาวะสงบเงียบ ทำให้ทารกมีความพึงพอใจรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ต่อมาเมื่อทารกคลอดจากครรภ์มารดาจะต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม เช่น การเปลี่ยนแปลงของอุณหภูมิ การกลืนกินทางปาก การขับถ่ายทางทวารหนัก การได้ยินเสียง และอื่นๆ

ขั้นที่ ๒ ความเป็นตัวของตัวเอง กับ ความละอายและสงสัย (Autonomy vs. Shame and Doubt)

ในพัฒนาการขั้นที่ ๒ เกิดขึ้นระหว่างขวบปีที่ ๒ – ๓ ของชีวิต พัฒนาการในขั้นนี้เด็กจะมีพัฒนาการทางร่างกาย โดยเฉพาะกล้ามเนื้อมากขึ้น และเริ่มที่จะเรียนรู้การควบคุมส่วนต่างๆ ของร่างกาย เคลื่อนไหวร่างกายอย่างเป็นอิสระมากขึ้น สามารถที่จะเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว และเริ่มสำรวจสิ่งแวดล้อมรอบข้าง เด็กในวัยนี้จะเริ่มฝึกหัดการขับถ่าย การควบคุมกล้ามเนื้อหูรูด

ขั้นที่ ๓ ความคิดริเริ่มกับความรู้สึกผิด (Initiative vs. Guilt)

พัฒนาการในขั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ ๓ – ๕ ปี เด็กวัยนี้ร่างกายมีความสามารถและช่วยตัวเองได้มากขึ้นกว่าเดิม แต่ก็ยังอยู่ในวงจำกัด การพัฒนาความคิดริเริ่มสร้างสรรค์สำหรับเด็กในช่วงวัยนี้ทำได้โดยให้เด็กได้ร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ท้าทายความสามารถของเขา รวมทั้งสิ่งแวดล้อมก็มีส่วนผลักดัน และเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ให้กับเด็กได้

ขั้นที่ ๔ ความขยันหมั่นเพียรกับความรู้สึกต่ำต้อย (Industry vs. Inferiority)

ขั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ ๖ – ๑๒ ปี ช่วงวัยเด็กตอนปลายเป็นระยะที่เด็กมีความเจริญเติบโต และมีความอยากรู้อยากเห็นในสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มากขึ้นยิ่งกว่าในวัยเด็กตอนต้นและวัยเด็กตอนกลาง การแสวงหาสิ่งต่างๆ ทำให้เด็กมีประสบการณ์กับสิ่งใหม่ ๆ รอบตัวเขามากขึ้น เมื่อเขาคิดว่าสิ่งใดที่เขาต้องการเขาจะต้องแสวงหาให้ได้ตามความปรารถนา เนื่องจากในวัยที่ผ่านมาเขาไม่สามารถทำกิจกรรมหลายอย่างได้ เพราะมีผู้ใหญ่คอยบังคับและควบคุม เด็กในวัยนี้ต้องการแสดงความคิดเห็นและแก้ปัญหาต่างๆ เพื่อแสดงความเป็นผู้ใหญ่ จุดสำคัญของพัฒนาการระยะนี้คือการได้แสดงออกว่าเขามีความคิด และมีความสามารถเหมือนผู้ใหญ่คนอื่นๆเช่นกัน ในช่วงอายุนี้บุคคลรอบข้างควรช่วยชี้แนะแนวทางในการดำเนินชีวิตเพราะเป็นระยะที่พวกเขาเริ่มไตร่ตรองถึงอนาคต การที่ได้พิสูจน์ว่ามีความสามารถกระทำสิ่งต่างๆ ในขอบเขตของเขาได้อย่างเหมาะสมทำให้เด็กในวัยนี้มีความเชื่อมั่นว่าเขาจะประสบความสำเร็จในอนาคต

ขั้นที่ ๕ ความเป็นอัตลักษณ์กับความสับสนในบทบาท (Identity vs. Role Confusion)

ขั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ ๑๓ – ๒๐ ปี การแสวงหาอัตลักษณ์ของบุคคล และการเสริมสร้างความรับผิดชอบถือว่าเป็นเอกลักษณ์สำคัญของวัยนี้ ซึ่งความรับผิดชอบดังกล่าวมีรากฐานมาจากกรอบของพ่อแม่ และความรู้สึกไว้วางใจและความมั่นใจในตนเอง องค์ประกอบสำคัญของการสร้างความรู้สึกเป็น อัตลักษณ์ และผ่านพ้นความรู้สึกสับสนในตนเอง ได้แก่ ความเข้าใจในอัตลักษณ์และการแสวงหาสถานภาพทางสังคม ความเข้าใจในอัตลักษณ์ช่วยให้เด็กวัยรุ่นเกิดความเข้าใจในปัญหาต่างๆ และช่วยในการตัดสินใจ วางแผนเรื่องเกี่ยวกับอนาคต เช่น การเลือกอาชีพ การเลือกคู่ครอง เป็นต้น ในวัยนี้เด็กวัยรุ่นจะเกิดความคิดสงสัยในตัวเอง เช่น การคิดถามตนเองว่า “ฉันคือใคร?” หรือ “ฉันจะทำอาชีพอะไรดี?” เนื่องจากระยะวัยรุ่นเป็นระยะ ที่มีความรู้สึกสับสน ขาดความมั่นใจ เพราะมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจเพื่อเตรียมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ปัญหาของเด็กวัยรุ่นมักเป็นไปในทำนองที่ว่า ฉันไม่รู้ว่าจะทำอะไร ฉันไม่รู้ว่าจะดำเนินชีวิตไปในทิศทางใด และฉัน

ไม่รู้ว่าฉันเป็นใคร อิทธิพลจากกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน และความรู้สึกได้รับการยอมรับจากสังคม แวดล้อม ซึ่งรวมถึงกลุ่มย่อยทางวัฒนธรรม และศาสนามีผลต่อการปรับตัวของวัยรุ่นอย่างยิ่ง เด็กวัยรุ่นจะค่อย ๆ พัฒนาความเป็นตัวของตัวเองขึ้น เขาจะแสวงหาตนตามอุดมคติ (Ego – ideal) และค้นหาอัตลักษณ์เพื่อปรับตัวให้เข้ากับบทบาทใหม่ในสังคม เราพบว่าเด็กวัยรุ่นตอนปลายจำนวนมาก ยังไม่สามารถค้นพบอัตลักษณ์ของตน เด็กวัยรุ่นที่ประสบอุปสรรคในพัฒนาการขั้นนี้จะขาดทักษะที่เหมาะสมในการแก้ไขสถานการณ์ คือเมื่อเผชิญปัญหามักจะหลบเลี่ยงมากกว่าที่จะแก้ไข ในขณะที่สถานการณ์ หรือปัญหาหนึ่งยังไม่ได้รับการแก้ไข เมื่อปัญหาอื่นๆประดังเข้ามา ก็เกิดการสั่งสม และซับซ้อนของปัญหา กล่าวคือเด็กวัยรุ่นยังไม่มีทักษะที่ดีในการแก้ปัญหา อย่างไรก็ตามวัยรุ่นแต่ละคน ย่อมต้องการเวลาในการเรียนรู้ และปรับตัวเพื่อการพัฒนาไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่และได้รับการยอมรับจากบุคคลรอบข้างในสังคม

ขั้นที่ ๖ ความใกล้ชิดสนิทสนมกับความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้าง (Intimacy vs. Isolation)

บุคคลในขั้นนี้อยู่ช่วงอายุประมาณ ๒๑ – ๓๕ ปี เป็นวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ที่สามารถหาอัตลักษณ์ของตนเองได้จากช่วงก่อนแล้ว บุคคลในช่วงอายุนี้จะรู้จักตนเอง รู้ว่าตนเองมีความเชื่ออย่างไร ต้องการอะไรในชีวิต เกิดความรู้สึกต้องการมีเพื่อนสนิทที่จะรับและแลกเปลี่ยนสิ่งต่างๆ ที่ตนมีอยู่ แบ่งปันความเชื่อถือ ความสุข และความต้องการของตนแก่ผู้อื่น นั่นคือ คู่สมรส หรือเพื่อนสนิท จึงมีการพัฒนาความรู้สึกผูกพันกับผู้อื่น แต่ถ้าบุคคลไม่สามารถสร้างความรู้สึกผูกพันใกล้ชิดกับผู้อื่นได้ มีความต้องการแข่งขันหรือทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น ก็จะนำไปสู่ความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้าง

ขั้นที่ ๗ การสืบทอดกับการคำนึงถึงแต่ตนเอง (Generativity vs. Self absorption/ Stagnation)

ขั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ ๓๖ – ๕๙ ปี เริ่มเข้าสู่วัยกลางคน เป็นระยะที่บุคคลมีครอบครัว มีบุตร และเลี้ยงดูบุตรด้วยความเอาใจใส่ ในระยะนี้บุคคลต้องการมีบุตรไว้สืบสกุล การจะมีบุตรซึ่งถือว่าเป็นสมาชิกใหม่ในครอบครัวนั้นต้องมาจากรากฐานของความรักและความไว้วางใจซึ่งกันและกัน บุคคลที่ไม่สามารถพัฒนามาถึงขั้นนี้ย่อมเกิดความรู้สึกท้อถอยและเหนื่อยหน่ายในชีวิต คิดถึงแต่ตนเอง เริ่มมีความเจ็บป่วยเรื้อรัง และปฏิเสธความรับผิดชอบต่อสังคม เช่น ไม่เตรียมสภาพแวดล้อมที่ดีให้แก่ชนรุ่นหลัง ทำงานอย่างขาดความรับผิดชอบ ปล่อยปละละเลย เป็นต้น

ขั้นที่ ๘ ความมั่นคงสมบูรณ์ในชีวิตกับความสิ้นหวัง (Integrity vs. Despair)

ขั้นนี้อยู่ในช่วงอายุ ๖๐ – ๘๐ ปี นั่นคือ เข้าสู่วัยชรา พัฒนาการขั้นสุดท้ายนี้มีพื้นฐานจากการปรับตัวในช่วงต้นของชีวิต บุคคลในช่วงวัยนี้มักแสวงหาความมั่นคงภายในจิตใจ ซึ่งเกิดเมื่อบุคคลสามารถผ่านพัฒนาการในขั้นต่างๆ มาได้อย่างดี เป็นวัยของการยอมรับความเป็นจริง ใช้คุณค่าจากประสบการณ์ ที่สั่งสมมา ให้เป็นประโยชน์ต่อชนรุ่นหลัง และเป็นช่วงของการระลึกถึงความทรงจำในอดีต ถ้าในอดีตที่ผ่านมาบุคคลมีความสุข ประสบความสำเร็จในพัฒนาการ และสิ่งต่างๆ รอบตัว ก็จะมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีความมั่นคงทางจิตใจ แต่ในทางตรงข้ามถ้าบุคคลมีความทรงจำที่ผิดหวังอยู่ตลอด และพบปัญหาอุปสรรคในพัฒนาการของช่วงที่ผ่านมา จะมีความรู้สึกท้อแท้ หด

หวัง เห็น้อยหน้ากับชีวิต วิดกกังวลกับอดีตที่ไม่ดีงามของตนเอง ขาดกำลังใจในการต่อสู้ และไม่สามารถพัฒนาชีวิตในวัยชราได้อย่างมีความสุข^{๗๔}

๒.๘ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ

๒.๘.๑ ความหมายของแรงจูงใจ

คำว่า “แรงจูงใจ” มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า “Movere” (Kidd, 1973:101) ซึ่งมีความหมายตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า “to move” อันมีความหมายว่า “เป็นสิ่งที่โน้มน้าวหรือชักนำบุคคลเกิดการกระทำหรือปฏิบัติการ (To move a person to a course of action) ดังนั้นแรงจูงใจจึงได้รับความสนใจมากในทุกๆ วงการ

โลเวลล์ (Lovell, 1980: 109) ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า “เป็นกระบวนการที่ชักนำโน้มน้าวให้บุคคลเกิดความมานะพยายามเพื่อที่จะสนองตอบความต้องการบางประการให้บรรลุผลสำเร็จ”

ไมเคิล คอมแจน (Domjan 1996: 199) อธิบายว่าการจูงใจเป็นภาวะในการเพิ่มพฤติกรรมการกระทำกิจกรรมของบุคคลโดยบุคคลลงใจกระทำพฤติกรรมนั้นเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ^{๗๕}

การจูงใจ (Motivation) คือ การที่มีสิ่งกระตุ้นมาทำให้เรามีความพยายามในการทำงานให้บรรลุตามเป้าหมายที่เราได้วางไว้ การจูงใจเป็นสิ่งที่ทำให้คนมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงานให้บรรลุวัตถุประสงค์^{๗๖}

สรุปได้ว่าการจูงใจเป็นกระบวนการที่บุคคลถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าโดยจงใจให้กระทำหรือดิ้นรนเพื่อให้บรรลุจุดประสงค์บางอย่างซึ่งจะเห็นได้พฤติกรรมที่เกิดจากการจูงใจเป็นพฤติกรรมที่มีใช้เป็นการตอบสนองสิ่งเร้าปกติธรรมดา ยกตัวอย่างลักษณะของการตอบสนองสิ่งเร้าปกติคือ การขานรับเมื่อได้ยินเสียงเรียก แต่การตอบสนองสิ่งเร้าจัดว่าเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการจูงใจเช่นพนักงานตั้งใจทำงานเพื่อหวังความดีความชอบเป็นกรณีพิเศษ

๒.๘.๒ องค์ประกอบของกระบวนการจูงใจ

“สิ่งจูงใจ” เป็นปัจจัยอย่างหนึ่งที่เป็นการจูงใจให้คนทำงานมากขึ้น ปัจจัยในการที่ทำให้บุคคลในองค์กรเกิดความพึงพอใจมีอยู่ ๕ ประเภท คือ ความมีอำนาจ (power) ความสำเร็จ (achievement) การมีส่วนร่วม (participation/affiliation) ความมั่นคง (security) สถานภาพ (status)

ลักษณะของการจูงใจ มี ๒ ลักษณะดังนี้

๑) แรงจูงใจภายใน (intrinsic motives)

^{๗๔} เว็บไซต์ https://www.baanjomjut.com/library_2/extension-1/concepts_of_developmental_psychology/05_1.html สืบค้นวันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๐

^{๗๕} <http://motivation-srisupan.blogspot.com/2012/07/theories-of-motivation.html>

^{๗๖} Nart Chantawong, Knowledge Management Increasing Learning Ability: A View of Knowledge Management.

แรงจูงใจภายในเป็นสิ่งผลักดันจากภายในตัวบุคคลซึ่งอาจจะเป็นเจตคติ ความคิด ความสนใจ ความตั้งใจ การมองเห็นคุณค่า ความพอใจ ความต้องการฯลฯ สิ่งต่างๆดังกล่าวนี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมค่อนข้างถาวรเช่นคนงานที่เห็นองค์การคือสถานที่ให้ชีวิตแก่เขาและครอบครัวเขาก็จะจงรักภักดีต่อองค์การ และองค์การบางแห่งขาดทุนในการดำเนินการก็ไม่ได้จ่ายค่าตอบแทนที่ดีแต่ด้วยความผูกพันพนักงานก็ร่วมกันลดค่าใช้จ่ายและช่วยกันทำงานอย่างเต็มที่

๒) แรงจูงใจภายนอก (extrinsic motives)

แรงจูงใจภายนอกเป็นสิ่งผลักดันภายนอกตัวบุคคลที่มากกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมอาจจะเป็นการได้รับรางวัล เกียรติยศชื่อเสียง คำชม หรือยกย่อง แรงจูงใจนี้ไม่คงทนถาวร บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองสิ่งจูงใจดังกล่าวเฉพาะกรณีที่ต้องการสิ่งตอบแทนเท่านั้น ที่มาของแรงจูงใจ

แรงจูงใจมีที่มาจากหลายสาเหตุด้วยกันเช่น อาจจะเนื่องมาจากความต้องการหรือแรงขับหรือสิ่งเร้า หรืออาจเนื่องมาจากการคาดหวังหรือจากการเก็บกดซึ่งบางที่เจ้าตัวก็ไม่ได้รู้ตัว จะเห็นได้ว่าการจูงใจให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่มีกฎเกณฑ์แน่นอนเนื่องจากพฤติกรรมมนุษย์มีความซับซ้อนแรงจูงใจอย่างเดียวกันอาจทำให้เกิดพฤติกรรมที่ต่างกัน แรงจูงใจต่างกันอาจเกิดพฤติกรรมที่เหมือนกันก็ได้ดังนั้นจะกล่าวถึงที่มาของแรงจูงใจที่สำคัญพอสังเขป ดังนี้

๑) ความต้องการ (Need) เป็นสภาพที่บุคคลขาดสมดุลทำให้เกิดแรงผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อสร้างสมดุลให้ตัวเอง เช่น เมื่อรู้สึกหิวหรือเหนื่อยก็จะนอนหรือนั่งพัก ความต้องการมีอิทธิพลมากต่อพฤติกรรมเป็นสิ่งกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อบรรลุจุดหมายที่ต้องการ นักจิตวิทยาแต่ละท่านอธิบายเรื่องความต้องการในรูปแบบต่างๆกันซึ่งสามารถแบ่งความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ได้เป็น ๒ ประเภททำให้เกิดแรงจูงใจ

(๑) แรงจูงใจทางด้านร่างกาย (physical motivation) เป็นความต้องการเกี่ยวกับอาหาร น้ำ การพักผ่อน การได้รับความคุ้มครอง ความปลอดภัย การได้รับความเพลิดเพลิน การลดความเครียด แรงจูงใจนี้จะมีสูงมากในวัยเด็กตอนต้นและวัยผู้ใหญ่ตอนปลายเนื่องจากเกิดความเสื่อมของร่างกาย

(๒) แรงจูงใจทางด้านสังคม (social motivation) แรงจูงใจด้านนี้สลับซับซ้อนมากเป็นความต้องการที่มีผลมาจากด้านชีววิทยาของมนุษย์ในความต้องการอยู่ร่วมกันกับครอบครัว เพื่อนฝูง ในโรงเรียน เพื่อนร่วมงาน เป็นความต้องการส่วนบุคคลที่ได้รับอิทธิพลมาจากสิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรมซึ่งในบางวัฒนธรรมหรือบางสังคมจะมีอิทธิพลที่เข้มแข็งและเหนียวแน่นมาก

ความแตกต่างของแรงจูงใจด้านสังคมและแรงจูงใจด้านร่างกาย คือแรงจูงใจด้านสังคม เกิดจากพฤติกรรมที่เขาแสดงออกด้วยความต้องการของตนเองมากกว่า ผลตอบแทนจากวัตถุและสิ่งของ

๒) แรงขับ (drives) เป็นแรงผลักดันที่เกิดจากความต้องการทางกายและสิ่งเร้าจากภายในตัวบุคคล ความต้องการและแรงขับมักเกิดควบคู่กัน เมื่อเกิดความต้องการแล้วความต้องการนั้นไปผลักดันให้เกิดพฤติกรรมที่เรียกว่าเป็นแรงขับ เช่นในการประชุมหนึ่งผู้เข้าประชุมทั้งหิว ทั้งเหนื่อย แทนที่การประชุมจะราบรื่นก็อาจจะเกิดการขัดแย้งหรือเพราะว่าทุกคนหิวก็รีบสรุปการประชุมซึ่งอาจจะทำให้ขาดการไตร่ตรองที่ดีก็ได้

๓) สิ่งล่อใจ (incentives) เป็นสิ่งชักนำบุคคลให้กระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งไปสู่จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ถือเป็นแรงจูงใจภายนอก เช่น ต้องการให้พนักงานมาทำงานสม่ำเสมอก็ใช้วิธียกย่องพนักงานที่ไม่ขาดงานโดยจัดสรรรางวัลในการคัดเลือกพนักงานที่ไม่ขาดงานหรือมอบโล่ให้แก่ฝ่ายที่ทำงานดีประจำปี สิ่งล่อใจอาจเป็นวัตถุ เป็นสัญลักษณ์ หรือคำพูดที่ทำให้บุคคลพึงพอใจ

๔) การตื่นตัว (arousal) เป็นภาวะที่บุคคลพร้อมที่จะแสดงพฤติกรรม สมองพร้อมที่จะคิด กล้ามเนื้อพร้อมจะเคลื่อนไหว นักกีฬาที่อุ่นเครื่องเสร็จพร้อมที่จะแข่งขันหรือเล่นกีฬา องค์กรที่มีบุคลากรที่มีความตื่นตัวก็ย่อมส่งผลให้ทำงานดี การศึกษาธรรมชาติพฤติกรรมของมนุษย์มีความตื่นตัว ๓ ระดับคือ

- การตื่นตัวระดับสูงจะตื่นตัวมากไปจนกลายเป็นตื่นตกใจหรือตื่นตื่นเกินไปขาดสมาธิ
- การตื่นตัวระดับกลางคือระดับตื่นตัวที่ดีที่สุด
- การตื่นตัวระดับต่ำมักจะทำให้ทำงานเฉื่อยชา งานเสร็จช้า

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่ทำให้บุคคลตื่นตัวมีทั้งสิ่งเร้าภายนอกและภายใน ได้แก่ ลักษณะส่วนตัวของบุคคลแต่ละคนที่มีต่างกันทั้งบุคลิกภาพ นิสัยและระบบสรีระของผู้นั้น

๕) การคาดหวัง (expectancy) เป็นการตั้งความปรารถนาที่จะเกิดขึ้นของบุคคลในสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เช่น พนักงานคาดหวังว่าเขาจะได้โบนัสประมาณ ๔-๕ เท่าของเงินเดือนในปี การคาดหวังทำให้พนักงานมีชีวิตชีวาซึ่งบางคนอาจสมหวัง บางคนอาจผิดหวังก็ได้ สิ่งที่เกิดขึ้นกับสิ่งที่คาดหวังมักไม่ตรงกันเสมอไป ถ้าสิ่งที่เกิดขึ้นห่างกับสิ่งที่คาดหวังมากก็อาจจะทำให้พนักงานคับข้องใจในการทำงาน การคาดหวังก่อให้เกิดแรงผลักดันหรือเป็นแรงจูงใจที่สำคัญต่อพฤติกรรม ถ้าองค์กรกระตุ้นให้พนักงานยกระดับผลงานตนเองได้และพิจารณาผลตอบแทนที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่พนักงานคาดหวังว่าควรจะได้ก็จะเป็นประโยชน์ทั้งองค์กรและพนักงาน

๖) การตั้งเป้าหมาย (goal setting) เป็นการกำหนดทิศทางและจุดมุ่งหมายปลายทางของการกระทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งของบุคคลจัดเป็นแรงจูงใจจากภายในของบุคคลผู้นั้นในการทำงาน ธุรกิจที่มุ่งเพิ่มปริมาณและคุณภาพควรมีการตั้งเป้าหมายในการทำงานเพราะจะส่งผลให้การทำงานมีแผนในการดำเนินการเหมือนเรือที่มีหางเสือ เพราะมีเป้าหมายชัดเจน

๒.๘.๓ ทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ

๑) E.R. G. ของ Alderfer (Existence Relatedness Growth)

Alderfer (อ้างถึงใน สมยศ นาวิการ, ๒๕๔๐, หน้า ๓๐๗-๓๑๐) ได้ปรับปรุงลำดับขั้นความต้องการของ Maslow เป็นความต้องการ ๓ ระดับ ดังนี้

(๑) ความต้องการดำรงชีวิตอยู่ (existence needs) คือ ความต้องการทางร่างกายและความปลอดภัย ความต้องการรายได้ สวัสดิการและสภาพแวดล้อมการทำงาน

(๒) ความต้องการความสัมพันธ์ (relatedness needs) คือ ความต้องการทุกอย่างที่เกี่ยวข้องพันกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลภายในสถานที่ทำงาน

(๓) ความต้องการเจริญเติบโต (growth needs) คือ ความต้องการภายในเพื่อการพัฒนาส่วนบุคคล ความต้องการของบุคคลที่จะเจริญเติบโตพัฒนา และใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ด้วยการแสวงหาโอกาส และการเอาชนะความท้าทายใหม่ ๆ

ทฤษฎี E.R.G ของ Alderfer มีความคล้ายคลึงกับทฤษฎีแรงจูงใจของมนุษย์ของ Maslow ที่ว่า ความต้องการที่ยังไม่ตอบสนองจะจูงใจบุคคลและเห็นด้วยว่า โดยทั่วไปบุคคลจะก้าวขึ้นไปตามลำดับของความต้องการจากระดับต่ำกว่าก่อนความต้องการระดับสูง เมื่อความต้องการระดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการระดับต่ำจะมีความสำคัญน้อยลง แต่อย่างไรก็ตาม ภายใต้สถานการณ์บางอย่าง บุคคลอาจจะกลับมายังความต้องการระดับต่ำได้ เช่น บุคคลที่คับข้องใจภายใน การตอบสนองความต้องการการเจริญเติบโต อาจจะถูกใจให้ตอบสนองความต้องการความสัมพันธ์ที่ต่ำลงมา จึงทำให้ทฤษฎีนี้มีทั้ง ส่วนเหมือนและส่วนต่างกับทฤษฎีความต้องการของ Maslow (วุฒิปล สกสกลเกียรติ, ๒๕๔๖, หน้า ๑๙๓-๑๙๔)

๒) ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของแมคคลีแลนด์ McClelland

ทฤษฎีนี้เน้นอธิบายการจูงใจของบุคคลที่กระทำการเพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการความสำเร็จมิได้หวังรางวัลตอบแทนจากการกระทำของเขา ซึ่งความต้องการความสำเร็จนี้ในแง่ของการทำงานหมายถึงความต้องการที่จะทำงานให้ดีที่สุดและทำให้สำเร็จผลตามที่ตั้งใจไว้ เมื่อตนทำอะไรสำเร็จได้ก็จะเป็นแรงกระตุ้นให้ทำงานอื่นสำเร็จต่อไป หากองค์การใดที่มีพนักงานที่แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จำนวนมากก็จะเจริญรุ่งเรืองและเติบโตเร็ว

ในช่วงปีค.ศ. 1940s นักจิตวิทยาชื่อ David I. McClelland ได้ทำการทดลองโดยใช้แบบทดสอบการรับรู้ของบุคคล (thematic apperception test (tat) เพื่อวัดความต้องการของมนุษย์ โดยแบบทดสอบTAT เป็นเทคนิคการนำเสนอภาพต่างๆ แล้วให้บุคคลเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับสิ่งที่เขาเห็น จากการศึกษาวิจัยของแมคคลีแลนด์ได้สรุปคุณลักษณะของคนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมีความต้องการ ๓ ประการที่ได้จากแบบทดสอบTAT ซึ่งเขาเชื่อว่าเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะเข้าใจถึงพฤติกรรมของบุคคลได้ดังนี้

(๑) ความต้องการความสำเร็จ (need for achievement (nach) เป็นความต้องการที่จะทำสิ่งต่างๆ ให้เต็มที่และดีที่สุดเพื่อความสำเร็จ จากการศึกษาวิจัยของ McClelland พบว่า บุคคลที่ต้องการความสำเร็จ (nach) สูง จะมีลักษณะชอบการแข่งขัน ชอบงานที่ท้าทาย และต้องการได้รับข้อมูลป้อนกลับเพื่อประเมินผลงานของตนเอง มีความชำนาญในการวางแผน มีความรับผิดชอบสูง และกล้าที่จะเผชิญกับความล้มเหลว

(๒) ความต้องการความผูกพัน (need for affiliation (naff) เป็นความต้องการการยอมรับจากบุคคลอื่น ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ต้องการสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น บุคคลที่ต้องการความผูกพันสูงจะชอบสถานการณ์การร่วมมือมากกว่าสถานการณ์การแข่งขัน โดยจะพยายามสร้างและรักษาความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น

(๓) ความต้องการอำนาจ (need for power (npower) เป็นความต้องการอำนาจเพื่อมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น บุคคลที่มีความต้องการอำนาจสูง จะแสวงหาวิถีทางเพื่อให้ตนมีอิทธิพลเหนือบุคคลอื่น ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับหรือยกย่อง ต้องการความเป็นผู้นำ ต้องการงานให้เหนือกว่าบุคคลอื่น และจะกังวลเรื่องอำนาจมากกว่าการทำงานให้มีประสิทธิภาพ

จากการศึกษาพบว่าพนักงานที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมักต้องการจะทำงานในลักษณะ ๓ ประการดังนี้

(๑) งานที่เปิดโอกาสให้เขารับผิดชอบเฉพาะส่วนของเขา และเขามีอิสระที่จะตัดสินใจ และแก้ปัญหาด้วยตนเอง

(๒) ต้องการงานที่มีระดับยากง่ายพอดี ไม่ง่ายหรือยากจนเกินไปกว่าความสามารถของเขา

(๓) ต้องการงานที่มีความแน่นอนและต่อเนื่องซึ่งสร้างผลงานได้และทำให้เขามีความก้าวหน้าในงานเพื่อจะพิสูจน์ตนเองถึงความสามารถของเขาได้

นอกจากงานในลักษณะดังกล่าวแล้วแมคคลีแลนดได้พบว่าปัจจัยที่สำคัญอีกปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการทำงานเพื่อให้ได้ผลงานที่มีประสิทธิภาพคือสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับงานที่เขาทำด้วย^{๗๗}

๓) ทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ มี ๕ ลำดับขั้น

(๑) ความต้องการทางด้านร่างกาย (physical need) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่แต่ละบุคคลมีอยู่ในตัวเอง เช่น อาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย การพักผ่อน เป็นต้น

(๒) ความต้องการความปลอดภัย (safety need) เป็นความต้องการที่แต่ละบุคคลต้องการที่จะปราศจากอันตรายทางกายและความกลัวที่จะสูญเสียงาน

(๓) ความต้องการทางสังคม (social need) คือการมีเพื่อนร่วมงานที่มีความเป็นมิตร มีความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนร่วมงาน

(๔) ความต้องการการยกย่อง (esteem need) คือการมีความรับผิดชอบงานที่มีความสำคัญสูง ได้รับคำชมเชย และการยอมรับจากหัวหน้างาน และได้เลื่อนตำแหน่งหน้าที่การงานที่มีสถานภาพสูงขึ้น

(๕) ความต้องการความสำเร็จในชีวิต (self-actualization need) ได้แก่ลักษณะการทำงานที่มีความยืดหยุ่นและมีอิสระสูง การให้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และงานมีความริเริ่มสร้างสรรค์

๒.๘.๔ หลักและเทคนิคของการจูงใจ

การศึกษาทฤษฎีการจูงใจจะทำให้ทราบว่าเทคนิคการจูงใจอะไรบ้างที่ผู้บริหารสามารถนำไปใช้ได้ ในขณะที่การจูงใจมีความสลับซับซ้อนและไม่มีคำตอบที่ดีที่สุดเพียงคำตอบเดียว เทคนิคการจูงใจที่สำคัญประกอบด้วย เงิน (money) การมีส่วนร่วม (participation) คุณภาพชีวิตในการทำงาน (quality of working life)

๒.๘.๕ รูปแบบของทฤษฎีการเสริมแรง

เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์ที่เปลี่ยนไปเนื่องมาจากแรงจูงใจ การเสริมแรงจูงใจเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากผลของการกระทำซึ่งแบ่งออกเป็น ๔ อย่าง คือ

^{๗๗} เว็บไซต์ <http://motivation-srisupan.blogspot.com/2012/07/theories-of-motivation.html> สืบค้นวันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๖๐

๑) การเสริมแรงจูงใจในทางบวก (positive reinforcement) เป็นการเสริมแรงจูงใจเพื่อเพิ่มพฤติกรรมที่ต้องการ โดยการให้รางวัล หรือผลตอบแทนในสิ่งที่บุคคลเหล่านั้นต้องการ เช่น การกล่าวคำขอบคุณ การให้คำชื่นชม เป็นต้น

๒) การเสริมแรงจูงใจในทางลบ (negative reinforcement) บางครั้งเรียกว่า การหลีกเลี่ยงเป็นการเรียนรู้ถึงวิธีปฏิบัติเพื่อหลีกเลี่ยงเป็นการเรียนรู้ถึงวิธีการปฏิบัติเพื่อหลีกเลี่ยงผลลัพธ์ที่ไม่พึงพอใจ เช่น ทำงานให้เสร็จก่อนกำหนดเพื่อหลีกเลี่ยงการตำหนิจากหัวหน้างาน

๓) การเพิกเฉย (extinction) เป็นการเสริมแรงจูงใจเพื่อลดพฤติกรรมที่ทำบ่อยๆ หรือทำให้พฤติกรรมนั้นหมดไป โดยการไม่ให้รางวัลหรือผลตอบแทน เช่น เมื่อเห็นว่าคนๆหนึ่งมีพฤติกรรมไม่ถูกต้องแต่ยังได้รับการยอมรับจากกลุ่มทำงาน ต้องปรึกษากับกลุ่มเพื่อให้หยุดการยอมรับต่อพนักงานคนนั้น

๔) การลงโทษ (punishment) เป็นการลดพฤติกรรมเนื่องจากได้ผลลัพธ์ที่ไม่พึงพอใจ เช่น การลดตำแหน่ง การลดอำนาจที่ดี การลดเงินเดือน เป็นต้น

๒.๘.๖ การจูงใจกับค่าตอบแทน

การจูงใจโดยให้ผลตอบแทนแก่พนักงานจะทำให้พนักงานมีแรงจูงใจในการทำงาน พนักงานจะไม่ทำงานหากไม่ได้รับผลตอบแทนจากการทำงาน ถ้าพนักงานได้รับผลตอบแทนต่ำ พนักงานก็จะทำงานให้เราไม่เต็มที่ พนักงานจะขยันและทุ่มเทให้กับงานหากระบบค่าตอบแทนดี มี ๒ อย่างคือ

๑) รางวัลตอบแทนภายนอก (Extrinsic Reward) เป็นค่าตอบแทนที่ได้จากบุคคลอื่น โดยทั่วไปก็คือจากผู้บังคับบัญชาหรือผู้บริหารระดับสูง เช่น เงินเดือน ค่าจ้าง การเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง โบนัส ประกันชีวิต ค่ำชมเชย เป็นต้น

๒) รางวัลตอบแทนภายใน (Intrinsic Reward) เป็นผลตอบแทนที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง เช่น ตัวเองมีความสามารถสูงขึ้น ตัวเองเก่งขึ้น มีความรู้มากขึ้น ภูมิใจกับการทำงานที่ตนเองทำขึ้น เป็นต้น

๒.๙ แนวคิด หลักสัปปริสธรรม ๗

หลักสัปปริสธรรมนั้นเป็นข้อธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงแก่บริษัทตามโอกาส สถานที่ต่างๆ กัน ซึ่งคุณสมบัตินี้ในความหมายของพระพุทธศาสนาจะต้องเป็นผู้ประกอบด้วยหลักธรรม ๗ ประการ ในชีวิตประจำวันนั้น ถ้าหากใครมีคุณธรรมของมนุษย์ที่แท้ ๗ ประการนี้ และสามารถประพฤติได้อย่างถูกต้องตามหลักการเหล่านี้โดยสมบูรณ์แล้ว ผู้นั้นย่อมได้ ชื่อว่าเป็น ผู้ที่พระพุทธเจ้ายกย่องว่าเป็น “สัตบุรุษ” หรือ “คนดีแท้” หรือ “มนุษย์โดยสมบูรณ์” การกระทำหรือพฤติกรรมของเขามีความเหมาะสมถูกต้องปราศจากความผิดพลาดน่าประโยชน์มาให้ทั้งแก่ตนเองและสังคมโดยส่วนรวมย่อมเอื้ออำนวยประโยชน์สันติสุขแก่สังคมนั้น ดังนั้นก่อนที่ จะทำความเข้าใจความหมายและ

ความเป็นมาของหลักสัปปุริสธรรม จึงควรทำความเข้าใจ ความหมายของสัตบุรุษก่อน เพื่อที่จะได้ทำความเข้าใจในหลักธรรมอื่นๆ ซึ่งแบ่งเป็นข้อย่อยต่างๆ ดังที่ปรากฏในลักขณสูตร ปาฏิกวรรคที่ขนิทาย ดังนี้

๒.๙.๑ ความหมายของหลักสัปปุริสธรรม ๗

สัปปุริสธรรมเป็นธรรมของสัปปุริสชน คือ คนดี หรือ คนที่แท้ ซึ่งมีคุณสมบัติความเป็นคนที่สมบูรณ์และถือเป็นคุณธรรมที่สำคัญของการเป็นผู้นำที่สมบูรณ์ ในการนิยามความหมายของสัปปุริสธรรม ได้นักวิชาการหลายท่านได้แสดงทัศนะต่างๆ ไว้ดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวว่า ผู้ที่จะรับการแนะนำควรมองว่า “มนุษย์ที่ดีควรจะเป็นอย่างไร มีคุณสมบัติอย่างไร เพื่อจะได้นำมาใช้กับผู้ที่มีปัญหา หลักเกณฑ์คุณสมบัติที่ดีของมนุษย์ ก็คือ หลักสัปปุริสธรรม ๗ ประการ คือ

๑) รู้จักเหตุ คือรู้หลักการ หมายถึงหลักการที่จะปฏิบัติให้เกิดผลที่มุ่งหมาย เช่น เมื่อเราเข้ามาศึกษาในวิทยาลัยแห่งนี้ ก็ต้องรู้จักหลักเกณฑ์ของการศึกษาในวิทยาลัย ทำอาชีพอะไรก็ต้องรู้หลักเกณฑ์ของอาชีพนั้นๆ ว่าจะต้องปฏิบัติต้องกระทำอย่างนั้นๆ จึงจะได้ผลของอาชีพ ข้อนี้เรียกว่า “ธัมมัญญตา”

๒) รู้จักผล คือรู้ความมุ่งหมาย รู้ผลที่ต้องการในการปฏิบัติรู้จักจุดจุดหมายว่า หลักการหรือกฎเกณฑ์นี้เพื่อจุดหมายอะไร จะให้เกิดผลอะไรขึ้น อันนี้เรียกว่ารู้จักความมุ่งหมาย ทำให้รู้ทิศทางในการปฏิบัติ ซึ่งถ้าไม่รู้ก็อาจทำให้เกิดผลเสียหายได้ ข้อนี้เรียกว่า “อัตถัญญตา”

๓) รู้จักตน คือ รู้จักตนเองมีภาวะ ฐานะ ความสามารถ ความถนัดอย่างไร มีภูมิธรรม ภูมิปัญญาต่างๆ แคไหน มีพื้นฐานมาอย่างไร เป็นต้น เมื่อรู้จักตนเองตามความเป็นจริง ก็สามารถทำให้เกิดประสิทธิภาพ ในการพัฒนาตนเอง หากเราไม่รู้จักตนเองตามความจริง เราก็ปรับปรุงตนเองไม่ถูก หรืออาจไม่คิดที่จะพัฒนาตนเองเลย ข้อนี้เรียกว่า “อัตตัญญตา”

๔) รู้จักประมาณ คือ รู้จักความพอดี ในการปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลาย ถ้าต้องการให้เกิดผลดีก็ต้องรู้จักพอดีในการปฏิบัติ มิฉะนั้นมันจะไม่ลงตัวเมื่อไม่ลงตัวก็ไม่เกิดผลดีตามที่ต้องการ ถ้าเรารู้จักความพอดีในทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการกิน การนอน การเล่น การทำงาน รู้ว่าแคไหนพอดี แล้วทำแค่พอดีที่จะให้ผลดี มันก็จะสำเร็จและไม่เกิดโทษ ข้อนี้เรียกว่า “มัตตัญญตา”

๕) รู้จักกาล คือ จะทำอะไรก็ต้องรู้จักกาลเวลา เช่น รู้เวลาเริ่ม ระยะเวลาที่ทำ เวลาสิ้นสุด จังหวะที่ดีของการกระทำ เป็นต้น อตมามาพูดนี้ก็ต่อรู้จักเวลาเหมือนกัน ว่าขณะนี้จะมีหมดเวลาแล้วนี่ก็เป็นเรื่องของ “กาลัญญตา”

๖) รู้จักชุมชน เช่น รู้จักว่าเป็นชุมชนประเภทไหน พูดเรื่องอะไรจึงจะเหมาะสมและพอดี หากไม่รู้จักชุมชน ไม่เข้าใจชุมชน ก็ปฏิบัติต่อชุมชนนั้นไม่ถูก เช่น ไม่ถูกต้องตามวัฒนธรรมประเพณี ไม่ถูกมารยาท ไม่ถูกกับแนวความสนใจหรือระดับความรู้ ความสามารถ การปฏิบัตินั้นก็ไม่ได้ผลดี การรู้จักชุมชนนี้เรียกว่า “ปริสัญญตา”

๗) รู้จักบุคคล เช่น รู้จักว่าบุคคลนี้เป็นอย่างไร นิสสัยใจคอเป็นอย่างไร มีภูมิธรรม ภูมิปัญญาแค่ไหนมีความสามารถนัดจัดเจนอย่างไร สนใจเรื่องอะไร อยู่ในฐานะ หรือภาวะอย่างไร มีภูมิหลังมาอย่างไร ควรคบหาหรือไม่ จะได้ประโยชน์ในแง่ใด ควรใช้งานหรือไม่ จะช่วยเหลือหรือขอความช่วยเหลือเขาได้อย่างไร เมื่อรู้จักบุคคลแล้ว รู้จักความแตกต่างของบุคคลแล้ว การดำเนินชีวิตและการทำงานก็ได้ผลดี อันนี้เรียกว่า “บุคคลัญญาตา” เป็นคุณธรรมข้อสุดท้าย

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณสมเด็จพระสังฆราช(อุฎฐายี)^{๗๘} กล่าวว่า สัปปุริสธรรม ๗ หมายถึง คุณธรรม ๗ ประการที่บริบูรณ์ในผู้ใดย่อมบุคคลนั้นให้เป็นสัปปุริสชนที่เจริญด้วย คุณสมบัติ ควรแก่ความเคารพนับถือของชนทั้งหลาย ทำให้บุคคลนั้นสามารถปฏิบัติกิจการงานให้ บรรลุผลสำเร็จ ด้วยดี และเป็นหลักปฏิบัติเพื่อทำคนให้เป็นผู้สงบสุขและความเจริญรุ่งเรือง ก้าวหน้าได้

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)^{๗๙} ได้ให้ความหมายว่า สัปปุริสธรรม หมายถึง ธรรมของสัตบุรุษ ธรรมของคนดี ธรรมที่ทำให้เป็นสัตบุรุษ มี ๗ ประการ คือ ๑) อัมมัญญาตา รู้หลักหรือรู้จักเหตุ ๒) อัตถัญญาตา รู้ความมุ่งหมายหรือรู้เหตุผล ๓) อัตตัญญาตา รู้จักตน ๔) มัตตัญญาตา รู้จักประมาณ ๕) กาลัญญาตา รู้จักกาลเวลา ๖) ปริสัญญาตา รู้จักชุมชน สังคม ๗) บุคคลัญญาตา รู้จักบุคคล คุณธรรม ๗ ประการอันเป็นคุณสมบัติภายในตัว ผู้นำซึ่งมีคุณสมบัติทั้ง ๗ ประการนี้ เป็นองค์ประกอบและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกันอย่างสมบูรณ์ ที่จะทำให้อำนาจสามารถจัดการ สามารถปฏิบัติกิจการในภาระงานทุกอย่างให้บรรลุผลสำเร็จได้ตามเป้าหมาย

จ.เปรียญ^{๘๐} กล่าวว่า หลักสัปปุริสธรรม ๗ หมายถึง ธรรมของสัตบุรุษ ธรรมของคนดี บุคคลที่มีคุณธรรมประจำใจ โดยยึดเอาหลักสัปปุริสธรรมเป็นหลักในการดำเนินชีวิตบุคคลที่ยึดเอาหลักสัปปุริสธรรม เป็นธรรมประจำใจยังได้ชื่อว่าเป็นผู้ดี เพราะเป็นผู้มีเหตุผลมีผลในการปฏิบัติตน เมื่อบุคคลรู้จักเหตุผลแล้ว การปฏิบัติตนก็เพียบพร้อมด้วยความดี คือ รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน รู้จักบุคคล แล้วบุคคลนั้นเป็นคนดี คือ สัตบุรุษในทาง พระพุทธศาสนา ถือว่าเป็นคนดี เพราะเป็นผู้จักสงบ รักความเที่ยงธรรม รู้จักหน้าที่ของตน รู้จักกาลเทศะ มีเหตุมีผลในการทำงาน โดยเฉพาะผู้ที่ทำหน้าที่ปกครองคนอื่น จะสามารถบริหารงาน ได้อย่างราบรื่น

ในสัปปุริสสูตร อปริปัญญาสก มัชฌิมนิคาย ปรากกพุทธโอวาทเรื่องธรรมของคนดี (สัตบุรุษ) คนที่สมบูรณ์แบบ หรือมนุษย์โดยสมบูรณ์ ซึ่งถือว่าเป็นสมาชิกที่ดี มีคุณค่าที่แท้จริงของมนุษยชาติ มีธรรมะหรือคุณสมบัติที่เรียกว่า สัปปุริสธรรม ๗ ประการ คือ

๑. อัมมัญญาตา รู้หลักการ เมื่อดำรงตำแหน่ง มีฐานะ หรือจะทำอะไรก็ตาม ต้องรู้หลักการ รู้งาน รู้หน้าที่ รู้กฎเกณฑ์กติกาที่เกี่ยวข้อง เช่น อย่างผู้ปกครองประเทศชาติก็ต้องรู้หลัก

^{๗๘} สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช(อุฎฐายี), “สัปปุริสธรรม”หนังสืออนุสรณ์ เนื่องในโอกาสงานฌาปนกิจศพ นายชัย, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๕๐๙), หน้า ๑๒.

^{๗๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๒๗๖.

^{๘๐} พระสามารถ อานนโท, “ภาวะผู้นำตามหลักสัปปุริสธรรม”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๓๓-๓๔.

รัฐศาสตร์ และรัฐภักดีการของรัฐ คือกฎหมาย ตั้งแต่รัฐธรรมนูญลงมา แล้วก็ยืนอยู่ในหลักการ ตั้งต้นอยู่ในหลักการให้ได้ชุมชน สังคม องค์กร หรือกิจการอะไรก็ตาม ก็ต้องมีหลักการ มีกฎ มีกติกาก่อน ที่ผู้นำจะต้องรู้ชัด แล้วก็ตั้งมั่นอยู่ในหลักการนั้น

๒. อุตัญญตา รู้จุดหมาย ผู้นำถ้าไม่รู้จุดหมายก็ไม่รู้ว่าจะนำคนและกิจการไปไหน นอกจากรู้จุดหมาย มีความชัดเจนในจุดหมายแล้ว จะต้องมีความแน่วแน่มุ่งมั่นที่จะไปให้ถึง จุดหมายด้วย ข้อนี้เป็นคุณสมบัติที่สำคัญมาก เมื่อใจมุ่งจุดหมาย แม้มีอะไรมากระทบกระทั่ง ก็จะไม่หวั่นไหวอะไรไม่เกี่ยวข้อง ไม่เข้าเป้า ไม่เข้าแนวทางก็ไม่มั่ววุ่นวาย ใครจะพูดว่าตาเหินบแนม เมื่อไม่ตรงเรื่องก็ไม่มั่วถ้อสา ไม่เก็บเป็นอารมณ์ ไม่ยุ่งกับเรื่องจุกจิกไม่เป็นเรื่อง เอาแต่เรื่องที่เข้า แนวทางสู่จุดหมาย ใจมุ่งสู่เป้าหมาย อย่างชัดเจน และมุ่งมั่นแน่วแน

๓. อัตตัญญตา รู้ตน คือ ต้องรู้ว่าตนเองคือใครมีภาวะเป็นอะไร อยู่ในสถานะใด มีคุณสมบัติมีความพร้อม มีความถนัด สติปัญญา ความสามารถอย่างไร มีกำลังแค่ไหน มีข้อยิ่งข้อหย่อน จุดอ่อนจุดแข็งอย่างไร ซึ่งจะต้องสำรวจตนเอง และเตือนตนเองอยู่เสมอ ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ในการพัฒนาปรับปรุงตัวเอง ให้มีคุณสมบัติความสามารถยิ่งๆ ขึ้นไป ไม่ใช่ว่าเป็นผู้นำแล้วจะเป็นคนสมบูรณ์ไม่ต้องพัฒนาตนเอง ยิ่งเป็นผู้นำก็ยิ่งต้องพัฒนาตนเอง ตลอดเวลาให้ได้ดียิ่งขึ้นไป

๒.๑๐ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๑๐.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแนะแนว

อรพิน สุขแจ่ม^{๘๑} ได้ศึกษา “ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๔๕ โรงเรียนศรีวิทยาภัยจังหวัดชุมพร” ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลองนักเรียนที่ได้รับการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวมีการประหยัดมากกว่านักเรียนที่ได้รับการกิจกรรมแนะแนวปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕

อัมพร แสงวิเชียร^{๘๒} ได้ศึกษา เรื่องผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนกุดบากราษฎร์บำรุง จังหวัดสกลนคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนผู้ที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการมีพฤติกรรมประชาธิปไตยสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการ

^{๘๑} อรพิน สุขแจ่ม, ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๔๕ โรงเรียนศรีวิทยาภัยจังหวัดชุมพร, ๒๕๔๖, หน้า ๖๕.

^{๘๒} อัมพร แสงวิเชียร, ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนกุดบากราษฎร์บำรุง จังหวัดสกลนคร, ๒๕๔๖, หน้า ๖๖.

ฉันทิพย์ ปิเลีย^{๘๓} ได้ศึกษา “ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยา จังหวัดชลบุรี” ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์มีการปรับตัวกับเพื่อนดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๑

วัชรียา แจ่มใส^{๘๔} ซึ่งได้ศึกษา “ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาพฤติกรรมเคารพนับถือผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น” ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมเคารพนับถือผู้อื่น มีพฤติกรรมเคารพนับถือผู้อื่นสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมเคารพนับถือผู้อื่น จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาพฤติกรรมตามพรหมวิหาร ๔

วชิรวิทย์ มาลาทอง^{๘๕} ศึกษาเรื่อง ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพ ๒) เพื่อเปรียบเทียบการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพของนักเรียนกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมและกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนประเทียงทิพย์วิทยา ภาคเรียนที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๕๖ จำนวน ๕๖ คน จำนวน ๒ ห้องเรียน ที่มีคะแนนจากแบบวัดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพไม่แตกต่างทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .๐๕

๒.๑๐.๒ งานวิจัยเกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

๑) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

อาจารย์ ช่างประดับและคณะ^{๘๖} การวิจัย เรื่ององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ผลการศึกษา ๑. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี มีรายละเอียด ดังนี้ องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ มี ๒ องค์ประกอบ ได้แก่ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวและสภาพครอบครัว : บิดามารดาอยู่ด้วยกัน

^{๘๓} ฉันทิพย์ ปิเลีย, ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยา จังหวัดชลบุรี, ๒๕๔๖, หน้า ๖๘.

^{๘๔} วัชรียา แจ่มใส, ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาพฤติกรรมเคารพนับถือผู้อื่นของนักเรียนวัยรุ่นตอนต้น, ๒๕๕๒, หน้า ๘๗.

^{๘๕} วชิรวิทย์ มาลาทอง, ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5, ๒๕๔๖.

^{๘๖} อาจารย์ ช่างประดับและคณะ, องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี, ๒๕๕๐.

องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ๒. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี มีรายละเอียดดังนี้ องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ มี องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

สุเมธ พงษ์เกตุรา^{๘๗} วิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร ๕. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

๒) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู

นายเทวัญ เอกจันทร์^{๘๘} วิจัยเรื่อง ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมืองเชียงใหม่ ผลจากการศึกษา พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างศิษย์กับครู ด้านศิษย์พึงปฏิบัติต่อครูด้วยความเคารพ มีค่าความคิดเห็นตามระดับพฤติกรรมสูงสุดคือ แสดงความเคารพครูในห้องเรียน รองลงมาคือ ยกมือไหว้ เมื่อเห็นครูนอกเวลาเรียน และยิ้มแย้ม แจ่มใส ไม่ทำหน้าบึ้งหน้างอ เมื่อพิจารณาความคิดเห็นของครูที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนโดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับปานกลาง ด้านศิษย์พึงปฏิบัติต่อครูด้วยการปรนนิบัติ บริการ มีค่าความคิดเห็นตามระดับพฤติกรรมสูงสุดคือ ช่วยเหลือครูจัดกิจกรรมในห้องเรียนด้วยความเต็มใจ รองลงมาคือ ช่วยเหลืองานตามที่ครูไหว้วานด้วยความเต็มใจ และให้ความช่วยเหลือในยามฉุกเฉิน เมื่อพิจารณาความคิดเห็นของครูที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนโดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านศิษย์พึงปฏิบัติต่อครูด้วยเชื่อฟังและตั้งใจเรียน มีค่าความคิดเห็นตามระดับพฤติกรรมสูงสุดคือ รับฟังความคิดเห็นของครู รองลงมาคือ ซื่อสัตย์ และมีความกตัญญู เมื่อพิจารณาความคิดเห็นของครูที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนโดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับปานกลางความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ ด้านการแนะนำฝึกฝนอบรมให้เป็นคนดี ด้วยกาย วาจา ใจ นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นตามลำดับ ซึ่งค่าความคิดเห็นสูงสุดคือ ครูสอนศิษย์ให้เป็นคนรู้จักรับผิดชอบ รองลงมาคือ ครูสอนศิษย์ให้รู้จักกตัญญูต่อบิดามารดาและผู้มีพระคุณ และครูสอนศิษย์ให้มีความจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ เมื่อพิจารณาระดับของความคิดเห็นของศิษย์โดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับมาก ด้านการสอนวิชาการต่าง ๆ มีค่าความ

^{๘๗} สุเมธ พงษ์เกตุรา, ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร, **ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา)**. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓.

^{๘๘} นายเทวัญ เอกจันทร์ วิจัยเรื่อง ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมืองเชียงใหม่, **พุทธศาสนมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา**, ๒๕๕๑.

คิดเห็นสูงสุดคือ ครูตั้งใจถ่ายทอดวิชาความรู้โดยไม่ปิดบังอำพราง รองลงมาคือ ครูเปิดโอกาสให้ศิษย์ได้ซักถามระหว่างการสอน และครูสอนให้ศิษย์รู้จักค้นคว้าข้อมูลทางวิชาการอย่างสม่ำเสมอ เมื่อพิจารณาระดับของความคิดเห็นของศิษย์โดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับมาก ส่วนด้านการยกย่องและป้องกัน มีค่าความคิดเห็นสูงสุดคือ ครูสอนให้ศิษย์รู้จักประกอบอาชีพที่สุจริต รองลงมาคือ ครูแนะนำวิชาการและวิชาชีพให้ศิษย์อย่างสม่ำเสมอ และครูสอนให้ศิษย์รู้จักแก้ปัญหาด้วยตนเอง เมื่อพิจารณาระดับของความคิดเห็นของศิษย์โดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับมาก ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์เมื่อมองโดยภาพรวมทุก ๆ ด้านแล้ว จะเห็นได้ว่า ครูมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของศิษย์ทุกด้านแบบเป็นกลาง ส่วนศิษย์มีความคิดเห็นต่อครูในระดับมากทุกด้าน

๓) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง

การวิจัยเรื่อง การศึกษาของวัยรุ่นในสหรัฐอเมริกา พบว่า การตัดสินใจของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์โดยตรงต่อการศึกษาของบุตรมากกว่าสภาพเศรษฐกิจและกลุ่มเพื่อน^{๘๙}

ละอองทิพย์ พลานุกาพ ได้ศึกษาเรื่อง “สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน” พบว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนกับบิดามารดาที่มีต่อคุณภาพจิตวัยรุ่นในด้าน การมองคุณค่าในตนเองและความพึงพอใจในชีวิต ในระดับชั้นมัธยมศึกษาพบว่าบุคคลที่มีความใกล้ชิดกับบิดามารดาและกลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์กับการมองเห็นคุณค่าในตัวเองและความพึงใจในชีวิต^{๙๐}

ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพื้นความรู้เดิม สภาพแวดล้อมทางบ้าน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า สิ่งแวดล้อมทางบ้านมีบทบาทต่อความพร้อมในการเรียนของเด็ก เด็กจะพร้อมในการเรียนถ้าบ้านมีบรรยากาศที่ส่งเสริมให้น่าเรียน คือความเข้าใจต่อกันมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ไม่สร้างความหวาดหวั่นวิตกให้เกิดกับอารมณ์ของ

ศึกษาพฤติกรรมการติดยาเสพติดของเยาวชนไทยพบว่า เด็กที่ภูมิตำหนานการเสพยาเป็นเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลและความรักสนับสนุนมาก นอกจากนี้ยังพบอีกว่าความสัมพันธ์ในครอบครัว ถ้าเด็กอาศัยอยู่กับบิดามารดาและได้การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลมาก จะใช้ให้เด็กสามารถต่อต้านอิทธิพลการชักจูงจากเพื่อนได้มาก^{๙๑}

^{๘๙} Kandel Eric R. O'Dell Thomas J, **Are adult learning mechanisms also used for development?** Science, New York : American Association for the Advancement of Science, 1992 ; 258 : p 243 – 245.

^{๙๐} ละอองทิพย์ พลานุกาพ, สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ), กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ถ่ายเอกสาร, ๒๕๓๒, หน้า ๒๔.

^{๙๑} อรพินทร์ ชูชม, **วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์**, กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒, หน้า ๙๒.

^{๙๒} ลาดทองใบ ภูอภิรมย์, **บทบาทของครอบครัวในการป้องกันยาเสพติด**, รายงานการวิจัย ฉบับที่ ๓๗, กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๐.

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยโรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง จำนวน ๑,๐๐๙ คน พบว่าสัมพันธภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑^{๓๓}

ศึกษาความปรารถนาและความคาดหวังของผู้ปกครองต่อการศึกษาและอาชีพของบุตรกับกลุ่มตัวอย่างของนักเรียนชั้นมัธยมปลายจำนวน ๑,๐๓๑ คน พบว่า อาชีพของบิดามารดา มีความสำคัญต่อการปรารถนาและความคาดหวังในด้านการศึกษาและอาชีพของบุตรชาย ในขณะที่อาชีพของมารดา มีความสำคัญต่อความปรารถนาและความคาดหวังในด้านการศึกษาและอาชีพของบุตรสาวสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน น่าจะเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อเป้าหมายในชีวิตของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔^{๓๔}

๒.๑๐.๓ งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิต

พรพนา รัตนพงษ์ไชย^{๓๕} การพัฒนาทักษะชีวิต เรื่อง การพัฒนาท้องถิ่นตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบโครงการ ผลการวิจัยพบว่า ๑. ทักษะชีวิต เรื่อง การพัฒนาท้องถิ่นตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ หลังเรียนโดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบโครงการสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .๐๕ ๒. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การพัฒนาท้องถิ่นตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ หลังเรียนโดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบโครงการ สูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ๓. ความสามารถในการทำโครงการ เรื่อง การพัฒนาท้องถิ่นตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ๔. ความคิดเห็นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบโครงการโดยภาพ รวมอยู่ในระดับมาก

ธันต์ถ์กานต์ ศรีเฉลียว^{๓๖} วิจัยเรื่อง การพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ โดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม พบว่า ๑) สภาพ ปัญหาจากการศึกษาเอกสาร การประชุมและการสัมภาษณ์ ของผู้มีส่วน เกี่ยวข้องในการวิจัย มีความเห็นสอดคล้องกันว่าทักษะชีวิตของนักเรียนในด้านองค์ประกอบที่ ๒ การ คิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์อยู่ในเกณฑ์ไม่น่าพอใจ ทำให้นักเรียนมีปัญหา และสับสนในการคิดและตัดสินใจที่จะเลือกแสดงพฤติกรรม

^{๓๓} ประกายทิพย์ พิชัย, ตัวแปรที่เกี่ยวกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง กรุงเทพมหานคร, **ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา)**, กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๙, หน้า ๗๘.

^{๓๔} Janssen,Susan L.G. “Determainats of Parents’Aspiration and Expectation for their Children’s Education and Occupation Attainment” , Dissertation Abstracts International. (43) : 2084-A, February, 1983. p 280 – a.

^{๓๕} พรพนา รัตนพงษ์ไชย, การพัฒนาทักษะชีวิต เรื่อง การพัฒนาท้องถิ่นตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบโครงการ, **ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร**, ๒๕๕๙.

^{๓๖} ธันต์ถ์กานต์ ศรีเฉลียว, การพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖โดยใช้การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม, **ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จังหวัดสกลนคร**, ๒๕๖๐.

ที่เผชิญในชีวิตประจำวันให้เป็นไปอย่าง สร้างสรรค์ เห็นควรส่งเสริมให้นักเรียนได้รับการพัฒนาโดยการปฏิบัติกิจกรรมตามรูปแบบการพัฒนา ทักษะชีวิตที่เน้นการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ตามลำดับขั้นตอนและกระบวนการในรูปแบบ ซึ่งมี ความสอดคล้องกับ ข้อมูลด้านความต้องการจำเป็นในการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนจากการตอบ แบบสอบถามของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหมด ที่เห็นว่าความต้องการจำเป็นที่ต้องพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนอย่างเร่งด่วน คือ องค์กรประกอบที่ ๒ ด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่าง สร้างสรรค์ เรียงลำดับตัวชีวิต ได้ดังนี้ (๑) รู้จักวิพากษ์วิจารณ์บนพื้นฐานของข้อมูลสารสนเทศที่ ถูกต้อง (๒) มีจินตนาการและมีความสามารถ ในการคิดเชื่อมโยง และ (๓) รู้จักวิธีการและขั้นตอน การตัดสินใจและแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง ๒) รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนที่สร้างขึ้น มีองค์ประกอบ ดังนี้ (๑) ชื่อ รูปแบบ (๒) ความเป็นมาและความสำคัญ (๓) แนวคิดทฤษฎีพื้นฐาน (๔) หลักการ (๕) วัตถุประสงค์ของรูปแบบ(๖) เนื้อหา (๗) กระบวนการ (๘) สื่อและแหล่งเรียนรู้ และ (๙) การวัดและประเมินผล ๓) ผลการใช้รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน พบว่า ก่อนการใช้รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิต นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม มีทักษะ ชีวิตโดยรวมทั้ง ๔ องค์ประกอบ อยู่ในระดับน้อย หลังการพัฒนา มีทักษะชีวิตโดยรวมทั้ง ๔ องค์ประกอบ อยู่ในระดับมากเพิ่มขึ้น ก่อนการใช้รูปแบบการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน ในด้านองค์ประกอบที่ ๒ การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ มีทักษะชีวิตอยู่ในระดับน้อย หลังการพัฒนามีทักษะชีวิตอยู่ในระดับมาก

ขนิษฐา เสาองค์^{๙๗} วิจัยเรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ พบว่า ๑) ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพเท่ากับ ๘๖.๓๐/๘๘.๖๕ ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ๒) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ กลุ่ม มีดัชนีประสิทธิผลเท่ากับ ๐.๗๙๕๑ หรือร้อยละ ๗๙.๕๑ ๓) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ที่จัดกิจกรรมการเรียนรู้การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ มีคะแนนหลังเรียนหลังเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเรียน ๔) ความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ที่จัดกิจกรรมการเรียนรู้การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ มีความพึงพอใจ โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

กาญจนา เฉลิมพล^{๙๘} วิจัยเรื่อง การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบเป้าหมายในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ทักษะด้านการดำเนินชีวิตและการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก ส่วนด้านบุคคลและสังคม

^{๙๗} ขนิษฐา เสาองค์, วิจัยเรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒, ๒๕๕๗

^{๙๘} กาญจนา เฉลิมพล, การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี, ปรินญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๕

ทักษะด้านปฏิบัติงานและทักษะด้านความรู้และการใช้เหตุผลมีคะแนนอยู่ระดับปานกลาง เปรียบเทียบรูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่จำแนกตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น และสัมพันธภาพในครอบครัว พบว่า เพศและสัมพันธภาพสัมพันธภาพในครอบครัวต่างกันมี เป้าหมายทักษะชีวิตที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ส่วนนักเรียนที่ระดับชั้น ต่างกันมีเป้าหมายในชีวิตไม่ต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๒.๑๐.๔ งานวิจัยเกี่ยวข้องกับหลักสูตรปริสธรรม ๗

พระมหาแล ข้าสุข^{๙๙} วิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ตามหลักสูตรปริสธรรม ๗ เพื่อ ส่งเสริมวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ผลการวิจัย พบว่า ชุด การเรียนรู้ตามหลักสูตรปริสธรรม ๗ เพื่อ ส่งเสริมวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สำหรับนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ ๕ มีค่าประสิทธิภาพเท่ากับ ๘๐.๓๐/๘๒.๙๒ ผลการทดลองใช้ชุดการเรียนรู้ตาม หลักสูตรปริสธรรม ๗ เพื่อส่งเสริมวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจ พอเพียง หลังการใช้สูงกว่าก่อนใช้ชุดการ เรียนรู้ โดยพบว่า วิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงทั้ง ๓ ด้าน ได้แก่ ความมีเหตุผลความพอประมาณ และการมีภูมิคุ้มกันที่ดีมีค่าความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ผลการประเมินความ คิดเห็นของนักเรียน หลังใช้ชุดการเรียนรู้ ตามหลักสูตรปริสธรรม ๗ เพื่อส่งเสริมวิถีชีวิต แบบ เศรษฐกิจพอเพียงด้านปัจจัยนำเข้า ด้านกระบวนการ ด้านผลผลิตอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด

ประทีป มากมิตร^{๑๐๐} วิจัยเรื่องพฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรมของนักศึกษาคณะศิลป ศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ ผลการวิจัย พบว่า ๑) พฤติกรรมตามหลักสูตรปริ สธรรมของนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ โดยรวมอยู่ใน ระดับปานกลาง ($X = ๓.๒๕$) ๒) การเปรียบเทียบพฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรมของนักศึกษาคณะ ศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ จำแนกตามข้อมูลพื้นฐาน อันได้แก่ (๑) จำแนกตามเพศ พบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีพฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ (๒) จำแนกตามอายุ พบว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกันมี พฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ (๓) จำแนกตาม สาขาวิชาที่ศึกษา พบว่า นักศึกษาที่เรียนสาขาวิชาต่างกัน มีระดับพฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรม แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ (๔) จำแนกตามชั้นปีที่ศึกษา พบว่า นักศึกษาที่ ศึกษาอยู่ชั้นปีต่างกัน มีระดับพฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .๐๑

^{๙๙} พระมหาแล ข้าสุข, วิจัยเรื่อง การพัฒนาชุดการเรียนรู้ตามหลักสูตรปริสธรรม ๗ เพื่อส่งเสริมวิถีชีวิต แบบเศรษฐกิจพอเพียง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕,ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยและ ประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร, ๒๕๕๘.

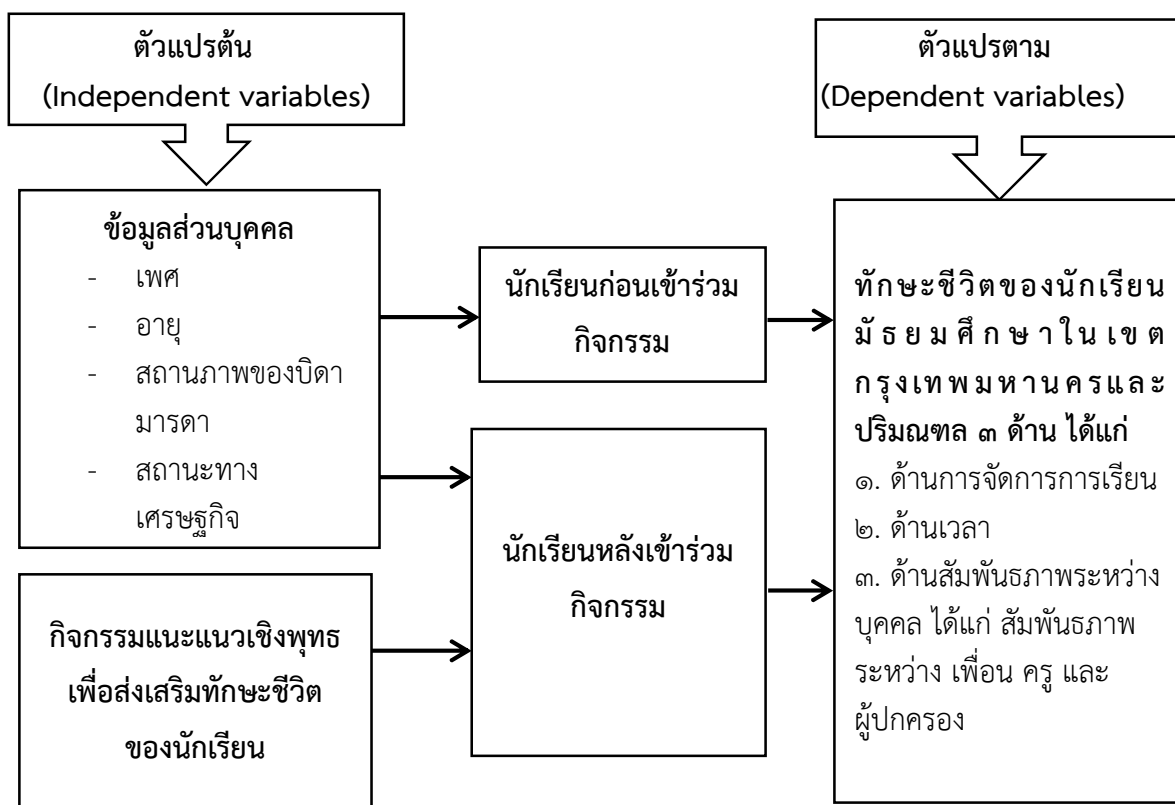
^{๑๐๐} ประทีป มากมิตร, พฤติกรรมตามหลักสูตรปริสธรรมของนักศึกษาคณะศิลปศาสตร์และ วิทยาศาสตร์มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์,รายงานวิจัย, การประชุมวิชาการระดับชาติสหวิทยาการเอเชียอาคเนย์, กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๘.

๒.๑๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การใช้กิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการการเรียนรู้ เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” ได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำมากำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย (conceptual framework) ประกอบด้วยตัวแปรต้น (independent variables) และตัวแปรตาม (dependent variables) ดังนี้

ตัวแปรต้น (Independent variables) คือ เพศ, อายุ, สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจ

ตัวแปรตาม (Dependent variables) คือ ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตของนักเรียน ๓ ด้าน คือ ๑. ด้านการจัดการเรียนรู้ ๒. ด้านเวลา ๓. ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ดังแผนภาพต่อไปนี้



แผนภูมิที่ ๒.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ ๓

ระเบียบวิธีวิจัย

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้รูปแบบที่มีก่อนเข้าร่วมและหลังเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อศึกษาผลของการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา มีการวัดตัวแปรตามก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๓.๒.๑ กลุ่มประชากร

ประชากร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๐ จำนวน ๑๐ โรงเรียน ได้แก่

๑) โรงเรียนวัดพิบูลเงิน ๑๒/๑๒ ถนนบางใหญ่-บางคูวัด ตำบลบางใหญ่ อำเภอบางใหญ่ นนทบุรี ๑๑๑๔๐

๒) โรงเรียนชลประทานสงเคราะห์ หมู่ ๑ ติวานนท์ ๑๙๘ ตำบลบางตลาด อำเภอลำลูกกา เกษตร นนทบุรี ๑๑๑๒๐

๓) โรงเรียนเทศบาล ๑ (ขจรเนติบุตร) ซอยแม่ทองคำ ลำลูกกา อำเภอลำลูกกา ปทุมธานี ๑๒๑๓๐

๔) โรงเรียนราชินีนาถจารย์ สามเสนวิทยาลัย ๒ ๗ ซอยโชติวัฒน์ ๑๘ ถนนประชาชื่น แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ กทม ๑๐๘๐๐

๕) โรงเรียนวัดสังเวช ๑๐๘ ถนนลำพูน แขวงวัดสามพระยา เขตพระนครกรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

๖) โรงเรียนคลองพิทยาลงกรณ์ ถนนบางขุนเทียน - ชายทะเล แขวงท่าข้าม เขตบางขุนเทียน จังหวัดกรุงเทพมหานคร ๑๐๑๕๐

๗) โรงเรียนมัธยมวัดมกุฎกษัตริย์ ถนนกรุงเกษม แขวงบางขุนพรหม เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

๘) โรงเรียนบางกะปิ ๖๙ ถนนเสรีไทย แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๔๐

๙) โรงเรียนที่ปิงกรวิทยาพัฒนา(วัดน้อยใน) ในพระราชูปถัมภ์ ๑๖๗ หมู่ ๔ ถ.ชัยพฤกษ์ แขวงตลิ่งชัน เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร

๑๐) โรงเรียนอนุบาลรัตนราชกัญญาราชวิทยาลัย ๑๐๐ หมู่ ๑ ซอยเจริญสุขนิทวงศ์ ๓๕ ถนน วัดปากน้ำวัดแก้ว แขวงบางพรหม กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐

๓.๒.๒ กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทำวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๖๐ โรงเรียนละ ๑ ห้อง ห้องละ ๓๐ คน รวมเป็นนักเรียนทั้งหมด ๓๐๐ คน วิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) มาสุ่มจัดกลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มสำหรับทดลอง โดยทำการวัดก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้พัฒนาขึ้นเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา จำแนกได้ ๒ ประเภทคือ ๑) ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และ ๒) แบบสอบถามวัดผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตนักเรียน ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

๓.๓.๑ กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ผู้วิจัยนำชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสงขลา เขต ๓ สำนักงานคณะกรรมการขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ มาใช้ปรับปรุงใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน ทั้งนี้เนื่องจากเป็นชุดกิจกรรมที่ได้ผ่านการตรวจคุณภาพด้านความตรงของเนื้อหากิจกรรมแนะแนวเรียบร้อยแล้ว

ในการดำเนินการทดลองครั้งนี้ผู้วิจัยได้จัดกิจกรรมแนะแนว แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน ๑๐ โรงเรียน โรงเรียนละ ๑ ห้อง ห้องละ ๓๐ คน เป็นจำนวน ๑๕ ครั้ง ครั้งละ ๕๐

นาที โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับ วัตถุประสงค์ของกิจกรรมแต่ละครั้ง ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม
ทักษะ กระบวนการเรียนรู้

ตารางที่ ๓.๑ โครงสร้างกิจกรรมแนะแนวทักษะชีวิตด้านการจัดการการเรียนรู้ เวลา และ
ความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์ ปรีสัญญาตา (รู้จักชุมชน)	๑	“การสร้างปฏิสัมพันธ์” (ทักษะในการปฏิสัมพันธ์ ของตนเองและผู้อื่นด้วย วิธีที่เหมาะสม)	๑. เพื่อฝึกให้นักเรียน เข้าใจการปฏิสัมพันธ์ ของตนเองและผู้อื่น ด้วยวิธีที่เหมาะสม	๑. เริ่มจากการเล่า นิทานเรื่องเหยี่ยวให้ นักเรียนฟัง ๒. แจกซองเติมความ รักเป็นกระดาษเปล่า รูปหัวใจให้นักเรียน และให้เขียนชื่อตัวเอง ๓. ให้ส่งซองเติมความ รักเวียนไปให้เพื่อนๆ ได้เขียนชมว่าตัวเรามีดี อะไร ๔. ถามความรู้สึกรักของ นักเรียนว่ารู้สึกอย่างไร จากได้ทำกิจกรรมนี้ ๕. สรุปให้นักเรียนฟัง ถึงความสำคัญของการ สร้างปฏิสัมพันธ์อันดี
ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์ บุคคลโปรปัญญา ตา (รู้จักบุคคล)	๒	“เขาคือใคร” (ทักษะการสื่อสาร)	๑. นักเรียนสามารถ สื่อสารระหว่างกันได้ อย่างมีความสุข	๑. นำเข้าสู่บทเรียน โดยสนทนากับผู้เรียน เกี่ยวกับการเข้าสังคม การอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งการที่เราจะเข้า สังคมที่มีบุคคลแปลก หน้าที่เราไม่รู้จัก เรา จำเป็นต้องเริ่มทำความ รู้จักบุคคลเหล่านั้น ด้วยคำพูด กริยาที่ งดงาม ๒. กระตุ้นความสนใจ

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
				โดยอาสาสมัครตัวแทนนักเรียน ๒ คน แสดงบทบาทสมมติในการสนทนากับบุคคลที่เราไม่รู้จัก โดยการใช้กริยา คำพูดต่างๆ ๓. ทำใบงาน
ทักษะชีวิตด้านการจัดเวลา อัตตัญญาตา (รู้จักตน)	๓	“กิจกรรมความภูมิใจในตนเอง” (การตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น)	๑. นักเรียนอธิบายความหมายและความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง	๑.อธิบายความหมายและเนื้อหาความสำคัญเกี่ยวกับค้นหาคุณค่าในตนเองพร้อมชมคลิป VDO ๒. ทำใบงาน ๓.ร่วมกันสรุปว่าทุกคนมีคุณค่าในตนเอง
ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ ธัมมัญญาตา (รู้จักเหตุ)	๔	“วัยรุ่นุ่นวายใจ” (ทักษะการควบคุมอารมณ์ (EQ))	๑. นักเรียนเข้าใจถึงสภาพอารมณ์ในระดับช่วงวัยและสามารถเรียนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ได้	๑.แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๔ - ๕ คนให้คละความสามารถเพื่อให้สามารถช่วยเหลือกันได้ ๒.อธิบายความหมายของอารมณ์การจำแนกประเภทของอารมณ์และพัฒนาการทางด้านอารมณ์ของช่วงวัยต่างๆผลที่เกิดขึ้นจากอารมณ์และการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆอย่างไร ๓. ชี้แจงและมอบใบงาน ๔.ร่วมกันสรุปบทเรียน

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน ฉันทัญญดา (รู้จักเหตุ)	๕	“ความรู้้อยู่หนใด” (ทักษะการแสวงหา ความรู้)	๑.นักเรียนสามารถ ค้นคว้าหาข้อมูล ความรู้ที่ต้องการได้	๑. ชักถามนักเรียน เกี่ยวกับความรู้ของ นักเรียนว่ามาจากที่ ใดบ้าง ๒. แจกและชี้แจงใบ งาน เรื่อง ความรู้้อยู่ หนใดให้นักเรียนทำ ตามคำชี้แจง ๓.ร่วมกันอภิปรายการ ค้นคว้าหาความรู้มา จากที่ใดบ้าง ๔.ร่วมกันสรุปการ ค้นคว้าหาความรู้มา จากที่ใดบ้าง
ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์ มัตตัญญดา (รู้จักประมาณ)	๖	“น้ำใจงาม มีความ ซื่อสัตย์” (ทักษะความมีน้ำใจ/ และซื่อสัตย์)	๑.นักเรียนสามารถ เล่าถึงประสบการณ์ ความมีน้ำใจต่อผู้อื่น ได้	๑.ชักถามนักเรียนว่า นักเรียน มีน้ำใจกับ เพื่อน ใน ชั้น เรียน เกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง ๒. แจกใบงานและ ชี้แจงการทำใบงาน ๓. ร่วมกัน อภิปราย สรุปข้อคิดที่ได้จากการ แบ่งปันและฝึกให้เป็น นิสัย ทำให้อยู่ร่วมกัน อย่างมีความสุข
ทักษะชีวิตด้านการ จัดการเวลา อรรถัญญดา (รู้จักผล)	๗	“ฝึกผ่อนคลาย”(การ จัดการกับอารมณ์และ ความเครียด)	๑. นักเรียนสามารถ จัดการกับอารมณ์ และแสดงออกได้ อย่างเหมาะสมกับวัย และสถานการณ์ รู้ วิธีฝึกตนเองเพื่อผ่อนคลาย อารมณ์ไม่ดี ของตน	๑. นำเข้าสู่บทเรียน ถามนักเรียนว่า นักเรียนมีวิธีการผ่อนคลาย อย่างไรบ้าง ๒. ให้นักเรียนร่วมกัน อภิปรายเรื่องการฝึก ผ่อนคลายความเครียด ประโยชน์ที่จะได้รับ และความจำเป็นของ

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
				<p>การลดอารมณ์ร้ายของแต่ละคน</p> <p>๓. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่องการฝึกวิธีการผ่อนคลายความเครียด และปฏิบัติตามวิธีการที่กำหนดให้</p> <p>๔. ให้นักเรียนนำเสนอวิธีการฝึกผ่อนคลายความเครียดตามวิธีการของแต่ละคนโดยการตอบคำถามจากใบงาน</p> <p>๓. ร่วมกันสรุปวิธีการผ่อนคลายความเครียดที่เหมาะสม</p>
<p>ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>อัตถิยัญตา (รู้จักผล)</p>	๘	<p>“เป็นสุขทุกชีวิตเมื่อคิดบวกเวลา ๑ ชั่วโมง” (มองโลกในแง่ดี)</p>	<p>๑. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกภูมิใจในตนเองและผู้อื่น</p>	<p>๑. ให้นักเรียนช่วยกันบอกชื่อบุคคลที่ได้รับยกย่องว่าเป็นคนดีทั้งในและต่างประเทศ และช่วยกันบอกว่าบุคคลเหล่านั้นทำความดีอะไรบ้าง</p> <p>๒. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แจกกระดาษให้คนละ ๑ แผ่นเขียนชื่อของตัวเองและให้เขียนส่วนดีของตัวเอง ๑ อย่าง</p> <p>๓. เมื่อเจ้าของกระดาษได้กระดาษคืนให้อ่านสิ่งที่เพื่อนเขียนถึงความดีของตนเอง</p> <p>๔. สอบถามความรู้สึก</p>

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
				<p>ของนักเรียนเมื่อได้อ่านสิ่ง ที่ เพ็ อ น เข็ ย น</p> <p>นักเรียนย่อมดีใจและรู้สึกมีความสุข</p> <p>๕. ร่วมกันสรุปว่าการที่คนเรามีความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น</p>
<p>ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน</p> <p>อัตตัญญา (รู้จักตน)</p>	๙	<p>“สร้างสรรค์จินตนาการ”</p> <p>(ทักษะการคิดสร้างสรรค์)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถใช้จินตนาการสร้างสรรค์ผลงานได้</p>	<p>๑. สนทนากับนักเรียนโดยใช้ข้อมูลที่เป็นจริงในอดีต ปัจจุบันอนาคตในอีก ๕ วันข้างหน้า</p> <p>๒. สรุปเรื่องที่นักเรียนสนทนา ว่ามีประโยชน์อย่างไรบ้างนักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร</p> <p>๓. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มทำใบงานเรื่องสร้างสรรค์จินตนาการ</p> <p>๔. นำเสนอผลงานของแต่ละกลุ่ม</p>
<p>ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>ปรีสัญญญา (รู้จักชุมชน)</p>	๑๐	<p>“เข้าใจเขา เข้าใจเรา”</p> <p>(ทักษะการเข้าใจต่างวัฒนธรรม)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพความแตกต่างทางวัฒนธรรมได้</p>	<p>๑. ซักถามนักเรียนเกี่ยวกับวัฒนธรรมโดยใช้คำถามว่านักเรียนคิดว่าวัฒนธรรมที่แตกต่างกันอย่างไร</p> <p>๒. ร่วมกันอภิปรายหาความรู้เกี่ยวกับความแตกต่างของวัฒนธรรม</p> <p>๓. พูดคุยถึงประโยชน์และความสวยงามของวัฒนธรรมที่มีในสังคมของทุกภาค</p>

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
				<p>๓. ร่วมกันอภิปรายถึงการรู้จักหลอมรวมวัฒนธรรมที่ต่าง ๆ กันนำมาใช้ร่วมกันในสังคม</p> <p>๔. ร่วมกันสรุปถึงการใช้ชีวิตในสังคมโดยรู้จักปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมที่แตกต่างกันเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข</p>
<p>ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>บุคคลปโรปรัชญาตา (รู้จักบุคคล)</p>	๑๑	<p>“กล้าได้อีก” (ทักษะความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถบอกถึงการปฏิบัติตนในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีได้</p> <p>๒. นักเรียนสามารถแสดงบทบาทสมมุติการมีภาวะผู้นำและผู้ตามได้</p> <p>๓. นักเรียนแสดงออกถึงภาวะความเป็นผู้นำผู้ตามได้อย่างถูกต้องเหมาะสม</p>	<p>๑. สนทนากับนักเรียนถึงผู้นำในและต่างประเทศที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าแต่ละท่านเป็นผู้นำที่มีลักษณะอย่างไร</p> <p>๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนออกกลุ่มละ ๕ คน</p> <p>๓. แจกและชี้แจงการทำใบงาน เรื่องกล้าได้อีกให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง</p> <p>๔. นักเรียนออกมาแสดงบทบาทสมมุติที่ละกลุ่ม</p> <p>๕. ร่วมกันอภิปรายการแสดงบทบาทสมมุติของแต่ละกลุ่ม</p> <p>๖. ร่วมกันสรุปทักษะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี</p>

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
<p>ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา</p> <p>กาลัญญูตา (รู้จักกาล)</p>	๑๒	<p>“เวลาว่างที่ฉันชอบทำ” (ทักษะในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์)</p>	<p>๑. บอกชื่อกิจกรรมที่ตัวเองชอบได้</p> <p>๒. บรรยายข้อมูลกิจกรรมที่ชอบทำในเวลาว่างพร้อมทั้งวาดภาพประกอบได้</p>	<p>๑. สนทนาเกี่ยวกับกิจกรรมที่นักเรียนชอบทำในชีวิตประจำวัน แล้วให้นักเรียนดูรูปภาพบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพที่พัฒนามาจากกิจกรรมที่ตัวเองชอบ(R)</p> <p>๒. ให้นักเรียนบอกเหตุผลที่ชอบและไม่ชอบในการทำกิจกรรมยามว่าง</p> <p>๓. ให้นักเรียนทำใบงาน กิจกรรม “ยามว่างที่หนูชอบทำ”</p> <p>๔. ร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดำรงชีวิตที่มีความสุข</p>
<p>ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน</p> <p>ธัมมัญญูตา (รู้จักเหตุ) และอัตถัญญูตา (รู้จักผล)</p>	๑๓	<p>“คิดอย่างไร” (ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นจากเหตุการณ์ต่างๆ อย่างมีวิจารณญาณ</p>	<p>๑. ชักถามพร้อมท้าทายนักเรียนในห้องเรียน</p> <p>๒. นำข่าวที่น่าสนใจมาเล่าให้นักเรียนฟังแล้วให้นักเรียนแสดงความคิดเห็น (R)</p> <p>๓. ถามนักเรียนว่าข่าวที่เล่าให้ฟังมีความน่าเชื่อถือหรือไม่</p> <p>๔. เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระเพื่อให้ได้ทราบเหตุผลที่หลากหลาย แล้ว</p>

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
				ชี้แจงให้เข้าใจว่าข่าวที่นักเรียนได้ฟังนั้นนักเรียนจะต้องเข้าใจ ๕. แจกใบงานเรื่องคิดอย่างไร พร้อมอธิบายคำชี้แจงใบงานให้ฟัง ๖. ร่วมกันอภิปรายแล้วสรุปความคิดโดยรวม จากสมาชิกในห้องเรียน ๗. ร่วมกันสรุปปรับรู้ข่าวสารต่างๆ
ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์ บุคคลปโรปรัญญู ตา (รู้จักบุคคล)	๑๔	“ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจ” (ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจกับตนเองและผู้อื่น)	๑. เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาและตัดสินใจ	๑. สนทนาเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ ไป ในปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ๒. แบ่งกลุ่มให้แต่ละคนในกลุ่มออกมาเล่าเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ๓. สรุปให้นักเรียนฟังว่าสิ่งที่ได้รับในการแก้ปัญหาและตัดสินใจจากเหตุการณ์ต่างๆ ปัญหาที่ผ่านมามีการแก้ปัญหาที่แก้ไขที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง
ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์ ปรีस्थ्यูตา (จักชุมชน)	๑๕	“มารยาททางสังคมของฉิน” (ทักษะมารยาทที่ดีในสังคม)	๑. นักเรียนสามารถบอกมารยาทที่ดีในสังคมได้	๑. ซักถามนักเรียนว่ามารยาทคืออะไรโดยยกตัวอย่าง ๒. ร่วมกันชมวีดิทัศน์เรื่อง มารยาทที่ดีในสังคม

ทักษะชีวิต	ครั้งที่	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม
				๓. ร่วมกันอภิปรายจากการรับชมวีดิทัศน์แล้วสรุปร่วมกัน ๔. แจกและชี้แจงการทำใบงาน เรื่องมารยาททางสังคมของฉัน แล้วให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง ๕. ร่วมกันอภิปรายและสรุปการมีมารยาทที่เหมาะสมในสังคม ๖. ร่วมกันสรุปว่าทุกคนควรมีมารยาททางสังคมที่ดี จะเป็นสิ่งที่ช่วยให้นักเรียนอยู่ร่วมกันในสังคมกับบุคคลอื่นได้ดีและมีความสุข

๓.๓.๒ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามวัดผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตนักเรียน ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน แล้วนำมาสร้างขึ้นมาใหม่ โดยมีวิธีการสร้าง ดังนี้

แบ่งแบบวัดทักษะชีวิตออกเป็น ๓ ด้าน ดังนี้

ด้านที่ ๑ ด้านการจัดการเรียน มีคำถามจำนวน ๙ ข้อ

ด้านที่ ๒ ด้านการจัดการเวลา มีคำถามจำนวน ๙ ข้อ

ด้านที่ ๓ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน มีคำถามจำนวน ๒๘ ข้อ

๑) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีคำถามจำนวน ๙ ข้อ

๒) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีคำถามจำนวน ๙ ข้อ

๓) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน มีคำถามจำนวน ๑๐ ข้อ

คำถามจากแบบวัดทักษะชีวิตรวมทั้งหมด ๔๖ ข้อ มีระดับการให้คะแนนดังนี้

๕	เท่ากับ	ทักษะชีวิตที่ดีที่สุด
๔	เท่ากับ	ทักษะชีวิตดีมาก
๓	เท่ากับ	ทักษะชีวิตปานกลาง
๒	เท่ากับ	ทักษะชีวิตน้อย
๑	เท่ากับ	ทักษะชีวิตไม่มีเลย

๓.๔ การดำเนินการทดลอง

ศึกษาผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ผู้วิจัยมีการดำเนินการดังนี้

๑) ผู้วิจัยนำหนังสือมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เพื่ออนุมัติในการดำเนินการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นกลุ่มตัวอย่าง และขออนุญาตใช้ สถานที่ในการดำเนินการทดลอง

๒) ให้นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวทำแบบวัดระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

๓) ผู้วิจัยดำเนินการทำกิจกรรมกับนักเรียนด้วยตนเองตามกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา เป็นเวลา ๑๕ สัปดาห์ สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง ครั้งละ ๕๐ นาที

๔) ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

๕) เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดไว้แล้ว ผู้วิจัยนำแบบวัดระดับทักษะชีวิต ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนทดลอง (Pre-test) วัดกับนักเรียน และวัดหลังการทดลอง (Post-test) รวมทั้งให้นักเรียนตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลทั้ง ๑๕ ครั้ง และต่อผู้วิจัย

๖) นำแบบวัดระดับทักษะชีวิตของนักเรียนมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของ

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล และวิเคราะห์เปรียบเทียบระหว่างมีเพศอายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจ

๓.๕ การเก็บรวบรวมข้อมูล

๓.๕.๑. การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอน ดังนี้

๑) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ส่งหนังสือถึงเจ้าผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตอบแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลในพื้นที่

๒) นำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ไปเก็บข้อมูล กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน ๓๐๐ ชุด และเก็บแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง แล้วนำมาตรวจสอบความถูกต้อง ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ทั้งหมดจำนวน ๓๐๐ ชุด คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ ของจำนวนแบบสอบถามทั้งหมด

๓) นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์และประมวลผลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ต่อไป

๓.๖ สถิติใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง เพื่อวิเคราะห์หาค่าสถิติต่างๆ ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลลักษณะทั่วไปของนักเรียน วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ เป็นร้อยละ นำเสนอตารางประกอบการบรรยายผล

ตอนที่ ๒ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบวัดระดับทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลก่อนและหลังการทดลอง นำเสนอในรูปตารางประกอบคำบรรยาย โดยกำหนดเกณฑ์วิเคราะห์ ตามแนวคิดของเบสท์ (Best) แปลความหมายดังนี้

๔.๕๐ - ๕.๐๐	หมายความว่า	มีทักษะชีวิตในระดับมากที่สุด
๓.๕๐ - ๔.๔๙	หมายความว่า	มีทักษะชีวิตในระดับมาก
๒.๕๐ - ๓.๔๙	หมายความว่า	มีทักษะชีวิตในระดับปานกลาง
๑.๕๐ - ๒.๔๙	หมายความว่า	มีทักษะชีวิตในระดับน้อย
๑.๐๐ - ๑.๔๙	หมายความว่า	มีทักษะชีวิตในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ ๓ วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระดับทักษะชีวิตของนักเรียนก่อนและหลังการทดลอง ที่มีเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจต่างกัน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (ANOVA)

๓.๗ การนำเสนอผลงานวิจัย

ผู้วิจัยจะนำเสนอข้อมูลการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) โดยใช้วิธีวิจัยการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยการเปรียบเทียบข้อมูลทางวิชาการที่ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แนวคิด ทฤษฎี นำมารวบรวมข้อมูล ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ ประเด็นที่ทำการวิจัยครั้งนี้ และบรรยายขั้นตอนการศึกษาเกี่ยวกับ “การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ” ๑) ด้านการจัดการเรียน ๒) ด้านการจัดการเวลา ๓) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ได้แก่ เพื่อน ครู และผู้ปกครองของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

บทที่ ๔

ผลการศึกษาวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และเพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษา โรงเรียนละ ๑ ห้อง ห้องละ ๓๐ คน รวมเป็นนักเรียนทั้งหมด ๓๐๐ คน ซึ่งวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน วัดตัวแปรตามคือแบบวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ ซึ่งนักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ ทั้งหมด ๑๕ ครั้ง ในภาคเรียนที่ ๑/๒๕๖๐ ผลการวิจัยนำเสนอในรูปตารางและการวิเคราะห์เนื้อหาโดยนำเสนอเป็น ๔ ตอนดังนี้

๔.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

๔.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของแบบวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนเข้า และหลังเข้าร่วมกิจกรรมนักเรียน

๔.๓ เปรียบเทียบเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจของบิดามารดาที่มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๔.๔ กระบวนการคิดจากการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๔.๕ แนวทางการพัฒนาประสิทธิภาพของการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๔.๖ องค์ความรู้ที่ได้จากผลการวิจัย

๔.๑ วิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย นักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โรงเรียนละ ๑ ห้อง ห้องละ ๓๐ คน รวมเป็นนักเรียนทั้งหมด ๓๐๐ คน

ตารางที่ ๔.๑ ข้อมูลลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

(n=๓๐๐)		
ลักษณะข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	๑๓๑	๔๓.๗
หญิง	๑๖๙	๕๖.๓
รวม	๓๐๐	๑๐๐.๐
อายุ		
ต่ำกว่า ๑๒ ปี	๑๔	๔.๗
๑๓-๑๕ ปี	๖๓	๒๑.๐
๑๕ ปีขึ้นไป	๒๒๓	๗๔.๓
รวม	๓๐๐	๑๐๐.๐
สถานภาพบิดา-มารดา		
อยู่ด้วยกัน	๑๘๖	๖๒.๐
หย่าร้าง	๗๒	๒๔.๐
แยกทางกัน	๓๓	๑๑.๐
บิดาเสียชีวิต	๙	๓.๐
มารดาเสียชีวิต	๐	๐.๐
รวม	๓๐๐	๑๐๐.๐
สถานะทางเศรษฐกิจครอบครัว		
ต่ำกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท/เดือน	๑๓๓	๔๔.๓
๒๐,๐๐๑-๓๐,๐๐๐ บาท/เดือน	๑๐๐	๓๓.๓
๓๐,๐๐๑-๔๐,๐๐๐ บาท/เดือน	๔๓	๑๔.๓
๔๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐ บาท/เดือน	๑๔	๔.๗
สูงกว่า ๕๐,๐๐๑ บาท/เดือน	๑๐	๓.๓
รวม	๓๐๐	๑๐๐.๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวนทั้งหมด ๓๐๐ คน จำแนกตามเพศ พบว่า มีเพศหญิง จำนวน ๑๖๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๖.๓ และเพศชาย จำนวน ๑๓๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๓.๗ นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ ๑๕ ปีขึ้นไป จำนวน ๒๒๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๗๔.๓

จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดาของนักเรียน ส่วนใหญ่บิดา มารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน ๑๘๖ คนคิดเป็นร้อยละ ๖๒.๐ รองลงมาหย่าร้าง จำนวน ๗๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๔.๐ สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท/เดือน คิดเป็นร้อยละ ๔๔.๔ รองลงมาได้ ๒๐,๐๐๑ - ๓๐,๐๐๐ บาท/เดือน จำนวน ๑๐๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๓.๓๓ และสุดท้ายมีรายได้สูงกว่า ๕๐,๐๐๑ บาท/เดือน จำนวน ๑๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๓.๓ ตามลำดับ

๔.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย(\bar{X}) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation, S.D.) ของแบบวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนเข้าและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ

สมมติฐานที่ ๑ นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียน มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต

ตารางที่ ๔.๒ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียน มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต (n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิต	ระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล						
		ก่อนเข้าร่วม		แปลผล	หลังเข้าร่วม		แปลผล	t
		(\bar{X})	(S.D.)		(\bar{X})	(S.D.)		
๑	ด้านการจัดการเรียน	๓.๕๒	๐.๓๙	มาก	๔.๙๘	๐.๐๖	มากที่สุด	-๖๒.๗๖
๒	ด้านการจัดการเวลา	๓.๕๒	๐.๕๕	มาก	๔.๙๘	๐.๐๖	มากที่สุด	-๔๕.๙๑
๓	ด้าน ความสัมพันธ์ของนักเรียน	๓.๔๘	๐.๕๔	ปานกลาง	๔.๙๙	๐.๐๓	มากที่สุด	-๔๘.๔๕
รวม		๓.๔๙	๐.๔๔	ปานกลาง	๔.๙๙	๐.๐๔	มากที่สุด	-๕๘.๒๗

จากตารางที่ ๔.๒ พบว่า ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ย จากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านการจัดการเรียน ($\bar{X} = ๓.๕๒$, S.D. = ๐.๓๙) ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = ๓.๕๒$, S.D. = ๐.๕๕) และน้อยที่สุด คือ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ($\bar{X} = ๓.๔๘$, S.D. = ๐.๕๔) ตามลำดับ **นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม** ภาพรวมอยู่ในระดับ มากที่สุด เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ย จากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ($\bar{X} = ๔.๙๙$, S.D. = ๐.๐๓) รองลงมาด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = ๔.๙๘$, S.D. = ๐.๐๖) จากสถิติเห็นได้ว่านักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมมีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากขึ้นในทุกๆ ด้าน ระดับทักษะชีวิตก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง หลังเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ในระยะเวลาดำเนินการ ๑๕ ครั้งต่อเนื่อง มีผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๓ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต

(n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิต	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	ด้านการจัดการเรียน	๓.๕๒	๐.๔๐	มาก	๔.๙๘	๐.๐๖	มากที่สุด
๒	ด้านการจัดการเวลา	๓.๕๒	๐.๕๖	มาก	๔.๙๘	๐.๐๖	มากที่สุด
๓	ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	๓.๔๘	๐.๕๔	ปานกลาง	๔.๙๙	๐.๐๓	มากที่สุด
๓.๑	สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง	๓.๕๕	๐.๖๗	มาก	๔.๙๙	๐.๐๓	มากที่สุด
๓.๒	สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครู	๓.๕๓	๐.๕๕	มาก	๔.๘๐	๐.๐๒	มากที่สุด
๓.๓	สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	๓.๓๕	๐.๖๖	ปานกลาง	๔.๙๘	๐.๐๗	มากที่สุด
รวม		๓.๕๐	๐.๔๕	มาก	๔.๙๙	๐.๐๔	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่า ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต ทุกด้านภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านการจัดการเรียน และด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = ๓.๕๒$, S.D. = ๐.๔๐) รองลงมาด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ($\bar{X} = ๓.๔๘$, S.D. = ๐.๕๔) โดยด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน แบ่งเป็นสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ($\bar{X} = ๓.๕๕$, S.D. = ๐.๖๗) สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครู ($\bar{X} = ๓.๕๓$, S.D. = ๐.๕๕) และสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ($\bar{X} = ๓.๓๕$, S.D. = ๐.๖๖) ตามลำดับ

ส่วนทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต ทุกด้านภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ($\bar{X} = ๔.๙๙$, S.D. = ๐.๐๓) โดยด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน แบ่งเป็นความสัมพันธ์ของนักเรียนกับผู้ปกครองอยู่ในลำดับสูงสุด ($\bar{X} = ๔.๙๙$, S.D. = ๐.๐๓) แสดงให้เห็นว่าสถาบันครอบครัวเป็นสถาบันหลักในการกล่อมเกลาลักษณะนิสัย การตัดสินใจและการดำเนินชีวิตของนักเรียน ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน ($\bar{X} = ๔.๙๘$, S.D. = ๐.๐๗) และสัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครู ($\bar{X} = ๔.๘๐$, S.D. = ๐.๐๒) รองลงมาด้านการจัดการเรียน และด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = ๔.๙๘$, S.D. = ๐.๐๖) ตามลำดับ

จากการแจกแบบสอบถามเพื่อวัดทักษะชีวิตในด้านๆ ให้กับนักเรียนก่อนทำการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ทักษะชีวิตทุกด้าน ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๓.๕๐$, S.D. = ๐.๔๕) เมื่อได้เข้าไปโรงเรียนและจัดกิจกรรมเพื่อเสริมทักษะชีวิตให้กับนักเรียนเป็นเวลา ๑๕ ครั้ง/เทอม และแจกแบบสอบถามเพื่อวัดทักษะชีวิตในด้านๆ ให้กับนักเรียนหลังทำการทำกิจกรรม พบว่า ทักษะชีวิตทุกด้าน ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = ๔.๙๙$, S.D. = ๐.๐๔)

ตารางที่ ๔.๔ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม **ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน** (n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	นักเรียนมีความจำดี ส่งผลให้ผลการเรียนดี	๓.๓๑	๐.๘๑	ปานกลาง	๔.๙๗	๐.๑๖	มากที่สุด
๒	นักเรียนอ่านหนังสือสามารถจับใจความสำคัญต่างๆ ได้ดี	๓.๓๓	๐.๘๐	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๓	นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน	๓.๙๐	๐.๘๖	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๔	นักเรียนมีความขวนขวายในการเรียนรู้เพิ่มเติมจากนอกห้องเรียน	๓.๕๐	๐.๙๔	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๕	นักเรียนมีความคิดรอบครอบในการรายงานและกิจกรรมทางการเรียน	๓.๒๘	๑.๐๗	ปานกลาง	๔.๙๓	๐.๒๖	มากที่สุด
๖	นักเรียนกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ	๓.๒๖	๐.๖๗	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๗	นักเรียนให้ความสำคัญกับการเข้าชั้นเรียน	๔.๒๐	๐.๗๔	มาก	๔.๙๓	๐.๒๖	มากที่สุด
รวม		๓.๕๐	๐.๔๐	มาก	๔.๙๘	๐.๐๖	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย นักเรียนให้ความสำคัญกับการเข้าชั้นเรียน ($\bar{X} = ๔.๒๐$, S.D. = ๐.๗๓) มีความกระตือรือร้นในการเรียน ($\bar{X} = ๓.๙๐$, S.D. = ๐.๘๖) และมีความขวนขวายในการเรียนรู้เพิ่มเติมจากนอกห้องเรียน ($\bar{X} = ๓.๕๐$, S.D. = ๐.๙๔) ในส่วนของกล้าแสดงออกนักเรียนไม่ค่อยกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ($\bar{X} = ๓.๒๖$, S.D. = ๐.๖๖) นักเรียนไม่ค่อยมีความคิดรอบครอบในการรายงานและกิจกรรมทางการเรียน ($\bar{X} = ๓.๒๘$, S.D. = ๑.๐๗) โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่า นักเรียนอ่านหนังสือสามารถจับใจความสำคัญต่างๆ ได้ดี มีความกระตือรือร้นในการ

เรียน มีความชวนชวยในการเรียนรู้เพิ่มเติมจากนอกห้องเรียน และมีการกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ เพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน นักเรียนไม่รู้สึกรอไหวเมื่อต้องพูดในชั้นเรียน และไม่สบายใจเพื่อประสบปัญหาในการเรียน ($\bar{X}=๕.๐๐$, $S.D.= ๐.๐๐$) แสดงถึงนักเรียนมีความสนใจและตั้งใจเรียนเป็นอย่างมากขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

ตารางที่ ๔.๕ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม **ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา** (n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	นักเรียนสามารถบริหารเวลาในการเรียน และชีวิตประจำวันได้	๓.๘๙	๑.๐๘	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๒	นักเรียนใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเรียน	๓.๓๙	๐.๗๖	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๓	นักเรียนชอบไปถึงที่นัดหมายก่อนเวลาเสมอ	๓.๔๑	๐.๙๒	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๔	นักเรียนมักทบทวนบทเรียนก่อนเรียนและสอบเสมอ	๓.๒๙	๐.๘๓	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๕	นักเรียนสามารถแบ่งเวลาเพื่อการเข้าสังคมได้	๓.๖๓	๑.๐๑	มาก	๔.๙๓	๐.๒๖	มากที่สุด
๖	นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง ผู้ปกครอง และเพื่อน	๓.๔๑	๐.๙๓	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๗	นักเรียนรู้สึกว่าจะต้องทำงานอย่างรวดเร็วเพื่อแข่งขันกับเวลา	๓.๕๑	๐.๘๘	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
รวม		๓.๕๒	๐.๕๕	มาก	๔.๙๘	๐.๐๖	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลาของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อมีบางข้ออยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ นักเรียนสามารถบริหารเวลาในการเรียน และชีวิตประจำวันได้ ($\bar{X} = ๓.๘๙$,

S.D. = ๑.๐๘) สามารถแบ่งเวลาเพื่อการเข้าสังคมได้ (\bar{X} = ๓.๖๓, S.D. = ๑.๐๑) และต้องทำงานอย่างรวดเร็วเพื่อแข่งขันกับเวลา (\bar{X} = ๓.๕๑, S.D. = ๐.๘๘) เมื่อมีเวลาว่างมักทบทวนบทเรียนก่อนเรียนและสอบเสมอ (\bar{X} = ๓.๒๙, S.D. = ๐.๘๓) ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเรียน (\bar{X} = ๓.๓๙, S.D. = ๐.๗๖) โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่า นักเรียนสามารถบริหารเวลาในการเรียน และชีวิตประจำวันได้ โดยใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเรียน มักทบทวนบทเรียนก่อนเรียนและสอบเสมอ ถ้ามีกิจกรรมอื่นๆ ที่ต้องทำงานร่วมกับผู้อื่นชอบไปถึงที่นัดหมายก่อนเวลาเสมอ รู้สึกว่าต้องทำงานอย่างรวดเร็วเพื่อแข่งขันกับเวลา เมื่อมีเวลาว่างมักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง ผู้ปกครอง และเพื่อน เพราะรู้สึกว่าช่วงเวลาผ่านไปรวดเร็วจนไม่สามารถทำสิ่งที่นักเรียนตั้งใจได้ (\bar{X} = ๕.๐๐, S.D. = ๐.๐๐) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๖ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง) (n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	นักเรียนปฏิบัติตามกฎระเบียบภายในครอบครัวที่ผู้ปกครองตั้งไว้	๓.๗๖	๑.๐๒	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๒	นักเรียนช่วยเหลืองานต่างๆ ภายในบ้าน	๓.๖๘	๐.๘๐	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๓	นักเรียนเล่าถึงกิจกรรมที่นักเรียนทำที่โรงเรียน และรายงานผลการเรียนให้ผู้ปกครองฟัง	๓.๕๓	๑.๔๓	มาก	๔.๙๓	๐.๒๖	มากที่สุด
๔	นักเรียนขอคำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องเรียน เรื่องส่วนตัว จากผู้ปกครอง	๓.๕๙	๑.๐๕	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๕	นักเรียนทำงานที่ผู้ปกครองมอบหมายให้ด้วยความเต็มใจ	๓.๗๘	๑.๒๐	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๖	นักเรียนแสดงความเคารพผู้ปกครองก่อนไป-กลับจากโรงเรียน	๓.๘๕	๑.๓๐	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด

ข้อที่	ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ ของนักเรียน (สัมพันธภาพ ระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปล ผล	\bar{X}	S.D.	แปล ผล
๗	นักเรียนเอาใจใส่ในการเรียน ตามที่คุณครูสั่งสอน	๓.๘๒	๐.๙๗	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
รวม		๓.๕๔	๐.๖๗	มาก	๔.๙๙	๐.๐๓	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่า ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง) ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก แต่มีบางข้ออยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า นักเรียนแสดงความเคารพผู้ปกครองก่อนไป-กลับจากโรงเรียน ($\bar{X} = ๓.๘๕$, S.D. = ๑.๓๐) มีความเอาใจใส่ในการเรียนตามที่คุณครูสั่งสอน ($\bar{X} = ๓.๘๒$, S.D. = ๐.๙๗) และทำงานที่คุณครูมอบหมายให้ด้วยความเต็มใจ ($\bar{X} = ๓.๗๘$, S.D. = ๑.๒๐) ในส่วนด้านการแสดงออกเชิงลบนักเรียนบางส่วนเมื่อมีปัญหาไม่สามารถพูดคุยกับผู้ปกครอง เพื่อปรึกษาปัญหา และยังมีความคิดเห็นขัดแย้งกับผู้ปกครอง โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่านักเรียนปฏิบัติตามตามกฎระเบียบภายในครอบครัวที่คุณครูตั้งไว้ ช่วยเหลืองานต่างๆ ภายในบ้าน ทำงานที่คุณครูมอบหมายให้ด้วยความเต็มใจ ขอคำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องเรียน เรื่องส่วนตัว จากผู้ปกครองและเอาใจใส่ในการเรียนตามที่คุณครูสั่งสอน แสดงความเคารพผู้ปกครองก่อนไป-กลับจากโรงเรียน ($\bar{X} = ๕.๐๐$, S.D. = ๐.๐๐) แสดงถึงนักเรียนมีความเคารพ เชื่อฟัง ปฏิบัติตาม คำสั่งสอนของผู้ปกครอง หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมทักษะชีวิตทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๗ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม **ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู)** (n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู)	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	นักเรียนตั้งใจเรียนขณะครูสอน	๓.๕๙	๐.๗๕	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๒	นักเรียนเชื่อฟังคำสั่งสอน และให้ความเคารพครูทั้งต่อหน้า-ลับหลัง	๓.๔๕	๐.๘๓	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๓	นักเรียนส่งงานตามกำหนดเสมอ	๓.๔๔	๑.๒๒	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๔	นักเรียนพยายามปฏิบัติตนให้ถูกระเบียบเพื่อให้ครูสบายใจ	๓.๖๗	๐.๙๔	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๕	นักเรียนให้ความไว้วางใจปรึกษาปัญหาต่างๆ กับครู	๓.๖๖	๐.๘๐	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๖	นักเรียนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นกับครู	๓.๕๑	๐.๘๓	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๗	นักเรียนให้ความร่วมมือทุกครั้งเมื่อครูขอให้เข้าร่วมกิจกรรม	๓.๙๖	๐.๙๐	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
รวม		๓.๕๓	๐.๕๔	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่า ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู) ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก แต่มีบางข้ออยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า นักเรียนให้ความร่วมมือทุกครั้ง เมื่อครูขอให้เข้าร่วมกิจกรรม ($\bar{X} = ๓.๙๖$, S.D. = ๐.๙๐) มีพยายามปฏิบัติตนให้ถูกระเบียบเพื่อให้ครูสบายใจ ($\bar{X} = ๓.๖๗$, S.D. = ๐.๙๔) และนักเรียนให้ความไว้วางใจปรึกษาปัญหาต่างๆ กับครู ($\bar{X} = ๓.๖๖$, S.D. = ๐.๘๐) โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่านักเรียนเชื่อฟังคำสั่งสอน และให้ความเคารพครูทั้งต่อหน้า-ลับหลัง ส่งงานตามกำหนดเสมอ พยายามปฏิบัติตนให้ถูกระเบียบเพื่อให้ครูสบายใจ ให้ความไว้วางใจปรึกษาปัญหาต่างๆ

กับครู แสดงความคิดเห็น เมื่อมีโอกาสแสดงความคิดเห็นกับครู และให้ความร่วมมือทุกครั้ง เมื่อครูขอให้เข้าร่วมกิจกรรม ($\bar{X}=๕.๐๐$, S.D.= ๐.๐๐) ทำให้ทราบว่านักเรียนกล้าซักถาม เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน และรับฟังเมื่อครูว่ากล่าวตักเตือนเพิ่มขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครู) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๘ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริม **ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)** (n=๓๐๐)

ข้อที่	ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)	ระดับทักษะชีวิตของนักเรียน					
		ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	นักเรียนปรึกษาปัญหาเรื่องเรียนกับเพื่อนได้	๓.๖๑	๑.๑๖	มาก	๔.๙๗	๐.๑๖	มากที่สุด
๒	นักเรียนยินดีช่วยเหลือเพื่อนที่ไม่เข้าใจบทเรียน	๓.๖๕	๐.๙๓	มาก	๔.๙๗	๐.๑๖	มากที่สุด
๓	นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนเรื่องเรียนและงานกลุ่มได้	๓.๖๔	๑.๑๘	มาก	๔.๙๗	๐.๑๖	มากที่สุด
๔	นักเรียนมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องเรียน	๓.๗๙	๑.๐๐	มาก	๔.๙๓	๐.๒๖	มากที่สุด
๕	เมื่อนักเรียนไม่เข้าใจเพื่อนช่วยอธิบายให้นักเรียนฟัง	๓.๕๖	๐.๘๓	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๖	เพื่อนยอมรับความคิดเห็นของนักเรียนในการทำงานกลุ่ม	๓.๕๒	๑.๑๖	มาก	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
๗	เมื่อเพื่อนเกิดปัญหาด้านการเรียนนักเรียนคอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษา	๓.๔๓	๐.๙๙	ปานกลาง	๕.๐๐	๐.๐๐	มากที่สุด
รวม		๓.๖๐	๐.๕๓	มาก	๔.๙๗	๔.๙๘	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๘ พบว่า ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา (สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน) ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก แต่มีบางข้ออยู่ในระดับปาน

กลาง เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า นักเรียนมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องเรียน ($\bar{X} = 3.79$, S.D. = 1.00) มีความยินดีช่วยเหลือเพื่อนที่ไม่เข้าใจบทเรียน ($\bar{X} = 3.65$, S.D. = 0.93) และสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนเรื่องเรียน และงานกลุ่มได้ ($\bar{X} = 3.64$, S.D. = 1.18) โดยหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่า เมื่อนักเรียนไม่เข้าใจเพื่อนช่วยอธิบายให้นักเรียนฟัง เพื่อนยอมรับความคิดเห็นของนักเรียนในการทำงานกลุ่ม และเมื่อเพื่อนเกิดปัญหาด้านการเรียนนักเรียนคอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษา ($\bar{X} = 5.00$, S.D. = 0.00) นักเรียนและเพื่อนสนใจซึ่งกันและกัน ช่วยกันนักเรียนทำงานเมื่อได้รับคำสั่ง ตามลำดับ

๔.๓ เปรียบเทียบเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจของบิดามารดาที่มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

สมมติฐานที่ ๒ นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๙ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (t-test) จำแนกตามเพศ

อิทธิบาท ๔	กลุ่ม	เพศ	\bar{X}	S.D.	t	sig.
๑.ด้านการจัดการเรียน	ก่อนเข้าร่วม	ชาย	3.52	0.38	-0.07	0.96
		หญิง	3.52	0.40		
	หลังเข้าร่วม	ชาย	4.98	0.07	-1.14	0.02*
		หญิง	4.98	0.05		
๒. ด้านการจัดการเวลา	ก่อนเข้าร่วม	ชาย	3.48	0.58	-1.01	0.41
		หญิง	3.55	0.53		
	หลังเข้าร่วม	ชาย	4.98	0.07	-1.52	0.00**
		หญิง	4.99	0.05		
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ก่อนเข้าร่วม	ชาย	3.44	0.55	-0.82	0.36
		หญิง	3.50	0.54		

อิทธิบาท ๔	กลุ่ม	เพศ	\bar{X}	S.D.	t	sig.
	หลังเข้าร่วม	ชาย	๔.๙๙	๐.๙๕	-๐.๕๐	๐.๓๕
		หญิง	๔.๙๙	๐.๑๖		
รวม	ก่อนเข้าร่วม	ชาย	๓.๔๗	๐.๔๕	-๐.๙๘๖	๐.๕๙
		หญิง	๓.๕๒	๐.๔๔		
	หลังเข้าร่วม	ชาย	๔.๙๘	๐.๐๕	-๐.๙๙	๐.๐๔*
		หญิง	๔.๙๙	๐.๐๔		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๙ พบว่า ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน โดยภาพรวม มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

พบว่า ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน โดยภาพรวม มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

สมมติฐานที่ ๓ นักเรียนที่มีอายุต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลาและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๐ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามอายุ

ทักษะชีวิต	แหล่งข้อมูล	SS	DF	MS	F	sig.
๑. ด้านการจัดการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๓๑	๒	๐.๑๕	๐.๙๙	๐.๓๗
	ภายในกลุ่ม	๔๗.๐๐	๒๙๗	๐.๑๖		
	รวม	๔๗.๓๑	๒๙๙			
๒. ด้านการจัดการเวลา	ระหว่างกลุ่ม	๐.๑๐	๒	๐.๐๑	๐.๐๒	๐.๙๘
	ภายในกลุ่ม	๙๑.๙๓	๒๙๗	๐.๓๑		
	รวม	๙๑.๙๔	๒๙๙			
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๕๕	๒	๐.๒๗	๐.๙๓	๐.๔๐
	ภายในกลุ่ม	๘๗.๓๖	๒๙๗	๐.๒๙		
	รวม	๘๗.๙๒	๒๙๙			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	๐.๑๙	๒	๐.๑๐	๐.๔๙	๐.๖๒
	ภายในกลุ่ม	๕๘.๙๔	๒๙๗	๐.๒๐		
	รวม	๕๙.๑๒	๒๙๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๐ พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ ๔.๑๑ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามอายุ

ทักษะชีวิต	แหล่งข้อมูล	SS	DF	MS	F	sig.
๑. ด้านการจัดการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐	๒	๐.๐๐	๐.๐๕๗	๐.๙๕
	ภายในกลุ่ม	๑.๐๗	๒๙๗	๐.๐๐๔		
	รวม	๑.๐๗	๒๙๙			
๒. ด้านการจัดการเวลา	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐	๒	๐.๐๐	๐.๐๒๑	๐.๙๘
	ภายในกลุ่ม	๑.๐๑	๒๙๗	๐.๐๐๓		
	รวม	๑.๐๑	๒๙๙			
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐	๒	๐.๐๐	๐.๑๓๗	๐.๘๗
	ภายในกลุ่ม	๐.๓๕	๒๙๗	๐.๐๐๑		
	รวม	๐.๓๕	๒๙๙			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐	๒	๐.๐๐	๐.๐๗๖	๐.๙๓
	ภายในกลุ่ม	๐.๕๓	๒๙๗	๐.๐๐๒		
	รวม	๐.๕๓	๒๙๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๑ พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ ๔ นักเรียนที่มีสถานภาพของบิดา มารดา ต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๒ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดา

ทักษะชีวิต	แหล่งข้อมูล	SS	DF	MS	F	sig.
๑. ด้านการจัดการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๒๓	๓	๐.๐๘	๐.๔๘	๐.๙๖
	ภายในกลุ่ม	๔๗.๐๙	๒๙๖	๐.๑๖		
	รวม	๔๗.๓๒	๒๙๙			
๒. ด้านการจัดการเวลา	ระหว่างกลุ่ม	๐.๔๙	๓	๐.๑๖	๐.๕๓	๐.๖๖
	ภายในกลุ่ม	๙๑.๔๕	๒๙๖	๐.๓๑		
	รวม	๙๑.๙๒	๒๙๙			
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๑๖	๓	๐.๐๕	๐.๑๗	๐.๙๑
	ภายในกลุ่ม	๘๗.๗๗	๒๙๖	๐.๓		
	รวม	๘๗.๒๔	๒๙๙			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	๐.๑๐	๓	๐.๓	๐.๑๗	๐.๙๒
	ภายในกลุ่ม	๕๙.๐๓	๒๙๖	๐.๒		
	รวม	๕๙.๑๓	๒๙๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๒ พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ ๔.๑๓ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดา

ทักษะชีวิต	แหล่งข้อมูล	SS	DF	MS	F	sig.
๑. ด้านการจัดการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐๑	๓	๐.๐๐	๐.๐๙๔	๐.๙๖๓
	ภายในกลุ่ม	๑.๐๗๓	๒๙๖	๐.๐๐๔		
	รวม	๑.๐๗๔	๒๙๙			
๒. ด้านการจัดการเวลา	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐๑	๓	๐.๐๐	๐.๑๒๘	๐.๙๔๔
	ภายในกลุ่ม	๑.๐๐๕	๒๙๖	๐.๐๐๓		
	รวม	๑.๐๐๗	๒๙๙			
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐	๓	๐.๐๐	๐.๐๕๗	๐.๙๘๒
	ภายในกลุ่ม	๐.๓๔๙	๒๙๖	๐.๐๐๑		
	รวม	๐.๓๔๙	๒๙๙			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐	๓	๐.๐๐	๐.๐๘๒	๐.๙๗
	ภายในกลุ่ม	๐.๕๓๒	๒๙๖	๐.๐๐๒		
	รวม	๐.๕๓๒	๒๙๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๓ พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ ๕ นักเรียนที่มีสถานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๔ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ

ทักษะชีวิต	แหล่งข้อมูล	SS	DF	MS	F	sig.
๑. ด้านการจัดการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๙๖	๔	๐.๒๒	๑.๓๗	๐.๒๕
	ภายในกลุ่ม	๔๖.๔๖	๒๙๕	๐.๑๖		
	รวม	๔๗.๓๒	๒๙๙			
๒. ด้านการจัดการเวลา	ระหว่างกลุ่ม	๑.๓๔	๔	๐.๓๔	๑.๐๙	๐.๓๖
	ภายในกลุ่ม	๙๐.๖	๒๙๕	๐.๓๑		
	รวม	๙๑.๙๔	๒๙๙			
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๘๗	๔	๐.๒๒	๐.๗๔	๐.๕๗
	ภายในกลุ่ม	๘๗.๐๕	๒๙๕	๐.๓		
	รวม	๘๗.๙๒	๒๙๙			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	๐.๖๓	๔	๐.๑๖	๐.๗๙	๐.๕๓
	ภายในกลุ่ม	๕๘.๕	๒๙๕	๐.๒		
	รวม	๕๙.๑๓	๒๙๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๔ พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ ๔.๑๕ การเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ โดยการทดสอบด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way Anova) จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ

ทักษะชีวิต	แหล่งข้อมูล	SS	DF	MS	F	sig.
๑. ด้านการจัดการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐๑	๔	๐.๐๐	๐.๐๖	๐.๐๙๙
	ภายในกลุ่ม	๑.๐๗๓	๒๙๕	๐.๐๐๔		
	รวม	๑.๐๗๔	๒๙๙			
๒. ด้านการจัดการเวลา	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐๑	๔	๐.๐๐	๐.๐๖	๐.๐๙๙
	ภายในกลุ่ม	๑.๐๐๖	๒๙๕	๐.๐๐๓		
	รวม	๑.๐๐๗	๒๙๙			
๓. ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐๑	๔	๐.๐๐	๐.๒๐	๐.๙๔๑
	ภายในกลุ่ม	๐.๓๔๘	๒๙๕	๐.๐๐๑		
	รวม	๐.๓๔๙	๒๙๙			
รวม	ระหว่างกลุ่ม	๐.๐๐๑	๔	๐.๐๐	๐.๐๙	๐.๙๘๗
	ภายในกลุ่ม	๐.๕๓๑	๒๙๕	๐.๐๐๒		
	รวม	๐.๕๓๒	๒๙๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๕ พบว่า ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ตารางที่ ๔.๑๖ ผลสรุปโดยรวมการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขต กรุงเทพมหานครและปริมณฑล

สมมติฐาน	ตัวแปรต้น	ตัวแปรตาม				ภาพรวม	สถิติที่ใช้ในการวิจัย	ผลการทดสอบสมมติฐาน	
		กลุ่ม	ด้านการจัดการเรียน	ด้านการจัดการเวลา	ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน			ยอมรับ	ปฏิเสธ
๒	เพศ	ก่อน	-	-	-	-	t-test		✓
		หลัง	*	**	-	*		✓	
๓	อายุ	ก่อน	-	-	-	-	One-Way Anova		✓
		หลัง	-	-	-	-			✓
๔	สถานภาพของบิดา-มารดา	ก่อน	-	-	-	-	One-Way Anova		✓
		หลัง	-	-	-	-			✓
๕	สถานะทางเศรษฐกิจ	ก่อน	-	-	-	-	One-Way Anova		✓
		หลัง	-	-	-	-			✓

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๖ สรุปได้ว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธที่มีเพศแตกต่าง มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ส่วนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธที่มีเพศแตกต่าง มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยภาพรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธที่มีอายุ สถานภาพของบิดา-มารดา และสถานะทางเศรษฐกิจ แตกต่าง มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

๔.๔ กระบวนการและกระบวนการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๔.๔.๑ กระบวนการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

การจัดกิจกรรมแนะแนวพุทธในโรงเรียนเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีกระบวนการโดยใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตและจัดการบริการแนะแนว ๕ ด้าน

๑) **บริการสำรวจเป็นรายบุคคล** ก่อนใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตกับนักเรียนผู้วิจัยต้องสำรวจข้อมูลนักเรียนเป็นรายบุคคลโดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามก่อนเข้าร่วมกิจกรรม มีจุดมุ่งหมายของบริการสำรวจนักเรียนเป็นรายบุคคลเป็นบริการที่รวบรวมรายละเอียดต่างๆ เกี่ยวกับตัวนักเรียนในทุกๆ ด้านที่มีผลต่อการวิจัย แล้วนำมาเก็บรวบรวมเอาไว้ อย่างเป็นระเบียบ เพื่อประโยชน์ในการนำไปใช้ในการวิเคราะห์ ความเข้าใจอย่างดีพอและมีความถูกต้องเชื่อถือได้ เพื่อให้ให้นักเรียนได้มีโอกาสสำรวจตัวเอง ทำความรู้จัก เข้าใจตัวเองในทุกๆ ด้าน และเพื่อหาวิธีการป้องกัน แก้ไขปัญหา ให้นักเรียนสามารถพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างเต็มที่

๒) **บริการสนทนา** เป็นบริการที่จัดหารวบรวมข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนวทักษะชีวิต หลักสี่ปฐิธธรรม ๗ และข้อมูลต่างๆ เพื่อสร้างเครื่องมือ เตรียมความพร้อมจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อให้ผู้วิจัยมีความพร้อม ชำนาญ ความรู้รอบด้านในการใช้กิจกรรมแนะแนวกับนักเรียนได้

อย่างมีประสิทธิภาพเต็มที่ ผู้วิจัยจัดหาสื่อ เทคโนโลยีทันสมัยประกอบการจัดกิจกรรมแนะแนวให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมกับกิจกรรมมากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นการส่งเสริมทักษะชีวิต และพัฒนากระบวนการคิด ตัดสินใจ ด้วยตัวนักเรียนเอง หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในด้านต่างๆ สามารถเข้าใจ มีปฏิสัมพันธ์อันดีกับตัวเองและคนรอบข้าง

๓) บริการให้คำปรึกษา ผู้วิจัยใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน เป็นเครื่องมือในการให้คำปรึกษาผ่านกระบวนการการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกัน ทำให้ได้รับทักษะชีวิตที่แตกต่างวันไป พร้อมทั้งเพิ่มการเรียนรู้เพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลเป็นอย่างดี โดยใช้ระยะเวลา ๑๕ สัปดาห์ๆ ละ ๑ ครั้งๆ ละ ๕๐ นาที ให้กับนักเรียนทั้ง ๑๐ โรงเรียนๆ ละ ๓๐ คนรวมทั้งสิ้น ๓๐๐ คน โดยใช้กิจกรรมดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๑๗ ตารางสรุปผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
๑. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ ปรีชญญดา (รู้จักชุมชน) ชื่อกิจกรรม“การสร้างปฏิสัมพันธ์” (ทักษะในการปฏิสัมพันธ์ของตนเองและผู้อื่นด้วยวิธีที่เหมาะสม)	๑. เพื่อฝึกให้นักเรียนเข้าใจการปฏิสัมพันธ์ของตนเองและผู้อื่นด้วยวิธีที่เหมาะสม	๑. เริ่มจากการเล่านิทานเรื่องเหยี่ยวให้นักเรียนฟัง ๒. แจกซองเติมความรักเป็นกระดาษเปล่ารูปหัวใจให้นักเรียน และให้เขียนชื่อตัวเอง ๓. ให้ส่งซองเติมความรักเวียนไปให้เพื่อนๆ ได้เขียนชกว่าตัวเรามีคืออะไร ๔. ถามความรู้สึกของนักเรียนว่ารู้สึกอย่างไรจากได้ทำกิจกรรมนี้ ๕. สรุปให้นักเรียนฟังถึงความสำคัญของการสร้างปฏิสัมพันธ์อันดี	นักเรียนมีความสนใจ ตั้งใจในการร่วมกิจกรรม รับฟังขั้นตอน กติกาในการทำกิจกรรม นักเรียนมีการปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนๆ ในห้องเรียน ได้มีการซักถามพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียนซึ่งกันและกัน ยอมรับความคิดเห็นปรึกษาหารือกัน และช่วยแก้ไขปัญหาในการร่วมกันทำกิจกรรมเสริมสร้างความสามัคคีในชั้นเรียน
๒. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ บุคคลปรีชญญดา (รู้จักบุคคล)	๑. นักเรียนสามารถสื่อสารระหว่างกันได้ อย่างเป็นสุข	๑. นำเข้าสู่บทเรียน โดยสนทนากับผู้เรียนเกี่ยวกับการเข้าสังคม การอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งการที่เราจะเข้าสังคมที่มีบุคคลแปลกหน้าที่เราไม่รู้จัก เราจำเป็นต้องเริ่มทำความ	นักเรียนให้ความสนใจและมีความกระตือรือร้นอาสาเป็นตัวแทนเพื่อแสดงบทบาทสมมติ มีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเมื่อเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมกิจกรรมนักเรียนช่วยกันแสดงความคิดเห็น เมื่อไม่เข้าใจมักซักถามครูและเพื่อนๆ ในห้องเรียน

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
ชื่อกิจกรรม“เขาคือใคร” (ทักษะการสื่อสาร)		รู้จักบุคคลเหล่านั้น ด้วยคำพูด กริยาที่งดงาม ๒. กระตุ้นความสนใจโดยอาสาสมัครตัวแทนนักเรียน ๒ คน แสดงบทบาทสมมุติในการสนทนากับบุคคลที่เราไม่รู้จัก โดยการใช้กริยา คำพูดต่างๆ ๓. ทำใบงาน	สื่อให้เห็นถึงความสุขในการปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครูและเพื่อนๆ ในชั้นเรียน
๓. ทักษะชีวิตด้านการจัดเวลา อัตถ์ญญาตา (รู้จักตน) ชื่อกิจกรรม“กิจกรรมความภูมิใจในตนเอง” (การตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น)	๑. นักเรียนอธิบายความหมายและความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง	๑. อธิบายความหมายและเนื้อหาความสำคัญเกี่ยวกับค้นหาคุณค่าในตนเองพร้อมชมคลิป vdo ๒. ทำใบงาน ๓. ร่วมกันสรุปว่าทุกคนมีคุณค่าในตนเอง	นักเรียนมีความสนใจในการชมคลิป vdo และแบ่งเวลาในการจัดบันทึกรายละเอียดสิ่งที่สนใจและเป็นประโยชน์กับตนเองในสิ่งที่รับชม แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันระหว่างเพื่อนในชั้นเรียน ตอบใบงานได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม พร้อมช่วยกันสรุปว่าเมื่อเข้าร่วมกิจกรรมแล้วนักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง และสามารถแบ่งสรรเวลาได้
๔. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ ธัมมัญญาตา (รู้จักเหตุ) ชื่อกิจกรรม “วัยรุ่น วุ่นวายใจ” (ทักษะการควบคุมอารมณ์ (EQ))	๑. นักเรียนเข้าใจถึงสภาพอารมณ์ในระดับช่วงวัย และสามารถเรียนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ได้	๑. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๔ - ๕ คนให้ตระลองความสามารถเพื่อให้สามารถช่วยเหลือกันได้ ๒. อธิบายความหมายของอารมณ์ การจำแนกประเภทของอารมณ์ และพัฒนาการทางด้านอารมณ์ของช่วงวัยต่างๆ ผลที่เกิดขึ้นจากอารมณ์และการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆ อย่างไร ๓. ชี้แจงและมอบใบงาน ๔. ร่วมกันสรุปบทเรียน	นักเรียนมีความตั้งใจและรับฟังข้อปฏิบัติจากครูก่อนเริ่มทำกิจกรรมปรึกษาเมื่อไม่เข้าใจในกิจกรรม ให้ความร่วมมือในชั้นเรียน เมื่อแบ่งกลุ่มนักเรียนช่วยเหลือกันในการทำงาน กลุ่ม ปรึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนได้อย่างเหมาะสม มีความสุขในการช่วยเหลือเพื่อน ยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่างจากเพื่อนในกลุ่มงานและในชั้นเรียน สามารถควบคุมอารมณ์กับความรู้สึกได้ เมื่อเกิดปัญหาในชั้นเรียน
๕. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน ธัมมัญญาตา	๑. นักเรียนสามารถค้นคว้าหาข้อมูลความรู้ที่ต้องการได้	๑. ซักถามนักเรียนเกี่ยวกับความรู้ของนักเรียนว่ามาจากที่ใดบ้าง	กิจกรรมนี้ช่วยทบทวนความจำของนักเรียน ช่วยให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน เพราะช่วยกันอภิปรายในชั้นเรียน

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
<p>(รู้จักเหตุ)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “ความรู้ที่อยู่หนใด” (ทักษะการแสวงหาความรู้)</p>		<p>๒. แจกและชี้แจงใบงาน เรื่อง ความรู้ที่อยู่หนใดให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง</p> <p>๓. ร่วมกันอภิปรายการค้นคว้าหาความรู้มาจากที่ใดบ้าง</p> <p>๔. ร่วมกันสรุปการค้นคว้าหาความรู้มาจากที่ใดบ้าง</p>	<p>จับใจความจากสิ่งที่ครูและเพื่อนพูดได้ นักเรียนมีความขวยขวยในการเรียนรู้ กล้าแสดงออก และกล้าแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการค้นคว้าหาความรู้ที่ตนเองสามารถทำได้</p>
<p>๖. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>มัตถัญญา (รู้จักประมาณ)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “น้ำใจงาม มีความซื่อสัตย์” (ทักษะความมีน้ำใจ/และซื่อสัตย์)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถเล่าถึงประสบการณ์ ความมีน้ำใจต่อผู้อื่นได้</p>	<p>๑. ซักถาม นักเรียนว่านักเรียน มีน้ำใจกับเพื่อนในชั้นเรียน เกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง</p> <p>๒. แจกใบงานและชี้แจงการทำใบงาน</p> <p>๓. ร่วมกัน อภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการแบ่งปันและฝึกให้เป็นนิสัย ทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข</p>	<p>นักเรียนมีความกล้าแสดงความคิดเห็นให้ครูฟัง ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม และกล้าแสดงออกในชั้นเรียน รวมถึงช่วยเหลือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ช่วยกันแก้ปัญหาในการทำกิจกรรม แบ่งปันและแสดงความมีน้ำใจซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อนครู</p>
<p>๗. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา</p> <p>อรรถัญญา (รู้จักผล)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “ฝึกผ่อนคลาย” (การจัดการกับอารมณ์และความเครียด)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถจัดการกับอารมณ์ และแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับวัย และสถานการณ์ รู้วิธีฝึกตนเองเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ไม่ดีของตน</p>	<p>๑. นำเข้าสู่บทเรียน ถามนักเรียนว่า นักเรียนมีวิธีการผ่อนคลายอย่างไรบ้าง</p> <p>๒. ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเรื่องการฝึกผ่อนคลาย ความเครียด ประโยชน์ที่จะได้รับ และความจำเป็นของการลดอารมณ์ร้ายของแต่ละคน</p> <p>๓. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่องการฝึกวิธีการผ่อนคลายความเครียดและปฏิบัติตามวิธีการที่กำหนดให้</p> <p>๔. ให้นักเรียนนำเสนอวิธีการฝึกผ่อนคลายความเครียดตามวิธีการของแต่ละคนโดยการตอบคำถามจากใบงาน</p>	<p>นักเรียนสามารถบริหารเวลาในการจัดการเรียนและกิจกรรมในชีวิตประจำวันของตนเองได้ นอกจากการเรียนแล้วนักเรียนมีการทำกิจกรรมที่มีประโยชน์และเพื่อให้ตนเองผ่อนคลายจากการเรียน ไม่ปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยไม่เกิดประโยชน์ และสามารถนำสิ่งที่ตนเองทำช่วยในการเรียนได้ ส่งผลให้ลดความเครียดในตนเอง ไม่เป็นคนอารมณ์ร้อน ช่วยให้นักเรียนอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุขมากยิ่งขึ้น</p>

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
<p>๘. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>อัตถ์ญตดา (รู้จักผล)</p> <p>ชื่อกิจกรรม“เป็นสุขทุกชีวิตเมื่อคิดบวกเวลา ๑ ชั่วโมง” (มองโลกในแง่ดี)</p>	<p>๑. เพื่อให้ นักเรียน มีความรู้สึกภูมิใจในตนเองและผู้อื่น</p>	<p>๓. ร่วมกันสรุปวิธีการผ่อนคลายความเครียดที่เหมาะสม</p> <p>๑. ให้นักเรียนช่วยกันบอกชื่อบุคคลที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นคนดีทั้งในและต่างประเทศและช่วยกันบอกว่าบุคคลเหล่านั้นทำความดีอะไรบ้าง</p> <p>๒. ให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แจกกระดาษให้คนละ ๑ แผ่นเขียนชื่อของตัวเองและให้เขียนส่วนดีของตัวเอง ๑ อย่าง</p> <p>๓. เมื่อเจ้าของกระดาษได้กระดาษคืนให้อ่านสิ่งที่เพื่อนเขียนถึงความดีของตนเอง</p> <p>๔. สอบถามความรู้สึกเมื่อได้อ่านสิ่งที่เพื่อนเขียน นักเรียนยอมดีใจและรู้สึกมีความสุข</p> <p>๕. ร่วมกันสรุปว่าการที่คนเรามีความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น</p>	<p>นักเรียนมีความภูมิใจในตนเองมากยิ่งขึ้น เนื่องจากกิจกรรมช่วยให้นักเรียนเห็นข้อดีที่ตนเองมีจากสิ่งตนเองและเพื่อนๆ ได้เขียนบนกระดาษ ยังส่งผลให้มีความภูมิใจในตัวครู ผู้ปกครองที่คอยสั่งสอนให้ทำความดี ทำให้ความท้อแท้สัมพันธกับเพื่อนในชั้นเรียนดีขึ้น รับฟังและเชื่อคำสั่งสอนของครู ผู้ปกครอง อีกทั้งนักเรียนยังมีความภูมิใจในตัวเพื่อนที่เห็นสิ่งดีที่เพื่อนทำ ภูมิใจในตัวครู ผู้ปกครองของตนเองด้วย</p>
<p>๙. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน</p> <p>อัตถ์ญตดา (รู้จักตน)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “สร้างสรรค์จินตนาการ” (ทักษะการคิดสร้างสรรค์)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถใช้จินตนาการสร้างผลงานได้</p>	<p>๑. สนทนากับนักเรียนโดยใช้ข้อมูลที่เป็นจริงในอดีต ปัจจุบัน อนาคตในอีก ๕ วันข้างหน้า</p> <p>๒. สรุปเรื่องที่นักเรียนสนทนา ว่ามีประโยชน์อย่างไรบ้างนักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร</p> <p>๓. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มทำใบงานเรื่อง สร้างสรรค์จินตนาการ</p> <p>๔. นำเสนอผลงานของแต่ละกลุ่ม</p>	<p>นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรมและการเรียน มีการคิดทบทวนสถานการณ์ต่างๆ อย่างต่อเนื่อง เพื่อเพิ่มทักษะความคิดของตนเองอย่างสร้างสรรค์ มีความคิดรอบครอบและกล้าแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ จินตนาการของตนเอง สามารถช่วยกันแลกเปลี่ยนความรู้ สร้างสรรค์จินตนาการกับเพื่อน</p>

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
<p>๑๐. ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์</p> <p>ปรีสัญญฤตา (รู้จักชุมชน)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “เข้าใจ เขา เข้าใจเรา” (ทักษะการเข้าใจต่าง วัฒนธรรม)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถ ปรับตัวเข้ากับสภาพ ความแตกต่างทาง วัฒนธรรมได้</p>	<p>๑. ชักถามนักเรียนเกี่ยวกับ วัฒนธรรม โดยใช้คำถาม ว่า นักเรียน คิด ว่า วัฒนธรรมที่แตกต่างกัน อย่างไร</p> <p>๒. ร่วมกันอภิปรายหา ความรู้เกี่ยวกับความ แตกต่างของวัฒนธรรม</p> <p>๓. พุดคุยถึงประโยชน์และ ความ สว ย ง า ม ข อ ง วัฒนธรรมที่มีในสังคมของ ทุกภาค</p> <p>๓. ร่วมกันอภิปรายถึงการ รู้จักหลอมรวมวัฒนธรรม ที่ต่างๆกัน นำมาใช้ร่วมกัน ในสังคม</p> <p>๔. ร่วมกันสรุปถึงการใ้ ชีวิตในสังคมโดยรู้จัก ปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมที่ แตกต่างกันเพื่อการอยู่ ร่วมกันอย่างมีความสุข</p>	<p>นักเรียนมีความเข้าใจตนเองมาก ยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังเข้าใจและ ช่วยเหลืองานบ้าน ช่วยแบ่งเบา ภาระจากผู้ปกครอง โดยคิด ทบทวนคำสั่งสอน และปฏิบัติตาม อย่างมีเหตุผล ช่วยลดช่องว่างทาง ความคิดระหว่างผู้ปกครองและครู ได้ เนื่องจากนักเรียนได้เรียนรู้ถึง ความแตกต่างไม่ใช่แค่ทาง วัฒนธรรม ช่วงวัยยังส่งผลถึงความ ต่างทางความคิด จึงสามารถ ปรับตัวในการอยู่ร่วมกับสังคม ได้มากขึ้น</p>
<p>๑๑. ทักษะชีวิตด้าน ความสัมพันธ์</p> <p>บุคคลปรีสัญญฤตา (รู้จักบุคคล)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “กล้าได้ กล้า” (ทักษะความเป็น ผู้นำและผู้ตามที่ดี)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถบอก ถึงการปฏิบัติตนในการ เป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีได้</p> <p>๒. นักเรียนสามารถ แสดงบทบาทสมมุติการ มีภาวะผู้นำและผู้ตามได้</p> <p>๓. นักเรียนแสดงออกถึง ภาวะความเป็นผู้นำผู้ ตามได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม</p>	<p>๑. สนทนากับนักเรียนถึง ผู้นำในและต่างประเทศที่ มีชื่อเสียง เป็น ที่ รู้ จัก ร่วมกันแสดงความคิดเห็น ว่าแต่ละท่าน เป็นผู้นำที่มี ลักษณะอย่างไร</p> <p>๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนออก กลุ่มละ ๕ คน</p> <p>๓. แจกและชี้แจงการทำ ใบงาน เรื่องกล้าได้กล้าให้ นักเรียนทำตามคำชี้แจง</p> <p>๔. นักเรียนออกมาแสดง บทบาทสมมุติที่ละกลุ่ม</p> <p>๕. ร่วมกันอภิปราย การ แสดงบทบาทสมมุติของ แต่ละกลุ่ม</p>	<p>นักเรียนสามารถทำงานกลุ่ม ร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียนได้ มี ปรึกษาและการแลกเปลี่ยนความ คิดเห็นซึ่งกันและกัน ยอมรับฟัง ความคิดเห็นที่แตกต่าง มีภาวะ ความเป็นผู้นำที่ดีเพิ่มขึ้น สามารถ รับฟังและช่วยแก้ไขปัญหาในการ ทำงานกลุ่มได้ กล้าแสดงออกใน บทบาทสมมุติที่ได้รับ เมื่อเป็นผู้ ตามก็สามารถเป็นผู้ตามได้ช่วย สนับสนุน ผู้นำในการทำงานกลุ่ม ได้ อีกทั้งยังช่วยกันอภิปรายผล และสรุปผลการทำงานได้คล่อง แคล่ว และกระชับจับใจความง่าย ๆ</p>

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
<p>๑๒. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา</p> <p>กัลัญญา (รู้จักกาล)</p> <p>ชื่อกิจกรรม“เวลาว่างที่ฉันชอบทำ” (ทักษะในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์)</p>	<p>๑. บอกชื่อกิจกรรมที่ตัวเองชอบได้</p> <p>๒. บรรยายข้อมูลกิจกรรมที่ชอบทำในเวลาว่างพร้อมทั้งวาดภาพประกอบได้</p>	<p>๖. ร่วมกันสรุป ทักษะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี</p> <p>๑. สนทนา กิจกรรมที่นักเรียนทำในชีวิตประจำวัน ให้นักเรียนดูรูปภาพบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพที่พัฒนามาจาก กิจกรรมที่ตัวเองชอบ(R)</p> <p>๒. ให้นักเรียนบอกเหตุผลที่ชอบและไม่ชอบในการทำกิจกรรมยามว่าง</p> <p>๓. ให้นักเรียนทำใบงานกิจกรรม “ยามว่างที่หนูชอบทำ”</p> <p>๔. ร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดำรงชีวิตที่มีความสุข</p>	<p>นักเรียนมีการบริหารจัดการเวลาได้อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น นอกจากเวลาที่ใช้ไปกับการเรียนในชั้นเรียนแล้ว นักเรียนยังมีการทบทวนบทเรียนก่อนและหลังเข้าชั้นเรียน และยังเหลือเวลาว่างไปทำกิจกรรมที่ตนเองชอบสร้างทักษะทางด้านความคิด สติปัญญา และร่างกาย ให้เกิดประโยชน์ เช่น การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี การทำอาหาร เป็นต้น อีกทั้งยังสรุปกิจกรรมที่ตนเองชอบและนำไปใช้ประโยชน์ในการดำรงชีวิต</p>
<p>๑๓. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน</p> <p>ฉัมีญญา (รู้จักเหตุ) และอติญญา (รู้จักผล)</p> <p>ชื่อกิจกรรม“คิดอย่างไร”(ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นจากเหตุการณ์ต่างๆอย่างมีวิจารณญาณ</p>	<p>๑. ซักถามพร้อมทักทายนักเรียนในห้องเรียน</p> <p>๒. นำข่าวที่น่าสนใจมาเล่าให้นักเรียนฟัง แล้วให้นักเรียน แสดงความคิดเห็น (R)</p> <p>๓. ถามนักเรียนว่าข่าวที่เล่าให้ฟังมีความน่าเชื่อถือหรือไม่</p> <p>๔. เปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระเพื่อให้ได้ทราบเหตุผลที่หลากหลาย แล้วชี้แจงให้เข้าใจว่าข่าวที่นักเรียนได้ฟังนั้น นักเรียนจะต้องเข้าใจ</p> <p>๕. แจกใบงานเรื่องคิดอย่างไร พร้อมอธิบายคำชี้แจงใบงานให้ฟัง</p>	<p>นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนเรื่องเรียน มีความคิดที่หลากหลาย สามารถนำเสนอหน้าชั้นเรียนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมและน่าเชื่อถือ ไม่มีความเขินอายในการนำเสนอและแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน พร้อมทั้งยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น มีความรู้ความสามารถในการชี้แจงสิ่งที่ครูและเพื่อนๆ ถามได้อย่างมีเหตุผลและเหมาะสมกับเหตุการณ์ มีความรับผิดชอบทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ถูกต้องและตรงตามเวลาที่กำหนด</p>

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
		<p>๖. ร่วมกันอภิปรายแล้วสรุปความคิดโดยรวม จากสมาชิกในห้องเรียน</p> <p>๗. ร่วมกันสรุปรับรู้ข่าวสารต่างๆ</p>	
<p>๑๔. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>บุคคลโรปรัชญาฤตา (รู้จักบุคคล)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจ” (ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจกับตนเองและผู้อื่น)</p>	<p>๑. เพื่อให้ นักเรียนสามารถแก้ปัญหาและตัดสินใจ</p>	<p>๑. สนทนาเกี่ยวกับเรื่องต่างๆไป ในปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน</p> <p>๒. แบ่งกลุ่ม ให้แต่ละคนในกลุ่มออกมาเล่าเกี่ยวกับในปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน</p> <p>๓. สรุปให้นักเรียนฟังว่าสิ่งที่ได้รับในการแก้ปัญหาและตัดสินใจจากเหตุการณ์ต่างๆ ปัญหาที่ผ่านมามีการแก้ปัญหาที่แก้ไขที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง</p>	<p>นักเรียนมีความสุขที่ได้ทำงานกลุ่มร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียน และสามารถช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องที่เพื่อนทำไม่ได้ มีความเชื่อใจครูและเพื่อน นักเรียนสามารถเปิดใจเล่าปัญหาที่ตนเองพบในชีวิตประจำวันได้ พร้อมทั้งรับฟังความคิดเห็นต่างๆ ที่พูดถึงตนเองได้ อีกทั้งยังรับฟังปัญหาของผู้อื่น พร้อมช่วยแสดงความคิดเห็นของการแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม ตรงกับหลักธรรมบุคคลโรปรัชญาฤตา (รู้จักบุคคล) คือ เมื่อรู้จักตนเองและผู้อื่นมาพอก็จะสามารถเข้าใจและแก้ไขปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม</p>
<p>๑๕. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์</p> <p>ปรีศัญญา (จักชุมชน)</p> <p>ชื่อกิจกรรม “มารยาททางสังคมของฉันทัน” (ทักษะมารยาทที่ดีในสังคม)</p>	<p>๑. นักเรียนสามารถบอกมารยาทที่ดีในสังคมได้</p>	<p>๑. ชักถามนักเรียนว่ามารยาทคืออะไรโดยยกตัวอย่าง</p> <p>๒. ร่วมกันชมวีดิทัศน์เรื่อง มารยาทที่ดีในสังคม</p> <p>๓. ร่วมกันอภิปรายจากการรับชมวีดิทัศน์แล้วสรุปร่วมกัน</p> <p>๔. แจกและชี้แจงการทำใบงาน เรื่องมารยาททางสังคมของฉันทัน แล้วให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง</p> <p>๕. ร่วมกันอภิปราย และสรุปการมีมารยาทที่เหมาะสมในสังคม</p> <p>๖. ร่วมกันสรุปว่าทุกคนควรมีมารยาททางสังคมที่</p>	<p>นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับมารยาทมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังสามารถปฏิบัติตนอย่างมีมารยาทในการอยู่ในสังคมได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม อาทิเช่น การทำความเคารพผู้ปกครองก่อน/หลังไปโรงเรียน ทำความเคารพครูเมื่อได้พบ ทำความเคารพผู้ใหญ่ เดินก้มหลังเมื่อผ่านผู้ใหญ่ ยอมรับผิดชอบและขอโทษเมื่อทำความผิด ไม่กลั่นแกล้งหรือล้อเลียนเมื่อเพื่อนทำผิด เป็นต้น</p>

ทักษะชีวิต	วัตถุประสงค์	ลักษณะกิจกรรม	ผลการใช้กิจกรรม
		ดี จะเป็นสิ่งที่ช่วยให้นักเรียนอยู่ร่วมกันในสังคมกับบุคคลอื่นได้ดี และมีความสุข	

๔) บริการจัดวางตัวบุคคล จากการเข้าร่วมกิจกรรมช่วยส่งเสริม พัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนของนักเรียน โดยเริ่มจากการวางแผนจัดกิจกรรมด้านการเรียนให้มีระบบและประสิทธิภาพ เพื่อช่วยให้นักเรียน เลือกเรียนในสิ่งที่ตนเองมีความถนัด ความสนใจ และสามารถของผู้เรียน ช่วยให้นักเรียนได้รับประสบการณ์เพิ่มจากกิจกรรมแนะแนว ส่งผลให้ผลการเรียนดี อีกทั้งยังช่วยให้ได้พัฒนาทักษะชีวิตการจัดการเวลา ช่วยให้นักเรียนสามารถเวลาให้เกิดประโยชน์มากที่สุดกับตนเอง เช่น การจัดเวลาในการเรียนทั้งในชั้นเรียน เวลาว่าง สามารถทบทวนบทเรียน ช่วยเหลืองานบ้าน มีเวลาร่วมกิจกรรมอื่นๆ กับเพื่อนและคนรอบข้างได้ ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนกับผู้ปกครอง ครู และเพื่อน เพื่อช่วยให้

๕) บริการติดตามผลและวิจัย เป็นบริการขั้นสุดท้ายของการให้บริการแนะแนว เพื่อเป็นการประเมินผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตฯ ผู้วิจัยเป็นการติดตามดูว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธฯ ที่ได้ดำเนินไปแล้วนั้นได้ผลว่า นักเรียนมีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวที่ผู้วิจัยได้จัดขึ้น นักเรียนประสบปัญหาในความเข้าใจจึงต้องมีการอธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับกิจกรรมเพิ่มเติม วิธีการติดตามผล ทำได้โดยให้นักเรียนตอบแบบสอบถามหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน เพื่อจะได้ทราบผลของการให้บริการการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธฯ และวิเคราะห์ค่าสรุปผลได้ตามตารางที่ ๔.๑- ๔.๑๕ จากการติดตามผลจะนำไปใช้ในการปรับปรุงกิจกรรมแนะแนวครั้งต่อไปให้มีความสอดคล้องกับนักเรียนมากยิ่งขึ้น เพื่อให้สามารถส่งเสริมทักษะชีวิตของนักเรียนได้ดียิ่งขึ้น

๔.๔.๒ กระบวนการคิดจากการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

๑) จากการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยการนำกิจกรรมแนะแนวกับหลักสัปปุริสธรรม ๗ มาประยุกต์ใช้ทำให้นักเรียนนำประสบการณ์จากการเข้าร่วมกิจกรรม มาบูรณาการสร้างความเข้าใจกับการจัดการเรียนของตนเองได้อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น มีการจัดระเบียบการเรียนตระหนักและให้ความสำคัญกับการเรียน ทบทวนบทเรียนก่อนและหลังเรียน นักเรียนจึงมี

ความสามารถในการจำดีขึ้น อ่านหนังสือสามารถจับใจความสำคัญต่าง ๆ ได้ดี และให้ความสำคัญกับการเข้าชั้นเรียน มีความกระตือรือร้น ขวนขวายในการเรียนรู้เพิ่มเติมจากนอกห้องเรียน อีกทั้งยังมีความคิดริเริ่ม รอบคอบในการรายงานและจัดกิจกรรมทางการเรียน ไม่รู้สึกประหม่าเมื่อต้องพูดในชั้นเรียน กล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่าง ๆ ส่งผลให้นักเรียนมีผลการเรียนดี ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน ที่ได้จากการเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมให้นักเรียนนำไปใช้ในการเรียนระดับสูง การต่อยอดความรู้ ตลอดจนนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

๒) จากการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลาของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนสามารถนำทักษะมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ใช้เวลาได้อย่างเหมาะสมกับช่วงวัยของตน สามารถบริหารเวลาในการเรียน โดยใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเรียน เมื่อมีเวลาว่างทบทวนบทเรียนก่อนเรียนและสอบเสมอ และแบ่งเวลาเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการจัดการเวลา เมื่อมีการนัดหมายทำงานกลุ่มหรือนัดหมายสำคัญนักเรียนจึงไปถึงที่นัดหมายก่อนเวลาเสมอ เพื่อไม่ให้ผิดนัดนั้น ๆ อีกทั้งสามารถแบ่งเวลาเพื่อการเข้าสังคมได้ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง ผู้ปกครอง และเพื่อนทำงานอย่างรวดเร็วเพื่อแข่งขันกับเวลา เรียนรู้ว่าเวลาเป็นสิ่งมีค่าและสำคัญในชีวิต เมื่อต้องเข้าร่วมกิจกรรมหรือเข้ารับบริการต่างๆ นักเรียนสามารถรอได้

๓) จากการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

(๑) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตตนกับผู้ปกครองได้ โดยนักเรียนสามารถเรียนรู้ ว่าการแสดงความเคารพผู้ปกครองก่อนไป-กลับจากโรงเรียน เป็นการแสดงความกตัญญูและเป็นสิ่งดีงามที่ควรปฏิบัติ การปฏิบัติตามกฎระเบียบภายในครอบครัวที่ผู้ปกครองตั้งไว้ เนื่องจากเรียนรู้อาการปฏิบัติตามจะส่งผลดีกับตนเองและครอบครัว การเอาใจใส่ในการเรียนตามที่ผู้ปกครองสั่งสอน เพื่อให้ตนมีอนาคตและมีอาชีพที่ดีสามารถเลี้ยงตนเองได้ นักเรียนช่วยเหลือ แบ่งเบางานต่างๆ ภายในบ้าน ทำงานที่ผู้ปกครองมอบหมายให้ด้วยความเต็มใจ อีกทั้งมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ปกครอง พูดคุย เล่าถึงกิจกรรมที่นักเรียนทำที่โรงเรียน และรายงานผลการเรียนให้ผู้ปกครองฟังปรึกษาขอคำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องเรียนเรื่องส่วนตัว จากผู้ปกครอง

(๒) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวส่งเสริมทักษะการดำเนินชีวิต นักเรียนสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน นำให้นักเรียนรู้ว่าการตั้งใจเรียนเป็นสิ่งสำคัญ จึงตั้งใจศึกษาเล่าเรียนในขณะที่ครูสอน เชื่อฟังคำสั่งสอน ปฏิบัติตนให้ถูกระเบียบ และให้ความเคารพครูทั้งต่อหน้า-ลับหลัง ส่งงานตามกำหนดเสมอ แสดงความคิดเห็นกับครูเมื่อมี

โอกาส ให้ความร่วมมือทุกครั้ง เมื่อครูขอให้เข้าร่วมกิจกรรม นักเรียนให้ความไว้วางใจปรึกษาปัญหาต่างๆ กับครู เพราะรู้ว่าครูหวังดีกับนักเรียน

(๓) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน จากการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ส่งผลให้นักเรียนมีความเป็นผู้นำและเอื้อเฟื้อกับเพื่อนในชั้นเรียน มีความเข้าใจ สามารถให้ปรึกษาปัญหาเรื่องเรียนกับเพื่อนได้ ยินดีช่วยเหลือเพื่อนที่ไม่เข้าใจบทเรียน โดยช่วยอธิบายให้นักเรียนฟังหลังเลิกเรียน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนเรื่องเรียน และงานกลุ่มได้ ยอมรับความคิดเห็นของนักเรียนในการทำงานกลุ่ม เมื่อเพื่อนเกิดปัญหาด้านการเรียนนักเรียนคอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษา มีความสุขที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องเรียน

๔.๕ แนวทางการพัฒนาประสิทธิภาพของการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ตารางที่ ๔.๑๘ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ด้านการจัดการเรียน

ปัญหา อุปสรรค	ข้อเสนอแนะ
นักเรียนนักเรียนรู้สึกประหม่าเมื่อต้องพูดในชั้นเรียน และไม่สบายใจเพื่อประสบปัญหาในการเรียน	นักเรียนควรฝึกฝนในการพูดในชั้นเรียน เมื่อมีโอกาสได้พูดในชั้นเรียนรับฟังคำติ คำชมและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เมื่อประสบปัญหาและรู้สึกไม่สบายใจในการเรียนความปรึกษาครู ผู้ปกครอง

ตารางที่ ๔.๑๙ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ด้านการจัดการเวลา

ปัญหา อุปสรรค	ข้อเสนอแนะ
นักเรียนคิดว่าช่วงเวลาผ่านไปรวดเร็วจนไม่สามารถทำสิ่งที่นักเรียนตั้งใจได้ และไม่ชอบรองคิวเพื่อรับบริการต่างๆ	นักเรียนควรมีการจัดการสรรเวลาในการเรียน การดำเนินชีวิตประจำวันให้ชัดเจน เพื่อให้ใช้เวลาได้คุ้มค่า เมื่อนักเรียนต้องรอคิวนานๆ นักเรียนต้องมีขันติ มีความอดทนในการรอคอย และต้องคิดไว้เสมอว่าไม่มีอะไรได้มาง่ายๆ

ตารางที่ ๔.๒๐ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล **ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง)**

ปัญหา อุปสรรค	ข้อเสนอแนะ
นักเรียนไม่สามารถพูดคุยกับผู้ปกครอง เพื่อปรึกษาปัญหาต่าง ๆ และในบางครั้งมีความคิดเห็นขัดแย้งกับผู้ปกครอง	ผู้ปกครองให้ความสำคัญพูดคุยกับนักเรียนบ่อยๆ เพื่อให้เด็กมีความกล้าที่จะพูดคุยกับผู้ปกครองในทุกๆ เรื่อง

ตารางที่ ๔.๒๑ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล **ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู)**

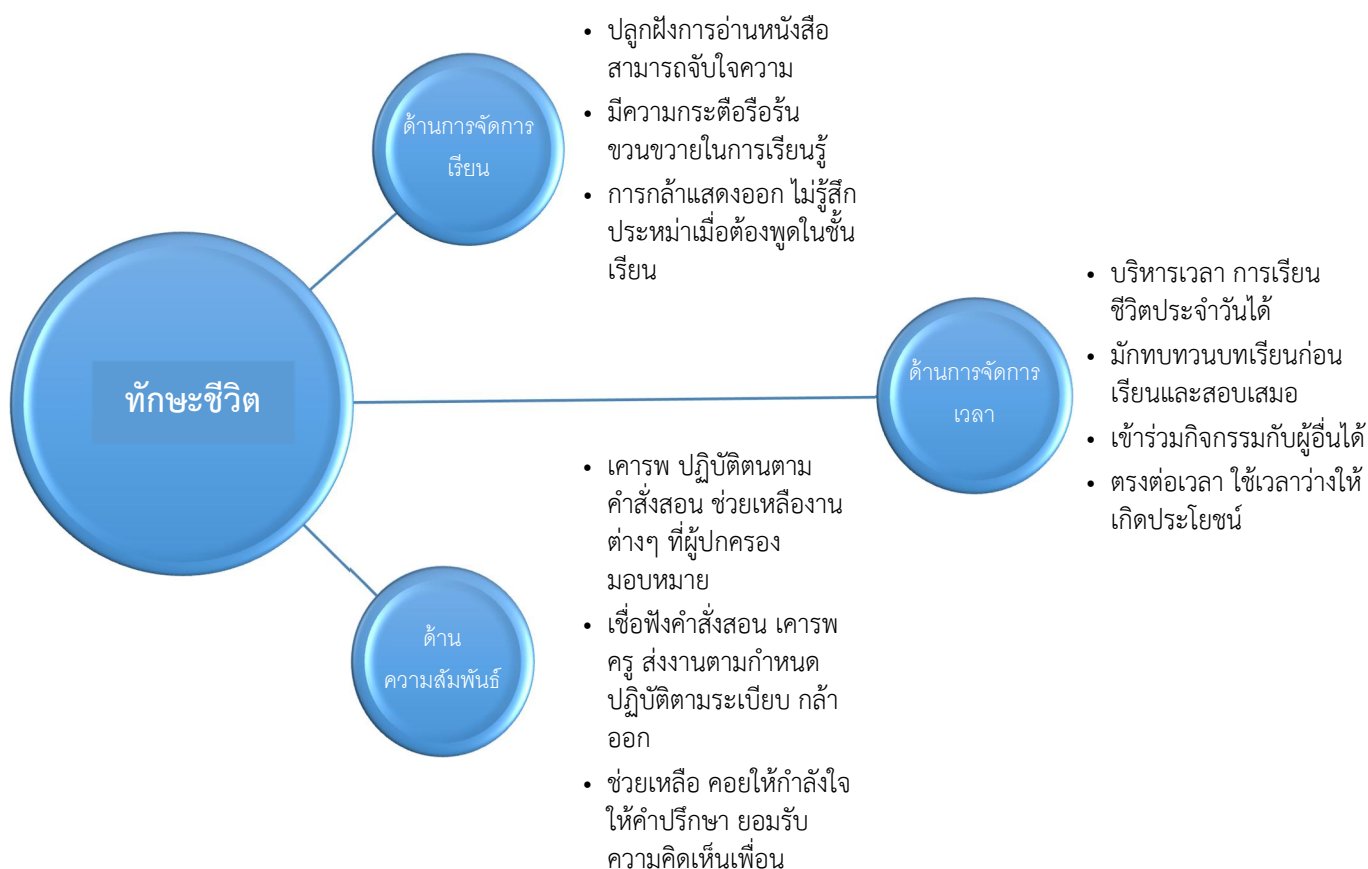
ปัญหา อุปสรรค	ข้อเสนอแนะ
นักเรียนไม่กล้าซักถาม เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน และรู้สึกไม่พอใจเมื่อครูว่ากล่าวตักเตือน	นักเรียนสอบถามครู เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน และรับฟังความคิดเห็นของครูเมื่อถูกว่ากล่าวตักเตือน

ตารางที่ ๔.๒๒ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล **ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน (สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน)**

ปัญหา อุปสรรค	ข้อเสนอแนะ
นักเรียนไม่ชอบเรียนร่วมกับเพื่อนในห้องเรียน ชอบทำงานตามลำพัง เพื่อนในห้องไม่สนใจซึ่งกันและกัน	นักเรียนปรับตัวโดยร่วมทำกิจกรรมกับเพื่อน และเมื่อครูสั่งงานกลุ่มก็ช่วยกันอย่างสามัคคี

๔.๖ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีการจัดการเรียนรู้ การส่งเสริมทักษะชีวิต การจักกิจกรรม แนวโน้ม สัมพันธภาพ สู่การศึกษาการใช้กิจกรรมเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล สามารถสรุปเป็นองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ดังนี้



แผนภาพที่ ๔.๑ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

คำอธิบายสัญลักษณ์

ด้านที่ ๑ การจัดการเรียน ได้แก่ นักเรียนจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการและปลุกฝังการอ่านหนังสือสามารถจับใจความ มีความกระตือรือร้น ขวนขวายในการเรียนรู้ การกล้าแสดงออก ไม่รู้สึกประหม่าเมื่อต้องพูดในชั้นเรียน รวมถึงการพัฒนาเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง รู้จักฝึกทักษะการจัดการเรียน สามารถจัดการความรู้มาใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

ด้านที่ ๒ การจัดการเวลา ได้แก่ นักเรียนสามารถพัฒนาความคิด ด้านการแก้ไขปัญหา และบริหารเวลาด้านการเรียน มักทบทวนบทเรียนก่อนเรียนและสอบเสมอ เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น ได้ สามารถบริหารเวลาได้เหมาะสมในการดำเนินชีวิตประจำวัน ปฏิบัติตนเป็นคนตรงต่อเวลา ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ทั้งตนเองและสังคม

ด้านที่ ๓ ความสัมพันธ์ ได้แก่ นักเรียนกับผู้ปกครอง นักเรียนเคารพ เชื่อฟัง ปฏิบัติตนตามคำสั่งสอน ช่วยเหลืองานต่างๆ ที่ผู้ปกครองมอบหมาย เชื่อฟังคำสั่งสอน เคารพครู เน้นทบทวนบทเรียนอยู่เสมอ ส่งงานตามกำหนด ปฏิบัติตามระเบียบ กล้าออก สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่น ความรัก ความสามัคคีของการทำงานในกลุ่ม คอยให้กำลังใจ ให้คำปรึกษา ยอมรับความคิดเห็นเพื่อนนักเรียน มีจิตสาธารณะช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อสามารถช่วยเหลือได้

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และเพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนมัธยมศึกษาโรงเรียนละ ๑ ห้อง ห้องละ ๓๐ คน รวมเป็นนักเรียนทั้งหมด ๓๐๐ คน เครื่องมือที่ใช้ในวิจัย ได้แก่ ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล และแบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวัดระดับทักษะชีวิต โดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) ผลการวิจัยสามารถสรุป อภิปรายผล และมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ ๑๕ ปีขึ้นไป สถานภาพของบิดา-มารดาของนักเรียน ส่วนใหญ่บิดา มารดา อยู่ด้วยกัน สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท/เดือน

๕.๑.๒ ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ทั้ง ๓ ด้าน คือ ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านการจัดการเรียน ด้านการจัดการเวลา และน้อยที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม ทั้ง

๓ ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียนด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ตามลำดับ

๕.๑.๓ ผลการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและปัจจัยส่วนบุคคล

๑. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

๒. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามอายุที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

๓. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดาที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

๔. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกล่าวถึงประเด็นที่สำคัญและน่าสนใจเกี่ยวกับ การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยอภิปรายผลตามลำดับ ดังนี้

๕.๒.๑ ระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

จากการวิจัย การจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียนหลังเข้าร่วม

กิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาผลการวิจัยเป็นรายด้าน สามารถนำมาอธิบายผลได้ดังนี้

๑. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน จากการวิจัย พบว่า กิจกรรมแนะแนวตามเชิงพุทธ เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับ **ซูชีฟ อ่อนโคกสูง และอนุสรณ์ อรรถศิริ** ได้ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพลังความสามารถแห่งตนเป้าหมาย และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกับแรงจูงใจในการเรียน ผลการวิจัยพบว่า พลังความสามารถแห่งตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายในการเรียนและความเป็นไปได้ที่จะกระทำกิจกรรมการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕^{๘๙} นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ **ประกายทิพย์ พิชัย** ได้ทำการวิจัยเรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง กรุงเทพมหานคร พบว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยโรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง จำนวน ๑,๐๐๙ คน พบว่าสัมพันธ์ภาพในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑^{๙๐}

๒. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา จากการวิจัย พบว่า กิจกรรมแนะแนวตามเชิงพุทธ เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ **กาญจนา เกลิมพล**^{๙๑} วิจัยเรื่อง การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบเป้าหมายในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ทักษะด้านการดำเนินชีวิตและการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก

๓. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน จากการวิจัย พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ความสัมพันธ์ของนักเรียน ประกอบด้วย สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

^{๘๘} ซูชีฟ อ่อนโคกสูง และอนุสรณ์ อรรถศิริ, ความสัมพันธ์ระหว่างพลังความสามารถแห่งตนเป้าหมาย และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกับแรงจูงใจในการเรียน, รายงานการวิจัย, กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๙, หน้า ๔๘-๕๑.

^{๘๙} ประกายทิพย์ พิชัย, ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง กรุงเทพมหานคร, **ปริญญาานิพนธ์ ก.ม. (จิตวิทยาการศึกษา)**, กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๙, หน้า ๗๘.

^{๙๐} กาญจนา เกลิมพล, การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี, **ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**, ๒๕๕๕

๓.๑ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง จากการวิจัย พบว่า กิจกรรมแนะแนวตามเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับ **อรพินท์ ชูชม** ได้ทำการวิจัยเรื่องวิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพื้นความรู้เดิม พบว่า สภาพแวดล้อมทางบ้าน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าสิ่งแวดล้อมทางบ้านมีบทบาทต่อความพร้อมในการเรียนของเด็ก เด็กจะพร้อมในการเรียนถ้าบ้านมีบรรยากาศที่ส่งเสริมให้น่าเรียน คือ ความเข้าใจต่อกันมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ไม่สร้างความหวาดหวั่นวิตกให้เกิดกับอารมณ์ของเด็ก^{๙๒} นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ **ละอองทิพย์ พลานุภาพ** ได้ศึกษาเรื่อง “สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน” พบว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนกับบิดามารดาที่มีต่อคุณภาพจิตวัยรุ่นในด้าน การมองคุณค่าในตนเองและความพึงพอใจในชีวิต ในระดับชั้นมัธยมศึกษา พบว่าบุคคลที่มีความใกล้ชิดกับบิดามารดาและกลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์กับการมองเห็นคุณค่าในตัวเองและความพึงพอใจในชีวิต^{๙๓}

๓.๒ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู จากการวิจัย พบว่า กิจกรรมแนะแนวตามเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ **นายเทวัญ เอกจันทร์**^{๙๔} วิจัยเรื่อง ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมืองเชียงใหม่ ผลจากการศึกษา พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างศิษย์กับครู ด้านศิษย์พึงปฏิบัติต่อครูด้วยความเคารพ มีค่าความคิดเห็นตามระดับพฤติกรรมสูงสุดคือ แสดงความเคารพครูในห้องเรียน รองลงมาคือ ยกมือไหว้ เมื่อเห็นครูนอกเวลาเรียน และยิ้มแย้ม แจ่มใส ไม่ทำหน้าบึ้งหน้างอ เมื่อพิจารณาความคิดเห็นของครูที่มีต่อพฤติกรรมของนักเรียนโดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับปานกลาง ด้านศิษย์พึงปฏิบัติต่อครูด้วยการปรนนิบัติ บริการ มีค่าความคิดเห็นตามระดับพฤติกรรมสูงสุดคือ ช่วยเหลือครูจัดกิจกรรมในห้องเรียนด้วยความเต็มใจ ครูสอนให้ศิษย์รู้จักแก้ปัญหาด้วยตนเอง เมื่อพิจารณาระดับของความคิดเห็นของศิษย์โดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับมาก ความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์เมื่อมองโดยภาพรวมทุก ๆ ด้านแล้ว จะเห็นได้ว่า ครูมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมของศิษย์ทุกด้านแบบเป็นกลาง ส่วนศิษย์มีความคิดเห็นต่อครูในระดับมากทุกด้าน

^{๙๒} อรพินท์ ชูชม, *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*, กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒, หน้า ๙๒.

^{๙๓} ละอองทิพย์ พลานุภาพ, *สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน*. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ), กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ถ่ายเอกสาร, ๒๕๓๒, หน้า ๒๔.

^{๙๔} เทวัญ เอกจันทร์, *ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมืองเชียงใหม่*, *ปริญญาพุทธศาสนมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา*, ๒๕๕๑.

๓.๒ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน จากการวิจัย พบว่า กิจกรรมแนะแนวตามเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ของนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ **สุเมธ พงษ์เกตุรา** วิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร ๕. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑^{๔๕}

๕.๒.๒ เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและปัจจัยส่วนบุคคล

จากการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามสถานะภาพส่วนบุคคล ๔ ด้าน คือ เพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจ ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานการวิจัยและทดสอบสมมติฐาน อภิปรายผลได้ดังนี้ **สมมติฐาน** นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมที่มีเพศ อายุ สถานภาพของบิดา-มารดา และสถานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต พบว่า มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับ **บวรวิทย์ มาลาทอง** ศึกษาเรื่อง ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕ จำนวน ๕๖ คน จำนวน ๒ ห้องเรียน ที่มีคะแนนจากแบบวัดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพไม่แตกต่างทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .๐๕ และ **อาจารย์ ช่างประดับและคณะ**^{๔๖} การวิจัย เรื่ององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ผลการศึกษา องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี มีรายละเอียดดังนี้ องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ มีองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

^{๔๕} ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร, **ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต** สาขาจิตวิทยาการศึกษา, กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓.

^{๔๖} อาจารย์ ช่างประดับและคณะ, **องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี**, ๒๕๕๐

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๑. โรงเรียน สถาบันการศึกษาที่เกี่ยวข้อง ควรศึกษากิจกรรมแนะแนวที่ใช้ระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ กับหลักสูตรในพระพุทธศาสนาอื่นๆ เพิ่มเติม เพื่อนำไปใช้ในการส่งเสริมทักษะในชีวิตให้กับนักเรียนได้อย่างถูกต้อง

๒. โรงเรียน สถาบันการศึกษาที่เกี่ยวข้อง ควรหาวิธีการทำกิจกรรม นอกเหนือจากการทำกิจกรรมในห้องเรียนแล้ว ควรหากิจกรรมที่ทำนอกห้องเรียน เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

๓. โรงเรียน สถาบันการศึกษาที่เกี่ยวข้อง ควรเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ทำกิจกรรม ก็สามารถทำได้หลายระดับ ควรศึกษาและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม ปรับชุดกิจกรรมและหลักสูตรให้เหมาะสมกับกลุ่มตัว ตัว กลุ่มตัวอย่างควรมีช่วงอายุไม่มีความรู้ความเข้าใจกิจกรรมที่จัดขึ้น

๔. สถานศึกษาที่กิจกรรมก็ทำได้หลายที่ นอกเหนือจากโรงเรียนที่เป็นนักเรียนทั่วไปแล้ว ควรปรับให้เหมาะสมกับสถานที่

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรศึกษากับนักเรียนหรือนิสิตนักศึกษาทุกระดับโดยปรับข้อความให้เหมาะสมกับพื้นฐานความรู้ในแต่ละระดับ

๒. ควรศึกษากิจกรรมอื่นๆ ที่สามารถพัฒนาทักษะชีวิตด้านอื่นๆ เพิ่มมากขึ้น

๓. ควรทำวิจัยการกึ่งทดลองที่มุ่งพัฒนาทักษะชีวิตกับรายวิชาอื่นๆ นอกเหนือจากกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

๔. ในการเก็บแบบสอบถามหลังจากการจัดชุดกิจกรรม ควรเว้นระยะเวลาเพื่อให้มีเวลาสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มากยิ่งขึ้น ระยะเวลาอาจส่งผลให้ชุดกิจกรรมมีผลต่อการดำเนินชีวิตของผู้ร่วมกิจกรรม

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ข. ข้อมูลวิทยุภูมิ

(๑) หนังสือ :

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสำหรับครู. กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๑.

กระทรวงศึกษาธิการ. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒ . กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๒.

กระทรวงศึกษาธิการ. แผนพัฒนาการแนะแนวในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ ๙. พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๔๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๕.

กองสุขศึกษา. แนวคิด ทฤษฎี และการนำไปใช้ในการดำเนินงานสุขศึกษาและพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ. นนทบุรี : กองสุขศึกษา. กระทรวงศึกษาธิการ, ๒๕๔๒.

กันยา สุวรรณแสง. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บำรุงสาสน์, ๒๕๓๒.

กุหลาบ รัตนสังฆธรรมและคณะ. สัมพันธภาพในครอบครัวกับปัญหายาเสพติดและพฤติกรรมทางเพศของนักศึกษาระดับอาชีวศึกษาในภาคตะวันออก. กรุงเทพมหานคร : สำนักนโยบายและแผนอุดมศึกษา. สำนักงานปลัดทบวงมหาวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

สมร ทองดี และปราณี รามสูตร. แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๕.

จำเนียร ช่วงโชติ. การให้บริการปรึกษาและแนะแนวทางเบื้องต้น. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง : กรุงเทพมหานคร, ๒๕๒๔.

จินตินันท์ บุญสถิรกุล. หลักการแนะแนว. ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ : กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๐.

ฉันทิพย์ ปิเลย์. ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยา จังหวัดชลบุรี, ๒๕๔๖.

ชลิ อุปภัย. จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ ๓ . กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

दनัย งามมานะ, การเปลี่ยนแปลงและยุทธศาสตร์การพัฒนางานแนะแนวของโรงเรียนมัธยมศึกษาในสกลนคร นครพนมและมุกดาหาร, จังหวัดสกลนคร : สถาบันราชภัฏสกลนคร, ๒๕๔๕.

ดวงเดือน พันธุมนาวิณ และเพ็ญแข ประจันปัจฉินึก. จริยธรรมของเยาวชนไทย. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๒๐.

นางชุตติมา ศิริรักษ์. ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ ๔. สำนักงานเขตพื้นที่มัธยมศึกษา เขต ๑๕. ยะลา, ๒๕๕๙.

นิรันดร์ จุลทรัพย์. การแนะแนวเบื้องต้น. สงขลา : มหาวิทยาลัยทักษิณ, ๒๕๔๕.

ประทีป อึ้งทรงธรรม. การเปลี่ยนแปลงของสังคมกับการพัฒนาเด็กไทย. การศึกษาปฐมวัย. ๑(๔) :

๙-๑๗ ตุลาคม ๒๕๔๒.

ปราณี พรรณวิเชียร. **วิชาหลักการจัดการบุคคล.** กรุงเทพมหานคร : สุวรรณสาส์นการพิมพ์, ๒๕๓๔.

พนม ลีมาอารีย์. **การแนะแนวเบื้องต้น.** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร, ๒๕๔๘.

พรพิมล พรพิระชนม์,ดร. **การจัดกระบวนการเรียนรู้.** สงขลา : เทมการพิมพ์สงขลา, ๒๕๕๐.

พรรณิ ชูทัย เจนจิต. **ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม.** จิตวิทยาเพื่อการแนะแนว. กรุงเทพมหานคร :

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย, ๒๕๓๒.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์.** กรุงเทพมหานคร: โรง

พิมพ์มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

พันทิพา อุทัยสุข. **เอกสารการสอนชุดวิชาพื้นฐานการศึกษา.** หน่วยที่ ๑-๑๐. สุโขทัยธรรมมาธิราช.

กรุงเทพมหานคร : รุ่งศิษย์การพิมพ์, ๒๕๒๕.

พิมพ์พันธ์ เดชะคุปต์และพะเยาว์ ยินดีสุข. **ทักษะ ๕ C เพื่อการพัฒนาหน่วยการเรียนรู้และการ**

จัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่ง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์. **คู่มือการจัดระบบการเรียนการสอนที่ยึด**

ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้. พิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๕๓. พิมพ์ที่โรงพิมพ์เทียนวัฒนา

พรินท์ติ้ง : กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๓.

รังสรรค์ บุษยะมา,ผศ. **การจัดการการเรียนรู้.** กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.

๒๕๕๐.

ลาดทองใบ ภูอภิรมย์. **บทบาทของครอบครัวในการป้องกันยาเสพติด.** รายงานการวิจัย ฉบับที่ ๓๗.

กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๐.

วชิรวิทย์ มาลาทอง. **ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเอง**

และเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๕, ๒๕๔๖.

วัชร ทรัพย์มี. **การแนะแนวในโรงเรียน.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๑.

วัชรียา แจ่มใส. **ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อพัฒนาพฤติกรรมเคารพนับถือผู้อื่นของ**

นักเรียนวัยรุ่นตอนต้น, ๒๕๕๒.

ศรีเรือน แก้วกั้งวาล,ดร. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย.** พิมพ์ครั้งที่ ๗, กรุงเทพมหานคร:

สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๐.

ศิริบูรณ์ สายโกสุม,รศ.ดร. **จิตวิทยาการศึกษา.** กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยา คณะ

ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๘.

สถิต วงศ์สารรงค์. **จิตวิทยาแนะแนว.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บำรุงศาสตร์, ๒๕๓๑.

สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช (อุฎฺฐายี). **“สัปบุริสธรรม”**หนังสืออนุสรณ์ เนื่องใน

โอกาสงานสถาปนากิจศพ นายชัย. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๕๐๙.

สมร ทองดี และปราณี งามสูตร. **แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว.** จังหวัดนนทบุรี :

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, ๒๕๔๕.

สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. กิจกรรมคานแนะแนว : การสร้างนิสัยที่พึงประสงค์.
กรุงเทพมหานคร. โรงพิมพ์ปรีณิตติง, ๒๕๔๒.

สมุน อมรวิวัฒน์. สมบัติพิพทย์ของการศึกษาไทย. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
๒๕๓๓.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. พระราชบัญญัติการศึกษา
แห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๔๕. กรุงเทพมหานคร:
บริษัท พรักหวานกราฟฟิคจำกัด, ๒๕๔๕.

สุพิชญา ธีระกุล. การนิเทศการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๒๔.

สุภางค์ จันทวนิช. วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
, ๒๕๔๖.

สุรางค์ จันทร์เอม. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : อักษรบัณฑิต, ๒๕๒๕.

โสภาก ชูชัยกุล. ความรู้เบื้องต้นทางจิตวิทยา. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ศ.ส., ๒๕๒๙.

องค์การอนามัยโลก (WHO), Life Skill Education in Schools. Geneva : World Health
Organization, ๑๙๙๗.

อรพินทร์ ชูชม. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัย
พฤติกรรม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๒.

อาจารย์ ช่างประดับและคณะ. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน
ของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๓ โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี, ๒๕๕๐.

อารี พันธุ์มณี, จิตวิทยาการเรียนการสอน, พิมพ์ครั้งที่ ๕, กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ต้นอ้อ,
๒๕๔๔.

(๒) วิทยานิพนธ์ :

กาญจนา เฉลิมพล. การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี. ปรินญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา
จิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๕.

ชนิษฐา เสอาจค์. วิจัยเรื่องการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิต
และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒, ๒๕๕๗.

ธันต์กานต์ ศรีเฉลียว, การพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ โดยการใช้การ
วิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม. ปรินญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยหลักสูตรและ
การสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จังหวัดสกลนคร, ๒๕๖๐.

เทวีญ เอกจันทร์. วิจัยเรื่องศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกันศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา
อำเภอเมืองเชียงใหม่. พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา, ๒๕๕๑.

ประกายทิพย์ พิชัย, ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนดอนเมืองทหารอากาศบำรุง กรุงเทพมหานคร. ปรินญา
นิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๙.

ประทีป มากมิตร. รายงานวิจัยเรื่องพฤติกรรมตามหลักสัปปุริสธรรมของนักศึกษาคณะศิลปะ

- ศาสตราจารย์และวิทยาศาสตร์มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์. การประชุมวิชาการระดับชาติสหวิทยาการเอเชียอาคเนย์. กรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๘.
- พรพนา รัตนพงษ์ไชย. การพัฒนาทักษะชีวิต เรื่องการพัฒนาท้องถิ่นตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบโครงงาน. **ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๙.**
- พระมหาแล ข้าสุข. วิจัยเรื่องการพัฒนาชุดการเรียนรู้ตามหลักสัปปุริสธรรม ๗ เพื่อส่งเสริมวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕. **ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิจัยและประเมินผลการศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร, ๒๕๕๘.**
- พระสามารถ อานนโท. “ภาวะผู้นำตามหลักสัปปุริสธรรม”. วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.
- ละอองทิพย์ พลานภาพ. สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน. สารนิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๒.
- สกล วรเจริญศร. การศึกษาทักษะชีวิต และการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น. **ปริญญาการศึกษาดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาให้คำปรึกษา. กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๐.**
- สุเมธ พงษ์เกตุรา. ปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ ๔ โรงเรียนสาธิต เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร. **ปริญญานิพนธ์ การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๓.**
- สุธีตา หงษาชาติ. ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมในสถาบันบุคลิกภาพและพฤติกรรมรับข่าวสารกับความรู้และการตอบสนองต่อภาวะวิกฤติทางสังคมและ สิ่งแวดล้อมของนักศึกษาพยาบาล. **วิทยานิพนธ์ค.ม. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๓๙.**
- อัมพร แสงวิเชียร. ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อพฤติกรรมประชาธิปไตยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนนุดบากราชบุรีบำรุง จังหวัดสกลนคร, ๒๕๔๖.
- อังคณา เมตุลา. ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวแบบบูรณาการที่มีต่อการรู้จักและเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ โรงเรียนสหราษฎร์รังสฤษดิ์ จังหวัดนครพนม : **วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (การแนะแนว). จังหวัดนนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๖.**
- อรพิน สุขแจ่ม. ผลของการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการประหยัดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๕๕ โรงเรียนศรียาภัยจังหวัดชุมพร, ๒๕๕๖.
- อัจฉรา สุขารมณ ชูชม. การศึกษาเปรียบเทียบนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถของนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปกติ. รายงานวิจัย ฉบับที่ ๓๙.

กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร, ๒๕๔๒.

(๓) เอกสารออนไลน์ :

<https://uparadigm.blogspot.com/2017/02/life-skills-meaning.html> ,วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

<https://www.gotoknow.org/posts/173824>, วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

https://www.baanjomyut.com/library_2/extension-1/concepts_of_developmental_psychology/01_6.html ,วันที่ ๒๕ ตุลาคม ๒๕๖๐
ระบบสารสนเทศเพื่อบริหารการศึกษา. กลุ่มสารสนเทศ สนผ. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน. สืบค้น ณ วันที่ ๒๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐.

<https://www.l3nr.org/posts/269938>,วันที่ ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

๒. ภาษาอังกฤษ :

Gagne, R. M., The Condition of Learning. New York : Holt, Rinehart and Winston. ,
1970.

Good, Carter V. ,Dictionary of education, New York : McGraw- Hill Book, 1974 .

Hills P.J.A. ,Dictionary of education,London : Routledge & Kegan Payi, 1982.

Hough,John B. and Duncan, Jam'es K, Teaching description and analysis, Addison-
Westlu, 1970.

Janssen,Susan L.G. **“Determinants of Parents’ Aspiration and Expectation for their
Children’s Education and Occupation Attainment”**, Dissertation
Abstracts International.

Kandel Eric R. O'Dell Thomas J, **Are adult learning mechanisms also used for
development? Science**, New York : American Association for the
Advancement of Science, 1992.

Lawrens, **Student Perceptonal of the Classroom Learning Environment in Biology
Chemistry and Physics**, Journal of Research in Science Teaching, 1976.

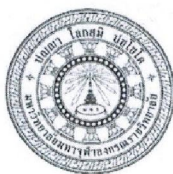
Moore, K.D. , Classroom teaching skills. New York: McGraw-Hill. Moore, 1992.

Nart Chantawong, Knowledge Management Increasing Learning Ability: A View of
Knowledge Management.1998

Nelson-Jones, Life skills Helping: A Textbook of Practical Counseling and Helping
Skills. 3rd ed. Sydney: Holt, Rinehart and Winston ,1997.

Withall, John, **The Development of A Technique for the Measurement of
Social - Emotional Climate in Classroom**, The Journal of Experimental
Education:, 1979.

ภาคผนวก ก. เป็นส่วนของบทความวิจัยตามโครงสร้างบทความวิจัย


มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตนครศรีธรรมราช

๓/๓ ม.๕ ต.มะม่วงสองต้น อ.เมือง จ.นครศรีธรรมราช ๘๐๐๐๐

โทร. ๐๓๕-๓๔๒๔๘๙ โทรสาร ๐๓๕-๓๔๕๕๖๒

ศบ. ๖๑๒๓/๑๓๑

๕ เมษายน ๒๕๖๒

เรื่อง รับรองการลงบทความวิจัยเพื่อตีพิมพ์ในวารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์

เจริญพร นางสาวสายหยุด มีฤกษ์

ตามที่ นางสาวสายหยุด มีฤกษ์ และคณะ ได้ส่งบทความวิจัยเรื่อง "การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล (USING BUDDHIST GUIDANCE ACTIVITIES TO PROMOTE LIFE SKILLS ON LEARNING TIMING AND RELATIONSHIP OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK AND PERIMETER)" เพื่อพิจารณาตีพิมพ์ในวารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช ซึ่งได้รับการคัดเลือกเข้าสู่ฐานข้อมูล ของศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (ศูนย์ TCI) ได้ถูกจัดกลุ่มคุณภาพวารสารประจำปี พ.ศ.๒๕๖๑ ให้เป็น วารสารที่มีคุณภาพกลุ่มที่ ๑ (TCI ฐาน ๑) และอยู่ในฐานข้อมูล TCI จนถึง ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๒ โดยจะดำเนินการจัดพิมพ์ในฉบับต่อไปตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ และวารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์ได้รับบทความวิจัยของท่านเป็นที่เรียบร้อยแล้วนั้น

ในการนี้ วารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช ขอรับรองว่ากองบรรณาธิการวารสารฯ ได้พิจารณาแล้วมีมติเห็นควรรับตีพิมพ์บทความวิจัยเรื่องดังกล่าว และจะนำบทความของท่านตีพิมพ์ในวารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - มีนาคม ๒๕๖๒)

จึงเจริญพรมาเพื่อโปรดทราบและดำเนินการต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูอรุณสุตาลังการ,รศ.,ดร.)

บรรณาธิการวารสารมหาจุฬานาครธรรมศน์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครศรีธรรมราช

การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน
เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและ
ปริมณฑล

USING BUDDHIST GUIDANCE ACTIVITIES TO PROMOTE LIFE SKILLS
ON LEARNING TIMING AND RELATIONSHIP OF SECONDARY
SCHOOL STUDENTS IN BANGKOK AND PERIMETER

นางสาวสายหยุด มีฤกษ์
รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่องการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา 2) เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา และ 3) เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ดำเนินการวิจัยโดยวิธีวิจัยเป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง โดยใช้รูปแบบที่มีก่อนเข้าร่วมและหลังเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียนมัธยมศึกษา จำนวน 300 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจำแนกได้ 2 ประเภทคือ 1) ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และ 2) แบบสอบถามวัดผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน วิเคราะห์ข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

ผลการวิจัย พบว่า 1. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรมมีทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม มีทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ตามลำดับ

2. นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานส่วนการจำแนกตามอายุ สถานภาพของบิดา-มารดา และสถานะทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

3. ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ควรฝึกฝนในการพูดในชั้นเรียน เมื่อมีโอกาสได้พูดในชั้นเรียนรับฟังคำติ คำชมและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เมื่อประสบปัญหาและรู้สึกไม่สบายใจในการเรียนความปรึกษาครู ผู้ปกครอง มีการจัดสรรเวลาในการเรียน การดำเนินชีวิตประจำวันให้ชัดเจน

คำสำคัญ : กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ, ส่งเสริม, ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน, ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา, ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์

Abstract

Miss Sayyud Mererk

Assoc.Prof. Dr.Chartchai Phitaktanakhom

Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

This research has named Using Buddhist Guidance Activities to Promote Life Skills on Learning Timing and Relationship of Secondary School Students in Bangkok and Perimeter. Its objectives were 1) to study the concept and principles of this title, 2) to develop the principles in using the Buddhist guidance activities and 3) to study the outcome in using these activities. The research performance was the quasi experimental research by using model as the pre-participation and post participation into the activities. The sampling has the number of 300 persons and the data collection was the questionnaires provided into 2 types. There were 1) the package of guidance activities and 2) the questionnaires measured the Buddhist guidance activities to promote the students' life skills and relationship about the learning and timing. The data was analyzed from the questionnaires of them in pre-participation and post participation with the guidance activities. The statistic value was used as the frequency, percentage, means, standard deviation and one way analysis of variance.

Findings as: 1. The students in Bangkok and around its area pre-participate in the guidance activities. In the overview, it was at the middle level. When it was contemplated in a point, it was found that before the students participated into three kinds of the guidance activities as learning and timing activities. Its level was at high. After the students participated into the guidance activities, it was at the highest level in the overview. When each issue was considered, it was found that after participation into the guidance activities of the students, the three kinds of the guidance activities were at the highest level by setting the orders from the high level to the low level respectively.

2. These students have the life skills in the learning, timing and interpersonal relationship and their skills were not different in pre-participating into the guidance activities although they have the different sex. After they had participated into the guidance activities, their skills were the significant difference at 0.05 as the written hypothesis. Moreover, when providing along with the different age, parents' and economic status, the students pre-participated and post participated into the guidance activities on the life skills, learning, timing and interpersonal relationship, its finding was not different so the written synthesis was refused.

3. The problems, obstructions and the suggestions on this title appeared in this research. The students should train themselves to speaking in the classroom when they had opportunity to speak and accept the complaint, admiration and always develop themselves. When they had the problems and felt sad in learning, they should go to visit and take the consult of the teachers, parents on the learning time and living in their daily life. **Keywords :** Buddhist Guidance Activities, Promote, Life Skills in Learning, Life Skills in Timing, Life Skills in Relationship.

บทนำ

สภาพของสังคมไทยอยู่ในปัจจุบัน มีความผันผวนทางสังคมและเศรษฐกิจ ส่งผลทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงมากขึ้น ประกอบกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ความเจริญจากต่างประเทศได้แพร่หลายเข้าสู่ประเทศไทยอย่างไร้พรมแดน สิ่งเหล่านี้ทำให้คนไทยตกอยู่ในกระแสบริโภคนิยมที่ให้ความสำคัญกับวัตถุเป็นหลัก เกิดปัญหาตามมาไม่ว่าจะเป็นทางด้านอารมณ์ความรู้สึก ด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน รวมถึงคุณค่าความรักและความใกล้ชิดที่เด็กได้รับ จะถูกตีคุณค่าเป็นราคามากน้อยขึ้นอยู่กับสิ่งของที่พ่อแม่ซื้อให้ ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอ่อนแอลง ไม่มีเวลา ความจริงใจต่อกัน ขาดความเชื่อมั่นที่จะเผชิญปัญหา ปัญหาต่างๆ ส่งผลต่อทุกเพศ วัยให้ต้องเผชิญ จนทำให้ความตระหนักในเรื่องคุณธรรมและจริยธรรมที่อยู่ภายในพร่องลดน้อยลง สะท้อนถึงวัฒนธรรมการใช้ชีวิตของการดำเนินชีวิตของเด็กและเยาวชนไทย เยาวชนไทยยังขาดทักษะในการดำเนินชีวิตที่มีประสิทธิภาพ กล่าวได้ว่า

การดำรงชีวิตในสภาพปัจจุบัน มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องอาศัยทักษะในการดำรงชีวิต อันเป็นความสามารถในการเข้าใจสังคมและสิ่งแวดล้อม นำมาควบคุมและจัดการกับสถานการณ์รอบตัวอย่างรู้เท่าทัน พร้อมกับการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ดังนั้นมนุษย์ในยุคนี้จึงจำเป็นที่จะต้องมีความสามารถที่จะดำรงชีวิตให้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นโลกาภิวัตน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัยจากความเสียหายต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 มาตรา 6 กล่าวว่า iva การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และวัฒนธรรมไทย การดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การจัดการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาเป็นการจัดการศึกษาให้นักเรียนที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กำลังอยู่ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เพราะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทำให้เด็กมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว ส่งผลต่อการเรียนรู้ได้ นักเรียนกำลังอยู่ในช่วงที่ต้องการข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตน เพื่อใช้เป็นข้อมูลการเลือกตัดสินใจอย่างถูกต้อง (กระทรวงศึกษาธิการ, 2542) การจัดกิจกรรมแนะแนวช่วยส่งเสริมให้นักเรียนได้รับข้อมูลตรงตามความต้องการตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง กิจกรรมแนะแนวซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนจึงมีประโยชน์ในการช่วยเหลือ ตลอดจนพัฒนานักเรียนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักคิดและตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเอง รู้จักตั้งเป้าหมายของชีวิต สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข การแนะแนวด้านทักษะชีวิต นับเป็นการแนะแนวทักษะที่สำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งกับเด็กและเยาวชน เพราะจะช่วยให้สามารถเผชิญหน้าและรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ในสังคมปัจจุบันได้ ทักษะชีวิตนับเป็นคุณลักษณะสำคัญที่ควรเกิดขึ้นกับคนไทยทุกคน เพราะทักษะชีวิตเป็นผลของการเรียนรู้แบบตลอดชีวิต ที่พัฒนาควบคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและวัฒนธรรม การมีพื้นฐานชีวิตที่ดีงามและมั่นคงจะทำให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างรอดปลอดภัยจากความทุกข์ทั้งหลาย นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาชีวิตมนุษย์ การจะพัฒนาให้บุคคลใดๆ มีทักษะชีวิตได้นั้น ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยการให้ความรู้เพียงอย่างเดียว เพราะทักษะชีวิตเป็นความสามารถทางจิตวิทยา สังคม (Psychosocial competence) ซึ่งหมายถึง ความสามารถในการปรับสภาพตัวเองให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวันท่ามกลางวิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม (ชุดิมา ศิริรักษ์, 2559)

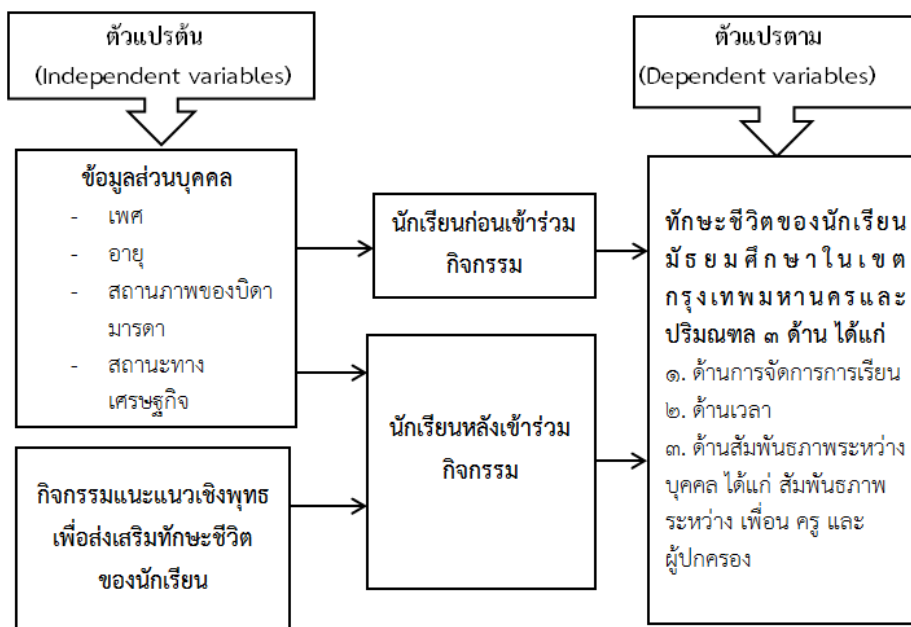
จากสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นอันเป็นวัยที่มีการตัดสินใจในการดำรงชีวิตด้วยความคิดของตนเอง การส่งเสริมทักษะชีวิตในด้านต่างๆ จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาค้นคว้าการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
2. เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

3. เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

วิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) มีศึกษาค้นคว้า และเก็บรวบรวมข้อมูล แนวคิด ทฤษฎี กิจกรรมแนะแนว กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 134 โรงเรียน มีจำนวนนักเรียนทั้งสิ้นกว่า 140,000 คน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2560) กลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยได้ดำเนินการโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster Sampling) มาสุ่มจัดกลุ่ม (Random Assignment) เป็นกลุ่มสำหรับทดลองจำนวน 10 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนวัดพิบูลเงิน (นนทบุรี), โรงเรียนชลประทานสงเคราะห์ (นนทบุรี), โรงเรียนเทศบาล ๑ (ขจรเนติยูทธ) (ปทุมธานี, โรงเรียนราชันนันทาจารย์ สามเสนวิทยาลัย ๒ (กรุงเทพมหานคร), โรงเรียนวัดสังเวช (กรุงเทพมหานคร), โรงเรียนคลองพิทยาลงกรณ์ (กรุงเทพมหานคร), โรงเรียนมัธยมวัดมกุฎกษัตริย์ (กรุงเทพมหานคร), โรงเรียนบางกะปิ (กรุงเทพมหานคร), โรงเรียนที่ปังกรวิทยาพัฒน์ (วัดน้อยใน) ในพระราชูปถัมภ์ (กรุงเทพมหานคร), โรงเรียนอนุบาลรัตนราชกัญญาราชวิทยาลัย (กรุงเทพมหานคร), โดยใช้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนละ 1 ห้อง ห้องละ 30 คน รวมเป็นนักเรียนทั้งหมด 300 คน โดยทำการแจกแบบสอบถามวัดก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้พัฒนาขึ้นเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา จำแนกได้ 2 ประเภทคือ 1) ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ เพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และ 2) แบบสอบถามวัดผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตนักเรียน ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน โดยแบ่งแบบวัดทักษะชีวิตออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

ด้านที่ 1 ด้านการจัดการเรียน มีคำถามจำนวน 9 ข้อ

ด้านที่ 2 ด้านการจัดการเวลา มีคำถามจำนวน 9 ข้อ

ด้านที่ 3 ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน มีคำถามจำนวน 28 ข้อ

1) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง มีคำถามจำนวน 9 ข้อ

2) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู มีคำถามจำนวน 9 ข้อ

3) สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน มีคำถามจำนวน 10 ข้อ

คำถามจากแบบวัดทักษะชีวิตรวมทั้งหมด ๔๖ ข้อ มีระดับการให้คะแนน ดังนี้

5 เท่ากับ ทักษะชีวิตดีที่สุด

4 เท่ากับ ทักษะชีวิตดีมาก

3 เท่ากับ ทักษะชีวิตปานกลาง

2 เท่ากับ ทักษะชีวิตน้อย

1 เท่ากับ ทักษะชีวิตไม่มีเลย

การเก็บรวบรวมข้อมูล/การดำเนินการทดลอง

ศึกษาผลการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ผู้วิจัยมีการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยนำหนังสือมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เพื่ออนุมัติในการดำเนินการทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งมีนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เป็นกลุ่มตัวอย่าง และขออนุญาตใช้ สถานที่ในการดำเนินการทดลอง

2. ให้นักเรียนกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวทำแบบวัดระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

3. ผู้วิจัยดำเนินการทำกิจกรรมกับนักเรียนด้วยตนเองตามกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา เป็นเวลา 15 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที

4. ให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน

5. เมื่อผู้วิจัยดำเนินการทดลองตามที่กำหนดไว้แล้ว ผู้วิจัยนำแบบวัดระดับทักษะชีวิต ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดก่อนทดลอง (Pre-test) วัดกับนักเรียน และวัดหลังการทดลอง (Post-test) การ

ใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตหลังจบการใช้กิจกรรมแนะแนวครั้งที่ 15 ต่อการวิจัย 1 โรงเรียน

6. นำแบบสอบถามวัดระดับทักษะชีวิตของนักเรียนมาวิเคราะห์เปรียบเทียบก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา และวิเคราะห์เปรียบเทียบระหว่างมีเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์

สถิติใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง เพื่อวิเคราะห์หาค่าสถิติต่างๆ ดังนี้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่เป็นร้อยละ นำเสนอตารางประกอบการบรรยายผลวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากแบบวัดระดับทักษะชีวิตของนักเรียนนักเรียน โดยกำหนดเกณฑ์วิเคราะห์ตามแนวคิดของเบสท์ (Best) วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างระดับทักษะชีวิตของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองที่มีเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจต่างกัน โดยการทดสอบค่าที (t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (ANOVA)

ผลการศึกษาวิจัย

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวนทั้งหมด 300 คน จำแนกตามเพศ พบว่า มีเพศหญิง จำนวน 169 คน คิดเป็นร้อยละ 56.3 และเพศชาย จำนวน 131 คน คิดเป็นร้อยละ 43.7 นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 223 คิดเป็นร้อยละ 74.3 จำแนกตามสถานภาพของบิดามารดาของนักเรียน ส่วนใหญ่บิดา มารดาอยู่ด้วยกัน จำนวน 186 คนคิดเป็นร้อยละ 62.0 สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า 20,000 บาท/เดือน คิดเป็นร้อยละ 44.4 ตามลำดับ

2. การวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation, S.D.) ของแบบวัดทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนก่อนเข้าและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ

สมมติฐานที่ 1 นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธระหว่างบุคคลของนักเรียน มีระดับทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต

ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลนักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ย จากมากไปหาน้อย พบว่าด้านการจัดการเรียน ($\bar{X} = 3.52$, S.D. = 0.39) ด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 3.52$, S.D. = 0.55) และน้อยที่สุด คือ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 0.54) ตามลำดับ นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อเรียงลำดับค่าเฉลี่ย จากมากไปหาน้อย พบว่าด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ($\bar{X} = 4.99$, S.D. = 0.03) รองลงมาด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ($\bar{X} = 4.98$, S.D. = 0.06) จากสถิติเห็นได้ว่านักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมมีระดับทักษะ

ชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากขึ้นในทุกๆ ด้าน ระดับทักษะชีวิตก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับปานกลาง หลังเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด แสดงให้เห็นว่าการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ในระยะเวลา 15 ครั้งต่อเนื่อง มีผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ตามลำดับ

3. เปรียบเทียบเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจของบิดามารดาที่มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

สมมติฐานที่ 2 นักเรียนที่มีเพศต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน โดยภาพรวม มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน โดยภาพรวม มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 3 นักเรียนที่มีอายุต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลาและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 4 นักเรียนที่มีสถานภาพของบิดา มารดา ต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานที่ 5 นักเรียนที่มีสถานะทางเศรษฐกิจต่างกัน มีผลต่อระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อน และหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

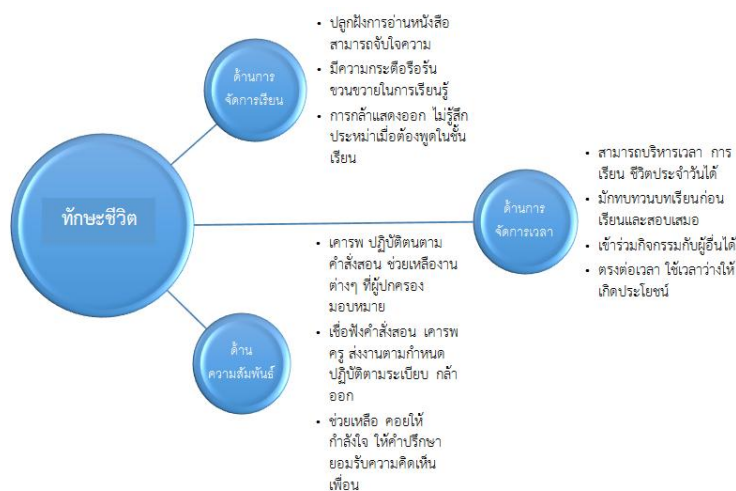
4. แนวทางการพัฒนาประสิทธิภาพของการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

นักเรียนรู้สึกประหม่าเมื่อต้องพูดในชั้นเรียน และไม่สบายใจเมื่อประสบปัญหาในการเรียน ในบางครั้งปล่อยให้เวลาผ่านไปโดยไม่ทำอะไรให้เกิดประโยชน์ ลืมคิดไปว่าช่วงเวลาผ่านไปรวดเร็วจนไม่สามารถทำสิ่งที่นักเรียนตั้งใจได้ และไม่ขอรับรองเพื่อรับบริการต่างๆ แสดงให้เห็นถึงการขาดความอดทน ใจร้อน เนื่องจากอยู่ในช่วยวัยรุ่นมียึดความตนเองเป็นหลักและติดเพื่อน จึงไม่ค่อยคุยกับผู้ปกครอง เมื่อประสบปัญหาจึงไม่สามารถพูดคุยกับผู้ปกครอง เพื่อปรึกษาปัญหาต่าง ๆ และในบางครั้งมีความคิดเห็นขัดแย้งกับผู้ปกครอง และในบางครั้งนักเรียนไม่กล้าซักถาม เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน และรู้สึกไม่พอใจเมื่อครูว่ากล่าวตักเตือน นักเรียนไม่ขอเรียนร่วมกับเพื่อนในห้องเรียน ชอบทำงานตามลำพัง เพื่อนในห้องไม่สนใจซึ่งกันและกัน

ข้อเสนอแนะ นักเรียนควรฝึกฝนในการพูดในชั้นเรียน เมื่อมีโอกาสได้พูดในชั้นเรียนรับฟังคำติ คำชมและพัฒนาตนเองอยู่เสมอ เมื่อประสบปัญหาและรู้สึกไม่สบายใจในการเรียนควรปรึกษาครูผู้ปกครอง ควรมีการจัดสรรเวลาในการเรียน การดำเนินชีวิตประจำวันให้ชัดเจน เพื่อให้ใช้เวลาได้คุ้มค่า เมื่อนักเรียนต้องรอคิดนานๆ นักเรียนต้องมีขันติ มีความอดทนในการรอคอย และต้องคิดไว้เสมอว่าไม่มีอะไรได้มาง่ายๆ ผู้ปกครองให้ความสำคัญพูดคุยกับนักเรียนบ่อยๆ เพื่อให้ให้นักเรียนมีความกล้าที่จะพูดคุยกับผู้ปกครองในทุกๆ เรื่อง ครูควรดูแลเอาใจใส่และสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน มีความเป็นมิตรกับนักเรียน เพื่อให้ให้นักเรียนกล้าซักถาม และครูต้องเข้าใจสิ่งที่นักเรียนแสดงออก เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน รับฟังความคิดเห็นของนักเรียน และตักเตือนนักเรียนอย่างมีเหตุผล ในการเข้าสังคมนักเรียนควรปรับตัวโดยร่วมทำกิจกรรมกับเพื่อน และเมื่อครูสั่งงานกลุ่มก็ช่วยกันอย่างสามัคคี

5. องค์ความรู้ที่ได้จากผลการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีการจัดการเรียนรู้ การส่งเสริมทักษะชีวิต การจกกิจกรรมแนะแนว สัมพันธภาพ สู่การศึกษาการใช้กิจกรรมเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล สามารถสรุปเป็นองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ดังนี้



สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

1. **ข้อมูลส่วนบุคคล** นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป สถานภาพของบิดา-มารดาของนักเรียน ส่วนใหญ่บิดา มารดาอยู่ด้วยกัน สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า 20,000 บาท/เดือน

2. **ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล**

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล **นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม** โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม มีทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านการจัดการเรียน ด้านการจัดการเวลา และน้อยที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน **นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม** โดยภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม มีทักษะชีวิตทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ตามลำดับ

3. **ผลการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและข้อมูลส่วนบุคคล**

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา **ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต** จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน **หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต** จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา **ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต** จำแนกตามอายุที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดาที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกล่าวถึงประเด็นที่สำคัญและน่าสนใจเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยอภิปรายผลตามลำดับ ดังนี้

1. ระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

จากการวิจัย การจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาผลการวิจัยเป็นรายด้าน สามารถนำมาอธิบายผลได้ดังนี้

ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน จากการวิจัย พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับ **ชิพ อ่อนโคกสูง และอนุสรณ์ อรรถศิริ (2549)** ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างพลังความสามารถแห่งตนเป้าหมาย และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกับแรงจูงใจในการเรียน พบว่า พลังความสามารถแห่งตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับเป้าหมายในการเรียนและความเป็นไปได้ที่จะกระทำกิจกรรมการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด สอดคล้องกับ **ชนิษฐา เสาองค์ (2557)** วิจัยเรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่จัดกิจกรรมการเรียนรู้อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีคะแนนหลังเรียนหลังเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเรียน และความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่จัดกิจกรรมการเรียนรู้อการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีความพึงพอใจ โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา จากการวิจัย พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ **กาญจนา เฉลิมพล (2555)** วิจัยเรื่อง การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีคะแนนเฉลี่ยรูปแบบเป้าหมายในชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ทักษะด้านการดำเนินชีวิตและการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก

ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน จากการวิจัย พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ความสัมพันธ์ของนักเรียน ประกอบด้วย สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง จากการวิจัย พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับ **อรพินทร์ ชูชม (2552)** ได้ทำการวิจัยเรื่อง

วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพื้นความรู้เดิม พบว่าสิ่งแวดล้อมทางบ้านมีบทบาทต่อความพร้อมในการเรียนของเด็ก เด็กจะพร้อมในการเรียนถ้าบ้านมีบรรยากาศที่ส่งเสริมให้น่าเรียน คือ ความเข้าใจต่อกันมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิด ไม่สร้างความหวาดหวั่นวิตกให้เกิดกับอารมณ์ของเด็ก นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับละอองทิพย์ พลานุกาพ (2532) ได้ศึกษาเรื่อง สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน พบว่า อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนกับบิดามารดาที่มีต่อคุณภาพจิตวัยรุ่นในด้านการมองคุณค่าในตนเองและความพึงพอใจในชีวิตในระดับชั้นมัธยมศึกษา บุคคลที่มีความใกล้ชิดกับบิดามารดาและกลุ่มเพื่อนมีความสัมพันธ์กับการมองเห็นคุณค่าในตัวเองและความพึงพอใจในชีวิต

สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับครู จากการวิจัย พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับเทวัญ เอกจันทร์ (2551) วิจัยเรื่อง ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมืองเชียงใหม่ ผลจากการศึกษา พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างศิษย์กับครูด้านศิษย์พึงปฏิบัติต่อครูด้วยการปรนนิบัติ บริการ มีค่าความคิดเห็นตามระดับพฤติกรรมสูงสุดคือ ช่วยเหลือครูจัดกิจกรรมในห้องเรียนด้วยความเต็มใจ ครูสอนให้ศิษย์รู้จักแก้ปัญหาด้วยตนเอง เมื่อพิจารณาระดับของความคิดเห็นของศิษย์โดยรวมแล้ว จัดอยู่ในระดับมาก ส่วนศิษย์มีความคิดเห็นต่อครูในระดับมากทุกด้าน

สัมพันธ์ภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน จากการวิจัย พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และนักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ สุเมธ พงษ์เกตุรา (2553) วิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสารสาสน์เอกตรา เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 สอดคล้องกับ ฉันทิพย์ ปิเลย์ (2546) ได้ศึกษา “ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยา จังหวัดชลบุรี” ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์มีการปรับตัวกับเพื่อนดีขึ้นกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01

2. เปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและข้อมูลส่วนบุคคล

จากการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและข้อมูลส่วนบุคคล จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล 4 ด้าน คือ เพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจ ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานการวิจัยและทดสอบสมมติฐาน อภิปรายผลได้ดังนี้ สมมติฐาน นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมที่มีเพศ อายุ สถานภาพของบิดามารดา และสถานะทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต พบว่า มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตาม

สมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับ**วชิรวิทย์ มาลาทอง (2557)** ศึกษาเรื่อง ผลของกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและเลือกอาชีพของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 พบว่า คะแนนจากแบบวัดกิจกรรมแนะแนวตามทฤษฎีการเลือกอาชีพเพื่อพัฒนาการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพไม่แตกต่างกันทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 และ**อาจารย์ ข่างประดับและคณะ (2550)** การวิจัยเรื่ององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี ผลการศึกษา องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. ข้อเสนอแนะ

โรงเรียน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ควรศึกษาและจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมทักษะชีวิตให้กับนักเรียนมากขึ้น เพื่อเป็นการพัฒนาตัวนักเรียน ผลการเรียนรู้ และสามารถใช้ระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ กับหลักสูตรในพระพุทธศาสนาอื่น ๆ มีการเพิ่มเติม วิธีการทำกิจกรรม นอกเหนือจากการทำกิจกรรมในห้องเรียน เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ทำกิจกรรม ก็สามารถทำได้หลายระดับ ควรศึกษาและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม ปรับชุดกิจกรรมและหลักสูตรให้เหมาะสมกับกลุ่มตัว สถานศึกษาที่กิจกรรมก็ทำได้หลายที่ นอกเหนือจากโรงเรียน ควรปรับให้เหมาะสมกับสถานที่ ควรศึกษากิจกรรมอื่น ๆ ที่สามารถพัฒนาทักษะชีวิตด้านอื่น ๆ เพิ่มมากขึ้น ควรทำวิจัยการทดลองที่มุ่งพัฒนาทักษะชีวิตกับรายวิชาอื่น ๆ นอกเหนือจากกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ในการเก็บแบบสอบถามหลังจากการจัดชุดกิจกรรม ควรเว้นระยะเวลาเพื่อให้มีเวลาสังเกตพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มาก

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542** . กรุงเทพมหานคร, 2542.
- กาญจนา เฉลิมพล. การศึกษารูปแบบเป้าหมายทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนราชโบริกานุเคราะห์ จังหวัดราชบุรี. **ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว**. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2555.
- ชนิษฐา เสอาจค์. วิจัยเรื่อง การใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะด้านการศึกษา อาชีพ ชีวิตและสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2, 2557.
- ฉันทิพย์ ปีเลย์. ผลของการจัดกิจกรรมแนะแนวโดยใช้กลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนสามมุกคริสเตียนวิทยา จังหวัดชลบุรี. **รายงานการวิจัย**. ชลบุรี, 2546.
- ชุตินา ศิริรักษ์. **ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ ๔**, สำนักงานเขตพื้นที่มัธยมศึกษา เขต ๑๕, ยะลา, ๒๕๕๙.
- ชูชีพ อ่อนโคกสูง และอนุสรณ์ อรรถศิริ. ความสัมพันธ์ระหว่างพลังความสามารถแห่งตนเป้าหมาย และความเป็นไปได้ที่จะกระทำกับแรงจูงใจในการเรียน. **รายงานการวิจัย**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2549.
- เทวัญ เอกจันทร์. **วิจัยเรื่องศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ในโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอเมือง**

เชียงใหม่. พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา, 2551.

ละอองทิพย์ พลานุกาพ. สุขภาพจิตกับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของเด็กที่อยู่ในสภาพแวดล้อมต่างกัน. สารนิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2532.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, กลุ่มสารสนเทศ สนผ., ระบบสารสนเทศเพื่อบริหารการศึกษา, สืบค้น ณ วันที่ ๒๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐.

อรพินทร์ ชูชม. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพฤติกรรม, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2552.

อาจารย์ ช่างประดับและคณะ. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนอินทร์บุรี อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี, 2550.

ภาคผนวก ข.

กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการนำผลจากโครงการวิจัยไปใช้ประโยชน์

๑. กิจกรรมด้านการจัดการเรียนการสอนในสถานศึกษา

- สามารถนำกระบวนการศึกษาวิจัยไปประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนในรายวิชาที่เกี่ยวข้องทั้งระดับปริญญาตรี ของภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และสาขาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมแนะแนว

- สามารถนำผลในการศึกษาไปวิเคราะห์ร่วมกับสถานศึกษาทางด้านการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ การพัฒนาทักษะทางการเรียน ร่างกาย และจิตใจ การแนะแนวทางการศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น การประกอบอาชีพให้นักเรียนต่อไปในอนาคต

- สถานศึกษาสามารถนำชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ ให้นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรม สามารถปรับให้เหมาะสมกิจกรรมให้เหมาะสมกับนักเรียนในทุกระดับชั้น เพื่อให้สามารถใช้กิจกรรมบรรลุตรงตามเป้าหมาย

๒. กิจกรรมด้านการพัฒนากิจกรรมสานความสัมพันธ์ของบ้าน วัด และชุมชน

- สามารถพัฒนาโครงการการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ในสถานที่ต่างๆ เช่น ที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นต้น

- สามารถต่อยอดและพัฒนาองค์ความรู้ไปสู่การสร้างสรรคนวัตกรรมในการสร้างชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อสร้างมิติใหม่ให้การแนะแนวการศึกษาให้คงอยู่กับการศึกษาไทย

๓. กิจกรรมด้านวิชาการ

- สามารถตีพิมพ์/จัดทำเอกสารประกอบการโดยนำเนื้อหาที่ได้จากการศึกษาไปเผยแพร่ให้แก่ผู้สนใจได้

- สามารถพัฒนาทักษะในการวิจัยให้กับทีมภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อการเรียนรู้ในมิติที่หลากหลาย

- สามารถบริการวิชาการเกี่ยวกับองค์ความรู้ที่ได้รับ จากงานวิจัยแก่นักวิชาการด้านการจัดกิจกรรมแนะแนวและกลุ่มเป้าหมายได้

ภาคผนวก ค.

ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้
และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับจากโครงการ

ตารางเปรียบเทียบวัตถุประสงค์ กิจกรรมที่วางแผนไว้
และกิจกรรมที่ได้ดำเนินการมาและผลที่ได้รับจากโครงการ

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุ วัตถุประสงค์	โดยทำให้
๑. ศึกษาข้อมูล ปฐมภูมิ/หัตถิ ภูมิจากองค์กรที่ เป็นกรณีศึกษา	ทราบถึงข้อมูล ประวัติความ เป็นมา/เอกลักษณ์ของโรงเรียน ทั้ง ๑๐ โรงเรียน จำนวน นักเรียน และการจัดกิจกรรม แนะแนวของโรงเรียน	ข้อที่ ๑-๒	ทำให้สามารถวิเคราะห์ ศักยภาพของโรงเรียน การ ส่งเสริมการใช้กิจกรรมแนะ แนวในชั้นเรียน อลาระบบการ บริหารจัดการการแนะแนวใน โรงเรียนได้
๒. การสำรวจ พื้นที่กรณีศึกษา ๑๐ โรงเรียน	ทราบถึงข้อมูลเกี่ยวกับการจัด กิจกรรมแนะแนว การส่งเสริม การแนะแนวทางด้านการ เรียน ความคิด จิตใจ รูปแบบ การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิง พุทธของโรงเรียน	ข้อที่ ๑-๒	ทำให้สามารถวิเคราะห์การ ดำเนินการของโรงเรียนในการ จัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ ส่งเสริมการพัฒนารูปแบบ วิธีการใช้กิจกรรมกับนักเรียน ในโรงเรียน
๓. การเก็บ ข้อมูลด้วยการ จัดกิจกรรมแนะ แนวฯ โดยที่ การ แบบสอบถาม นักเรียนก่อน- หลังเข้าร่วม กิจกรรม จำนวน ๓๐๐ คน จาก ๑๐ โรงเรียน	ทราบถึงข้อมูล ความคิดเห็น ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวต่อ กิจกรรมการใช้กิจกรรมแนะ แนว การพัฒนาส่งเสริมทักษะ ชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน เปรียบเทียบผลก่อน-หลังเข้า ร่วม กิ จ ร ร ม แ น ะ แ น ะ โดยเฉพาะด้านการพัฒนา ส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการ จัดการเรียน เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนเพิ่ม	ข้อที่ ๑-๒-๓	ทำให้สามารถวิเคราะห์ถึง ความเข้าใจของนักเรียน และ การพัฒนาทักษะชีวิตของ นักเรียน ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ ที่ สอดคล้องกับการนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้
๔. การประชุม กลุ่มย่อยของ ๒ ชุด คือ ๑) ผู้ ร่วมวิจัย ๒ ท่าน ๒) ผอ. ครู แนะแนว และผู้ จัดกิจกรรมแนะ	ได้แนวทาง/ข้อมูลการใช้ กิจกรรมแนะแนวต่อกิจกรรม การใช้กิจกรรมแนะแนว การ พัฒนาส่งเสริมทักษะชีวิตด้าน การจัดการเรียน เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียน ลักษณะกิจกรรม สภาพปัญหา	ข้อที่ ๑-๒-๓	ทำให้เห็นข้อมูล กิจกรรมการ แนะแนว การสื่อสารแก่นัก เรียน สภาพปัญหาของ นักเรียนในการเข้าร่วม กิจกรรมแนะแนว และเห็น กระบวนการและแนวทาง วิธีการพัฒนาวิธีการใช้

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลु วัตถุประสงค์	โดยทำให้
แนว (ผู้วิจัย) ก่อนจัดกิจกรรม แนะแนวทั้ง ๑๐ โรงเรียน	อุปสรรคกระบวนการการจัด กิจกรรมแนะแนว และ แนวทางการพัฒนารูปแบบ การใช้กิจกรรมแนะแนวที่ เหมาะสมกับโรงเรียน นักเรียน		ก ิ จ ก ร ร ม แ น ะ แ น ว ที่ หลากหลาย
๕. จัดกิจกรรม แนะแนวใน โรงเรียน ๑๐ แห่ง จำนวน แห่งละ ๑๕ ครั้ง ครั้งละ ๕๐ นาที โดยทำการ แจก แบบสอบถาม ให้นักเรียน ก่อน-หลังเข้า ร่วมกิจกรรม แนะแนวในครั้ง แรกทุกๆ โรงเรียน	ทราบข้อมูล การใช้กิจกรรม แนะแนวกับนักเรียน และ ได้ผลการใช้กิจกรรมแนะแนว เชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะ ชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน และแนวทางในการนำไป พัฒนานักเรียนในทักษะชีวิต ด้านต่างๆ	ข้อที่ ๑-๒-๓	ได้ทราบถึงข้อมูลของการใช้ กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อ ส่งเสริมทักษะชีวิต และได้ ทราบผลก่อนการใช้กิจกรรม และหลังใช้กิจกรรม ทำให้ ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของ นักเรียนว่าใช้กิจกรรมแนะแนว ส่งผลให้นักเรียนมีทักษะชีวิต ด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ ทั้งกับครู เพื่อน ครอบครัว เพิ่มขึ้น
๖. สัมภาษณ์ และพูดคุยกับ นักเรียนที่เข้า ร่วมกิจกรรม เพื่อสอบถาม ความรู้สึกและ แลกเปลี่ยนสิ่งที่ นักเรียนคิดว่า ได้รับจากการ จัดกิจกรรมแนะ แนวฯ	ได้ทราบถึงข้อมูลการใช้ กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธ พัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะ แนวเชิงพุทธ ประโยชน์การใช้ กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อ เสริมทักษะชีวิตด้านการ จัดการเรียน เวลา และ ความสัมพันธ์ ไปใช้ในการ ดำเนินชีวิตประจำวันได้ เพื่อ ให้ผลการเรียนที่ดีขึ้น เป็น ศิษย์ที่ดีของครู เป็นเพื่อนที่ดี ของเพื่อนร่วมชั้นเรียน รับฟัง ความคิดเห็นของคนอื่น เป็น	ข้อที่ ๒-๓	ทำให้ทราบถึงข้อมูลในด้าน ต่างๆ ของโรงเรียน นักเรียน และข้อมูลที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการ จัดกิจกรรมแนะแนวเชิง พุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้าน การจัดการเรียน เวลา และ ความสัมพันธ์

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุ วัตถุประสงค์	โดยทำให้
	ลูกที่ตีของพ่อ แม่ ช่วยทำงานบ้าน แบ่งเบาภาระของครอบครัว		
๗. ประชุมผู้วิจัย เพื่อสังเคราะห์สิ่งที่ได้จากการจัดกิจกรรมแนะแนวฯ และสรุปผลงานวิจัย ออกเป็นรูปเล่ม	ทำให้ทราบข้อสรุปของงานวิจัย วิเคราะห์ข้อมูลได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ตรงตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ได้ข้อเสนอแนะ	ข้อที่ ๒-๓	ทำให้ได้วิธีการพัฒนาและผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน ต้องมีความรู้ในการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตของนักเรียน
๘. ดำเนินการส่งเสริมเครือข่ายร่วมกันกับโรงเรียนที่เป็นกรณีศึกษา	ได้มีการพัฒนาเครือข่ายการทำงานภายใต้แนวคิดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียน มีการพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนว ได้ผลการใช้กิจกรรมแนะแนว สามารถนำวิเคราะห์ช่วยในวางแผนพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียน เพื่อให้สามารถนำไปใช้ในการดำรงชีวิตได้	ข้อที่ ๒-๓	ทำให้ได้ข้อเสนอแนะทางการสร้างเครือข่ายของโรงเรียน การมีส่วนร่วมของครู ผู้ปกครอง ในการให้การส่งเสริมทักษะชีวิต รวมถึงการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวในการนำไปใช้ระหว่างเครือข่าย
๙. ข้อเสนอแนะอื่น	ทราบถึงข้อเสนอแนะทั้งในเชิงนโยบายและระดับปฏิบัติการของโรงเรียนที่มีต่อการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ ซึ่งเป็นข้อเสนอแนะและแนวทางที่จะช่วยให้โรงเรียน และผู้ที่เกี่ยวข้องได้แนวทางในการใช้	ข้อที่ ๑-๒-๓	ทำให้ได้ข้อเสนอแนะต่อนักเรียน โรงเรียน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน ในมิติต่างๆ ทั้งในส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน การจัดการเวลา และสัมพันธ์ภาพระหว่างครู เพื่อน และครอบครัว สามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้ในระยะยาว

กิจกรรม	ผลที่ได้รับ	บรรลุ วัตถุประสงค์	โดยทำให้
	กิจกรรมแนะแนวส่งเสริมทักษะชีวิตให้กับนักเรียนได้อย่างเหมาะสม		
๑๐. รายงานฉบับสมบูรณ์	<p>ได้รายงานฉบับสมบูรณ์ที่สามารถตอบวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัยทั้ง ๓ ข้อ คือ</p> <p>๑. เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล</p> <p>๒. เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล</p> <p>๓. เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล</p>	ข้อที่ ๑-๒-๓	ได้รายงานวิจัยที่มีคุณค่าสามารถตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัยและส่งเสริมการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และสัมพันธภาพของนักเรียน และแนวทางในการพัฒนาการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตของนักเรียนในโรงเรียนได้อย่างเหมาะสม

ภาคผนวก ง. แบบสอบถาม

แบบสอบถามความคิดเห็น

การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และ
ความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

คำชี้แจง : แบบสอบถาม นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและ
ปริมณฑล

โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการ
จัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
โดยแบบสอบถามแบ่งเป็น ๒ ตอน ได้แก่

ตอนที่ ๑ ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ ๒ ระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะ
ชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา

ในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ ความคิดเห็นของท่านมีคุณค่าและความสำคัญต่อการ
ใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของ
นักเรียนมัธยมศึกษา ดังนั้น จึงขอความกรุณาท่านตอบแบบสอบถามตามความจริง หรือความ
ต้องการที่แท้จริงของท่านให้ครบทุกข้อ เพื่อผู้วิจัยสามารถนำข้อมูลไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อ
วิธีการพัฒนาการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และ
ความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ต่อไป

ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

นางสาวสายหยุด มีฤกษ์

รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับสถานภาพความเป็นจริงของท่าน

๑. เพศ๑. ชาย๒. หญิง**๒. อายุ**๑. ต่ำกว่า ๑๒ ปี๒. ๑๓-๑๕ ปี๓. ๑๕ ปีขึ้นไป**๓. สถานภาพบิดา-มารดา**๑. อยู่ด้วยกัน๒. หย่าร้าง๓. แยกทางกัน๔. บิดาเสียชีวิต๕. มารดาเสียชีวิต**๔. สถานะทางเศรษฐกิจ**๑. ต่ำกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท/เดือน๒. ๒๐,๐๐๑-๓๐,๐๐๐ บาท/เดือน๓. ๓๐,๐๐๑-๔๐,๐๐๐ บาท/เดือน๔. ๔๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐ บาท/เดือน๕. สูงกว่า ๕๐,๐๐๑ บาท/เดือน

ตอนที่ ๒ ระดับความคิดเห็นที่มีต่อการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาระดับความคิดเห็นของท่านโดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง

เห็นด้วยมากที่สุด ให้ค่าเท่ากับ ๕

เห็นด้วยมาก ให้ค่าเท่ากับ ๔

เห็นด้วยปานกลาง ให้ค่าเท่ากับ ๓

เห็นด้วยน้อย ให้ค่าเท่ากับ ๒

เห็นด้วยน้อยที่สุด ให้ค่าเท่ากับ ๑

ข้อที่	ความคิดเห็นที่มีต่อการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และ ความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา	ระดับความคิดเห็น				
		๕	๔	๓	๒	๑
๑. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน						
๑	นักเรียนมีความจำดี ส่งผลให้ผลการเรียนดี					
๒	นักเรียนอ่านหนังสือสามารถจับใจความสำคัญต่างๆ ได้ดี					
๓	นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน					
๔	นักเรียนมีความขวนขวายในการเรียนรู้เพิ่มเติมจากนอกห้องเรียน					
๕	นักเรียนมีความคิดรอบครอบในการรายงานและกิจกรรมทางการเรียน					
๖	นักเรียนกล้าแสดงออกและแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ					
๗	นักเรียนให้ความสำคัญกับการเข้าชั้นเรียน					
๘	นักเรียนรู้สึกประหม่าเมื่อต้องพูดในชั้นเรียน					
๙	นักเรียนไม่สบายใจเพื่อประสบปัญหาในการเรียน					
๒. ทักษะชีวิตด้านการจัดการเวลา						
๑	นักเรียนสามารถบริหารเวลาในการเรียน และชีวิตประจำวันได้					
๒	นักเรียนใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเรียน					
๓	นักเรียนชอบไปถึงที่นัดหมายก่อนเวลาเสมอ					
๔	นักเรียนมักทบทวนบทเรียนก่อนเรียนและสอบเสมอ					
๕	นักเรียนสามารถแบ่งเวลาเพื่อการเข้าสังคมได้					
๖	นักเรียนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์กับตัวเอง ผู้ปกครอง					

ข้อที่	ความคิดเห็นที่มีต่อการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา	ระดับความคิดเห็น				
		๕	๔	๓	๒	๑
	และเพื่อน					
๗	นักเรียนรู้สึกว่าจะต้องทำงานอย่างรวดเร็วเพื่อแข่งขันกับเวลา					
๘	นักเรียนคิดว่าช่วงเวลาผ่านไปรวดเร็วจนไม่สามารถทำสิ่งที่นักเรียนตั้งใจได้					
๙	นักเรียนไม่ชอบรอคิวเพื่อรับบริการต่างๆ					
๓. ทักษะชีวิตด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน						
๓.๑ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง						
๑	นักเรียนปฏิบัติตามกฎระเบียบภายในครอบครัวที่ผู้ปกครองตั้งไว้					
๒	นักเรียนช่วยเหลืองานต่างๆ ภายในบ้าน					
๓	นักเรียนเล่าถึงกิจกรรมที่นักเรียนทำที่โรงเรียน และรายงานผลการเรียนให้ผู้ปกครองฟัง					
๔	นักเรียนขอคำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องเรียน เรื่องส่วนตัว จากผู้ปกครอง					
๕	นักเรียนทำงานที่ผู้ปกครองมอบหมายให้ด้วยความเต็มใจ					
๖	นักเรียนแสดงความเคารพผู้ปกครองก่อนไป-กลับจากโรงเรียน					
๗	นักเรียนใส่ใจในการเรียนเรียนตามที่ผู้ปกครองสั่งสอน					
๘	นักเรียนไม่สามารถพูดคุยกับผู้ปกครอง เพื่อปรึกษาปัญหาต่างๆ					
๙	นักเรียนมีความคิดเห็นขัดแย้งกับผู้ปกครอง					
๓.๒ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู						
๑	นักเรียนตั้งใจเรียนขณะครูสอน					
๒	นักเรียนเชื่อฟังคำสั่งสอน และให้ความเคารพครูทั้งต่อหน้า-ลับหลัง					
๓	นักเรียนส่งงานตามกำหนดเสมอ					
๔	นักเรียนพยายามปฏิบัติตามให้ถูกระเบียบเพื่อให้ครูสบายใจ					
๕	นักเรียนให้ความไว้วางใจปรึกษาปัญหาต่างๆ กับครู					
๖	นักเรียนมีโอกาสแสดงความคิดเห็นกับครู					
๗	นักเรียนให้ความร่วมมือทุกครั้ง เมื่อครูขอให้เข้าร่วม					

ข้อที่	ความคิดเห็นที่มีต่อการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษา	ระดับความคิดเห็น				
		๕	๔	๓	๒	๑
	กิจกรรม					
๘	นักเรียนไม่กล้าซักถาม เมื่อไม่เข้าใจบทเรียน					
๙	นักเรียนรู้สึกไม่พอใจเมื่อครูว่ากล่าวตักเตือน					
๓.๓ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน						
๑	นักเรียนปรึกษาปัญหาเรื่องเรียนกับเพื่อนได้					
๒	นักเรียนยินดีช่วยเหลือเพื่อนที่ไม่เข้าใจบทเรียน					
๓	นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนเรื่องเรียน และงานกลุ่มได้					
๔	นักเรียนมีความสุขที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนในเรื่องเรียน					
๕	เมื่อนักเรียนไม่เข้าใจเพื่อนช่วยอธิบายให้นักเรียนฟัง					
๖	เพื่อนยอมรับความคิดเห็นของนักเรียนในการทำงานกลุ่ม					
๗	เมื่อเพื่อนเกิดปัญหาด้านการเรียนนักเรียนคอยให้กำลังใจและให้คำปรึกษา					
๘	เพื่อนในห้องไม่สนใจซึ่งกันและกัน					
๙	นักเรียนไม่ชอบเรียนร่วมกับเพื่อนในห้องเรียน					
๑๐	นักเรียนชอบทำงานตามลำพัง					

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ตอบแบบสอบถามมา ณ โอกาสนี้
ที่ได้กรุณาเสียสละเวลาให้ความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้

ภาคผนวก จ.

ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา
และความสัมพันธ์

ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ

สารบัญ

กิจกรรม เรื่อง	หน้า
๑. ทักษะการสร้างปฏิสัมพันธ์ (ปริศณฺญาตฺตา : รู้จักชุมชน)	๑๘๒
๒. ทักษะการสื่อสาร (บุคคลปโรปริญญาตฺตา : รู้จักบุคคล)	๑๘๕
๓. ทักษะความภูมิใจในตนเอง (อัตตัญญาตฺตา : รู้จักตน)	๑๘๗
๔. ทักษะการควบคุมอารมณ์ (ธมฺมัญญาตฺตา : รู้จักเหตุ)	๑๘๙
๕. ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม (ธมฺมัญญาตฺตา : รู้จักเหตุ)	๑๙๔
๖. ทักษะการแสวงหาความรู้ (มัตตัญญาตฺตา : รู้จักประมาณ)	๑๙๖
๗. ทักษะความมีน้ำใจและซื่อสัตย์ (อัตถัญญาตฺตา : รู้จักผล)	๑๙๘
๘. ทักษะการจัดการความเครียด “ฝึกผ่อนคลาย” (อัตถัญญาตฺตา : รู้จักผล)	๒๐๐
๙. ทักษะการมองโลกในแง่ดี (อัตถัญญาตฺตา : รู้จักผล)	๒๐๓
๑๐. ทักษะการเข้าใจต่างวัฒนธรรม (ปริศณฺญาตฺตา : รู้จักชุมชน)	๒๐๔
๑๑. ทักษะความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี (บุคคลปโรปริญญาตฺตา : รู้จักบุคคล)	๒๐๖
๑๒. ทักษะการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (กาลัญญาตฺตา : รู้จักเวลา)	๒๐๘
๑๓. ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ(ธมฺมัญญาตฺตา : รู้จักเหตุ, อัตถัญญาตฺตา : รู้จักผล)	๒๑๑
๑๔. ทักษะการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ(บุคคลปโรปริญญาตฺตา : รู้จักบุคคล)	๒๑๓
๑๕. ทักษะมารยาททางสังคมของฉิน (ปริศณฺญาตฺตา : รู้จักชุมชน)	๒๑๕

แผนการจัดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม การสร้างปฏิสัมพันธ์ (ปริศณียา : รู้จักชุมชน)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะในการปฏิสัมพันธ์ของตนเองและผู้อื่นด้วยวิธีที่เหมาะสม

วัตถุประสงค์

ฝึกให้นักเรียนเข้าใจการปฏิสัมพันธ์ของตนเองและผู้อื่นด้วยวิธีที่เหมาะสม

ชิ้นงาน/ภาระ

ใบงานที่ ๑ เรื่อง การเก็บความรักให้เพื่อน

วิธีดำเนินกิจกรรม

๑. เล่นนิทานเรื่องเหยี่ยวให้นักเรียนฟัง
๒. นำของเดิมความรักในซองเป็นกระดาษเปล่ารูปหัวใจ มาให้นักเรียนเขียนชื่อตนเองไว้หน้าซอง
๓. ให้นักเรียนส่งของเดิมความรักเวียนไปให้เพื่อน ๆ ได้เขียนชมว่าตัวเรามีดีอะไร เช่น เรียบร้อย ขยัน เรียบเก่ง พุดไพเราะ ฯลฯ เป็นต้น
๔. หลังจากนั้น เมื่อนักเรียนเขียนครบทุกคนแล้วก็ส่งคืนเจ้าของ
๕. เมื่อนักเรียนรับของเดิมความรักของตนเองคืนจากเพื่อนแล้วให้แต่ละคนออกมาเล่าว่าเพื่อน ๆ ในกลุ่มได้ชมตนเองว่าอย่างไรบ้าง
๖. ถามความรู้สึกของนักเรียนว่านักเรียนรู้สึกอย่างไรจากได้ทำกิจกรรมนี้
๗. สรุปให้นักเรียนฟังว่า การที่เราจะอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้อย่างมีความสุข เราควรสร้างปฏิสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นว่าไว้โดยการให้ การให้นั้นไม่จำเป็นต้องเป็นสิ่งของ เช่น การปรารถนาดี การเห็นอกเห็นใจการพุดในสิ่งที่ดี นักเรียนเคยสังเกตไหมว่าทำไมในห้องของนักเรียนจึงทะเลาะกัน ก็เพราะเราชอบเป็นเหยี่ยว เทียวจิกคนอื่น ๆ เขา เราคอยตกเป็นเหยื่อของเหยี่ยว เมื่อเราให้สิ่งที่ดี ๆ แก่กัน เราก็จะได้รับสิ่งที่ดีตอบแทนเช่นกัน

สื่อ / แหล่งการเรียนรู้

๑. นิทานเรื่องเหยี่ยว
๒. ห้องสมุด

ใบงานที่ ๑
การเก็บความรักให้เพื่อน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมความดีของเพื่อนลงในรูปหัวใจคนละ ๑ข้อ

ชื่อข้าพเจ้า.....

ข้าพเจ้ามีส่วนดีดังนี้.....

๑.

๒.

๓.

๔.

๕.

๖.

๗.

๘.

๙.

๑๐.

๑๑.

๑๒.

๑๓.

๑๔.

๑๕.

๑๖.

๑๗.

๑๘.

๑๙.

๒๐.

ขอบคุณมาก !

นิทานเรื่องเหยี่ยว

เหยี่ยวเป็นสัตว์ปีก ชอบจิกกินเนื้อสด เปรียบเทียบเหยี่ยวเหมือนกับคนที่ชอบตำหนิ ถากถางเหน็บแนม การหัวเราะ หรือการเมินเฉย การดูว่า เป็นต้น

โดยปกติแล้ว พวกเราทุกคนจะแวดล้อมด้วย “เหยี่ยว” เช่นเดียวกันอึ้งเล็บที่ใหญ่ น่ากลัวข้างหนึ่งของ “เหยี่ยว” เหล่านี้ จะกางออกและพยายามลวงลึกลงเข้าไปในส่วนสำคัญที่สุดของชีวิต ในขณะที่อึ้งเล็บอื่น ๆ ก็ฉีกแกะเนื้อสด ๆ ที่อยู่รอบ ๆ กินเป็นอาหารจะปล่อยให้เหลือทิ้งไว้ก็แต่เลือดสดและความเจ็บปวดทั่วร่างกาย จงอยปากที่แหลมคมของ “เหยี่ยว” เหล่านี้เสียด้วย

ทุกครั้งที่เรายกบอกแก่ตนเองว่า ตนเป็นคนไม่ดีพอ หรือทุกครั้งที่เรายกบอกแก่ตนเองว่า ตนเป็นคนไม่ดี หรือทุกครั้งที่เรายกตำหนิตัวเราและชอบบรรยายความไม่ดีของเราให้ผู้อื่นฟัง “เหยี่ยว” ของเราก็จะรีบจุ่มจงอยปากของมันลง มาจิกตรงเนื้อส่วนที่เราเห็นเป็นเนื้อเลวร้ายที่สุดนั้น ส่วนมนุษย์อื่น ๆ ที่อยู่รอบ ๆ ตัวเราก็ช่วยกันป้อนเหยื่อให้ด้วย ทุกครั้งที่มิมีบางคนพยายามสร้างให้เราเกิดความรู้สึกไม่พอใจกับตนเอง “เหยี่ยว” ของเราก็จะเริ่มเดินเรื่องต่อ พวกเหล่านั้นจะพยายามสร้างเสริมเพิ่มพูนพลังของมันด้วยการหาจุดอ่อนของเรา และจี้จุดนั้นให้อ่อนแอลงยิ่งขึ้น บางครั้งเราก็ป้อน “เหยี่ยว” ของผู้อื่นด้วยเช่นกัน แม้ว่าผู้อื่นนั้นจะเป็นผู้ที่เรารักมากที่สุดก็ตาม เมื่อไรก็ตามที่เราวิพากษ์วิจารณ์เหน็บแนมและประณามคนอื่น ๆ เท่ากับว่า เราได้ป้อนอาหารที่อร่อยมีรสชาติมาก สำหรับ “เหยี่ยว” ของผู้อื่น

แต่อย่างไรก็ตามเราย่อมสามารถทำให้เหยี่ยวทั้งหลายของเราอดอยากและอ่อนกำลังลงจนกระทั่งมันยอมปลดปล่อยเราเป็นอิสระจากการจิกเกาะเราได้ ทั้งนี้เราจะทำได้โดยต้องพยายามมองว่าตัวเราเป็นคนน่ารัก เป็นคนเก่ง และมีความสามารถเป็นคนมีค่าควรที่จะได้รับความรักและความนับถือจากบุคคลทั่วไป

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๒ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม เขาคือ ใคร (บุคคลปริปัญญา : รู้จักบุคคล)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะการสื่อสาร

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถสื่อสารระหว่างกันได้อย่างเป็นสุข

ชิ้นงาน/ภาระงาน

ใบงานที่ ๒ เรื่อง เขาคือ ใคร

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. นำเข้าสู่บทเรียน โดยสนทนากับผู้เรียนว่า เกี่ยวกับการเข้าสังคม การอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งการที่เราจะเข้าสังคมที่มีบุคคลแปลกหน้าที่เราไม่รู้จัก เราจำเป็นต้องเริ่มทำความรู้จักบุคคลเหล่านั้น ด้วยคำพูด กริยาที่งดงาม

๒. กระตุ้นความสนใจโดยอาสาสมัครตัวแทนนักเรียน ๒ คน แสดงบทบาทสมมุติในการสนทนากับบุคคลที่เราไม่รู้จัก โดยการใช้กริยา คำพูดต่างๆ

๔. แจกใบงานที่ ๒ เรื่อง เขาคือใครแล้วชี้แจงรายละเอียดใบงานให้นักเรียนเข้าใจ โดยให้เวลาในการหาข้อมูล ๒๐ นาที

๕. นักเรียนจำนวน ๔ - ๕ คนตามความเหมาะสมของเวลาออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

๖. สรุปการทำกิจกรรม และอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการสื่อสารที่ดี การติดต่อกับบุคคลที่เราไม่เคยรู้จักเป็นอย่างไร พร้อมเน้นเรื่องมารยาทที่ดีในการพูดคุยกับบุคคลอื่น

สื่อ/แหล่งเรียนรู้

๑. ห้องสมุด

๒. Internet

ใบงานที่ ๒ เรื่อง เขาคือ ใคร

ชื่อข้าพเจ้า.....

คำชี้แจงให้นักเรียนสัมภาษณ์บุคคลต่างๆ มาคนละ ๓ บุคคล โดยศึกษาตามประเด็นต่างๆ ให้มากที่สุด
ต่อไปนี้เป็น

บุคคลที่ ๑

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

บุคคลที่ ๒

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

บุคคลที่ ๓

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๓ ด้านการจัดเวลา

ชื่อกิจกรรม กิจกรรมความภูมิใจในตนเอง (อัตตัญญูตา : รู้จักตน)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

การตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

วัตถุประสงค์

นักเรียนอธิบายความหมายและความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง

ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงานที่ ๓ บันทึกความภูมิใจในตัวเอง

วิธีดำเนินกิจกรรม ดังนี้

๑. อธิบายความหมายและเนื้อหาความสำคัญเกี่ยวกับค้นหาคุณค่าในตนเองพร้อมชมคลิป VDO
๒. ให้นักเรียนค้นหาข้อดีของตนเองหน้าชั้นเรียนโดยบันทึกลงในใบงานบันทึกความภูมิใจในตัวเอง
๓. นักเรียนนำเสนอความภูมิใจของตัวเองหน้าชั้นเรียน
๔. ร่วมกันอภิปรายเรื่องเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ภูมิใจมากที่สุด นำมาซึ่งความภูมิใจในตนเอง เพื่อก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและได้เห็นคุณค่าในตนเอง
๕. ร่วมกันสรุปว่าทุกคนมีคุณค่าในตนเอง

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. คลิป VDO เรื่องความภูมิใจในตัวเอง
๒. ใบบันทึกกิจกรรมความภูมิใจในตัวเอง

แผนการจัดการกิจกรรมแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๔ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม การควบคุมอารมณ์ “วัยรุ่นุ่นวายใจ” (ธัมมัญญา : รู้จักเหตุ)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะการควบคุมอารมณ์ (EQ)

วัตถุประสงค์

นักเรียนเข้าใจถึงสภาพอารมณ์ในระดับช่วงวัยและสามารถเรียนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ได้

ชิ้นงาน

ใบงาน เรื่อง วัยรุ่นุ่นวายใจ

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ๔ - ๕ คนโดยให้แต่ละความสามารถเพื่อให้สามารถช่วยเหลือกันได้
๒. อธิบายถึงความหมายของอารมณ์การจำแนกประเภทของอารมณ์ และพัฒนาการทางด้านอารมณ์ของช่วงวัยต่างๆผลที่เกิดขึ้นจากอารมณ์และการควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆ แล้วถามนักเรียนว่านักเรียนคิดว่านักเรียนเคยมีอารมณ์ประเภทใดบ้าง มีผลกระทบต่อชีวิตประจำวันอย่างไร มีวิธีควบคุมอารมณ์อย่างไร
อารมณ์โกรธ อารมณ์กลัว อารมณ์พึงพอใจ
๓. ชี้แจงและมอบใบงานเรื่อง วัยรุ่นุ่นวายใจให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง
๔. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอผลการค้นคว้าตามใบงาน
๕. ร่วมกันอภิปรายและสรุปความรู้จากการนำเสนอของแต่ละกลุ่ม อธิบายเสริมส่วนที่ยังขาดความสมบูรณ์และชื่นชมให้กำลังใจนักเรียน
๖. ร่วมกันสรุปบทเรียนเรื่องวัยรุ่นุ่นวายใจ และการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อให้ อยู่สังคมได้อย่างมีความสุข

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

- ๑ ใบความรู้
- ๒ หนังสือเกี่ยวกับความรู้เรื่องอารมณ์
- ๓ ห้องสมุด
- ๔ เว็บไซต์

ใบความรู้

อารมณ์ (Emotion)ธรรมชาติของอารมณ์

ในแต่ละวันบุคคลจะมีอารมณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้นมากมาย อาจจะเป็นความพึงพอใจ ความโกรธ ความร่าเริง ความเจ็บปวด ความผิดหวัง เพราะตลอดเวลาที่บุคคล อยู่ในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง บุคคลจะอยู่ภายใต้สิ่งเร้า (stimulus) และประสบการณ์ (experience) ที่เขามีอยู่ทำให้อารมณ์แปรเปลี่ยนไปมา ซึ่งอารมณ์ในลักษณะดังกล่าวนี้จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ของบุคคล ดังจะเห็นได้จากกรณีที่คุณพ่อคนหนึ่งกำลังคอยลูกสาวอายุ ๑๕ ปี กลับบ้าน เนื่องจาก ไปงานที่สโมสร ระหว่างนั้นคอยจะเกิดความเป็นห่วง ความกลัวเกิดอันตราย พอได้ยินเสียงโทรศัพท์จึงรีบไปรับ เสียงลูกสาวบอกว่า ประมาณ ๒๐.๐๐ น. จะกลับมาถึงบ้าน พ่อจะรู้สึกสบายใจคลายความห่วงใย แต่เวลาเกือบ ๒๔.๐๐ น. แล้วลูกสาวก็ยังไม่กลับ พ่อรู้สึกหงุดหงิด โกรธ พอได้ยินเสียงกริ่งดัง จึงรีบไปเปิดประตู เห็นลูกสาวกลับมาอารมณ์จะเปลี่ยนไปเป็นดีใจ ความกลัวว่า จะเกิดอันตรายได้หายไป แต่อาจยังโกรธอยู่เพราะกลัวเด็กมากเกินไป และอาจนอนคิดโกรธตลอดคืนก็ได้

อารมณ์เป็นปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นภายใน เป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ และเป็นเหมือนตัวกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจ ที่จะนำไปสู่พฤติกรรมนั้น อารมณ์และแรงจูงใจจึงเป็นปรากฏการณ์ที่เชื่อมโยงกันอย่างใกล้ชิด กล่าวคือ แรกเริ่มที่มีอารมณ์เกิดขึ้น พฤติกรรมการจูงใจก็จะเกิดตาม ตัวอย่างเช่น เกิดความรู้สึกรักและพึงพอใจจะทำให้เกิดพฤติกรรมทางเพศตามมา ซึ่งอาจเป็นการอยากไปพบหน้าคนที่รัก อยากอยู่ใกล้ อยากพูดคุยด้วย หรืออีกกรณี ขณะที่บุคคลมีความรู้สึกโกรธ พฤติกรรมทางการก้าวร้าว ก็จะตามมา อย่างไรก็ตามการเชื่อมโยงกันดังที่กล่าวคงไม่เป็นเช่นนั้นเสมอไป เพราะพฤติกรรมทางเพศ สามารถเกิดขึ้นได้โดยไม่มีอารมณ์ และความก้าวร้าวก็จะเกิดขึ้นได้โดยไม่มีอารมณ์ ในทางกลับกันความรักอาจ เกิดขึ้นได้โดยไม่เกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมทางเพศ และความรักก็เกิดขึ้นได้โดยไม่มีความรักก้าวร้าว หรือบางครั้ง ก็มีอยู่บ่อย ๆ ที่อารมณ์และแรงจูงใจไม่เชื่อมไปด้วยกัน โดยภาพรวมกล่าวได้ว่า อารมณ์และแรงจูงใจเป็นกระบวนการทางจิตวิทยาอย่างเด่นชัด สามารถเกิดขึ้นได้อย่างเป็นอิสระของกันและกัน แต่มีโอกาส ที่จะมาเชื่อมโยงกันได้อย่างใกล้ชิดเสมอ อารมณ์สามารถที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ เหมือนเป็นผู้ที่จูงใจ สามารถที่จะกระตุ้น เมื่อพฤติกรรมจูงใจมีอุปสรรค

อารมณ์ คืออะไร

อารมณ์ มาจากภาษาอังกฤษ "Emotion" มีความหมายว่าการเกิดการเคลื่อนไหว หรือภาวะที่ตื่นเต้นมันเป็นการยากที่จะบอกว่า อารมณ์คืออะไร แต่มีแนวคิดหนึ่ง ที่ให้ความเข้าใจได้ง่ายกล่าวไว้ว่า อารมณ์เป็นความรู้สึกภายในที่เร้า ให้บุคคลกระทำ หรือเปลี่ยนแปลงภายในตัว ของเขาเอง ซึ่งความรู้สึก เหล่านี้จะเป็นความรู้สึกที่พึงพอใจ ไม่พึงพอใจ หรือรวมกันทั้งสองกรณี อารมณ์เป็นสิ่งที่ไม่คงที่มีการแปรเปลี่ยน อยู่ตลอดเวลา ดังจะเห็นได้จากกรณีที่พ่อกำลังคอยลูกสาวอายุ ๑๕ ปี ที่กล่าวข้างต้นจากความหมายและธรรมชาติของอารมณ์ ทำให้นักจิตวิทยาทั้งหลายมีความเห็นว่างค์ประกอบของอารมณ์จะแบ่งออกเป็น ๓ อย่าง (Baron, ๑๙๘๙ : ๓๐๔) ดังนี้

๑. สภาวะการรู้คิด (cognitive states) เป็นความรู้สึกของผู้ที่กระทำหรือประสบการณ์ต่าง ๆ ของบุคคล อย่างเช่น เราเคยรู้สึกโกรธ ร่าเริง สะอิดสะเอียน เป็นต้น

๒. ปฏิกริยาทางสรีระ (physiological reactions) เป็นการเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายของเรา เช่น หัวใจเต้นเร็วขึ้นเมื่อรู้สึกตื่นเต้นหรือตกใจ

๓. การแสดงออกของพฤติกรรม (expressive behaviors) เป็นสัญญาณการแสดงออกของสภาวะภายใน เช่น เกิดความพอใจก็จะแสดงการยิ้ม หรือเมื่อโกรธก็อาจกล่าววาจาต่อว่าออกมา หรือแสดงการกระแทกเท้า, ตบตี

องค์ประกอบทั้งสามอารมณ์ : สภาวะการรู้คิด ปฏิกริยาทางสรีระ และการแสดงออกพฤติกรรม

การจำแนกอารมณ์ อารมณ์มีอยู่มากมายหลายชนิดซึ่งเราอาจเรียกมันว่าอะไรก็ตาม แต่ว่าอารมณ์เหล่านั้น ก็มีความเด่นชัดและเป็นอิสระ นักจิตวิทยาได้จำแนกอารมณ์ โดยคำนี้ สิ่งเร้าที่มาเป็นตัวกระตุ้น และรูปแบบการตอบสนองพฤติกรรมที่มีต่อสิ่งเร้านั้น และส่วนมากมีความเชื่อว่าบุคคลมีอารมณ์พื้นฐานอยู่ ๓ ชนิด คือ ความโกรธ (anger) ความกลัว (fear) และความพึงพอใจ (pleasure) (Carlson, ๑๙๙๓ : ๔๐๐) ส่วนอารมณ์ อื่นๆ เป็นผลที่เกิดจากอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งหรือมากกว่าของ อารมณ์ทั้งสามนี้ ตัวอย่างเช่น รังเกียจ เตือดตาล เครียดแค้น เป็นรูปแบบของอารมณ์โกรธ การอิจฉาและความรู้สึกผิดจะอยู่บนพื้นฐานของความกลัว ความรักและความสุขจะมีพื้นฐานมาจากความรู้สึกพึงพอใจ ความโศกเศร้าเป็นเสมือนการรวมกันของอารมณ์กลัวและอารมณ์โกรธทุกคนเคยมีอารมณ์โกรธ กลัว และพึงพอใจมาแล้ว แต่ทั้งอารมณ์โกรธ กลัว และพึงพอใจ เกิดมาจากสาเหตุที่แยกออกได้แตกต่างกันซึ่งมีความเป็นไปได้ที่เราจะจัดการหรือควบคุมมัน

ความโกรธ (anger) เป็นอารมณ์ที่ไม่พึงพอใจอย่างแท้จริง มักเกิดขึ้นเนื่องจากถูกขัดขวางไม่ให้ทำกิจกรรมที่ตนต้องการ ในบุคคลแต่ละวัย ความโกรธจะแตกต่างกันไป ในวัยเด็ก เรื่องที่ทำให้โกรธมักจะเป็นกิจกรรมที่เด็กกำลังทำอยู่ หรือการอยากรู้ อยากเห็น และการแสดงออก ซึ่งความโกรธก็จะแสดงออกในรูปของการก้าวร้าวทางกาย หน้าตาบูดบึ้ง ทูบตีสิ่งของ ต่อยตี ถ้าเป็นวัยรุ่นและผู้ใหญ่ความโกรธจะเป็น เรื่องทางสังคมมากขึ้น และการแสดงอารมณ์โกรธจะออกมาในรูปวาจา พูดติตติง นินทา พูดจาเสียดสี จะมีวัยรุ่นบางกลุ่มบางพวก ยังชอบใช้การก้าวร้าวทางกาย อีกด้วย ทั้งนี้เนื่องจากได้เรียนรู้หรือได้รับการปลูกฝังในสังคมที่เขาเป็นอยู่

อย่างไรก็ตาม ความโกรธนับว่าเป็นอารมณ์ที่สำคัญยิ่ง เพราะมีพลังที่เชื่อมโยงกับพฤติกรรม การจูงใจเป็นอย่างมาก ซึ่งเราจะพบได้เสมอ ในทุกสังคม เมื่อบุคคลมีความโกรธพฤติกรรมจูงใจ ที่เกิดตามมาก็คือไม่อยากทำกิจกรรมต่าง ๆ

ความกลัว (fear) เป็นอารมณ์ที่แสดงออกถึงความรู้สึกว่าเป็นอันตราย ซึ่งจะมีอยู่มากมายทั้งที่มองเห็นและมองไม่เห็น เด็กเล็ก ๆ จะกลัวเสียงดัง กลัวสิ่งแปลกประหลาด ถึงแม้จะเป็นเด็กโตก็ยังกลัว นอกจากนี้ยังกลัวความมืด กลัวคำขู่ กลัวถูกทอดทิ้งตามลำพัง ในเด็ก ตอนปลายเด็ก จะกลัวคำเยาะเย้ยจากเพื่อน กลัวตัวเองจะไม่เท่าเทียมกับเพื่อน

เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ จะเกิดความกลัวในทางสังคมมากขึ้น กลัวความผิดหวัง กลัวในความมีบทบาททางเพศ กลัวจะไม่ได้รับการยอมรับ พอเป็นผู้ใหญ่สูงอายุก็จะกลัว ในเรื่องสังขารร่างกาย ตลอดจนความสำเร็จในการทำงาน

ความพึงพอใจ (pleasure) เป็นอารมณ์ของความรู้สึกที่มีความสุขที่เรารับได้อย่างมาก เป็นความสำเร็จหรือความสุขสุดขีดเกิดขึ้น เมื่อบุคคลได้รับผลการตอบสนองตามที่ต้องการ ไม่ว่าจะเป็นการต้องการทางด้านร่างกายและด้านจิตใจ

การควบคุมอารมณ์ คือการเรียนรู้ที่จะจัดการกับอารมณ์ของตนเองอย่างเหมาะสม สร้างสรรค์และเป็นที่ยอมรับของสังคม นักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่นที่มีอารมณ์ไม่มั่นคงนักจึงมักสูญเสียการควบคุมตนเองได้ง่าย

การควบคุมอารมณ์ไม่ใช่เป็นการเก็บกด ไม่แสดงออกทางอารมณ์เลยแต่เป็นการเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์อย่างมีเหตุผลแสดงออกในทางที่สังคมยอมรับ และมีผลเสียต่อตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจน้อยที่สุดฉะนั้นการที่วัยรุ่นแสดงความก้าวร้าว หรือเก็บกดอารมณ์เอาไว้ จึงมิใช่การควบคุมอารมณ์อย่างเหมาะสม เพราะความก้าวร้าว นั้นสังคมไม่ยอมรับในขณะเดียวกันการเก็บกดอารมณ์ก็ย่อมเกิดผลเสียด้านจิตใจต่อตัววัยรุ่นเอง

ดังนั้นวัยรุ่นควรเรียนรู้ความเหมาะสมในการแสดงอารมณ์ในแบบที่สังคมยอมรับ

การควบคุมอารมณ์มี ๒ ด้านได้แก่

๑. การควบคุมวิธีการแปลความหมายเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เราให้เกิดอารมณ์
๒. ควบคุมการแสดงออกต่อเหตุการณ์นั้น ๆ

การช่วยให้วัยรุ่นควบคุมอารมณ์ มีแนวทางปฏิบัติ ๓ ประการคือ

๑. ให้วัยรุ่นยอมรับว่ามีอารมณ์ และกำลังพยายามควบคุมอยู่
 ๒. ใช้สติปัญญาพิจารณาการตอบสนองทางอารมณ์ตามความจริง เช่นถ้ากำลังอิจฉาก็ให้ยอมรับว่าอิจฉา แม้ว่าจะพยายามปกปิดคนอื่นอยู่ก็ตาม แล้วก็พิจารณาตามความเป็นจริง โดยไม่มีอคติเข้าข้างตนเอง และระบายความไม่พอใจต่างๆ ด้วยการพูดออกมาถึงความรู้สึกที่มีอยู่นั้นกับคนที่เข้าใจ สามารถพูดคุยกันได้ หรืออาจใช้เทคนิคการผ่อนคลายอารมณ์ ก็จะสามารถควบคุมอารมณ์ไว้
 ๓. พิจารณาที่สาเหตุ หลีกเลี่ยงสาเหตุ และหาแนวทางปรับใจเพื่อเผชิญกับอารมณ์ทางลบ
- สรุปได้ว่า** อารมณ์ทุกอารมณ์นั้นเกิดขึ้นได้กับบุคคลทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย โดยอารมณ์ในแง่ลบ เช่นอารมณ์โกรธ และอารมณ์เศร้าที่มักทำให้เกิดผลเสียต่อบุคคลมาก ดังนั้นบุคคลจึงควรที่จะสำรวจตัวเอง และยอมรับว่าตนเองกำลังอยู่ในสภาวะอารมณ์อะไรและฝึกหัดที่จะระบายและควบคุมตัวเองได้อย่างเหมาะสม และเป็นไปในทางสร้างสรรค์ หรือรู้จักที่จะยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมให้ได้

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต
กิจกรรมที่ ๕ ด้านการจัดการเรียน
ชื่อกิจกรรม ความรู้ที่อยู่ไหน (รัชมัญญดา : รู้จักเหตุ) เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะการแสวงหาความรู้

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถค้นคว้าหาข้อมูลความรู้ที่ต้องการได้

ชิ้นงาน/ภาระงาน

ใบงาน เรื่อง ความรู้ที่อยู่ไหน

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. ซักถามนักเรียนเกี่ยวกับความรู้ของนักเรียนว่ามาจากที่ใดบ้าง โดยยกตัวอย่างประกอบ เช่น
ก. ความรู้เรื่องคำราชาศัพท์ ค้นคว้ามาจาก พจนานุกรมภาษาไทย
ข. ความรู้เรื่องการทำขนมบัวลอย ค้นคว้ามาจากตำราการทำขนมหวาน
๒. แจกและชี้แจงใบงาน เรื่อง ความรู้ที่อยู่ไหนให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง
๓. ร่วมกันอภิปรายการค้นคว้าหาความรู้มาจากที่ใดบ้าง
๔. ร่วมกันสรุปการค้นคว้าหาความรู้มาจากที่ใดบ้าง

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ห้องสมุด
๒. ใบงาน เรื่อง ความรู้ที่อยู่ไหน

ใบงาน เรื่อง ความรู้ยู่หนใด

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนข้อความให้สมบูรณ์เกี่ยวกับการค้นคว้าหาความรู้ว่ามาจากที่ใดบ้าง



แผนการจัดการกิจกรรมแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๖ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม น้ำใจงาม มีความซื่อสัตย์ (มัตตัญญูตา : รู้จักประมาณ) เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะความมีน้ำใจ/ และซื่อสัตย์

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถเล่าถึงประสบการณ์ ความมีน้ำใจต่อผู้อื่นได้

ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงานที่ ๗ เรื่อง ความมีน้ำใจ

วิธีการดำเนินกิจกรรม

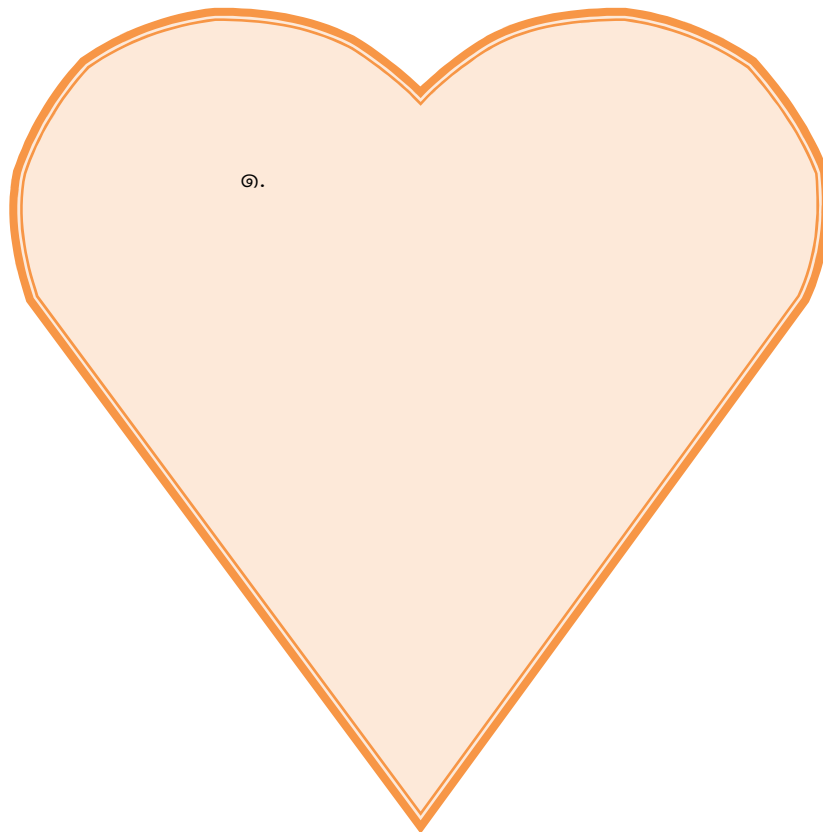
๑. ซักถามนักเรียนว่านักเรียน มีน้ำใจกับเพื่อนในชั้นเรียน เกี่ยวกับเรื่องอะไรบ้าง โดยยกตัวอย่างประกอบ เช่น
 - ก. การแบ่งปันของกินให้เพื่อนนักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร
 - ข. ถ้าให้เพื่อนยืมอุปกรณ์การเรียน นักเรียนจะให้หรือไม่เพราะเหตุใด
 - ค. นักเรียนจะทำอย่างไร เมื่อเห็นเพื่อนต้องการความช่วยเหลือ
๒. แจกใบงานและชี้แจงการทำใบงาน
๓. ร่วมกัน อภิปรายสรุปข้อคิด ที่ได้จากการแบ่งปันและฝึกให้เป็นนิสัย ทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

สื่อ / แหล่งการเรียนรู้

ห้องสมุด / ใบงาน

ใบงาน เรื่อง ความมีน้ำใจ

คำชี้แจงให้นักเรียนเขียนเล่าเรื่องสิ่งที่เคยแสดงความมีน้ำใจต่อผู้อื่น โดยสังเขป



แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๗ ด้านการจัดการเวลา

ชื่อกิจกรรม รู้หรือไม (อัตถ์ญญาตา : รู้จักผล)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

การเลือกสื่อเทคโนโลยี

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถเลือกใช้สื่อเทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงาน “รู้หรือไม”

วิธีดำเนินการ

๑. นำภาพสื่อเทคโนโลยีชนิดต่างๆมาให้นักเรียนดู สนทนาและซักถามเกี่ยวกับสื่อที่ครูนำเสนอ

๒. แบ่งกลุ่มนักเรียน กลุ่มละ ๕ คน ครูแจกใบงาน“รู้หรือไม”ให้แต่ละกลุ่ม ร่วมกันระดมพลังสมองในการทำใบงาน

๓. แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงาน

๔. ร่วมกันอภิปรายผลการนำเสนอของแต่ละกลุ่ม

๕. ร่วมกันสรุปเพื่อนักเรียนนำไปสู่การปฏิบัติ

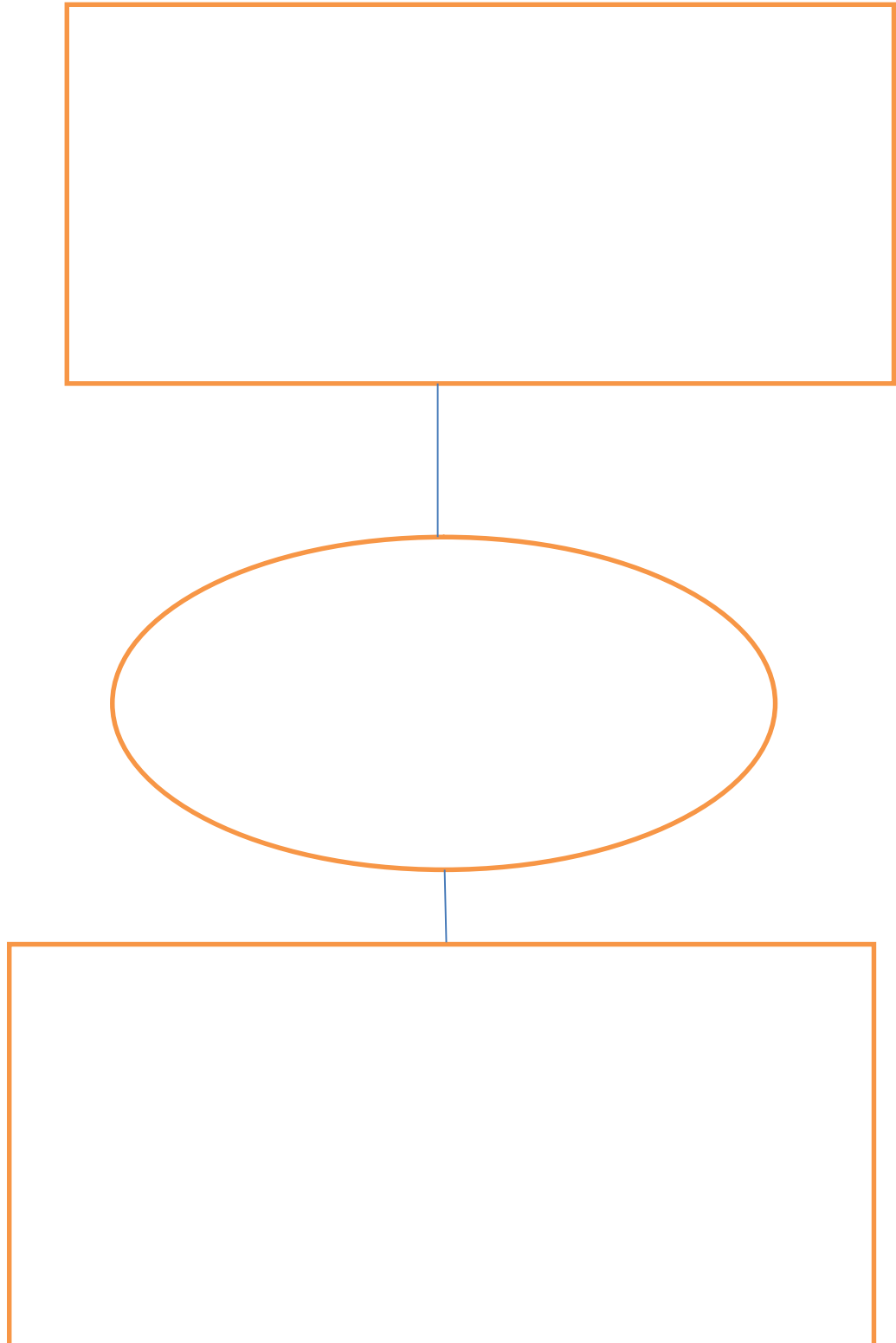
สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. ห้องสมุด

๒. การสืบค้นจากอินเทอร์เน็ต

ใบงานเรื่อง “รู้หรือไม่”

คำชี้แจง ให้แต่ละกลุ่มร่วมกันคิดค้นผลดีและผลเสียที่เกิดจากการใช้สื่อเทคโนโลยี



แผนการจัดการกิจกรรมแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๘ ด้านการจัดการเวลา

ชื่อกิจกรรม ฝึกผ่อนคลาย (อดิถุญญา : รู้จักผล)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถจัดการกับอารมณ์ และแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับวัย และสถานการณ์ รู้วิธีฝึกตนเองเพื่อผ่อนคลายอารมณ์ไม่ดีของตน

ชิ้นงาน/ภาระงาน

แบบทดสอบ

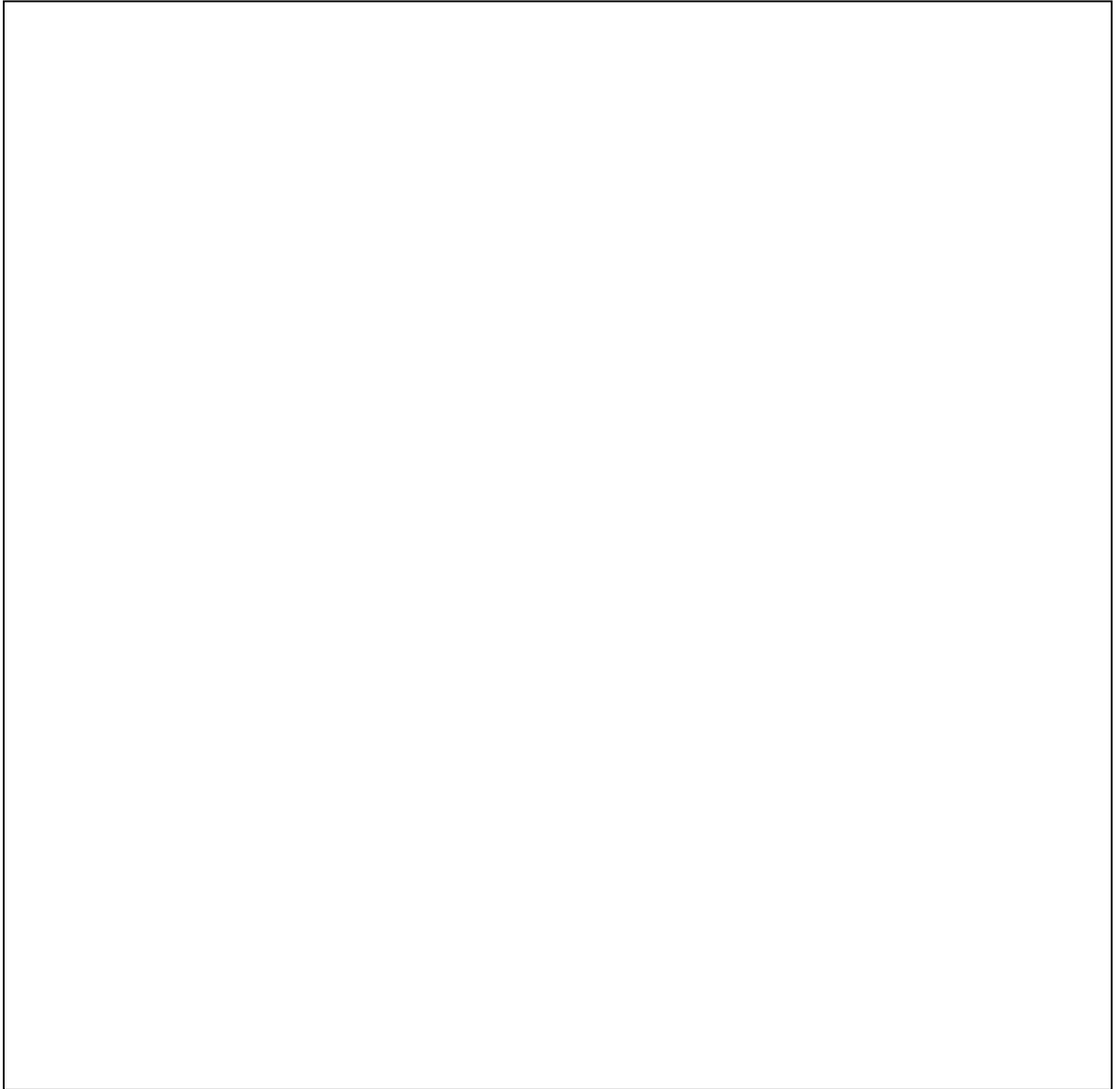
วิธีดำเนินกิจกรรม

๑. นำเข้าสู่บทเรียน ครูถามนักเรียนว่า นักเรียนมีวิธีการผ่อนคลายอย่างไรบ้าง
๒. ให้นักเรียนร่วมกันอภิปรายเรื่อง การฝึกผ่อนคลายความเครียด ประโยชน์ที่จะได้รับ และความจำเป็นของการลดอารมณ์ร้ายของแต่ละคน
๓. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง การฝึกวิธีการผ่อนคลายความเครียด และปฏิบัติตามวิธีการที่ใช้เพื่อผ่อนคลายความเครียดที่กำหนดให้
๔. ให้นักเรียนนำเสนอวิธีการฝึกผ่อนคลายความเครียดตามวิธีการของแต่ละคนโดยการตอบคำถามจากใบงาน
๓. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปวิธีการผ่อนคลายความเครียดที่เหมาะสม

สื่อ/แหล่งเรียนรู้

๑. ใบความรู้เรื่องการฝึกผ่อนคลายความเครียด
๒. แบบทดสอบ

ใบความรู้เรื่องการฝึกผ่อนคลายความเครียด



ใบงาน
เรื่องการฝึกผ่อนคลายความเครียด

ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

๑. อารมณ์ร้ายของตอนที่เคยเกิดขึ้น คือ

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

๒. เหตุการณ์ที่เกิดอารมณ์ร้าย

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

๓. สาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์ร้าย

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

๔. วิธีการลดระดับความรุนแรงของอารมณ์ร้าย

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

แผนการจัดการกิจกรรมแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๙ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม เป็นสุขทุกชีวิตเมื่อคิดบวก “การมองโลกในแง่ดี” (อรรถกถา : รู้จักผล)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

มองโลกในแง่ดี

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกภูมิใจในตนเองและผู้อื่น

ชิ้นงาน /ภาระงาน

บันทึกความดี

วิธีการดำเนินกิจกรรม

- ครูให้นักเรียนช่วยกันบอกชื่อบุคคลที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นคนดีทั้งในและต่างประเทศ และช่วยกันบอกว่าบุคคลเหล่านั้นทำความดีอะไรบ้าง
- ครูให้นักเรียนนั่งเป็นวงกลม แจกกระดาษให้คนละ ๑ แผ่นเขียนชื่อของตัวเองและให้เขียนส่วนดีของตัวเอง ๑ อย่างแล้วส่งกระดาษแผ่นนั้นไปเรื่อยๆจนครบรอบวงโดยให้เพื่อนๆทุกคนเขียนสิ่งที่ดีของเจ้าของกระดาษ
- เมื่อเจ้าของกระดาษได้กระดาษกลับคืนให้อ่านสิ่งที่เพื่อนเขียนถึงความดีของตนเอง
- ครูสอบถามความรู้สึกของนักเรียนเมื่อได้อ่านสิ่งที่เพื่อนเขียน นักเรียนยิ้มดีใจและรู้สึกมีความสุข
- ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่าการที่คนเรามีความรู้สึกที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่นและมองแต่ในสิ่งดีทำให้เรามีความสุข มีสุขภาพจิตดีเพราะคนเรานั้นทุกคนต่างมีทั้งส่วนดีและส่วนไม่ดี ให้เรามองข้ามส่วนไม่ดีเล็กๆน้อยๆไปบ้าง เราก็จะพบแต่ความสุขคนที่เขียนให้เพื่อนๆก็ให้เห็นแบบอย่างที่ดีจากคนอื่น และคนที่ได้อ่านความดีของตนเองที่เพื่อนๆเขียนให้ก็มีความสุขภาคภูมิใจ มีกำลังใจในการทำความดีต่อไป

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑๐ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม การเข้าใจต่างวัฒนธรรม (ปริสัณญตา : รู้จักชุมชน)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะการเข้าใจต่างวัฒนธรรม

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพความแตกต่างทางวัฒนธรรมได้

ชิ้นงาน

ใบงานที่ ข้อดีของวัฒนธรรมแต่ละภาค

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. ครูซักถามนักเรียนเกี่ยวกับวัฒนธรรม โดยใช้คำถามว่านักเรียนคิดว่าวัฒนธรรมที่แตกต่างกันนั้นเป็นอย่างไร

ก. วัฒนธรรมภาคเหนือ

ข. วัฒนธรรมภาคกลาง

ค. วัฒนธรรมภาคอีสาน

ค. วัฒนธรรมภาคใต้

๒. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายหาความรู้เกี่ยวกับความแตกต่างของวัฒนธรรม โดยยกตัวอย่างว่านักเรียนเคยเห็นวัฒนธรรมของท้องถิ่นต่าง ๆ เกี่ยวกับอะไรบ้าง โดยใช้ใบงาน เรื่อง วัฒนธรรมของภาคต่างๆ

๓. ครูและนักเรียนร่วมกันพูดคุยถึงประโยชน์และความสวยงามของวัฒนธรรมที่มีในสังคมของทุกภาค

๔. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงการรู้จักหลอมรวมวัฒนธรรมที่ต่าง ๆ กัน นำมาใช้ร่วมกันในสังคม

๕. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงการใช้ชีวิตในสังคมโดยรู้จักปรับตัวเข้ากับวัฒนธรรมที่แตกต่างกันเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

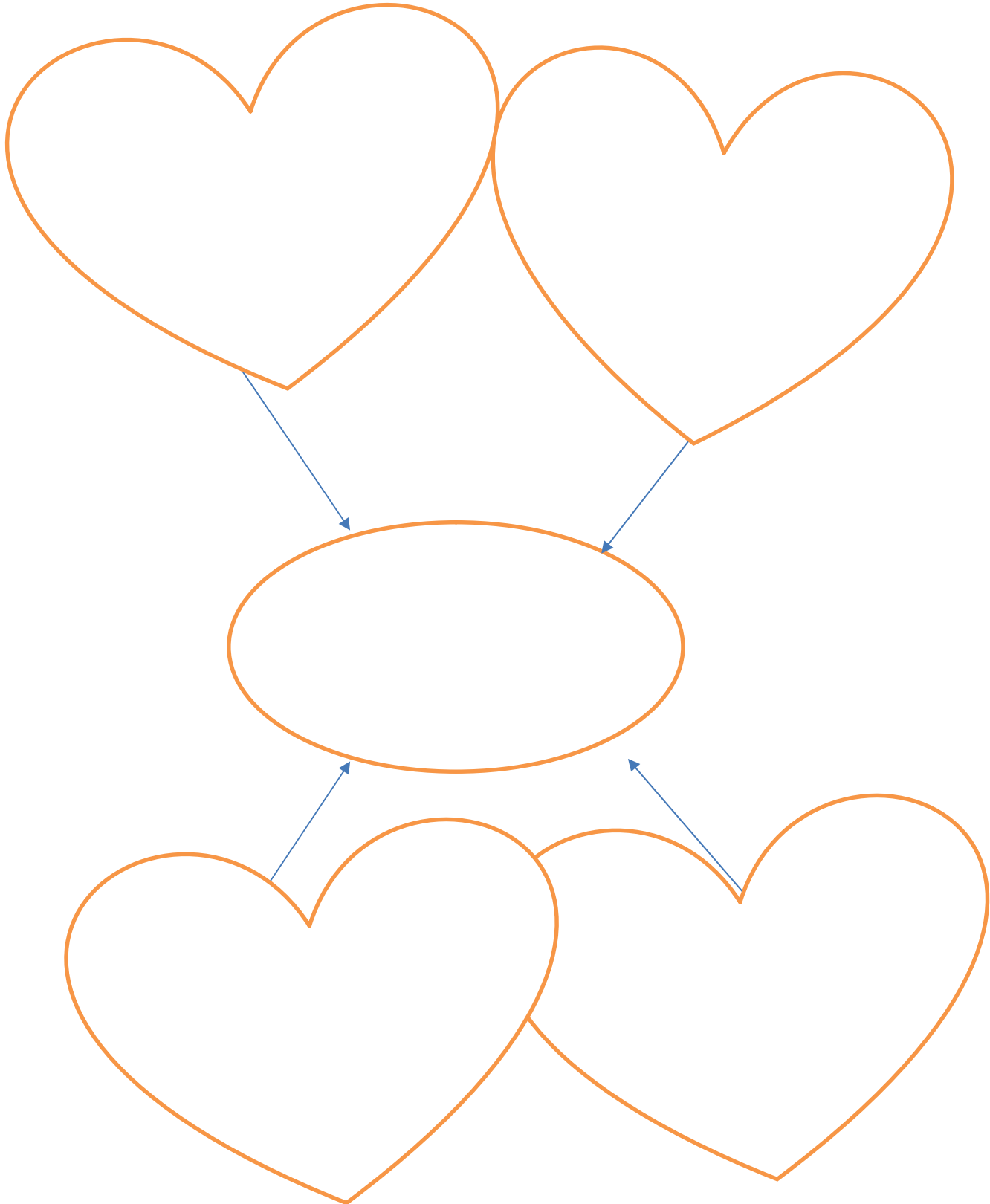
สื่อ / แหล่งเรียนรู้

ห้องสมุด

เว็บไซต์ข้อมูลวัฒนธรรมของแต่ละภาค

ใบงานเรื่อง ความสวยงามและผลดีของวัฒนธรรมของแต่ละภาค

คำชี้แจง ให้นักเรียนบอกถึงวัฒนธรรมที่ดีของภาคต่างๆที่มีผลต่อสังคมส่วนร่วม



แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑๑ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม ความเป็นผู้นำ “กล้าได้อีก” (บุคคลปรัญญา : รู้จักบุคคล) เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

วัตถุประสงค์

๑. นักเรียนสามารถบอกถึงการปฏิบัติตนในการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีได้
๒. นักเรียนสามารถแสดงบทบาทสมมุติการมีภาวะผู้นำและผู้ตามได้
๓. นักเรียนแสดงออกถึงภาวะความเป็นผู้นำผู้ตามได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงานที่ เรื่อง กล้าได้อีก

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. ครูสนทนากับนักเรียนถึงผู้นำทั้งในและต่างประเทศที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักร่วมกันแสดงความคิดเห็นว่าแต่ละท่าน เป็นผู้นำที่มีลักษณะอย่างไร
๒. แบ่งกลุ่มนักเรียนออก กลุ่มละ ๕ คน
๓. ครูแจกและชี้แจงการทำใบงาน เรื่อง กล้าได้อีก ให้นักเรียนทำตามคำชี้แจง
๔. นักเรียนออกมาแสดงบทบาทสมมุติทีละกลุ่ม
๕. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย การแสดงบทบาทสมมุติของแต่ละกลุ่ม
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุป ทักษะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑๒ ด้านการจัดการเวลา

ชื่อกิจกรรม การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ “เวลาว่างที่ฉันชอบ” (กาลัญญุตตา : รู้จักเวลา)
เวลา ๑ ชั่วโมง

.....

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

วัตถุประสงค์

๑. บอกชื่อกิจกรรมที่ตัวเองชอบได้
๒. บรรยายข้อมูลกิจกรรมที่ชอบทำในเวลาว่างพร้อมทั้งวาดภาพประกอบได้

ชิ้นงาน/ภาระงาน

ใบงาน กิจกรรม ยามว่างที่ฉันชอบทำ

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. ครูสนทนาเกี่ยวกับกิจกรรมที่นักเรียนชอบทำในชีวิตประจำวันแล้วให้นักเรียนดูรูปภาพบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพที่พัฒนามาจาก กิจกรรมที่ตัวเองชอบ(R)
๒. ให้นักเรียนบอกเหตุผลที่ชอบและไม่ชอบในการทำกิจกรรมยามว่าง
๓. ให้นักเรียนทำใบงาน กิจกรรม “ยามว่างที่หนูชอบทำ” โดยการวาดภาพกิจกรรมที่นักเรียนทำในเวลาว่างพร้อมทั้งเขียนอธิบายภาพแล้วออกมานำเสนอที่ละคน ประมาณ 3-5 นาทีโดยเปิดโอกาสให้นักเรียนคนอื่นซักถามในสิ่งที่สงสัยได้
๔. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเกี่ยวกับการดำรงชีวิตที่มีความสุข โดยการได้ทำกิจกรรมที่นักเรียนชอบและชี้ให้เห็นว่าการรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สามารถพัฒนาตนเองให้เกิดผลงานที่มีคุณค่าได้

สื่อ/แหล่งเรียนรู้

๑. ใบงาน กิจกรรมยามว่างที่นักเรียนชอบทำ
๒. รูปภาพบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพที่พัฒนามาจากกิจกรรมที่นักเรียนชอบ

รูปภาพบุคคลที่ประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ

ไมเคิล จอร์แดน (Michael Jordan)

คนส่วนใหญ่คงไม่เชื่อว่าอดีตนักบาสเกตบอลหมายเลขหนึ่งของโลกอย่าง จอร์แดน จะเคยไม่ผ่านการคัดตัวเข้าทีมโรงเรียน โชคดีที่ว่า เขาไม่ได้หมดหวังและยังเดินหน้าซ้อมเสมอมา เขากล่าวไว้ว่า "ตลอดชีวิตอาชีพนักบาส ผมพลาดจังหวะยิงมาแล้วมากกว่า 9,000 ครั้ง แพ้มาเกือบ 300 เกมการแข่งขัน ต้องล้มเหลวซ้ำแล้วซ้ำเล่า แต่นั่นแหละที่ทำให้ผมประสบความสำเร็จในอาชีพของผม"



แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑๓ ด้านการจัดการการเรียนรู้

ชื่อกิจกรรม การคิดอย่างมีวิสัยทัศน์“คิดอย่างไร”

(ธัมมัญญตา : รู้จักเหตุ, อตถัญญตา : รู้จักผล)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นจากเหตุการณ์ต่างๆอย่างมีวิจารณญาณ

ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงานเรื่อง คิดอย่างไร

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. ครูซักถามพร้อมทักทายนักเรียนในห้องเรียน
๒. ครูนำข่าวที่น่าสนใจมาเล่าให้นักเรียนฟัง แล้วให้นักเรียน แสดงความคิดเห็น (R) เช่น
 - พญานาคเล่นน้ำที่จังหวัดมุกดาหาร
๓. ครูถามนักเรียนว่า ข่าวที่ครูเล่าให้ฟังมีความน่าเชื่อถือหรือไม่ และนักเรียนคิดว่าเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริงหรือไม่ครูอธิบายเรื่องการคิดโดยใช้วิจารณญาณให้นักเรียนฟัง
๔. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระเพื่อให้ได้ทราบเหตุผลที่หลากหลาย แล้วชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจว่าข่าวที่นักเรียนได้ฟังจากครูนั่น นักเรียนจะต้องเข้าใจรายละเอียด ที่มาหรือแหล่งข่าวว่า มีความน่าเชื่อถือหรือไม่ แล้วนำข้อมูลต่างๆ มาวิเคราะห์ก่อนตัดสินใจเชื่อ
๕. จากนั้นครูแจกใบงานเรื่อง คิดอย่างไร พร้อมอธิบายคำชี้แจงในใบงานให้นักเรียนฟัง
๖. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายแล้วสรุปความคิดโดยรวม จากสมาชิกในห้องเรียน
๗. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่า เหตุการณ์หรือเรื่องราวใดๆที่ได้รับไม่ควรที่จะเชื่อถือควรใช้วิจารณญาณในการรับรู้ข่าวสาร ต่างๆ

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. ข่าวเหตุการณ์ต่างๆ จากหนังสือพิมพ์

ใบงาน เรื่อง คิดอย่างไร

ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นจากเรื่องที่กำหนดให้ต่อไปนี้

เบอร์โทรศัพท์มือถือมรณะ

ชาวบ้านภาคเหนือผวา คำเตือนว่อนเน็ต ห้ามรับเบอร์แปลกสีแดง ถึงตาย? แห่ปิดเครื่อง-ติดป้ายเตือน

๒๐ มกราคม ๒๕๕๓ รายงานข่าวแจ้งว่า ในพื้นที่จังหวัดลำปางมีข่าวลือเรื่องเบอร์โทรศัพท์มือถือมรณะ ประชาชนกลัวพากันปิดเครื่อง ไม่รับโทรศัพท์ พร้อมบอกต่อกันในหมู่ญาติพี่น้องและเพื่อนฝูง บางพื้นที่มีการตั้งป้ายเตือนอย่ากดรับเบอร์โทรศัพท์แปลก อาจทำให้เสียชีวิตได้

ทั้งนี้หลังจากที่ทราบข่าว ทางทีมงาน Mthai ได้สืบค้นข้อมูล พบผู้ที่แจ้งเตือนในอินเทอร์เน็ตแล้วว่า ลักษณะของเบอร์ดังกล่าวมีเลข ๓ ซ้ำกัน ๓ ตัว โดยจะมีสีเป็นสีแดง แม้ว่า จอโทรศัพท์จะเป็นจอขาวดำก็ตาม หากกดรับจะทำให้เสียชีวิต ซึ่งมีการลงข้อมูลว่ามีคนตายจริงๆ สาเหตุจากเลือดไหลออกตัวจนหมด

ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตระบุว่า เบอร์โทรมรณะนี้กำลังระบาดในพื้นที่ทางภาคเหนือ จังหวัดที่อ้างว่ามีคนตายแล้ว คือ เชียงใหม่ เชียงราย ลำปาง น่าน สำหรับเบอร์โทรศัพท์แปลกดังกล่าว มีดังนี้ ๐๘๓๓๓๖๖XXX? ๐๘๓๓๓๖๖XXX? ๐๘๓๓๓๓๖๖XXX? ๐๘๓๓๓๖๖XXX

ที่มา : <http://news.mthai.com/general-news/๖๖๒๓๙.html>

สืบค้นเมื่อวันที่ ๒๔ กันยายน ๒๕๕๓

จากเรื่องดังกล่าว นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไร

.....

.....

.....

ถ้าเหตุการณ์นี้เกิดขึ้นในพื้นที่ที่นักเรียนอาศัยอยู่ นักเรียนควรปฏิบัติอย่างไร

.....

.....

.....

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑๔ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจ (บุคคลปรีภัญญตา : รู้จักบุคคล)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะการแก้ปัญหาและตัดสินใจกับตนเองและผู้อื่น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถแก้ปัญหาและตัดสินใจ

ชิ้นงาน/ภาระ

ใบงานที่ ๑ เรื่องแก้ปัญหาและตัดสินใจอะไร

วิธีดำเนินกิจกรรม

๑. ครูสนทนาเกี่ยวกับเรื่องทั่ว ๆ ไปในปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันทั้งอดีตและปัจจุบัน
๒. ครูแบ่งกลุ่มให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มออกมาเล่าเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันทั้งอดีตและปัจจุบันจากบุคคลอื่น เช่น พ่อ แม่ พี่น้องญาติ เพื่อน เป็นต้น ครูคอยตั้งคำถามหาสาเหตุแก้ปัญหาและตัดสินใจแก้ปัญหาเพื่อค้นหาความรู้สึกอันแท้จริงของนักเรียนแต่ละคนว่ามีค่านิยมอย่างไร
๓. ครูสรุปให้นักเรียนฟังว่าสิ่งที่ได้รับในการแก้ปัญหาและตัดสินใจจากเหตุการณ์ต่างๆ ปัญหาที่ผ่านมามีการแก้ปัญหาที่แก้ไขที่ถูกต้องและไม่ถูกต้องปัญหาและตัดสินใจที่แก้ไขไม่ถูกต้องจะนำผลให้นักเรียนพลาดโอกาสจึงควรพิจารณาในการแก้ไขปัญหาและตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาจากผู้รู้และแหล่งเรียนรู้ต่างๆในการประกอบการตัดสินใจนักเรียนจดข้อสรุปลงในสมุดบันทึก

สื่อ/แหล่งการเรียนรู้

๑. ห้องสมุด
๒. ใบงาน

ใบงาน
เรื่อง ผู้อยู่เบื้องหลัง



คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนปัญหา แนวการแก้ปัญหาและการตัดสินใจ ลงในแบบบันทึกข้างล่าง
ชื่อ..... ชั้น.....

แผนการจัดการกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมที่ ๑๕ ด้านความสัมพันธ์

ชื่อกิจกรรม ทักษะมารยาททางสังคมของฉันทน์ (ปริสฺสณฺญตา : รู้จักชุมชน)

เวลา ๑ ชั่วโมง

องค์ประกอบทักษะชีวิต

ทักษะมารยาทที่ดีในสังคม

วัตถุประสงค์

๑. นักเรียนสามารถบอกมารยาทที่ดีในสังคมได้

ชิ้นงาน / ภาระงาน

ใบงาน เรื่อง มารยาททางสังคมที่ดีของฉันทน์

วิธีการดำเนินกิจกรรม

๑. ครูซักถามนักเรียนว่า มารยาทคืออะไรโดยยกตัวอย่าง เช่น

ก. ก่อนนักเรียนจะเดินเข้าห้องเรียนที่มีการเรียนอยู่ นักเรียนควรขออนุญาตคุณครูที่กำลังสอนอยู่เพื่อขอเข้าห้องเรียน เรียกว่า “ผู้มีมารยาท”

ข. เมื่อนักเรียนเดินผ่านผู้ใหญ่หรือผู้อาวุโสกว่า ควรยกมือไหว้และกล่าวคำทักทาย “สวัสดีครับ/ค่ะ” ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน จึงได้เรียกว่า “ผู้มีมารยาทที่ดี”

๒. ครูและนักเรียนร่วมกันชมวีดิทัศน์ เรื่อง มารยาทที่ดีในสังคม

๓. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายจากการรับชมวีดิทัศน์แล้วสรุปร่วมกัน

๔. ครูแจกและชี้แจงการทำใบงาน เรื่องมารยาททางสังคมของฉันทน์ แล้วให้นักเรียนทำตาม

คำชี้แจง

๕. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปราย และสรุปการมีมารยาทที่เหมาะสมในสังคม

๖. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปว่าทุกคนควรมีมารยาททางสังคมที่ดี จะเป็นสิ่งที่ช่วยให้นักเรียนอยู่ร่วมกันในสังคมกับบุคคลอื่นได้ดีและมีความสุข

สื่อ / แหล่งเรียนรู้

๑. วีดิทัศน์ เรื่อง “มารยาทที่ดีในสังคม”

๒. อินเทอร์เน็ต

๓. ห้องสมุด

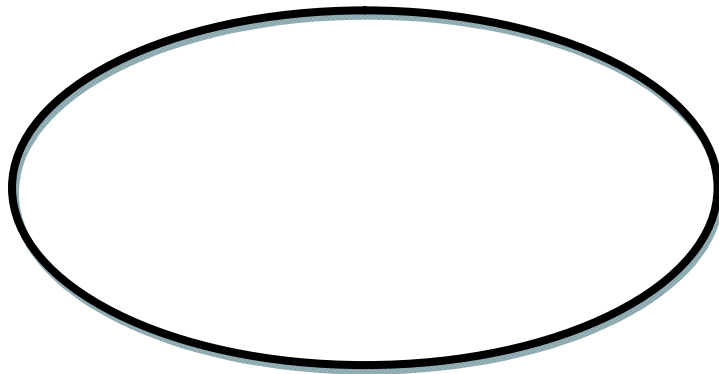
ใบงาน
เรื่อง มารยาททางสังคมที่ดีของฉัน

คำชี้แจง ให้นักเรียนเติมข้อความให้สมบูรณ์

[Dotted line box for writing]

[Dotted line box for writing]

[Dotted line box for writing]



[Dotted line box for writing]

[Dotted line box for writing]

[Dotted line box for writing]

[Dotted line box for writing]

ภาคผนวก ฉ.

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ โทร.๐๓๕-๒๔๘-๐๙๔-๕
 ที่ ศธ ๖๑๐๓.๒ / ๑๑ วันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๖๐
 เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน พระมหาสมบุรณ์ สุทธิโม ผศ.ดร.

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. วิทยานิพนธ์บทที่ ๑-๓ จำนวน ๑ ฉบับ
 ๒. กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต จำนวน ๑ ฉบับ
 ๓. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษ ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว และอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย กำลังทำวิจัยเรื่อง “การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” เป็นงานวิจัยเพื่อสร้างความเป็นธรรมในสังคมและยุทธศาสตร์การพัฒนาคณะผู้สังคมนักเรียนรู้อุดมคติชีวิตอย่างยั่งยืน

เพื่อการนี้ พิจารณาเห็นข้าพเจ้า พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ และเชี่ยวชาญสามารถให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อการสร้างเครื่องมือดำเนินการวิจัยของนิสิตได้เป็นอย่างดี จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัยดังกล่าว และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม)
 ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ผู้ประสานงาน นางสาวสายหยุด มีฤกษ์

โทรศัพท์ ๐๖๓-๒๑๔-๖๕๑๘

ขอรับรองว่าได้ผ่านการตรวจสอบเครื่องมือวิจัยเรียบร้อยแล้ว

(พระมหาสมบุรณ์ สุทธิโม ผศ.ดร.)

วันที่...../...../.....

หมายเหตุ : หนังสือฉบับนี้จะไม่สมบูรณ์ในการนำไปอ้างอิงผลการตรวจสอบเครื่องมือ หากไม่ได้รับการลงนามโดยผู้รับผิดชอบข้างต้น



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ โทร.๐๓๕-๒๔๘-๐๙๔-๕
 ที่ ศธ ๖๑๐๓.๒/๑.๑ วันที่ ๗ สิงหาคม ๒๕๖๐
 เรื่อง ขออนุมัติคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน พระสรวินธุ์ อภิปณฺเฑ,ดร.

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. วิทยานิพนธ์บทที่ ๑-๓ จำนวน ๑ ฉบับ
 ๒. กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต จำนวน ๑ ฉบับ
 ๓. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษ ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว และอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กำลังทำวิจัยเรื่อง “การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” เป็นงานวิจัยเพื่อสร้างความเป็นธรรมในสังคมและยุทธศาสตร์การพัฒนาคณะผู้สังคมนักเรียนรู้อุตสาหกรรมอย่างยั่งยืน

เพื่อการนี้ พิจารณาเห็นข้าพเจ้า พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ และเชี่ยวชาญสามารถให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อการสร้างเครื่องมือดำเนินการวิจัยของนิสิตได้เป็นอย่างดี

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัยดังกล่าว และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม)
 ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ผู้ประสานงาน นางสาวสายหยุด มีฤกษ์

โทรศัพท์ ๐๖๓-๒๑๔-๖๕๑๘

ขอรับรองว่าได้ผ่านการตรวจสอบเครื่องมือวิจัยเรียบร้อยแล้ว

(พระสรวินธุ์ อภิปณฺเฑ,ดร.)

วันที่...../...../.....

หมายเหตุ : หนังสือฉบับนี้จะไม่สมบูรณ์ในการนำไปอ้างอิงผลการตรวจสอบเครื่องมือ หากไม่ได้รับการลงนามโดยผู้รับผิดชอบข้างต้น



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ โทร.๐๓๕-๒๔๘-๐๙๕-๕
 ที่ ศธ ๖๑๐๓.๒ / ๑๑ วันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๖๐
 เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน พระครูปลัดมารุต วรมงคล โสภิต,ดร.

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. วิทยานิพนธ์บทที่ ๑-๓ จำนวน ๑ ฉบับ
 ๒. กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต จำนวน ๑ ฉบับ
 ๓. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษ ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว และอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กำลังทำวิจัยเรื่อง “การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” เป็นงานวิจัยเพื่อสร้างความเป็นธรรมในสังคมและยุทธศาสตร์การพัฒนาคนสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน

เพื่อการนี้ พิจารณาเห็นข้าพเจ้า พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ และเชี่ยวชาญสามารถให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อการสร้างเครื่องมือดำเนินการวิจัยของนิสิตได้เป็นอย่างดี

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัยดังกล่าว และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม)
 ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ผู้ประสานงาน นางสาวสายหยุด มีฤกษ์

โทรศัพท์ ๐๖๓-๒๑๔-๖๕๑๘

ขอรับรองว่าได้ผ่านการตรวจสอบเครื่องมือวิจัยเรียบร้อยแล้ว

(พระครูปลัดมารุต วรมงคล โสภิต,ดร.)

วันที่...../...../.....

หมายเหตุ : หนังสือฉบับนี้จะไม่สมบูรณ์ในการนำไปอ้างอิงผลการตรวจสอบเครื่องมือ หากไม่ได้รับการลงนามโดยผู้ที่รับผิดชอบข้างต้น



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ โทร.๐๓๕-๒๔๘-๐๙๔-๕
 ที่ ศธ ๖๑๐๓.๒ / ๙.๑ วันที่ ๗ สิงหาคม ๒๕๖๐
 เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เรียน ดร.สมโภช ศรีวิจิตรรกุล

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. วิทยานิพนธ์บทที่ ๑-๓ จำนวน ๑ ฉบับ
 ๒. กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิต จำนวน ๑ ฉบับ
 ๓. แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย รศ.ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษ ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว และอาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กำลังทำวิจัยเรื่อง “การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” เป็นงานวิจัยเพื่อสร้างความเป็นธรรมในสังคมและยุทธศาสตร์การพัฒนาคณสูสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน

เพื่อการนี้ พิจารณาเห็นข้าพเจ้า พิจารณาเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ และเชี่ยวชาญสามารถให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อการสร้างเครื่องมือดำเนินการวิจัยของนิสิตได้เป็นอย่างดี

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือวิจัยดังกล่าว และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม)
 ผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

ผู้ประสานงาน นางสาวสายหยุด มีฤกษ์

โทรศัพท์ ๐๖๓-๒๑๔-๖๕๑๘

ขอรับรองว่าได้ผ่านการตรวจสอบเครื่องมือวิจัยเรียบร้อยแล้ว

(ดร.สมโภช ศรีวิจิตรรกุล)

วันที่...../...../.....

หมายเหตุ : หนังสือฉบับนี้จะไม่สมบูรณ์ในการนำไปอ้างอิงผลการตรวจสอบเครื่องมือ หากไม่ได้รับการลงนามโดยผู้รับผิดชอบข้างต้น

ภาคผนวก ช.

ประวัติผู้วิจัย

๑. ผู้วิจัยวิจัยลำดับที่ ๑

๑. ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) นางสาวสายหยุด มีฤกษ์
ชื่อ - นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) MISS SAYYUD MERERK
๒. เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน ๑๗๒๐๖๐๐๑๒๓๖๒
๓. ตำแหน่งปัจจุบัน อาจารย์ประจำ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๔. หน่วยงานและสถานที่อยู่ที่ติดต่อได้สะดวก
 - คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เลขที่ ๗๙ หมู่ที่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐ โทร.๐๓๕-๒๔๘-๐๙๕ โทรสาร.๐๓๕-๒๔๘-๐๙๔ โทรศัพท์มือถือ ๐๖๓-๒๑๔-๖๕๑๘ E-mail kluy_na@hotmail.com
 - ๒๗ หมู่ที่ ๖ ตำบลสระกระโจม อำเภอดอนเจดีย์ จังหวัดสุพรรณบุรี ๗๒๒๕๐
๕. ประวัติการศึกษา
 - ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (๒๕๕๑)
 - ปริญญาโท MB.A. (Department of Tourism Management) Nanhua Univesity, Taiwan (๒๕๕๔)
 - ปริญญาเอก กำลังศึกษาหลักสูตรดุขฎฐบัณฑิต สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (๒๕๖๑)
๖. สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ (แตกต่างจากวุฒิการศึกษา) ระบุสาขาวิชาจิตวิทยา การศึกษาและการแนะแนว วิชาการแนะแนวเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต คณิตศาสตร์ สถิติเบื้องต้นและการวิจัย การวัดและประเมินผลทางการศึกษา
๗. ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานวิจัยทั้งภายในและภายนอกประเทศ
 - ๗.๒ ผู้ร่วมโครงการวิจัย : การศึกษาบทบาทพระสังฆาธิการในการบริหารกิจการคณะสงฆ์ จังหวัดสมุทรปราการ
 - ๗.๓ งานวิจัยที่ทำเสร็จแล้ว : ๒๕๕๗
 - ๗.๔ ผลงานวิจัย-บทความ หนังสือ ที่ตีพิมพ์ และแหล่งทุน
 - ๑) การศึกษาบทบาทพระสังฆาธิการในการบริหารกิจการคณะสงฆ์ จังหวัดสมุทรปราการ ได้รับอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย MCU RS ๖๑๐๗๕๗๑๑๘

๒. ผู้วิจัยวิจัยลำดับที่ ๒

๑. ชื่อ - นามสกุล (ภาษาไทย) รองศาสตราจารย์ ดร.ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม
ชื่อ - นามสกุล (ภาษาอังกฤษ) Assoc.Prof. Dr.Chartchai Phitaktanakhom
๒. เลขหมายบัตรประจำตัวประชาชน ๓๑๒๐๖๐๐๒๖๘๗๗๖
๓. ตำแหน่งปัจจุบัน ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายกิจการพิเศษ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๔. หน่วยงานและสถานที่อยู่ที่ติดต่อได้สะดวก
 - สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 - ๓๗๙ ซ.เพชรเกษม ๖๙ ถ.เพชรเกษม แขวงหลักสอง เขตบางแค กทม. ๑๐๑๖๐
๖. ประวัติการศึกษา
 - ปริญญาตรี ครุศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 - ปริญญาโท M.Ed. (การแนะแนว) มหาวิทยาลัยบูรณะ ประเทศอินเดีย
 - ปริญญาเอก Ph.D. (การแนะแนวและการให้คำปรึกษา) มหาวิทยาลัยบูรณะ ประเทศอินเดีย
๖. ประสบการณ์การทำงาน อดีตหัวหน้าภาควิชาปริยัติธรรม คณะครุศาสตร์ , อดีตรองคณบดีคณะครุศาสตร์, อดีตรองอธิการบดีฝ่ายกิจการทั่วไป
๗. ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการบริหารงานวิจัยทั้งภายในและภายนอกประเทศ
 - ๗.๑ ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม “ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการควบคุมตนเองไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับอบายมุขของนักศึกษาอาชีวศึกษา(ปวส.) วิทยาลัยเทคนิคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล”, สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.
 - ๗.๒ ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม. “แนวทางการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

แบบสรุปโครงการวิจัย

สัญญาเลขที่	ว.๒๙๑/๒๕๖๐
ชื่อโครงการ	การใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียนเวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
หัวหน้าโครงการ	รศ.ดร. ซาติชาย พิทักษ์ธนาคม และคณะ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โทรศัพท์ ๐๘๑-๘๓๑-๒๓๖๗
ความเป็นมาและความสำคัญ	
<p>สภาพของสังคมไทยอยู่ในปัจจุบัน มีความผันผวนทางสังคมและเศรษฐกิจ ส่งผลทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ มากขึ้น ประกอบกับการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดปัญหาตามมาไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอารมณ์ความรู้สึก ด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ด้านการหลอกลวง ด้านสิ่งเสพติด ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอ่อนแอลง ไม่มีเวลา ความจริงใจต่อกัน ขาดความเชื่อมั่นที่จะเผชิญปัญหา โดยปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วของสังคมโลก ส่งผลต่อคนทุกเพศ ทุกวัยให้ต้องเผชิญ บางคนหรือบางกลุ่มก็สามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้ด้วย การปรับตนเองให้เข้ากับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมนั้นๆ และแก้ไขปัญหาตามศักยภาพที่มีอยู่ โดยเฉพาะกลุ่มของเด็กและเยาวชนซึ่งอ่อนด้อยด้วยความรู้และประสบการณ์ และเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการรับผลกระทบทางลบจากสภาพสังคมปัจจุบัน อันจะส่งผลให้เด็กและเยาวชนไทยบางส่วนมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์และไม่สอดคล้องกับวัฒนธรรมอันดีงาม การดำรงชีวิตในสภาพปัจจุบัน มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องอาศัยทักษะในการดำรงชีวิต อันเป็นความสามารถในการเข้าใจสังคมและสิ่งแวดล้อม นำมาควบคุมและจัดการกับสถานการณ์รอบตัวอย่างรู้เท่าทัน พร้อมกับการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ดังนั้นมนุษย์ในยุคนี้จึงจำเป็นต้องมีความสามารถที่จะดำรงชีวิตให้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นโลกาภิวัตน์ได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัยจากความเสี่ยงต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้</p> <p>พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒ มาตรา ๖ กล่าวไว้ว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ คุณธรรม จริยธรรม และวัฒนธรรมไทย การดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การจัดการศึกษาในระดับมัธยมศึกษาเป็นการจัดการศึกษาให้แก่เด็กที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นวัยที่กำลังอยู่ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ทั้งนี้เพราะเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทำให้เด็กมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว ส่งผลต่อการเรียนรู้ได้ การแนะแนวมีมาตั้งแต่สมัยโบราณ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการแนะแนว เชื่อว่ามนุษย์เกิดขึ้นมาพร้อมกับความทุกข์ เพราะการเกิดแล้วเกิดอีกเป็นทุกข์รำไป แต่สำหรับผู้ที่เกิดมาแล้วพัฒนาตนเองจนถึงขั้นสูงสุด ก็สามารถพัฒนาจากความทุกข์ได้ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่มีความเกี่ยวข้องกับการแนะแนว มุ่งช่วยเหลือให้บุคคลพ้นจากความทุกข์ที่แท้จริง ผ่านกระบวนการพัฒนาจิตใจที่มีผู้เชี่ยวชาญทำหน้าที่ในการแนะแนวให้ผู้ที่มีความทุกข์ มีแนวทางในการจัดการความทุกข์ด้วยตนเองได้ เพื่อหาแนวทางในการแก้ไขหรือลดปัญหาให้น้อยลง ทักษะชีวิตนับเป็นคุณลักษณะสำคัญที่ควรเกิดขึ้นกับคนไทยทุกคน เพราะทักษะชีวิตเป็นผลของการเรียนรู้แบบตลอดชีวิต ที่พัฒนาควบคู่ไปตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมและวัฒนธรรม การมีพื้นฐานชีวิตที่ดีงามและมั่นคงจะทำให้สามารถ</p>	

ดำเนินชีวิตได้อย่างรอดปลอดภัยจากความทุกข์ทั้งหลาย นับว่าเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาชีวิตมนุษย์ การจะพัฒนาให้บุคคลใดๆ มีทักษะชีวิตได้นั้น ไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยการให้ความรู้เพียงอย่างเดียว เพราะทักษะชีวิตเป็นความสามารถทางจิตวิทยาสังคม (Psychosocial competence) ซึ่งหมายถึงความสามารถในการปรับสภาพตัวเองให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวันท่ามกลางวิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม กิจกรรมแนะแนวซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนจึงมีประโยชน์ในการช่วยเหลือตลอดจนพัฒนานักเรียนให้รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้จักคิดและตัดสินใจแก้ปัญหาด้วยตนเอง รู้จักตั้งเป้าหมายของชีวิต สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข ทักษะชีวิตเป็นอีกคุณลักษณะสำคัญที่ต้องเกิดขึ้นในตัวเด็กและเยาวชนไทย ทักษะชีวิตจึงเป็นเครื่องมือพัฒนาคน ซึ่งควรส่งเสริมให้กับนักเรียนในสถานศึกษาเสมือนเป็นภูมิคุ้มกันชีวิต

จากสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นอันเป็นวัยที่มีการตัดสินใจในการดำรงชีวิตด้วยความคิดของตัวเอง การส่งเสริมทักษะชีวิตในด้านต่างๆ จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจทำการศึกษาการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร

วัตถุประสงค์โครงการ

- ๑) เพื่อศึกษาแนวคิดและวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
- ๒) เพื่อพัฒนาวิธีการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
- ๓) เพื่อศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

ผลการวิจัย

๑. ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ ๑๕ ปีขึ้นไป สถานภาพของบิดา-มารดาของนักเรียน ส่วนใหญ่บิดา มารดาอยู่ด้วยกัน สถานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ส่วนใหญ่มีรายได้ ต่ำกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท/เดือน

๒. ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ทั้ง ๓ ด้าน คือ ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา อยู่ในระดับมาก ส่วนด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน อยู่ในระดับปานกลาง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านการจัดการเรียน ด้านการจัดการเวลา และน้อยที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน

นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม โดยภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นักเรียนหลังเข้าร่วมกิจกรรม ทั้ง ๓ ด้าน อยู่ในระดับมากที่สุด โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยดังนี้ ด้านความสัมพันธ์ของนักเรียน ด้านการจัดการเรียนและด้านการจัดการเวลา ตามลำดับ

๓. ผลการเปรียบเทียบระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำแนกตามสถานภาพและปัจจัยส่วนบุคคล

๑) นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน หลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามเพศที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน

๒) นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามอายุที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

๓) นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามสถานภาพของบิดา-มารดาที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

๔) นักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนและเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิต จำแนกตามสถานะทางเศรษฐกิจที่ต่างกัน มีระดับทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ไม่แตกต่างกัน จึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้

การนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์

๑) สถานศึกษาสามารถนำชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ ให้นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรม สามารถปรับให้เหมาะสมระยะเวลาของกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม เพื่อให้กิจกรรมบรรลุผลสูงสุด

๒) ชุดกิจกรรม สามารถทำได้หลายระดับ ควรศึกษาและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม ปรับชุดกิจกรรมและหลักธรรมให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวต่อ กลุ่มตัวอย่างควมมีช่วงวัยไม่มีความรู้ความเข้าใจกิจกรรมที่จัดขึ้น

๓) ผู้บริหาร ครู อาจารย์ นักวิชาการ และผู้เกี่ยวข้องให้ความสนใจและนำข้อมูลการวิจัยไปชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อเสริมทักษะชีวิตด้านการจัดการเรียน เวลา ความสัมพันธ์ ทั้ง ๓ ด้าน ในสถานศึกษาของตนเอง

๔) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สถานศึกษา หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและให้ข้อเสนอแนะต่อใช้กิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตด้านต่างๆ ให้นักเรียนได้ในระยะยาว เพื่อเป็นการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนอย่างยั่งยืน

การประชาสัมพันธ์

ประชาสัมพันธ์ทางสิ่งพิมพ์ ตีพิมพ์เผยแพร่พบทความวิจัยในวารสารมหาจุฬานาครินทร์ ,ทำแผ่นพับองค์ความรู้จากการวิจัย