

การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
ดำรงศักดิ์ วิเชียรดิถก

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มกราคม 2545

ลิขสิทธิ์เป็นของ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

155.4182

๑.4๙๙ ก

๑.3

ก

การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร

13 ก.พ. 2545

บทคัดย่อ

ของ

ดำรงศักดิ์ วิเชียรศิลป์

สารนิพนธ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว

มกราคม 2545

160047

H 31969

ดำรงศักดิ์ วิเชียรฉลิก. (2545). การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).
 กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ :
 ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์.

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนและเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ปีการศึกษา 2544 จำนวน 592 คน กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 12 คน ซึ่งได้มาจากประชากรที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือการทดสอบ t - test

ผลการศึกษาค้นคว้าสรุปได้ดังนี้

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีความภูมิใจในตนเองในระดับปานกลาง
3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน
4. ภายหลังจากเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

A STUDY OF SELF – ESTEEM OF PRATHOM SUKSA V STUDENTS
OF AUSSUMPTION COLLEGE PRIMARY SECTION IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
DAMRONGSAK WICHIENDILOK

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University
January 2002

Damrongsak Wichindilok. (2002). *A Study of Self – Esteem of Prathom Suksa V Students of Assumption College Primary Section in Bangkok*. Master Project, M.Ed. (Guidance and Counseling Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Prof. Dr. Pongpan Kirdpitak.

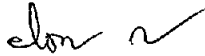
The purpose of this research was twofold : (1) to study the students' self – esteem and (2) to compare the students' self – esteem before and after participated in the self – esteem development project. The population of self – esteem study were 592 Prathom Suksa V students of Assumption College Primary Section in Bangkok in the acadamic year 2001. The subjects participated in the self – esteem development project were 12 students selected from the population and their self – esteem scores were lower than twenty – fifth percentile. The research instrument was a self – esteem questionnaire. The data were analyzed by t – test.

The results of study were as follows :

1. The self – esteem of 592 Prathom Suksa V students of Assumption college primary section were average.
2. The self – esteem of 592 Prathom Suksa V students of Assumption college primary section were average when grouped according to the differences in academic achievement levels.
3. No significant differences in Prathom Suksa V students' self – esteem existed when grouped according to the differences in academic achievement levels.
4. The self – esteem of 12 Prathom Suksa V students participated in the self – esteem development project significantly increased at .05 level.

อาจารย์ที่ปรึกษา ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตรและคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์



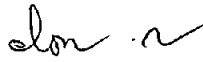
.....
(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร



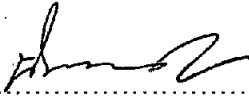
.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์)

คณะกรรมการสอบ



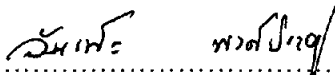
.....ประธาน

(ศาสตราจารย์ ดร.ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)



.....กรรมการ

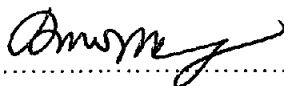
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทนา วงษ์อินทร์)



.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วันเพ็ญ พงศ์ประยูร)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
การศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



.....คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.คมเพชร จิตรสุกุล)

วันที่ 14 เดือน มกราคม พ.ศ. 2545

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความสำเร็จ โดยได้รับความกรุณาจาก ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ที่ได้ให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ ตลอดจนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความกรุณาของท่านเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนอัสสัมชัญกรุงเทพ และครูใหญ่โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ที่ให้ความกรุณาให้ใช้สถานที่และอนุญาตให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และขอขอบใจนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้อำนวยการโรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี และครูใหญ่ที่ให้ความกรุณาอนุญาตให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง และขอขอบใจนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการทดลองใช้เครื่องมือก่อนนำไปใช้ทำให้ผู้วิจัยได้เครื่องมือในการวิจัย ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในการจัดทำสารนิพนธ์ในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ณัฐพงษ์ เจริญพิทย์ ที่ได้คำแนะนำและตรวจสอบการคำนวณค่าสถิติจากผลการทดลอง และขอขอบคุณอาจารย์ธานินทร์ ปัญญาวัฒนากุล ที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจด้วยดี

ขอขอบคุณสมาชิกทุกคนในครอบครัว และเพื่อน ๆ วิชาเอกจิตวิทยาการแนะแนวทุกท่าน ที่ให้ความช่วยเหลือและให้กำลังใจด้วยดีเสมอมา และขอขอบคุณเพื่อนครูโรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถมทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือ ความร่วมมือ และกำลังใจด้วยดี รวมทั้งอาจารย์นิศารัตน์ คงสวัสดิ์ ที่ได้ช่วยดูในเรื่องสถิติของเครื่องมือในการวิจัยให้เป็นอย่างดี

คุณค่าและประโยชน์ใด ๆ ที่ผู้อ่านได้รับจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ขอมอบเป็นคุณความดีของบิดามารดา ครูอาจารย์ ตลอดจนผู้มีพระคุณของผู้วิจัยทุกท่าน

ดำรงศักดิ์ วิเชียรติลก

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	3
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	3
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	4
ตัวแปรที่ศึกษา.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า.....	5
สมมุติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง.....	7
ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง.....	7
ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง.....	9
ลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง.....	10
ความสำคัญของการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง.....	11
พัฒนาการของความภาคภูมิใจในตนเอง.....	12
องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง.....	12
ความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวคิดของคูเปอร์สมิท.....	13
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง.....	15
งานวิจัยต่างประเทศ.....	15
งานวิจัยในประเทศ.....	16
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่ม.....	17
ความหมายของกลุ่ม.....	17
ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม.....	18
จุดมุ่งหมายของกลุ่ม.....	18
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	19
ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม.....	19
จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม.....	19
คุณประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม.....	20

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
2(ต่อ)	ลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม.....	21
	ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม.....	22
	เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม.....	22
	กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม.....	23
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม.....	24
	งานวิจัยต่างประเทศ.....	24
	งานวิจัยในประเทศ.....	24
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	26
	การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	26
	การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	26
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	31
	การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	31
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	33
	สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	33
	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	33
5	สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	36
	สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า.....	36
	สรุปผลการศึกษาค้นคว้า.....	37
	อภิปรายผล.....	37
	ข้อเสนอแนะ.....	39
	บรรณานุกรม.....	41
	ภาคผนวก.....	45
	ประวัติย่อผู้วิจัย.....	76

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	แบบแผนการทดลอง	31
2	คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความภาคภูมิใจในตนเองรายด้านและโดยรวม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร.....	33
3	คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน.....	34
4	เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	34
5	เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองรายด้านและโดยรวมของนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ก่อนและหลังเข้าร่วม โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม	35
6	ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง.....	70
7	คะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนา ความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม	71
8	คะแนนความภาคภูมิใจในตนเองเป็นรายด้านของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม	72

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

โรงเรียนเป็นสถาบันหนึ่งของสังคมที่มีหน้าที่ปลูกฝังอบรม พัฒนาเยาวชนโดยตรงเป็นสถาบันที่มีความสำคัญ เป็นฐานที่จะสร้างประสิทธิภาพให้กับเยาวชน อันจะเป็นพลังสร้างสรรค์ของสังคมในอนาคต ข้างหน้า ดังนั้นการเตรียมตัวเด็กหรือเยาวชนในสังคมให้เจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ที่มีความสามารถ มีความเข้มแข็งด้านจิตใจ จึงเป็นหน้าที่ประการหนึ่งของโรงเรียน

✓ ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความต้องการและความปรารถนาของทุกคนในสังคม เป็นความต้องการที่จะรู้ถึงความสำคัญและคุณค่าที่มีในตนเอง (Maslow. 1970a : 90) ความภาคภูมิใจในตนเองมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกว่า ตนเองเป็นที่ยอมรับและต้องการของผู้อื่น มีความสามารถ มีเกียรติ มีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีประโยชน์ต่อสังคม สิ่งเหล่านี้เป็นเสมือนพลังที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญปัญหาและอุปสรรคต่างๆที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ด้วยความเข้าใจ สามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข มีอุปนิสัยร่าเริง มีความวิตกกังวลต่ำ สามารถปรับตัวได้ดี นักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงมีแนวโน้มว่าจะมีความสามารถทางการเรียนสูงกว่าผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ (Coopersmith. 1981a : 1)

ผู้มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะรู้สึกว่าคุณค่า มีประสบการณ์ที่น่าพึงพอใจ มีคุณลักษณะที่น่าชื่นชม มีพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก มีไหวพริบและไม่กระทำการที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของตนเองเช่น สูบบุหรี่ ดื่มสุรา หรือเสพยาเสพติด เป็นต้น ความภาคภูมิใจในตนเองจึงเป็นภาวะที่นำไปสู่การเป็นบุคคลที่สมบูรณ์ ส่วนผู้มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะรู้สึกมีปมด้อย ย่อแอ ช่วยตนเองไม่ได้ (สมพิศ ไชยกิจ. 2536ก : 1 ; อ้างอิงจาก Olds. 1987 : 160 - 161) ซึ่งสอดคล้องกับอุมาพร ตังค์ดลสมบัติ (2543 : 12 - 13) ที่กล่าวว่าผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะรู้สึกว่าคุณค่า ไม่มีความหมาย ไม่มีความสำคัญ ไม่มีอะไรดี ขาดความเชื่อมั่น ห้อถอยง่าย ขาดแรงจูงใจ ไม่มีความสุขในตนเอง หากสูญเสียความภาคภูมิใจในตนเองไปมากก็อาจกลายเป็นคนหวาดระแวง อัจฉา วิตกกังวล และอาจซึมเศร้าจนถึงขนาดฆ่าตัวตายได้

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นกระบวนการของการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Branden. 1966a : 40 ; Coopersmith. 1981b : 9 ; Norris. 1992a : 18) จะเปลี่ยนแปลงไปตามวัย วุฒิภาวะ สิ่งแวดล้อมและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต และกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจาก ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมและสังคมรอบๆตัว โดยมีจุดเริ่มต้นจากภายในครอบครัว (Brundage. 1994a : 27) ความภาคภูมิใจในตนเองพัฒนาจากความรัก การยอมรับเด็กอย่างแท้จริงของพ่อแม่ สิ่งนี้เป็นรากฐานหลักของความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจะเสริมสร้างความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเอง และความคาดหวังให้ผู้อื่นรักตน ต่อมาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กจะขยายจากความเอาใจใส่ของพ่อแม่ออกมาสู่บุคคลอื่นในครอบครัว และขยายกว้างออกมาสู่เพื่อน ช่วงนี้ความภาคภูมิใจในตนเองจะขึ้นอยู่กับ การได้รับผลสำเร็จตามเป้าหมาย โดยแรกสุดเด็กจะปฏิบัติตนเพื่อให้พ่อแม่พอใจ และต่อมาเป้าหมายจะค่อยๆขยายมาอยู่บนพื้นฐานของมาตรฐานกลุ่มมากขึ้นเรื่อยๆ (สตีลท์ ภัทระ. 2535ก : 19 - 21 ; อ้างอิงจาก Buss. 1973) ช่วงวัยเด็กตอนกลางจึงเป็นวัยที่รากฐานความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กพัฒนาขึ้นไปสู่สังคมภายนอกครอบครัว เด็กจะมีความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองโดยวิธีทางที่เด็กเรียนรู้ตนเอง จะวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนคิดต่อตัวเขา เด็กจะเริ่ม

พัฒนาสติปัญญา ทักษะทางสังคม และความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดดีเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มที่เขานิยมชมชอบ ความภาคภูมิใจในตนเองก็จะพัฒนาขึ้น (จารูตี บุณยารมย์. 2541ก : 12 ; อ้างอิงจาก Craig. 1976 : 360) โรงเรียนในฐานะที่เป็นสถาบันพัฒนาเยาวชนในทุกๆด้าน ก็สามารถพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้กับนักเรียน โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนทำกิจกรรมต่างๆที่เขาต้องการ มีการรายงานผลการฝึกปฏิบัติให้นักเรียนทราบ ให้นักเรียนประเมินพัฒนาการของตนเองจากกิจกรรมที่เขากระทำให้อิสระแก่นักเรียนในการดำเนินการต่างๆ เพื่อให้ทราบความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับเหตุการณ์ต่างๆ (Coopersmith. 1981c : 19)

จากที่กล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นว่า ความภาคภูมิใจในตนเองมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลในสังคมให้เป็นสุขด้วยพลังที่มีความเชื่อมั่น และไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆ แม้ว่ารากฐานของความภาคภูมิใจในตนเองจะเริ่มพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็ก แต่เนื่องจากความภาคภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งที่เรียนรู้และสามารถสร้างขึ้นมาได้เสมอตราบเท่าที่บุคคลยังมีชีวิตอยู่ แต่มีข้อแตกต่างตรงที่ว่าในวัยเด็กจะสร้างได้ง่ายกว่าและมีความมั่นคงกว่า ส่วนในวัยผู้ใหญ่ที่สร้างได้ยาก ใช้เวลานานและอาจคลอนแคลนได้ง่าย (อุมพร ตรังคสมบัติ. 2543ข : 50) ฉะนั้นจึงควรส่งเสริมให้เด็กมีความภาคภูมิใจในตนเองโดยการยอมรับเด็ก สนับสนุนให้เด็กได้รับผลสำเร็จในด้านต่างๆตามแนวทางของเขา รวมทั้งให้โอกาสเด็กได้ฝึกฝนตนเอง พัฒนาความสามารถ ความถนัด ความสนใจ ส่งเสริมให้เด็กได้รับประสบการณ์ที่มีคุณค่าซึ่งจะก่อให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง (Bradshaw. 1981 : 6)

ผู้วิจัยคิดว่า ความภาคภูมิใจในตนเองจะสามารถเป็นเกราะป้องกันตนเองจากปัญหาต่างๆรอบตัว ผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองจะสามารถปรับตัวเพื่อเผชิญปัญหาได้อย่างเหมาะสม จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ทำหน้าที่เกี่ยวกับงานแนะแนวจะหาทางพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้กับนักเรียนที่มีแนวโน้มว่ามีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ เพื่อป้องกันไม่ให้นักเรียนเหล่านี้สร้างปัญหาให้เกิดขึ้นกับตนเองและครอบครัวต่อไป

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถมเป็นนักเรียนที่ทั้งเรียนเก่งมากไปจนถึงเรียนอ่อนมาก มีทั้งนักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง เป็นนักเรียนที่เรียนดี มีความเป็นผู้นำ สามารถสร้างชื่อเสียงให้กับตนเอง วงศ์ตระกูล และโรงเรียน ไปจนถึงนักเรียนที่มีปัญหาต่างๆ เช่น ไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน ครู หรือบิดามารดา นักเรียนที่มีปัญหาเหล่านี้จะรู้สึกว่าตนเองไม่มีค่า ไม่มีคุณค่าภูมิใจในตนเอง ขาดความเชื่อมั่น และมักจะขาดเชยความรู้สึกเหล่านี้ โดยแสดงพฤติกรรมที่ขัดต่อระเบียบของโรงเรียน หรือไม่เช่นนั้นก็จะแยกตัว เฉยเมย ไม่กล้าแสดงออก ขาดความกระตือรือร้น หมดหวังและทอดอ้อย่าง ไม่มีแรงจูงใจในการพัฒนาตนเอง ซึ่งส่งผลกระทบต่อพัฒนาคุณภาพของเยาวชนเป็นอย่างยิ่ง

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เพราะเป็นเด็กที่อยู่ในระยะวัยเด็กตอนกลางถึงตอนปลายที่สภาพแวดล้อมจะมีอิทธิพลต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง รวมทั้งนักเรียนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มักจะเริ่มมีพฤติกรรมที่แสดงว่าตนเองต้องการอิสระ ต้องการการยอมรับจากเพื่อน ครู และผู้ใหญ่ ซึ่งการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนจะเห็นผลได้ชัดเจนกว่าในวัยเด็กเล็ก รวมทั้งยังสามารถติดตามผลของพัฒนาการด้านความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนได้ต่อไป

ในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองมีหลายวิธี เช่น การใช้กิจกรรมกลุ่ม การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลาง (จารูตี บุณยารมย์. 2541) การจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์แบบครูเน้นคุณค่าในตัวเด็ก (นวพร แซ่เลื่อง. 2541) การใช้บทบาทสมมติ (เขาวนา อมรสงเจริญ. 2537)

สำหรับการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้กิจกรรมกลุ่ม เพราะว่ามันนักเรียนที่จะศึกษามีอายุ 10 – 11 ปี ซึ่งเด็กในวัยนี้เป็นวัยที่เด็กจะมีความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองโดยวิธีทางที่เด็กเรียนรู้ตนเอง โดยวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนคิดต่อตัวเขา ถ้าเด็กได้รับการเสริมแรงจากกลุ่ม ความภาคภูมิใจในตนเองก็จะพัฒนาขึ้น รวมทั้งประสบการณ์ที่ได้จากกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้บุคคลยอมรับตนเอง เข้าใจตนเอง พัฒนาคุณค่าของตนเอง ทำให้บุคคลเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากขึ้น (Rogers and Rosalind. 1970a : 121 – 122)

ดังนั้นกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นวิธีการหนึ่งที่สามารถนำเอาประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคน และการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวม ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลทุกคน (คมเพชร ฉัตรศุกกุล. 2522ก : 14.) กิจกรรมกลุ่มสามารถสนองความต้องการพื้นฐานด้านจิตใจของบุคคล เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการความปลอดภัย และความต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ เป็นต้น นอกจากนี้กิจกรรมยังช่วยเสริมสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์ สังคม ทักษะคิด ความสนใจ ความเจริญงอกงามในด้านความรู้ และทักษะอีกด้วย เมื่อบุคคลได้รับการพัฒนาในด้านดังกล่าวโดยสมบูรณ์แล้ว จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจ มั่นใจ และเห็นคุณค่าในตนเอง (นภาพร พุ่มพุกษ์. 2529ก : 4 ; อ้างอิงจาก Strang. 1958 : 13 – 14)

จากเหตุผลที่กล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร และหากนักเรียนคนใดมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ผู้วิจัยก็จะพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนกลุ่มดังกล่าวโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

• ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร มีประโยชน์ดังนี้

1. จะทำให้ทราบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับใด และนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม จะมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นเพียงใด
2. จะเป็นแนวทางให้ครูแนะแนว และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม และเทคนิคต่าง ๆ ที่มาใช้ในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้แก่ นักเรียนอื่น ๆ ต่อไป

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 จำนวน 592 คน
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา และสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมโครงการปรากฏว่า มีนักเรียนจำนวน 148 คน สมัครใจเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้วิจัยจึงคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองจากน้อยไปมาก ได้นักเรียนจำนวน 12 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่งตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาไว้ ดังนี้

1. การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเอง จำแนกตัวแปร ดังนี้
 - 1.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
 - 1.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง
2. การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน
 - 2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม
 - 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจและเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องการยอมรับตนเอง การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับจากครูอาจารย์ บิดามารดา และการประสบความสำเร็จของตนเอง ซึ่งแบ่งได้เป็น 4 ด้านดังนี้

1.1 ด้านตนโดยทั่วไป (General Self) ได้แก่ ความสามารถทั่วไป ค่านิยมส่วนบุคคล ระดับความมุ่งมั่น

1.2 ด้านสังคม - เพื่อน (Social Self - Peers) ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน การได้รับการยอมรับจากเพื่อน

1.3 ด้านทางบ้าน - พ่อแม่ (Home - Parents) ได้แก่ การได้รับการยอมรับจากพ่อแม่ การมีความสำคัญในครอบครัว

1.4 ด้านโรงเรียน - การศึกษา (School - Academic) ได้แก่ การประสบความสำเร็จในการเรียน การได้รับการยอมรับจากครู

2. ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หมายถึง ระดับความรู้หรือความสามารถที่ได้จากการเรียนรู้ในรายวิชาต่างๆที่กำหนดไว้ในหลักสูตร และผู้เรียนแต่ละคนจะสัมฤทธิ์ผลตามหลักสูตรในแต่ละระดับหรือแต่ละรายวิชาแตกต่างกัน ซึ่งพิจารณาจากคะแนนเฉลี่ยของทุกวิชาในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2544 แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ

- 2.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.00 ขึ้นไป
- 2.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.00 – 2.99
- 2.3 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หมายถึง นักเรียนที่มีคะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.00 ลงมา

3. โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การศึกษาวิธีต่างๆทางจิตวิทยาที่มีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการพัฒนา ซึ่งโครงการนี้ประกอบด้วยหลักการและเหตุผล จุดมุ่งหมาย วิธีดำเนินการ ระยะเวลาและสถานที่ การประเมินผล และผลที่คาดว่าจะได้รับ สำหรับโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองมีเทคนิคทางจิตวิทยาที่นำมาใช้ คือ กิจกรรมกลุ่ม

4. โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง วิธีการสร้างและส่งเสริมให้นักเรียนสามารถตัดสินคุณค่าของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง เกิดการเรียนรู้และยอมรับตนเอง จัดประสบการณ์ที่ทำให้นักเรียนเห็นความสามารถ คุณประโยชน์ที่มีอยู่ในตนเอง อันจะทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น โดยกำหนดเป็นกิจกรรมให้นักเรียนได้มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน มีเป้าหมายในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองร่วมกัน โดยมีลำดับขั้นตอน ดังนี้

4.1 ขั้นนำ ผู้วิจัยนำเข้าสู่กิจกรรม โดยสนทนาซักถามสมาชิกเกี่ยวกับความสำคัญของกิจกรรมที่จะกระทำ พร้อมทั้งอธิบายรายละเอียดของขั้นตอนในการกระทำกิจกรรมนั้น เพื่อให้สมาชิกเกิดความพร้อมในการเรียนรู้ รวมถึงเป็นการสร้างบรรยากาศให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ที่จะตามมา

4.2 ขั้นกิจกรรม ผู้วิจัยให้สมาชิกลงมือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้สมาชิกเกิดประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง

4.3 ขั้นอภิปราย ผู้วิจัยให้สมาชิกมีโอกาสได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น หลังจากที่ได้ทำกิจกรรม โดยผู้วิจัยเป็นผู้นำทางช่วยให้สมาชิกวิเคราะห์พฤติกรรมต่าง ๆ และอภิปรายร่วมกัน ในขั้นตอนนี้จะทำให้สมาชิกมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง สามารถยอมรับตนเอง เห็นถึงความสามารถและคุณค่าในตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และการได้รับการยอมรับจากครอบครัวและสังคม

4.4 ขั้นสรุปและประยุกต์ใช้ ผู้วิจัยให้สมาชิกช่วยกันสรุปถึงการเรียนรู้ทั้งหมดที่เกิดขึ้นและช่วยกันสรุปแนวคิดที่ได้ แล้วผู้วิจัยสรุปเพิ่มเติม

กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า

1. การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 592 คน
ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

- 1.1 ความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน
- 1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

2. การศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่

- 2.1 ตัวแปรต้น คือ โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง
- 2.2 ตัวแปรตาม คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง

สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างกัน

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่ม กิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง
 - 1.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง /
 - 1.2 ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง /
 - 1.3 ลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง
 - 1.4 ความสำคัญของการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง /
 - 1.5 พัฒนาการของความภาคภูมิใจในตนเอง /
 - 1.6 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง /
 - 1.7 ความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวคิดของคูเปอร์สมิธ
2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง
 - 2.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 2.2 งานวิจัยในประเทศ
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่ม
 - 3.1 ความหมายของกลุ่ม
 - 3.2 ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม
 - 3.3 จุดมุ่งหมายของกลุ่ม
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.3 คุณประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.4 ลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.5 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม
 - 4.6 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม
 - 4.7 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม
 - 5.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยในประเทศ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

- 1.1 ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความต้องการอย่างหนึ่งของมนุษย์ ดังที่มาสโลว์ (Maslow, 1970b : 81 – 97) ได้ศึกษาถึงความต้องการของมนุษย์และเชื่อว่า คนทุกคนในสังคมมีความปรารถนาที่จะ

ได้รับความสำเร็จและประเมินค่าความสำเร็จของตนเองไว้สูง ต้องการให้คนอื่นยอมรับนับถือในความสำเร็จของตนเองด้วย ถ้าความต้องการนี้ได้รับการตอบสนองจนพอใจ จะทำให้บุคคลนั้นมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความสามารถ และมีประโยชน์ต่อสังคม แต่ถ้าความต้องการนี้ถูกขัดขวาง จะทำให้เกิดความรู้สึกว่ามีปมด้อยหรือเสียหน้า ก็จะทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดลง

นอกจากนี้ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นความรู้สึกที่เกิดจากการมองเห็นความแตกต่างของแต่ละบุคคลว่าไม่มีใครเหนือกว่าใคร ไม่มีใครต่ำต้อยกว่าใคร เพียงแต่ว่าคนเราแต่ละคนมีความเป็นเอกลักษณ์ที่แตกต่างกัน เมื่อเราเห็นคุณค่าของตัวเองมากขึ้น ความเคารพในเอกลักษณ์ของตัวเองจะมากขึ้น ความรู้สึกเดียวกันนี้ก็จะแผ่ขยายไปสู่ผู้อื่น จะเห็นคุณค่าในตัวของผู้อื่นที่แตกต่างไปจากเรา และเราจะมีความเคารพในสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่นมากขึ้น (เกียรติวรรณ งามตยกุล. 2527ก : 14 – 15)

เจมส์ (นภาพร พุ่มพุกษ์. 2529ข : 8 ; อ้างอิงจาก James. 1950 : 310 – 311) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึง ความรู้สึกที่มีอยู่ในตัวเรา การไม่ทำให้เราเกิดความล้มเหลวและต่ำต้อย ความรู้สึกของเราก็จะคงอยู่ครบถ้วนหลังจากที่ทำอะไรสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ซึ่งเปรียบเสมือนว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นอัตราส่วนของคุณภาพที่เป็นจริงระหว่างความสำเร็จกับความคาดหวัง เจมส์ได้เสนอแนวความคิดในเรื่องความภาคภูมิใจในตนเองไว้เป็นสูตร ดังนี้

$$\text{ความภาคภูมิใจในตนเอง} = \frac{\text{ความสำเร็จ}}{\text{ความคาดหวัง}}$$

โรบินสันและชาเวอร์ (ภาวิณี นาวาพานิช. 2537 : 49 ; อ้างอิงจาก Robinson and Shaver. 1972 : 98) ให้ความหมายไว้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความเคารพที่บุคคลมีต่อตนเอง มองเห็นตนเองเป็นคนมีค่า โดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่า และไม่คิดว่าตัวเองต้องเป็นคนเลอเลิศ แต่ควรตระหนักในข้อจำกัดของตน และสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นได้อย่างไร

กอมอริ (จารุวดี บุญยารมย์. 2541ข : 9 ; อ้างอิงจาก Gomori. 1997) ได้ให้ความหมายของความภาคภูมิใจในตนเองว่า เป็นคุณค่าที่บุคคลมีให้แก่ตัวเอง เป็นตัวแทนความรู้สึกเกี่ยวกับตัวเองทั้งหมด และเกี่ยวกับการที่เราคาดหวังให้ผู้อื่นปฏิบัติต่อเรา สิ่งเหล่านี้จะทำให้เราได้เรียนรู้ที่จะรู้จักตัวเองว่าผู้อื่นมองเราอย่างไร รวมถึงเราจะได้สิ่งที่เราต้องการมาอย่างไร ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองประกอบด้วย 3 ส่วน คือ ส่วนที่เป็นร่างกาย (Physical) วิญญาณ (Spiritual) และจิตใจ (Psychological) และเราต้องรักษาความสมดุลของทั้ง 3 ส่วน เพื่อความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

คูเปอร์สมิท (Coopersmith. 1981d : 5) กล่าวว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการตัดสินความมีคุณค่าของตนเอง ซึ่งแสดงถึงทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง เป็นการยอมรับหรือไม่ยอมรับตนเอง และแสดงถึงขอบเขตของความเชื่อที่บุคคลมีต่อความสามารถ ความสำคัญ ความสำเร็จและความมีค่าของตนเอง

จากข้อความดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า/ความภาคภูมิใจในตนเองหมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจ และเห็นคุณค่าในตนเองในเรื่องการยอมรับตนเอง การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับจากครูอาจารย์ บิดามารดาและการประสบความสำเร็จของตนเอง /

1.2 ความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นการตัดสินคุณค่าของตนเอง และแสดงออกในรูปของ ทัศนคติที่บุคคลนั้นมีต่อตนเอง (Andreoli. 1981 : 189) ในทางจิตวิทยาจะมอง "ตน(Self)" ในแง่ของการเรียนรู้ โดยเน้นการรับรู้ตนเองในด้านต่างๆที่ได้จากการมีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมและเป็นกระบวนการของประสบการณ์ทางสังคม โดยผ่านกระบวนการพิจารณาการกระทำ ความสามารถ บุคลิกลักษณะกับค่านิยม และมาตรฐานส่วนตัว (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. 2538ก : 60 – 61 ; อ้างอิงจาก Mussen , Conger and Kagan. 1969)

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของจิตใจ เป็นการเชื่อมโยงระหว่างความรู้สึกที่มีต่อตนเอง ว่าตนเองคือใคร (Who am I) และการแสดงออกของตนเองว่าตนเองทำอะไร (What I do) เป็นสิ่งที่ส่งเสริมและคงไว้ซึ่งอัตมโนทัศน์ของแต่ละบุคคล (Palladino. 1994 : 3) เมื่อบุคคลรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า มีความสามารถที่ไม่ได้ด้อยไปกว่าคนอื่น ก็จะเกิดความต้องการที่จะเป็นตัวของตัวเอง ที่ต้องการพึ่งตัวเอง ต้องการแสดงความสามารถของตัวเอง ไม่คิดแต่จะคอยลอกเลียนแบบคนอื่น ทำตามคนอื่น หวังพึ่งคนอื่นหรือสิ่งอื่น มีความคิดอิสระที่ไม่ติดอยู่ในกรอบหรือกฎเกณฑ์ใดๆ รู้จักเลือก รู้จักตัดสินใจ รับผิดชอบในสิ่งที่ตัวเองเลือกกระทำโดยไม่ยึดติดอยู่กับผู้ใดหรือสิ่งใด และเมื่อความต้องการได้พัฒนาไปสู่ขั้นที่สูงขึ้น จะพบว่าความต้องการที่จะพึ่งพาคนอื่น เป็นภาระแก่ผู้อื่นหรือสิ่งอื่นจะน้อยลง มีแนวทางชีวิตที่เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแก้ปัญหา-ตัดสินใจทำอะไรด้วยตัวเอง และสามารถมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขได้ด้วยตัวเอง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2527ข : 15-16) ดังนั้นความภาคภูมิใจในตนเองจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาบุคคลไปสู่ความเป็นบุคคลที่มีศักยภาพสมบูรณ์ (Fully Funtional Person) (เซาวนา อมรสงเจริญ. 2537ก : 2 ; อ้างอิงจาก Olds. 1987 : 161)

บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง จะมีความสอดคล้องกลมกลืนทั้งหมดของ "ตน" รับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตนเอง มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง พร้อมทั้งสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม (ภาวินี ธนบดีธรรมจารี. 2540ก : 20 ; อ้างอิงจาก Gammon. 1991) บุคคลเหล่านี้จะมีความกระตือรือร้น เชื้อมั่นในตนเอง มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี เป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ มีวิจรรย์ญาณ ไม่กลัวการเสี่ยง สร้างสิ่งใหม่ๆ หรือสิ่งที่ต่างไปจากเดิม มักจะปรับตัวได้ดี มีประสบการณ์ที่แน่นอนกว่า-และมีความคาดหวังในชีวิตสูง (Gurney. 1988 : 29 ; มะลิ อุดมภาพ. 2538ก : 12 ; อ้างอิงจาก Hamacheck. 1978 : 180) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของคูเปอร์สมิท (Coopersmith. 1981e : 105) ที่ศึกษาพบว่า เยาวชนหนุ่มสาวที่มีลักษณะความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะเป็นผู้ที่กระฉับกระเฉงว่องไว เป็นผู้นำมากกว่าผู้ตามกล้าแสดงความคิดเห็น มองโลกในแง่ดี มักจะไม่เดือดร้อนใจมากนักถ้าประสบปัญหา

แบรนเดน (ภาวินี ธนบดีธรรมจารี. 2540ข : 21 ; อ้างอิงจาก Branden. 1966) ได้สรุปพฤติกรรมการแสดงออกทางร่างกายของบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงไว้ดังนี้

1. มีความยินดีที่มีชีวิต มีความสนุกสนานรื่นเริง ปรากฏตาแจ่มใส
2. สามารถชมเชยหรือกล่าวอะไรอย่างตรงไปตรงมาด้วยความซื่อสัตย์
3. มีความสามารถในการวิจารณ์ ยอมรับความผิดพลาดของตนเองได้
4. มีความเป็นอิสระในการแสดงความรู้สึก และรับฟังคำแนะนำด้วยความพึงพอใจ
5. สามารถพูดหรือกระทำในสิ่งที่ง่ายหรือเป็นไปได้
6. มีความสอดคล้องกลมกลืนระหว่างคำพูด และกิริยาท่าทางอย่างเป็นธรรมชาติ

7. มีความเปิดเผยและกระตือรือร้นในการรับประสบการณ์และโอกาสใหม่ๆของชีวิต
8. การมีอารมณ์ขัน มองเห็นสิ่งดีในตนเองและผู้อื่น
9. มีความยืดหยุ่นในการตอบสนอง มีความคิดสร้างสรรค์และอารมณ์ดีอยู่เสมอ
10. มีความพอใจที่ได้เป็นเจ้าของ
11. สามารถทนต่อแรงกดดัน ความเครียดต่างๆได้อย่างมีศักดิ์ศรีในตนเอง

ส่วนบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จะอยู่ในภาวะความไม่สอดคล้องกลมกลืนของ "ตน" มักใช้กลไกในการป้องกันตนเอง ระบุว่าตนเองด้อยค่าหรือมีคุณค่าเกินจริง (ภาวนี ธนบดีธรรมจารี. 2540ค : 22 ; อ้างอิงจาก Gammmon. 1991) ซึ่งส่งผลให้บุคคลเหล่านี้มีความวิตกกังวล มีปมด้อย อ่อนแอ ช่วยตนเองไม่ได้ ระบุว่าตนเองในทางที่ไม่ดี ท้อแท้ใจ คิดว่าตนเองไม่มีประโยชน์ สิ้นหวัง ประเมินคุณค่าตนเองต่ำกว่าผู้อื่น ทำให้ขาดความมั่นใจในตนเองและไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต (สุพรรณณี จันทร์วิเศษ. 2539ก : 20 ; อ้างอิงจาก Ellis and Grieger. 1977) นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะมีความฉลาดกลัว เสรี สลดหดหู่ จะรู้สึกว่าคุณทอดทิ้ง อยู่โดดเดี่ยว ไร้คนที่ให้ความรักและความเข้าใจ ไร้ความสามารถในการที่จะต่อสู้ชีวิต มีความอ่อนแอทอดทิ้งในการที่จะพิชิตความบกพร่องของตน ชอบสร้างปัญหาให้มากขึ้นและไม่หาทางกำจัดปัญหา (มะลิ อุดมภาพ. 2538ข : 12 ; อ้างอิงจาก McNeil. 1975) ส่วนผลที่ตามมาหลังจากเกิดความภาคภูมิใจในตนเองต่ำก็คือ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง ประสบความสำเร็จน้อย มักจะแสดงออกด้วยความรู้สึกอายหรือรู้สึกผิด มักจะกล่าวโทษตนเองหรือตำหนิผู้อื่น หลีกเลี่ยงการพบปะกับบุคคลอื่น คำพูดที่ใช้มักแสดงความรู้สึกสิ้นหวัง ไร้ค่า เกิดความรู้สึกเบื่อบ่นหน่าย ท้อแท้ หดหวัง รู้สึกโกรธ ตัวเอง และกลายเป็นภาวะซึมเศร้าในที่สุด (ภาวนี ธนบดีธรรมจารี. 2540ง : 22 ; อ้างอิงจาก Paret & Whall. 1984)

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลจะแสดงออกทางบุคลิกภาพและสุขภาพจิต โดยบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีบุคลิกภาพและสุขภาพจิตในทางบวก ในทางตรงข้าม เมื่อบุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำก็จะมีบุคลิกภาพและสุขภาพจิตในทางลบ

1.3 ลักษณะของผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง

บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง จะรับรู้ค่าของตนตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตนเอง มีจิตใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่างที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง พร้อมทั้งสามารถแสดงพฤติกรรมต่างๆได้อย่างเหมาะสม บุคคลเหล่านี้จะมีความกระตือรือร้นเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ มักเป็นผู้นำในการอภิปรายและมีความเป็นตัวของตัวเองในการแสดงความคิดเห็น ไม่หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ มีความคิดสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี มีความสามารถในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า ตลอดทั้งเป็นผู้ที่มีความพึงพอใจ เคารพและประทับใจในตนเอง บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะตระหนักถึงความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่น รวมทั้งสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อมได้ (Coopersmith. 1981f : 345)

บุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ จะไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง จะมองตนเองว่าเป็นคนไม่ดี รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ไม่มีความสามารถ มีข้อบกพร่อง ทำอะไรก็ล้มเหลว มีความวิตกกังวลสูง มีความเครียด รู้สึกไม่มีความสุข ไม่มีความพยายามในการทำงานที่ยากลำบาก เมื่อพบอุปสรรคก็ละทิ้ง หลีกเลี่ยงการแก้ไขปัญหา ไม่มีความยืดหยุ่น จะยึดติดอยู่กับสิ่งที่รู้จักหรือเคยชินเพื่อความรูสึกปลอดภัย หลีกเลี่ยงการคบหาสมาคมกับบุคคลอื่น บุคคลที่มีความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองต่ำจึงมีความอายสูง ไม่กล้าปฏิเสธในสิ่งที่ตนไม่ต้องการ กลัวการตัดสินใจของคนอื่นที่มีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองด้อย กลัวการเข้าสังคม

เพราะรู้สึกว่าคุณเองงุ่มง่ามแล้วจะทำให้คนรอบข้างเดือดร้อน มักนำความคิดของคุณคนอื่นมาใส่ใจ มักคิดว่ากลุ่มเพื่อนไม่ให้การยอมรับ ไม่ให้ความสนใจและเกิดความรู้สึกเสียใจบ่อยๆ (Coopersmith. 1981g : 132 - 134)

ลักษณะอีกประการหนึ่งของบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ซึ่งถือเป็นภาวะวิกฤตของความภาคภูมิใจในตนเอง (Crisis of Self - Esteem) คือ ความภาคภูมิใจในตนเองเทียม (Pseudo Self - Esteem) ซึ่งหมายถึงการที่บุคคลป้องกันตนเองให้ยังคงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าตนเองอย่างไม่สมเหตุผล เพื่อลดความวิตกกังวล หลอกหลวงตนให้มีความรู้สึกมั่นคง เพื่อระงับความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองที่แท้จริง เป็นการหลบเลี่ยงการขาดความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งเป็นต้นเหตุที่แท้จริงของความไม่สมดุลทางจิตใจ ผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองเทียมจะมีลักษณะที่สำคัญสองประการ คือ ประการแรก จะหลบเลี่ยงถดถอย หาเหตุผลเข้าข้างตนเองเพื่อปฏิเสธความคิดความรู้สึกซึ่งมีผลต่อคุณค่าในตนเอง ประการที่สองจะแสวงหาสิ่งที่จะสร้างความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองจากสิ่งอื่นๆทดแทน (Branden. 1981b : 144 - 145)

1.4 ความสำคัญของการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

ทุกคนต่างก็ยอมรับกันแล้วว่า โรงเรียนเป็นสถาบันการศึกษาที่เป็นความหวังของสังคมทุกสังคม ในการพัฒนาคุณภาพมนุษย์ ทิศทางการกำหนดเป้าหมายของโรงเรียนจึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง เป้าหมายของโรงเรียนมิใช่เพียงแต่สร้างความสำเร็จทางด้านวิชาการเท่านั้น แต่จะต้องคำนึงถึงการพัฒนาบุคลิกภาพด้วย และไม่เพียงแต่ให้เด็กมีความสามารถ แต่ต้องให้ความสำคัญกับความเข้มแข็งภายในจิตใจ ไม่ใช่เพียงแต่สร้างพลังทางสติปัญญาเท่านั้น แต่ต้องเสริมความเข้าใจและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองด้วย วิธีการที่มีประสิทธิภาพที่สุดวิธีหนึ่งที่ครูจะสร้างเสริมสุขภาพจิตให้แก่เด็กนั้นก็คือการวางรากฐานที่ความเข้าใจในเรื่องความภาคภูมิใจในตนเอง การที่บุคคลมองตนเองอย่างไรจะเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุดของพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพ ความล้มเหลวด้านสังคมและการศึกษา การผิดปกติทางจิต อัมพาตและอาชญากรรม ล้วนเกี่ยวข้องกับการขาดความภาคภูมิใจในตนเองทั้งสิ้น จึงเป็นสิ่งที่สำคัญมากสำหรับนักการศึกษาที่จะต้องตระหนักถึงธรรมชาติและกระบวนการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองเป็นมโนทัศน์ที่เรียนรู้ได้ สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และครูเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการช่วยพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้แก่เด็ก (นภาพร พุ่มพฤษณ์. 2529ค : 15 ; อ้างอิงจาก Neil. 1981 : 598 - 599) ครูทุกคนรวมทั้งครูแนะแนวย่อมมีเป้าหมายร่วมกันในการที่จะเสริมสร้างความสุขในชีวิตให้กับเด็ก และสิ่งที่สร้างเสริมความสุขให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีประสิทธิภาพ คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง (นภาพร พุ่มพฤษณ์. 2529ง : 15 ; อ้างอิงจาก Mussen and others. 1969 : 489) เพราะความภาคภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อสภาพทางจิตและอารมณ์ที่มีประสิทธิผล (นภาพร พุ่มพฤษณ์. 2529จ : 15 ; อ้างอิงจาก Bernard and Huckins. 1974 : 62) ด้วยเหตุนี้ในการเร่งพัฒนาของหลายประเทศหลังสงครามสงบแล้ว เช่น ญี่ปุ่น เกาหลีใต้ จึงให้ความสำคัญกับการปรับปรุงทรัพยากรบุคคล โดยสร้างเสริมค่านิยมพื้นฐานที่สำคัญ คือ สร้างความรักและเห็นคุณค่าในตนเอง เพราะเขาตระหนักว่าการจะพัฒนาสังคมให้ก้าวหน้าได้นั้น จำเป็นต้องปลูกฝังลักษณะที่จะสร้างเสริมให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเอง จึงจะทำให้บุคคลสร้างสรรคงานอันจะนำสังคมให้เจริญก้าวหน้าต่อไปได้ ครูจึงเป็นบุคคลหนึ่งที่ควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้แก่เด็ก เพราะสิ่งนี้ไม่ใช่เพียงแต่สร้างเสริมคุณลักษณะที่ดีให้แก่เด็กเท่านั้น แต่ยังช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมด้วย การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้แก่เด็กจึงเป็นความหวังอย่างหนึ่งของสังคมในอันที่จะสนับสนุนให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศได้ต่อไป (อัปสรสิริ เอี่ยมประชา. 2542 : 2)

1.5 พัฒนาการของความภาคภูมิใจในตนเอง

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นกระบวนการของการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Branden. 1966c : 40 ; Coopersmith. 1981h : 9 ; Norris. 1992b : 18) จะเปลี่ยนแปลงไปตามวัย วุฒิภาวะ สิ่งแวดล้อม และสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต และกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจาก ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม และสังคมรอบๆตัว โดยมีจุดเริ่มต้นจากภายในครอบครัว (Brundage. 1994b : 27) ความภาคภูมิใจในตนเองพัฒนามาจากความรัก การยอมรับเด็กอย่างแท้จริงของพ่อแม่ สิ่งนี้เป็นรากฐานหลักของความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งจะเสริมสร้างความรู้สึกที่มั่นคงของการรักตนเอง และความคาดหวังให้ผู้อื่นรักตน ต่อมาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กจะขยายจากความเอาใจใส่ของพ่อแม่ออกมาสู่บุคคลอื่นในครอบครัว และขยายกว้างออกมาสู่เพื่อน ช่วงนี้ความภาคภูมิใจในตนเองจะขึ้นอยู่กับ การได้รับผลสำเร็จตามเป้าหมาย โดยแรกสุดเด็กจะปฏิบัติตนเพื่อให้พ่อแม่พอใจ และต่อมาเป้าหมายจะค่อยๆขยายมาอยู่บน พื้นฐานของมาตรฐานกลุ่มมากขึ้นเรื่อยๆ (สติธย์ ภัทรระ. 2535ข : 19 – 21 ; อ้างอิงจาก Buss. 1973) ช่วงวัยเด็กตอนกลางจึงเป็นวัยที่รากฐานความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กพัฒนาขึ้นไปสู่สังคมภายนอกครอบครัว เด็กจะมีความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองโดยวิธีทางที่เด็กเรียนรู้ตนเอง จะวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนคิดต่อตัวเขา เด็กจะเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะทางสังคม และความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดดีเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มที่เขานิยมชมชอบ ความภาคภูมิใจในตนเองก็จะพัฒนาขึ้น (จารูดี บุญยารมย์. 2541ค : 12 ; อ้างอิงจาก Craig. 1976 : 360)

ในช่วงวัยรุ่น ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งที่เขาปรับตัวได้ดี โดยการได้รับ ประสบการณ์ที่จะสร้างผลสำเร็จในสิ่งที่ทำ ฉะนั้นการเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำในสิ่งที่เหมาะสมกับระดับความสามารถ ความถนัด และความสนใจของเด็ก ให้การช่วยเหลือ ไม่ตั้งระดับความคาดหวังต่อเด็กจนเกินกำลังความสามารถ เพื่อให้เด็กประสบผลสำเร็จในสิ่งที่ทำ จะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองได้ (วัชร ทรัพย์มี. 2518 : 67)

เมื่อพิจารณาตามวัยแล้ว ระดับความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลจะพัฒนาเพิ่มขึ้นได้เรื่อยๆ จนกระทั่งถึงวัยกลางคนจึงมีความคงที่หรือเสื่อมถอยลง (จารูดี บุญยารมย์. 2541ง : 13 ; อ้างอิงจาก Burnside and others. 1979 : 134)

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเองมีความต่อเนื่องมาจากประสบการณ์ตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งประสบการณ์ที่ได้รับและการตีความจากประสบการณ์จะมีผลต่อความรู้สึกของตนเอง ถือเป็นสิ่งที่สร้างเสริมหรือบั่นทอนความภาคภูมิใจในตนเอง

1.6 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง

จากงานของเจมส์ที่กล่าวถึงข้างต้น จะเห็นว่าความสำเร็จและความคาดหวังในความรู้สึกของบุคคลแต่ละคน ส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองโดยตรง ดังนั้นความสำเร็จในด้านต่างๆของเด็ก เช่น ด้านวิชาการซึ่งประเมินได้จากผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน จึงมีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กด้วย (นภาพร พุ่มเพกณ์. 2529ฉ : 18 ; อ้างอิงจาก Levenberg. 1976 : 7299 – A) ซึ่งสอดคล้องกับสมพิศ ไชยกิจ (2536ข : 74 – 75) ที่ศึกษาพบว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน ($p < .01$) เพราะว่า จะมีความรู้สึกว่าการเรียนเป็นสิ่งสำคัญและมีความหมายอย่างยิ่ง ถ้านักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง นักเรียนจะรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองประสบความสำเร็จในการเรียน อีกทั้งได้รับการยอมรับจากผู้ปกครองด้วย ดังนั้นความสำเร็จหรือความล้มเหลวทางการเรียนจึง ส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองรวมทั้งสอดคล้องกับ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981i : 87 – 89) ที่พบว่าบุคคลที่ประสบความสำเร็จมากจะมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าบุคคลที่ประสบผลสำเร็จ

น้อย และการประสบความสำเร็จในด้านอื่นๆที่มีความสำคัญต่อเด็ก เช่น ด้านกีฬา กิจกรรมนอกหลักสูตร ความสามารถพิเศษ การได้รับตำแหน่งสำคัญในโรงเรียน ก็เป็นองค์ประกอบที่ส่งผลถึงความภาคภูมิใจในตนเองได้เช่นกัน

นอกจากนี้ชาวเออร์ยังได้กล่าวถึงองค์ประกอบภายนอกที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองไว้ ดังนี้ (นภาพร พุ่มพฤษ. 2529ช : 18 ; อ้างอิงจาก Shaver. 1977 : 328 – 330)

1.6.1. ประสบการณ์จากกระบวนการสังคมประภิต (Socialization Experience) ประสบการณ์ที่ได้นี้เป็นองค์ประกอบที่อยู่ภายนอกเหนือการควบคุมของบุคคล ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการปฏิบัติของพ่อแม่ต่อเด็ก ต่อเนื่องมาถึงวัยผู้ใหญ่ซึ่งได้รับการตอบสนองจากเพื่อนและบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง เป็นกระบวนการสังคมประภิตที่จะส่งผลถึงความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลได้

1.6.2 เชื้อชาติ และ เพศ (Race and Sex) อิทธิพลอีกอย่างหนึ่งที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเอง คือ ลักษณะทางกายภาพและชีวภาพของเรา เช่น เชื้อชาติ เพศ ความมีเสน่ห์ ผลงานวิจัยของ Shaver นี้ สอดคล้องกับผลงานวิจัยของคลาร์ก และคลาร์ก (Clark and Clark. 1947 : 224 –228) ได้ศึกษาทดลองโดยให้เด็กผิวดำเลือกตุ๊กตา ปรากฏว่าเด็กเลือกตุ๊กตาสีขาว และปฏิเสธตุ๊กตาสีดำ ทั้งนี้ เพราะเด็กจะรู้สึกถึงสีของตุ๊กตาและสีผิวของตนเอง ผลของการวิจัยนี้ทำให้มองเห็นว่า การเลือกของเด็กจะมีความสอดคล้องกับสภาพทางสังคมของคนผิวดำ เป็นการปฏิเสธคุณค่าตนเองและความภาคภูมิใจในตนเองใน เชื้อชาติของคนผิวดำ

เพศก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองด้วย โดยทั่วไปแล้วมี เจริญหลายอย่างส่งผลให้ชายมีโอกาสที่จะมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงกว่าหญิง ทั้งนี้เพราะบทบาททางเพศของหญิงมักจะกำหนดให้ได้สิทธิบางอย่างน้อยกว่าชาย

1.6.3 ความมีเสน่ห์ด้านรูปร่าง (Physical Attractiveness) ความประทับใจในตนเองนั้นมีพื้นฐานมาจากความคิดของบุคคลอื่น ผลของความมีเสน่ห์ด้านรูปร่างนั้นเริ่มมาตั้งแต่วัยเด็กจากกระบวนการสังคมประภิต และต่อเนื่องมาจนถึงวัยผู้ใหญ่ จึงทำให้รูปร่างส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองได้

1.7 ความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวคิดของคูเปอร์สมิธ

✓คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1984a : 1 – 2) กล่าวถึงความภาคภูมิใจในตนเองว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความพึงพอใจของบุคคลในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นทัศนคติและความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเองในการกระทำในสิ่งที่คาดหวัง เพื่อให้ประสบความสำเร็จ ✓

① /ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง การประเมินการยอมรับตนเอง เพื่อแสดงให้เห็นว่ามีการยอมรับหรือไม่ยอมรับในขอบข่ายของความเชื่อมั่นต่อความสามารถ ความสำเร็จ ความสำคัญ และคุณค่าของตนเอง ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งที่บุคคลตัดสินด้วย ตนเองว่า ตนเองมีคุณค่ามากน้อยแค่ไหน สิ่งเหล่านี้จะแสดงออกมาทางด้านทัศนคติที่บุคคลมีต่อตนเอง (Coopersmith. 1984b : 5) /

✓ จากความหมายของความภาคภูมิใจในตนเองดังกล่าวข้างต้น คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1984c : 5) กล่าวถึงลักษณะสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเองไว้ 3 ประการ คือ

1. ความภาคภูมิใจในตนเองเน้นที่การประเมินค่าตนเองของแต่ละบุคคลซึ่งมีความแตกต่างกัน และการคงอยู่ในสิ่งที่ตนเองประเมินนั้นก็แตกต่างกันไปด้วย
2. ความภาคภูมิใจในตนเองมีตามขอบเขตของประสบการณ์ มีความสอดคล้องกับเพศ อายุ และบทบาทของบุคคลนั้น

3. ความภาคภูมิใจในตนเองเน้นที่กระบวนการตัดสินใจของแต่ละบุคคลในการตรวจสอบการปฏิบัติงาน ความสามารถ ที่สอดคล้องกับมาตรฐานของแต่ละบุคคล ค่านิยมและคุณค่าของตนเอง

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1981j : 2 - 4) กล่าวถึงคุณลักษณะพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งบุคคลใช้เป็นสิ่งที่ตัดสินว่าตนประสบความสำเร็จ มีอยู่ 4 ประการ คือ

1. ความสามารถ (Competence) เป็นวิธีการที่จะพิจารณาถึงความสำคัญ โดยการกระทำให้สำเร็จตามเป้าหมาย สามารถเผชิญอุปสรรคต่างๆที่ผ่านเข้ามาในชีวิตด้วยความมั่นใจ ปรับตัวได้ดี ไขว่คว้าป้องกันตนเองน้อย และสามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ความสำคัญ (Significance) เป็นวิถีทางที่บุคคลรู้สึกเกี่ยวกับการถูกยอมรับ การมีคุณค่าอย่างเหมาะสม ตนเองยังเป็นที่รักของบุคคลอื่น มีประโยชน์และเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวและสังคม

3. อำนาจในตัวเอง (Power) เป็นอิทธิพลที่บุคคลมีต่อชีวิตตนเอง และต่อเหตุการณ์ต่างๆรอบตัว มีความเชื่อมั่นในอำนาจการกระทำของตนว่าจะก่อให้เกิดผลตามที่ต้องการ และมีความสามารถเพียงพอในการกระทำสิ่งต่างๆให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ได้ด้วยตนเอง

4. คุณความดี (Virtue) เป็นการปฏิบัติตัวสอดคล้องกับศีลธรรม จริยธรรม ค่านิยม และวัฒนธรรม ประเพณี สามารถรับรู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง มองโลกในแง่ดี พอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ มีการแสดงออกของความคิดที่ดีและถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

ส่วนปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเอง แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

(Coopersmith, 1981k : 118 - 119)

1. ปัจจัยภายใน หมายถึง ลักษณะเฉพาะของบุคคลแต่ละคนที่มีผลทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน ได้แก่ ความสามารถทั่วไป สมรรถภาพ ภาวะทางอารมณ์ ค่านิยมส่วนบุคคล ระดับความมุ่งหวัง รวมถึงลักษณะทางกายภาพของบุคคล

2. ปัจจัยภายนอก หมายถึง สภาพแวดล้อมภายนอกที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ด้วย ซึ่งส่งผลให้บุคคลเกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่แตกต่างกัน ได้แก่ ครอบครัว โรงเรียน และการศึกษา สถานภาพทางสังคม รวมถึงกลุ่มเพื่อน

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984d : 5 - 6) ได้สร้างแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-Esteem Inventory) โดยใช้รูปแบบของการรายงานตนเอง รวม 3 ฉบับ คือ

1. แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองฉบับนักเรียน (The School Form) เป็นแบบวัดที่ใช้กับนักเรียนอายุ 8 - 15 ปี ประกอบด้วยข้อคำถาม 58 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับตัวนักเรียนจำนวน 50 ข้อ มีรายละเอียดรายด้านรวม 4 ด้าน คือ เกี่ยวกับตนเอง (General Self) เกี่ยวกับสังคมและกลุ่มเพื่อน (Social Self - Peer) เกี่ยวกับครอบครัวและผู้ปกครอง (Home - Parents) เกี่ยวกับการเรียน (School - Academic) และมีคำถามลวง (The Lie Scale) จำนวน 8 ข้อ ซึ่งเป็นคำถามเพื่อวัดการปกป้องตนเอง

2. แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองฉบับนักเรียนแบบสั้น (The School Short Form) เป็นแบบวัดที่ใช้กับนักเรียนอายุ 8 - 15 ปี ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 25 ข้อ ไม่มีการแยกย่อยเป็นรายด้าน และไม่มีข้อคำถามลวง

3. แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองฉบับผู้ใหญ่ (The Adult Form) เป็นแบบวัดที่ใช้กับบุคคลที่อายุ 16 ปีขึ้นไป ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 25 ข้อ แบบวัดนี้ดัดแปลงมาจาก The School Short Form

นอกจากนี้ คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1984e : 9 – 11) ได้เสนอแนวทางในการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้กับบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ โดยมีเป้าหมายเพื่อการยกระดับความภาคภูมิใจในตนเอง รวมถึงการคงอยู่ในระดับสูงของความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนี้

1. ยอมรับในความรู้สึกที่เป็นจริง รวมถึงส่งเสริมการแสดงออกของบุคคลนั้น
2. ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคล
3. หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงที่รุนแรงและกะทันหัน
4. ให้เห็นแบบอย่าง (Model) ที่มีประสิทธิภาพ
5. ช่วยให้ผู้บุคคลพัฒนาวิธีการแก้ปัญหาในทางสร้างสรรค์
6. ให้ความสำคัญกับการนับถือตนเองของบุคคลนั้น เพื่อเพิ่มความเข้มแข็งในการที่จะแก้ปัญหา
7. สนับสนุนให้ผู้ใกล้ชิดมีความรู้ความเข้าใจในตัวบุคคลนั้น และให้ความร่วมมือในการเสริมสร้างความเข้มแข็งในการที่จะแก้ปัญหา

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981l : 142 – 148) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการที่จะทำให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มสูงขึ้น มี 4 ประการ คือ

1. การได้รับการยอมรับนับถือ ความสนใจใส่ใจจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตของเขา
2. การประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ โดยมีปัจจัยที่จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จ คือ การมีความสามารถ การมีความสำคัญ การมีอำนาจในตัวเอง และการมีคุณความดี
3. การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนา
4. การไม่ใส่ใจต่อสิ่งที่จะทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลลดลง เช่น การไม่ใส่ใจต่อข้อวิพากษ์วิจารณ์ของผู้อื่น ✓

2. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเอง

2.1 งานวิจัยต่างประเทศ

คูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1981m : 87 – 92) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับความวิตกกังวลกับเด็กนักเรียนเกรด 5 และเกรด 6 โดยการให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองและแบบวัดความวิตกกังวล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีความวิตกกังวลน้อยกว่านักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ

โคเคน (Coopersmith. 1984e : 13 ; อ้างอิงจาก Kokenes. 1978) ได้ศึกษาการใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเอง (SEI) ของคูเปอร์สมิธ เพื่อหาความเที่ยงตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) โดยศึกษาจากนักเรียนเกรด 4 – 8 จำนวน 7,600 คน ด้วยการสังเกตและหาความสำคัญเชิงเปรียบเทียบในเรื่องบ้าน เพื่อน และโรงเรียน ของกลุ่มนักเรียนที่ศึกษา การศึกษาครั้งนี้ยืนยันให้เห็นถึงความเที่ยงตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) ของแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของคูเปอร์สมิธที่ประกอบด้วยรายละเอียดรายด้าน (Subscales) รวม 4 ด้าน คือ เกี่ยวกับตนเอง (General Self), เกี่ยวกับสังคมและกลุ่มเพื่อน (Social Self – Peer), เกี่ยวกับครอบครัวและผู้ปกครอง (Home – Parents) และเกี่ยวกับการเรียน (School – Academic)

คอร์และคนอื่นๆ (Coopersmith. 1984f : 13 ; อ้างอิงจาก Corr and others. 1976) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความภาคภูมิใจในตนเองกับบุคลิกภาพ โดยให้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 274 คน ตอบแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของคูเปอร์สมิธ ผลการศึกษาพบว่า ความภาคภูมิใจ

ใจในตนเองมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพ โดยเฉพาะด้านการปรับตัวทางสังคมและการปรับตัวด้านส่วนตัว นั่นคือ นักเรียนที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีการปรับตัวทางสังคมและการปรับตัวด้านส่วนตัวได้ดี

แอบบอทท์ (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. 2538ช : 119 – 120 ; อ้างอิงจาก Abbott. 1985) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวทฤษฎีแบบเผชิญความจริง (Reality Therapy) ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนเกรด 6 , 7 และ 8 ที่ไม่มีความสามารถทางการเรียนและมีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ โดยกลุ่มทดลองจะเข้ากลุ่มให้ คำปรึกษาและได้รับการฝึกทักษะในการเรียน จำนวน 10 ครั้งๆละ 45 นาที ในการประเมินผลการศึกษาได้ใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองของคูเปอร์สมิธ (The Coopersmith Self – Esteem Inventory) ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 งานวิจัยในประเทศ

สถิตย์ ภัทระ (2535ค : 90) ได้ศึกษาปัจจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลวัยรุ่น และเครื่องมือที่ใช้วัดความภาคภูมิใจในตนเองคือ แบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวของคูเปอร์สมิธ ผลการศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคม ความพึงพอใจในครอบครัว และเพศเป็นตัวแปรพื้นฐานที่มีอิทธิพลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลวัยรุ่น โดยที่ตัวแปรอื่นๆ ได้แก่ บทบาทการนำครอบครัวของบิดา ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และระดับชั้นเรียนไม่มีประสิทธิภาพสูงพอที่จะทำนายความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลวัยรุ่น

วีรวรรณ สุธีโรกราส (2536 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการต้านทานการติดยาเสพติดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร และเครื่องมือที่ใช้วัดความภาคภูมิใจในตนเอง คือ แบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวของคูเปอร์สมิธ ผลการศึกษาพบว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง สุขภาพจิต และการกล้าแสดงออกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติต่อการเสพยาเสพติดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความภาคภูมิใจในตนเองเพียงตัวเดียวที่สามารถทำนายทัศนคติต่อการเสพยาเสพติดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีอำนาจในการทำนายร้อยละ 23

สมพิศ ไชยกิจ (2536ค : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษา - สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนราธิวาส และเครื่องมือที่วัดความภาคภูมิใจในตนเอง คือ แบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวทางของคูเปอร์สมิธ ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองทั้งโดยส่วนรวมและรายตัวอยู่ในระดับปานกลาง และมีลำดับของความภาคภูมิใจในตนเองรายตัวจากมากไปน้อย ดังนี้ การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับจากผู้ปกครอง การประสบความสำเร็จทางการเรียน และการยอมรับตนเอง

เชาวนา อมรสงเจริญ (2537ช : 48 – 49) ได้ศึกษาผลของการใช้บทบาทสมมติที่มีความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในการประเมินผลการศึกษาได้ใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวของคูเปอร์สมิธ (The Coopersmith Self – Esteem Inventory) ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการใช้บทบาทสมมติมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และจากการสังเกตพฤติกรรมกรรมกรมีส่วนร่วมในการแสดงบทบาทสมมติของนักเรียนกลุ่มทดลองพบว่า นักเรียนเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองทั้งในด้านการได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ครู อาจารย์ บิดามารดา และการประสบความสำเร็จทางการเรียน

สุพรรณิ จันทรวิเศษ (2539ข : 58) ได้ศึกษาองค์ประกอบของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสุรินทร์ โดยใช้เทคนิควิธีสกัดองค์ประกอบ PC (Principal Component Analysis) และวิธีการหมุนแกนแบบบอลโรกอนอลโดยวิธีควอดิแมกซ์ และเครื่องมือที่ใช้วัดความภาคภูมิใจในตนเอง คือ แบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจในตนเองตามแนวของคูเปอร์สมิธ ผลการศึกษาพบว่า ความภาคภูมิใจในตนเองมี 9 องค์ประกอบ คือ ความสำเร็จแห่งตน สัมพันธภาพของครอบครัว บุคลิกภาพแห่งตน ความล้มเหลว คุณค่าของตนเอง การยอมรับตนเอง สมรรถภาพแห่งตน คุณธรรมแห่งตน และความอดทน

จารุวดี บุญยารมณี (2541จ : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของผู้รับการสงเคราะห์ในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ โดยใช้แบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองฉบับนักเรียน (The School Form) ของคูเปอร์สมิธ ผลการศึกษาพบว่าผู้รับการสงเคราะห์ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและผู้รับการสงเคราะห์ที่ได้รับคำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดบุคคลเป็นศูนย์กลางมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นทั้งสองกลุ่ม แต่ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากเอกสารและงานวิจัยข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจนำแนวคิดของคูเปอร์สมิธมาใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ โดยศึกษาแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองฉบับนักเรียน (The School Form) เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองเพื่อให้เหมาะสมกับประชากรและกลุ่มตัวอย่าง และได้ศึกษาคุณลักษณะพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งบุคคลใช้เป็นสิ่งที่ตัดสินว่าตนประสบความสำเร็จ รวมถึงแนวทางในการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้กับบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อมุ่งพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้กับนักเรียนต่อไป

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับกลุ่ม

3.1 ความหมายของกลุ่ม

เลวิน (ศุภาวดี บุญยวงค์. 2527ก : 4 ; อ้างอิงจาก Lewin. 1951) ให้ความหมายของกลุ่มไว้ว่า กลุ่มเกิดจากการรวมตัวกันของบุคคล ซึ่งมีการปฏิสัมพันธ์ในลักษณะที่กลุ่มจะต้องมีการเคลื่อนไหวเพื่อก้าวไปสู่จุดมุ่งหมายของกลุ่มร่วมกัน

โลเซอร์ (จารุวดี บุญยารมณี. 2541จ : 20 ; อ้างอิงจาก Loeser. 1957 : 5 – 9) ได้อธิบายว่ากลุ่มจะต้องประกอบด้วย

1. สมาชิกภายในกลุ่มมีการปฏิสัมพันธ์ต่อกัน
2. การปฏิสัมพันธ์ต่อกันนั้นจะต้องมีจุดมุ่งหมายร่วมกัน
3. ขนาดของกลุ่มจะมีความสัมพันธ์กันกับหน้าที่ของสมาชิกภายในกลุ่ม
4. บรรยากาศภายในกลุ่มจะอยู่ในลักษณะการยอมรับ มีความพึงพอใจซึ่งกันและกัน
5. สมาชิกจะได้ใช้ความสามารถในแนวทางที่เหมาะสมของตัวเอง

ศุภาวดี บุญยวงค์ (2527ข : 6) อธิบายถึงลักษณะที่จำเป็นต่อการมีสำหรับการเป็นกลุ่มดังนี้ คือ

1. จะต้องประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่สองคนขึ้นไป

2. สมาชิกภายในกลุ่มมีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีความสัมพันธ์กันทางด้านจิตใจ

3. การปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกจะมีจุดมุ่งหมายร่วมกัน

4. กลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการของสมาชิก

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2530ก : 1 – 2) ได้อธิบายธรรมชาติของกลุ่มว่า กลุ่มหมายถึง การตัวของบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป เพื่อทำงานร่วมกันและให้บรรลุจุดมุ่งหมายอันเดียวกัน (Common Goal) ส่วนฝูงชน (A Crowd) เป็นเพียงการมารวมกันโดยมิได้ทำกิจกรรมอื่นใดเลย และกลุ่มชน (A Mob) หมายถึงกลุ่มที่ไม่มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและแต่ละคนขาดความเป็นตัวของตัวเอง แต่สำหรับกลุ่มนั้นสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน สร้างบุคลิกลักษณะ สร้างพลังของความสำนึกในการเป็นสมาชิกของกลุ่มซึ่งจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ โดยมีจุดมุ่งหมายในเชิงนิมิต

จากคำจำกัดความดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า กลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมกัน มีปฏิสัมพันธ์กัน และมีจุดมุ่งหมายที่จะกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน

3.2 ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรสุกกุล (2530ข : 9 –11) กล่าวถึงปรัชญาพื้นฐานของกลุ่มดังนี้

1. บุคคลแต่ละคนมีความสามารถพิเศษในตนเอง แม้ว่าความสามารถจะแตกต่างกันออกไป แต่ก็ทำให้บุคคลสามารถช่วยเหลือกลุ่มโดยการนำความสามารถเหล่านั้นมาใช้กับการทำงานกลุ่ม นำมาส่งเสริมการทำงานร่วมกัน เป็นผลดีต่อประสิทธิภาพของการทำงานโดย ส่วนรวม

2. ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม จะส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มได้พัฒนาความสามารถพิเศษขึ้นมา แล้วนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่มได้ จะเห็นได้ว่าสมาชิกในกลุ่มจะช่วยกลุ่มให้บุคคลแต่ละคนได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเอง ให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่นๆได้

3. บุคคลแต่ละคนจะมีอิทธิพลต่อกัน และในขณะที่เดียวกันกลุ่มก็จะมีอิทธิพลต่อบุคคลแต่ละคนเช่นกัน จากกระบวนการในกลุ่มนี้เองจะทำให้สมาชิกเรียนรู้การรู้จักให้ และการรู้จักรับ ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่ควรปลูกฝัง

4. กลุ่มจะช่วยส่งเสริมบุคคลให้มีการพัฒนาทัศนคติทางสังคมในทางที่ดี เนื่องจากการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มนั้น บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้ทัศนคติทางสังคมที่เป็นประโยชน์ต่อ ตนเองและสังคม

3.3 จุดมุ่งหมายของกลุ่ม

จุดมุ่งหมายของกลุ่มเป็นหัวใจสำคัญอย่างหนึ่ง สามารถส่งผลให้กลุ่มประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวได้ ดังนั้นจุดมุ่งหมายของกลุ่มไม่ควรแตกต่างจากจุดมุ่งหมายของสมาชิกโดยส่วนรวม เพราะขณะที่กลุ่มมุ่งไปสู่จุดมุ่งหมายนั้น ก็ยังได้ช่วยให้สมาชิกแต่ละคนได้มุ่งไปสู่จุดมุ่งหมายของตนที่ตั้งเอาไว้ด้วย (สุภาวดี บุญญวงค์. 2527ค : 38)

โจนส์ (สุภาวดี บุญญวงค์. 2527 : 39 ; อ้างอิงจาก Jones. 1972) ได้เสนอเกณฑ์ในการพิจารณาจุดมุ่งหมายของกลุ่ม หรือที่เรียกว่า SPIRO Model มี 5 ประการ ดังนี้

1. S คือ Specificity หมายถึง ความชัดเจน เฉพาะเจาะจง จุดมุ่งหมายที่ดีต้องชัดเจน เฉพาะเจาะจง เพื่อช่วยให้สมาชิกเข้าใจว่าสิ่งที่ต้องการจะทำให้บรรลุผลคืออะไร ไม่ใช่เขียนไว้อย่างกว้างๆ

2. P คือ Performance หมายถึง การกระทำหรือพฤติกรรม จุดมุ่งหมายที่ดีควรเขียนออกมาในรูปการกระทำ เพื่อช่วยให้รู้แน่ชัดว่าอะไรคือสิ่งที่จะทำ

3. I คือ Involvement หมายถึง การมีส่วนร่วม จุดมุ่งหมายที่ดีนั้นควรระบุไว้อย่างชัดเจนว่าบุคคลมีบทบาทในจุดมุ่งหมายนั้นอย่างไร

4. R คือ Realism หมายถึง ความเป็นจริง จุดมุ่งหมายที่ดีควรอยู่ในลักษณะที่เป็นไปได้

5. O คือ Observability หมายถึง การสังเกตเห็นได้ จุดมุ่งหมายที่ดีควรจะมีลักษณะที่สังเกตเห็นผลได้

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายที่ดีต้องมีความชัดเจน เฉพาะเจาะจง มีความเป็นไปได้ในความเป็นจริง สามารถเขียนออกมาในรูปของการกระทำ พร้อมทั้งสามารถระบุถึงบทบาทหน้าที่ของสมาชิก และสามารถสังเกตผลที่เกิดขึ้นได้

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

4.1 ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2522ช : 14) ให้ความหมายไว้ว่า กิจกรรมกลุ่มหมายถึง การนำเอาประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตามที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคนและการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยส่วนรวมมีการปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกภายในกลุ่ม ด้วยวิธีดังกล่าวนี้ ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดการพัฒนาในตัวบุคคลทุกคน

นอกจากนี้/ทศพร มณีศรีขำ (2539ก : 21) ได้กล่าวถึงสิ่งที่จัดเป็นพิเศษในเรื่องของกิจกรรมกลุ่ม คือ วิธีการศึกษาจะมีลักษณะเป็นการศึกษาจากประสบการณ์ และการปฏิบัติจริง โดยผู้ศึกษาจะเข้าไปมีส่วนร่วมในประสบการณ์การเรียนรู้ และปฏิบัติงานจริงตามที่จัดขึ้น ซึ่งลักษณะดังกล่าว ทำให้ผู้ศึกษาได้ศึกษาด้วยความสนุกสนาน มีชีวิตชีวา และทำหายความวิตกกังวลของแต่ละบุคคล รวมทั้งสมาชิกแต่ละคนยังได้รับประสบการณ์การเรียนรู้อย่างกว้างขวางจากสมาชิกคนอื่น ๆ ด้วย

① จากความหมายข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม คือ การรวมกันของบุคคลต่างๆ เพื่อกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งร่วมกัน ทำให้สมาชิกภายในกลุ่มเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่างๆตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง และเกิดการพัฒนาในสมาชิก ทุกคนในกลุ่ม

4.2 จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เบนเนท์ (นภาพร พุ่มพฤษ์. 2529ช : 33 – 34 ; อ้างอิงจาก Bennett. 1963) ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่มในการแนะแนวไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทั้งด้านการศึกษา อาชีพ สังคม และส่วนตัวจากการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น

2. กิจกรรมกลุ่มก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่ได้มีโอกาสปลดปล่อยความตึงเครียดทางอารมณ์ ได้มีความเข้าใจ และได้ข้อคิดในปัญหาต่างๆของบุคคลมากขึ้นทั้งศึกษาปัญหาของคนที่คล้ายคลึงกัน ในบรรยากาศที่อ่อนโยน ผ่อนตาม และนำมาแก้ไขปรับปรุงบุคลิกภาพ และวิถีทางชีวิตของเรา กลุ่มเปิดโอกาสให้เราได้วินิจฉัยตนเองและผู้อื่น

3. ช่วยให้ผู้คลถึงจุดมุ่งหมายของการแนะแนวอย่างประหยัด และมีประสิทธิภาพมากกว่าวิธีการเป็นรายบุคคล

4. ช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจภูมิหลังและลักษณะทั่วไปของปัญหาต่างๆ

นอกจากนี้ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530ค : 137 – 140) ได้กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มว่า เพื่อพัฒนาบุคคลโดยอาศัยกิจกรรมที่มีความสามารถตลอดจนรู้กระบวนการของการจัดกิจกรรมเป็นอย่างดี ดังนั้น จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มมีดังนี้

1. เพื่อให้เกิดความเข้าใจในตนเอง การอยู่ร่วมกับสมาชิกอื่นในกลุ่มจะมีส่วนช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองได้ดีขึ้น เช่น รู้ความสามารถบางประการของตน รู้จักข้อบกพร่องบางอย่าง ทั้งนี้ เพราะกลุ่มจะมีปฏิกริยาให้เห็นข้อเท็จจริงได้

2. เพื่อให้เข้าใจบุคคลอื่น เมื่อสมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมร่วมกันย่อมจะทำให้เกิดการเรียนรู้และรู้จักซึ่งกันและกันได้ดีขึ้น

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก สิ่งสำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่ม คือ "ความร่วมมือ" กิจกรรมที่นำมาใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มจะช่วยกล่อมเกลานิปลัยความรู้สึกของแต่ละคนให้มองเห็นความสำคัญของกลุ่มมากขึ้น ในที่สุดแต่ละคนจะมีทักษะที่จะทำงานร่วมกันได้ดีขึ้น

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บุคคลเกิดความเข้าใจในตนเองและให้เข้าใจบุคคลอื่น รวมถึงความสามารถในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่นเพื่อให้สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

4.3 คุณประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม

โดยธรรมชาติของกระบวนการกลุ่ม กลุ่มย่อมมีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพัฒนาตนเองของสมาชิกของกลุ่มไปในทางที่ดีขึ้น เท่ากับว่าสมาชิกทุกคนได้รับผลประโยชน์จากการเข้าร่วมกลุ่ม (ทศวรรษนิศรีชา. 2539ข : 129) กิจกรรมกลุ่มยังมีผลในด้านทัศนคติต่อตนเอง เพราะการได้เข้าร่วมกลุ่มเป็นการแสดงถึงการยอมรับจากกลุ่ม ทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ ความอบอุ่น และรู้สึกว่าตนเองนั้นมีค่า (พิชนีวรกวิน. 2522 : 149 – 150) สอดคล้องกับโรเจอร์ที่อ้างถึงผลการศึกษาของกิบบ์ว่า กิจกรรมกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยา กล่าวคือจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ ทางด้านความรู้สึก มีความจริงใจ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่างๆของตนเอง มีการแสดงความคิดเห็นที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ ซึ่งหมายถึงการเข้าใจในตนเอง การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้าน ทัศนคติที่มีต่อตนเอง แสดงถึงการยอมรับตนเอง และพัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง (Rogers and Rosalind. 1970b : 121 – 122)

คมเพชร ฉัตรศุกกุล (2530ง : 15 – 19) ได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมกลุ่มว่า ในขณะที่ดำเนินกิจกรรมกลุ่มนั้น บุคคลจะมีความเจริญงอกงาม เพิ่มความมั่นใจในตนเอง มีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง (Self Concept) ดีขึ้น เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า และในการทำงานเป็นกลุ่มนั้น จะเปิดโอกาสให้บุคคลได้มีการประเมินค่าตนเองในสถานการณ์ทางสังคม บุคคลแต่ละคนเกิดความสำนึกในเรื่องความสามารถ และขอบเขตของความสามารถของตนเอง ทำให้บุคคลมีการค้นพบตนเองและมีความเข้าใจตนเอง

นอกจากนี้ สิริวรรณ ศรีพหล (2536 : 224 – 225) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อผู้เรียนว่า กลุ่มช่วยให้ผู้เรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญต่อกลุ่ม เช่น การที่กลุ่มยอมรับความคิดเห็นของเขา การที่กลุ่มเปิดโอกาสให้เขาได้แสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ เป็นต้น ความภาคภูมิใจนี้เองที่จะเป็นแรงผลักดันให้เป็นคนกล้าแสดงความคิดเห็น กล้าพูด กล้าตัดสินใจ จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มได้เสริมสร้างให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้น ซึ่งถือเป็นการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลนั้น

ส่วนอิทธิพลของกลุ่มที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้น มีดังนี้ (ฉลอง ภิรมย์รัตน์. 2521 : 100 – 104)

1. กลุ่มเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดกำลังใจแก่สมาชิก

2. กลุ่มช่วยให้สมาชิกได้แสดงออกหรือเป็นสนามทดลอง
3. กลุ่มช่วยสะท้อนให้สมาชิกมองเห็นภาพของตนเอง
4. กลุ่มช่วยสนองความต้องการของสมาชิก
5. กลุ่มช่วยให้สมาชิกมีความกระตือรือร้นหรือกระฉับกระเฉง
6. กลุ่มช่วยสมาชิกในการตัดสินใจและแก้ปัญหา
7. กลุ่มทำให้สมาชิกมีความรู้สึกประทับใจ
8. กลุ่มช่วยผ่อนคลายความกดดันและความคับข้องใจ
9. กลุ่มช่วยสมาชิกมิให้ประพฤติปฏิบัติไปในลู่ทางที่นอกกรอบ
10. กลุ่มช่วยสมาชิกในด้านการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
11. กลุ่มช่วยเสริมสร้างสุขภาพทางกายและใจ
12. กิจกรรมของกลุ่มสามารถช่วยสร้างความเข้าใจได้ดีขึ้น
13. กลุ่มช่วยสร้างปทัสถานให้สมาชิกยอมรับ

บัตตัน (วิไลวรรณ สันถวโกมล. 2522 : 22 ; อ้างอิงจาก Button. 1974) ได้กล่าวถึงรายละเอียดของการเรียนรู้โดยวิธีการกลุ่มที่ช่วยในการฝึกทักษะที่จำเป็นในหลาย ๆ ด้าน ดังนี้

1. ทักษะทางสังคม (Social Skill) เป็นทักษะที่ช่วยให้อยู่ร่วมกันและทำงานกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้และผู้รับ การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม การควบคุมตนเอง การยอมรับความสามารถของตนเองและผู้อื่น ฯลฯ
2. ทักษะในการศึกษาค้นคว้า (Study Skill) เป็นทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ เช่น ทักษะในการเก็บรวบรวมข้อมูล การพูด การฟัง การอ่าน และการรายงาน
3. ทักษะทางปัญญา (Intellectual Skill) ได้แก่ ทักษะในการแก้ปัญหา เฉพาะหน้า การวิพากษ์วิจารณ์ การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีเหตุผล
4. ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill) เป็นทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น เช่น ทักษะในการวางแผน การเป็นผู้นำ การแสดงความคิดเห็นด้วยการอภิปราย การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

จากข้อความข้างต้นจะเห็นได้ว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นการสร้างโอกาสให้บุคคลได้เรียนรู้เกี่ยวกับการติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่นในบรรยากาศที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน เพื่อสมาชิกกลุ่มได้ช่วยเหลือกลุ่มและช่วยเหลือบุคคลแต่ละคนก้าวไปสู่จุดหมายตามที่ตั้งไว้

4.4 ลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

เยาพา เตชะคุปต์ (2517ก : 163 – 166) ได้แบ่งลำดับขั้นตอนการเรียนรู้ตามทฤษฎีกระบวนการกลุ่มออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะการมีส่วนร่วม เป็นระยะที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมหรือคิดค้นแสวงหาสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดจากตัวผู้เรียนโดยตรง การมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในทุกๆด้านคือ

1.1 การมีส่วนร่วมทางด้านร่างกาย ได้แก่ การที่ผู้เรียนลงมือกระทำ กิจกรรมเรียนรู้ด้วยตนเอง การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 การมีส่วนร่วมทางจิตใจ คือ ความรู้สึกและอารมณ์ต่างๆเกี่ยวกับสิ่งที่กระทำนั้น ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้จะนำไปสู่การรับรู้แนวคิด และการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี ช่วยให้ผู้เรียนสามารถจดจำเนื้อหาและสามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 การมีส่วนร่วมทางด้านปัญหาหรือสมอง คือ การที่ผู้เรียนเกิดการเห็นจริงหรือประจักษ์แจ้ง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และการสร้างแนวความคิดจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ ซึ่งจะเป็นแนวทางในการพัฒนาความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจ และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเอง

1.4 การมีส่วนร่วมในทางสังคม คือ การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นจะทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกนึกคิด ค่านิยม ความเชื่อ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยทำให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวางและเกิดผลดีอีกด้วย

2. ระยะเวลา เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์เรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรม จะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดียิ่งขึ้น

3. ระบุและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ ค้นพบ แนวความคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการของตนเองไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นจะกระทำได้ 2 ลักษณะ คือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพหรือการพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่น ตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆในอนาคต และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้น และประดิษฐ์สิ่งใหม่ๆ

4. ระบุประเมินผล โดยผู้เรียนจะเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองและกลุ่มจากการอภิปรายให้ข้อเสนอแนะและติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่ม

4.5 ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

ออตตาเวย์ (Ottaway. 1966 : 7) มีความเห็นว่า กลุ่มควรมีขนาดอย่างมากที่สุด 12 คน หรือถ้ามากกว่านั้นก็ไม่ควรเกิน 15 คน มิฉะนั้นจะทำให้แบบแผนพฤติกรรมผิดไปจากเดิม ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่ควรมีจำนวนสมาชิก 9 - 10 คน จึงจะทำให้การทำงานบังเกิดผลดีที่สุด

ชอร์วีย์ (Shaw. 1971 : 4) มีความเห็นว่า กลุ่มย่อยควรมีสมาชิก 10 คน เป็นอย่างมาก แต่ถ้ามีจำนวนสมาชิก 30 คนขึ้นไป จะจัดเป็นกลุ่มใหญ่ และถึงแม้ว่ากลุ่มจะมีสมาชิก 30 คน ก็อาจแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้ ความสัมพันธ์ของสมาชิกและความร่วมมือในการทำงานของสมาชิกจะมีความสำคัญต่อการทำงานของกลุ่มมากกว่าจำนวนสมาชิกในกลุ่ม

เยาเวพา เดชคุปต์ (2517ข : 34) ให้ความเห็นเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มว่า ขนาดของกลุ่มที่จะช่วยให้การทำงานหรือการเรียนการสอนประสบผลดี ควรเป็นกลุ่มขนาดเล็ก ซึ่งมีขนาดประมาณ 5 - 15 คน

4.6 เวลาและจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่ม

การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการจัดเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อย อาจจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง (จักรวาล ภูพานิช. 2537ก : 27 ; อ้างอิงจาก Patterson. 1973) ในการกำหนดระยะเวลาของการเข้ากลุ่มนั้นขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่มและธรรมชาติของสมาชิกกลุ่ม หากจัดกับสถาบันการศึกษา จำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียน (คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2530จ : 26)

สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มขึ้นอยู่กับเป้าหมายของกลุ่ม แต่อย่างน้อยที่สุดควรจะต้องเข้ากลุ่มไม่ต่ำกว่า 8 ครั้ง ถ้ามากกว่านี้ก็ยิ่งเป็นการดี (จักรวาล ภูวพันธ์. 2537 : 27 ; อ้างอิงจาก Trotzer. 1977)

4.7 กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ทศนา แชมมณี (2522 : 202 – 204) ได้เสนอการจัดกิจกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่มที่สอดคล้องกับทฤษฎีกลุ่มสัมพันธ์ในการสอน ซึ่งสามารถกระทำได้หลายวิธีดังนี้

1. เกม (Game) เป็นวิธีการวิธีหนึ่งซึ่งนำมาใช้ในการสอนได้ดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างตามที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอะไรอย่างหนึ่ง อันจะมีผลออกมาในรูปของการแพ้ชนะ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมติ (Role – Play) เป็นวิธีการอีกวิธีการหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีการนี้ยังมีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์ที่สมมติขึ้นมา แล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้นและแสดงออกตามธรรมชาติ โดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์ และความรู้สึกนึกคิดของตนเป็นหลัก วิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึกและพฤติกรรมของตนอย่างลึกซึ้ง และยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนที่ใช้กรณีหรือเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นจริง นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปราย เพื่อสร้างความเข้าใจ และฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหานั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิดและพิจารณาข้อมูลที่ตนได้รับอย่างถี่ถ้วน การอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งนำเอากรณีต่างๆซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้ จะช่วยให้การเรียนรู้มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริง มีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นการจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้นและมีปฏิริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองพฤติกรรมต่างๆซึ่งสถานการณ์จริงผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดงออก เพราะอาจเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับ

5. ละคร (Acting or Dramatization) เป็นวิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทตามบทที่เรียนหรือกำหนดไว้ให้ โดยผู้แสดงจะต้องพยายามแสดงให้สมตามที่กำหนดไว้ ไม่นำเอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง อันจะมีส่วนทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้นๆ วิธีการนี้เป็นวิธีการที่ช่วยทำให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในกรณีจะเข้าใจความรู้สึก เหตุผล และพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งความเข้าใจนี้มีส่วนเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจกัน นอกจากนี้การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกัน จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนร่วมกัน และได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. กลุ่มย่อย (Small Group) วิธีการใช้กลุ่มย่อยในการสอนนี้ เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้ว อาจจะเป็นเพราะเล็งเห็นแล้วว่าเป็นประโยชน์ ในการเรียนของผู้เรียนในกลุ่มย่อยจะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนในการแสดงออก และช่วยให้ผู้เรียนได้ข้อมูลเพิ่มเติมน่าสนใจ

เทคนิค วิธีการ และสื่อต่างๆที่นำมาใช้ในกลุ่มนั้น ได้มีการพัฒนาสื่อใหม่ๆมาใช้มากมาย เช่น เครื่องมือคอมพิวเตอร์ ภาพยนตร์ สไลด์ เทป หนังสือนิทาน หุ่นเชิดมือ ภาพวาด การสะท้อนบท

บาท (Role Rehearsal) การเดินร่า ดนตรี สื่อท้องถิ่น บทกวี นวัตกรรม ความคิดใหม่ๆ เป็นต้น การพัฒนาเทคนิคสื่อวิทยาการความก้าวหน้าทางจิตวิทยาและกิจกรรมแปลกใหม่เข้ามาใช้ในกิจกรรมกลุ่มนี้ จะเป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมกลุ่มให้สามารถกำหนดโครงสร้างกิจกรรมให้บรรลุจุดประสงค์ของการทำ กิจกรรมกลุ่มได้ (นภาพร พุ่มพฤษฯ. 2529 : 38 – 39)

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม

5.1 งานวิจัยต่างประเทศ

บอร์ตันแมน (วัลลภา ถนอมศิริ. 2539 : 19 ; อ้างอิงจาก Boardman. 1988 : Abstract) ได้ศึกษาผลของการนำกระบวนการกลุ่มไปใช้ในโปรแกรมการเลิกสูบบุหรี่ โดยมีอาสาสมัคร 67 คน เข้ารับการฝึกตามโปรแกรมนี้ ผลการศึกษาพบว่า เทคนิคกระบวนการกลุ่มช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของโปรแกรมดังกล่าว โดยสังเกตได้จากอัตรา ผู้งดสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มผู้หญิง

เดวีส์และโคเฮน (จารุวดี บุญยารมย์. 2541 : 29 ; อ้างอิงจาก Davies and Cohen. 1995 : Abstract) ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการจัดกิจกรรมที่พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองในการลดการใช้จ่าย เสพติดและการลดสัมพันธภาพที่ไม่ดีในนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง ในระยะแรกของโปรแกรมดังกล่าว จะเป็นการให้ความรู้แก่นักเรียนในกลุ่มเสี่ยงที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ ส่วนระยะที่สองจะเน้นการลดการใช้จ่าย เสพติดและลดสัมพันธภาพที่ไม่ดี โดยใช้สถานการณ์จริงเข้ามา และระยะที่สามได้จัดกิจกรรมเพื่อลดความกดดันการปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มตัวอย่าง มีการฝึกการแก้ปัญหาเป็นทีม โดยมีเป้าหมายเพื่อขจัดความเครียดออกไป เมื่อประเมินผลโดยใช้ Barksdale Self – Esteem พบว่า นักเรียนที่เข้าโครงการมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.2 งานวิจัยในประเทศ

พวงแก้ว เนตรโอภาส (2533 : 65 – 66) ได้ศึกษาการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านลานแหลม จังหวัดนครปฐม โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 7 คน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้กิจกรรมกลุ่มมีความร่วมมือในการอภิปรายกลุ่มสูงขึ้น หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม และสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ได้รับการให้ ข้อเสนอเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จักรวาล ภูพันธ์ (2537 : 73 – 75) ได้ศึกษาผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะ มุ่งอนาคตของนักเรียนสถานสงเคราะห์เด็กหญิงบ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียนให้สูงกว่าเดิม ทั้งนี้เพราะการเข้าร่วม กิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนได้มีโอกาสปฏิบัติกิจกรรมต่างๆด้วยตนเอง โดยมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม เพื่อเรียนรู้สิ่งต่างๆ แล้วร่วมกันวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกภายในกลุ่ม ร่วมกันแก้ปัญหา และป้องกันปัญหาที่ประสบในกลุ่ม และพบว่าการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มทำให้นักเรียนมีการปรับตัวกับเพื่อนได้ดีกว่าการสอนแบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สุวิทย์ ดวงเวียง (2538 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับครอบครัวของผู้ติดยาเสพติดในสถานพักฟื้นประเวศ เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร โดยแบ่งผู้ติดยาเสพติดที่มีคะแนนการปรับตัวต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ที่ 50 เป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับกิจกรรมกลุ่ม กลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอเทศ เกี่ยวกับการปรับตัวกับครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า ผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับ กิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวกับครอบครัวดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับ

กิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวกับครอบครัวดีขึ้นกว่าผู้ติดยาเสพติดที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

๕) วิมล หนองพงษ์ (2538 : 128) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคลของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนครักษ์ อำเภอนครักษ์ จังหวัดนครนายก จำนวน 24 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และกลุ่มควบคุมได้รับข้อเสนอเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลดีขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่ม สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต ความเข้าใจตนเอง ความสามารถในการคิด การปรับตัวกับเพื่อน การปรับตัวกับครอบครัว รวมถึงนำมาใช้ในการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนา เช่น การเลิกสูบบุหรี่ การเลิกสิ่งเสพติด และกิจกรรมกลุ่มยังสามารถพัฒนาด้านอารมณ์และสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาให้ดีขึ้นได้

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงคาดว่า กิจกรรมกลุ่มน่าจะสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนประถมศึกษาได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 จำนวน 592 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา จำนวน 148 คน และสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมโครงการ ปรากฏว่า นักเรียนทุกคน สมัครใจเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้วิจัยจึงคัดเลือก นักเรียนที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองจากน้อยไปมาก ได้นักเรียนจำนวน 12 คน โดยมีขั้นตอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังนี้

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 จำนวนทั้งหมด 592 คน ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
2. นำแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองมาตรวจให้คะแนนตามที่กำหนดไว้ แล้วคัดเลือกนักเรียนที่ได้คะแนนความภาคภูมิใจในตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ที่ 25 ลงมา ได้นักเรียนจำนวน 148 คน และสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมโครงการ ปรากฏว่านักเรียนสมัครใจที่จะเข้าร่วมโครงการทุกคน
3. ผู้วิจัยเรียงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนในข้อ 2 จากน้อยไปหามาก แล้วคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองจากน้อยไปหามากได้นักเรียนจำนวน 12 คน เพื่อเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือในการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
 2. โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม
- * ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
ในการสร้างแบบสอบถาม ผู้วิจัยดำเนินการสร้าง ดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. ผู้วิจัยปรับปรุงแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง จากแบบวัดความภาคภูมิใจในตนเองฉบับนักเรียน (The Self – Esteem Inventory School Form) ซึ่งสร้างโดยคูเปอร์สมิธ (Coopersmith. 1984)

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองที่ปรับปรุงขึ้น จำนวน 50 ข้อ ไปหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ โดยให้ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ตรวจสอบข้อคำถาม ทั้งด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ และผู้วิจัยนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมก่อนนำไปทดลองใช้

4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ไปทำการทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญธนบุรี จำนวน 100 คน ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25 % ของกลุ่มสูง กลุ่มต่ำ แล้วใช้ t – test (ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ. 2538 : 100 – 104) และพิจารณาค่า t ที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หรือค่า t ตั้งแต่ 1.704 ขึ้นไปมาใช้เป็นแบบสอบถาม ได้แบบสอบถามจำนวน 40 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 1.704 – 8.544

5. นำแบบสอบถามในข้อ 4 มาหาความเชื่อมั่น โดยใช้วิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับ .8439 เพื่อนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการวิจัยต่อไป

ลักษณะแบบสอบถาม

แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง ประกอบด้วยข้อกระทง โดยข้อกระทงแต่ละข้อมีลักษณะเป็นประโยคบอกเล่ารายงานตนเอง ให้ผู้ตอบอ่านข้อความเหล่านี้พร้อมทั้งพิจารณาตัดสินว่า "เหมือนตัวฉัน" หรือ "ไม่เหมือนตัวฉัน" ข้อความที่นำมาใช้ในแบบวัดแบ่งเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านตนโดยทั่วไป (General Self)
2. ด้านสังคม – เพื่อน (Social Self – Peers)
3. ด้านทางบ้าน – พ่อแม่ (Home – Parents)
4. ด้านโรงเรียน – การศึกษา (School – Academic)

ตัวอย่างแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

คำชี้แจง ขอให้อ่านข้อความแต่ละข้อต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าแต่ละข้อเหมือนหรือไม่เหมือนตัวท่านเอง แล้วตอบโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบที่ท่านเลือก ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ฉะนั้น กรุณาตอบให้ตรงความจริงมากที่สุด และโปรดตอบทุกข้อ

คำถาม	เหมือนตัวฉัน	ไม่เหมือนตัวฉัน
<p>ด้านตนโดยทั่วไป (General Self)</p> <p>(0) ไม่มีอะไรที่ทำให้ฉันลำบากใจ</p> <p>ด้านสังคม – เพื่อน (Social Self – Peers)</p> <p>(0) เพื่อนๆชอบว่าฉัน</p> <p>ด้านที่บ้าน – พ่อแม่ (Home – Parents)</p> <p>(0) เมื่ออยู่บ้านฉันหงุดหงิดง่ายมาก</p> <p>ด้านโรงเรียน – การศึกษา (School – Academic)</p> <p>(0) ฉันรู้สึกยากลำบากมากที่ต้องพูดหน้าชั้น</p>		

เกณฑ์การให้คะแนน

แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองฉบับนี้ ประกอบด้วยข้อความที่บรรยายเกี่ยวกับตนเอง ทั้งด้านบวกและด้านลบ จึงมีเกณฑ์การให้คะแนนที่แตกต่างกันดังนี้ คือ ข้อความด้านลบที่ตอบว่า “ไม่เหมือนตัวฉัน” จะได้ 1 คะแนน ถ้าตอบว่า “เหมือนตัวฉัน” จะได้ 0 คะแนน และข้อความด้านบวกที่ตอบว่า “เหมือนตัวฉัน” จะได้ 1 คะแนน ถ้าตอบว่า “ไม่เหมือนตัวฉัน” จะได้ 0 คะแนน ดังนั้นเมื่อผู้ตอบอ่านข้อความด้านลบแล้วพิจารณาตัดสินเลือกตอบว่า “ไม่เหมือนตัวฉัน” จะได้ 1 คะแนน หรือเมื่อผู้ตอบอ่านข้อความด้านบวกแล้วพิจารณาตัดสินเลือกตอบว่า “เหมือนตัวฉัน” ก็จะได้ 1 คะแนน

เกณฑ์การแปลผล

1. ความภาคภูมิใจในตนเองโดยรวมของนักเรียน กำหนดเกณฑ์ ดังนี้

คะแนน 0 – 13 มีความภาคภูมิใจในตนเองน้อย

คะแนน 14 – 26 มีความภาคภูมิใจในตนเองปานกลาง

คะแนน 27 – 40 มีความภาคภูมิใจในตนเองมาก

2. ความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนรายด้าน กำหนดเกณฑ์ ดังนี้

2.1 ความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไปมีจำนวน 21 ข้อ มีคะแนนสูงสุด 21 คะแนน

คะแนน 0 – 7 มีความภาคภูมิใจในตนเองน้อย

คะแนน 8 – 14 มีความภาคภูมิใจในตนเองปานกลาง

คะแนน 15 – 21 มีความภาคภูมิใจในตนเองมาก

2.2 ความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนทางสังคม – เพื่อนมีจำนวน 4 ข้อ มีคะแนนสูงสุด 4 คะแนน

คะแนน 0 – 1 มีความภาคภูมิใจในตนเองน้อย

คะแนน 2 – 3 มีความภาคภูมิใจในตนเองปานกลาง

คะแนน 4 มีความภาคภูมิใจในตนเองมาก

2.3 ความภาคภูมิใจในตนเองด้านที่บ้าน – พ่อแม่มีจำนวน 7 ข้อ มีคะแนนสูงสุด 7 คะแนน

คะแนน 0 – 2 มีความภาคภูมิใจในตนเองน้อย

คะแนน 3 – 4 มีความภาคภูมิใจในตนเองปานกลาง

คะแนน 5 – 7 มีความภาคภูมิใจในตนเองมาก

2.4 ความภาคภูมิใจในตนเองด้านโรงเรียน – การศึกษามีจำนวน 8 ข้อมีคะแนนสูงสุด 8

คะแนน

- คะแนน 0 – 2 มีความภาคภูมิใจในตนเองน้อย
 คะแนน 3 – 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองปานกลาง
 คะแนน 6 – 8 มีความภาคภูมิใจในตนเองมาก

โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ผู้วิจัยดำเนินการสร้างโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับหลักการ ทฤษฎี แนวคิด และวิธีการที่เกี่ยวกับการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดเนื้อหา และขั้นตอนการสร้างโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้เหมาะสมกับจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า และผู้เข้าร่วมโครงการ

2. สร้างโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้รูปแบบวิธีการของกิจกรรมกลุ่ม และนำโครงการไปให้ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ตรวจสอบความสอดคล้องของจุดมุ่งหมายและวิธีดำเนินการ

3. นำโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ก่อนนำไปใช้ ซึ่งลักษณะของโครงการ เป็นดังนี้

3.1 ชื่อโครงการ โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

3.2 หลักการและเหตุผล

ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นเสมือนเกราะป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับบุคคล โดยมีหลักฐานจากการวิจัยพบว่า ผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองสูงจะมีลักษณะไม่พึ่งพิงผู้อื่น มีอิสระ มีความอดทนต่อความคับข้องใจ ทำงานใหม่ๆด้วยความกระตือรือร้น สามารถโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น และสามารถแสดงความรู้สึกและอารมณ์ได้หลายลักษณะ ส่วนผู้ที่มีความภาคภูมิใจในตนเองต่ำจะมีลักษณะพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล เมื่อตนทำผิดมักตำหนิผู้อื่น ถูกผู้อื่นชักจูงได้ง่าย รู้สึกว่าไม่มีบาร์มี ไม่มีความสามารถ ไม่ค่อยแสดงความรู้สึกและอารมณ์ ซึ่งความภาคภูมิใจในตนเองสามารถพัฒนาให้สูงขึ้นได้ โดยเฉพาะในวัยเด็กตอนกลางที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมภายนอกครบครันมากขึ้น

จากความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาวิธีการต่างๆทางจิตวิทยาที่มีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน และจัดทำขึ้นเป็นโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้กิจกรรมกลุ่มในการดำเนินโครงการ

3.3 จุดมุ่งหมาย

เพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

3.4 วิธีดำเนินการ

3.4.1 ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับหลักการ ทฤษฎี แนวคิด และวิธีการที่เกี่ยวกับการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และการใช้กิจกรรมกลุ่มในการดำเนินการ

3.4.2 สร้างโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม และจัดทำเป็นโปรแกรมการพัฒนา ซึ่งประกอบด้วยหัวข้อเรื่อง วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ และการประเมินผล

3.4.3 คัดเลือกนักเรียน จำนวน 12 คน เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตามโปรแกรมที่สร้างขึ้นจำนวน 12 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที โดยแต่ละครั้งจะเป็นกิจกรรมเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองตามหัวข้อดังนี้

ครั้งที่ 1	ปฐมนิเทศ	(กิจกรรมสร้างความคุ้นเคย)
ครั้งที่ 2	ด้านตนโดยทั่วไป	(กิจกรรมฉันคือใคร)
ครั้งที่ 3	ด้านตนโดยทั่วไป	(กิจกรรมสิ่งที่ฉันภูมิใจที่สุด)
ครั้งที่ 4	ด้านตนโดยทั่วไป	(กิจกรรมฉันคือบุคคลสำคัญ)
ครั้งที่ 5	ด้านตนโดยทั่วไป	(กิจกรรมความรู้สึที่ดี)
ครั้งที่ 6	ด้านตนโดยทั่วไป	(กิจกรรมสร้างแนวทางในการพัฒนาตนเอง)
ครั้งที่ 7	ด้านสังคม – เพื่อน	(กิจกรรมจากหลากหลายกลายเป็นหนึ่ง)
ครั้งที่ 8	ด้านสังคม – เพื่อน	(กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน)
ครั้งที่ 9	ด้านโรงเรียน – การศึกษา	(กิจกรรมเรียนรู้ตนเองและสร้างความเชื่อถือตนเอง)
ครั้งที่ 10	ด้านโรงเรียน – การศึกษา	(กิจกรรมการสร้างเสริมความสำเร็จให้กับตนเอง)
ครั้งที่ 11	ด้านทางบ้าน – พ่อแม่	(กิจกรรมครอบครัวของตำรวจ)
ครั้งที่ 12	ปัจฉิมนิเทศ	(กิจกรรมประเมินผล)

3.4.4 ดำเนินโครงการโดยผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้นำกลุ่ม โดยในการจัดกิจกรรมพยายามสร้างบรรยากาศในการร่วมกิจกรรมให้เป็นกันเอง สนับสนุนคุ้นเคย และยอมรับซึ่งกันและกันและให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้แนวคิดและการปฏิบัติด้วยตนเองให้มากที่สุด

3.5 ระยะเวลาในการดำเนินการ

ทุกวันจันทร์ พุธ และศุกร์ ตั้งแต่วันที่ 17 สิงหาคม พ.ศ. 2544 ถึงวันที่ 14 กันยายน พ.ศ. 2544 ระยะเวลา 11.25 น. - 11.55 น. รวม 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง

3.6 สถานที่

ห้องแนะแนว 2 ชั้น 4 ตึกไมเกิ้ล โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม

3.7 การประเมินผล

หลังจากนักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองแล้วให้นักเรียนตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มแล้วนำมาเปรียบเทียบกัน

3.8 ผลที่คาดว่าจะได้รับ

นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มตามโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

4. นำโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ไปใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมายจำนวน 12 คน เพื่อศึกษาข้อดี และข้อบกพร่องของโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยใช้เวลาในการทดลองจำนวน 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ในวันจันทร์ พุธ และศุกร์ เวลา 11.25 - 11.55 น. สถานที่ดำเนินการ คือ ห้องแนะแนว 2 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้ ผู้วิจัยขอหนังสือขอความร่วมมือเพื่อการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการทำวิจัย ถึงครูใหญ่โรงเรียน อัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 การวิจัยเชิงสำรวจ โดยผู้วิจัยสำรวจความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ตอนที่ 2 การวิจัยเชิงทดลอง โดยมีแบบแผนการทดลองเป็นแบบ One Group Pretest - Posttest Design (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2538 : 60) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตาราง 1 แบบแผนการทดลอง One Group Pretest - Posttest Design

สอบก่อน	ทดลอง	สอบหลัง
T ₁	X	T ₂

ความหมายของสัญลักษณ์

T1 แทน การทดสอบก่อนการทดลอง

T2 แทน การทดสอบหลังการทดลอง

X แทน การเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

2. วิธีดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองดังนี้

1. ก่อนการทดลอง

ผู้วิจัยขอความร่วมมือให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม จำนวน 592 คน ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง แล้วคัดเลือกเฉพาะนักเรียนที่ได้คะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ได้นักเรียนจำนวน 148 คน แล้วสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง โดยคัดเลือกนักเรียนจำนวน 12 คน เพื่อทำการทดลองใช้กิจกรรมกลุ่ม แล้วผู้วิจัยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองจากน้อยไปมากได้

นักเรียนจำนวน 12 คน เพื่อเข้าร่วมโครงการแล้วเก็บคะแนนจากแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มตัวอย่างเป็นคะแนน Pretest

2. การดำเนินการทดลอง

ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตามโปรแกรมการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ทุกวันจันทร์ พุธ และศุกร์ ระหว่างเวลา 11.25 น. ถึง 11.55 น. รวมเป็นเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ตั้งแต่วันที่ 17 สิงหาคม พ.ศ. 2544 ถึงวันที่ 14 กันยายน พ.ศ. 2544 สถานที่ดำเนินการ คือ ห้องแนะแนว 2 ชั้น 4 ตึกไม้เก็ล โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร

3. หลังการทดลอง

3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนการดำเนินโครงการอีกครั้งหนึ่ง แล้วเก็บคะแนนที่ได้เป็นคะแนน Posttest

3.2 ผู้วิจัยนำคะแนน Pretest – Posttest ที่ได้จากการตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองมาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐาน

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรม SPSS FOR WINDOWS (Statistical Package for the Social Sciences) การวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

3.1 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่

4.1.1 คะแนนเฉลี่ย (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538ก : 73 – 76)

4.1.2 ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538ข : 79)

4.2 สถิติสำหรับวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่

4.2.1 หาค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง โดยวิธีหาค่า t เป็นรายข้อตามวิธีการ t -test (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538ค : 100 – 104)

4.2.2 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538ง : 200)

4.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่

4.3.1 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน จำแนกตามระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้ F-test (ล้วนสายยศ และอังคณา สายยศ. 2538จ : 95)

4.3.2 การทดสอบความแตกต่างของคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการ โดยใช้ t -test for dependent samples (ล้วนสายยศ และอังคณา สายยศ. 2538ฉ : 104 – 105)

บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่มตัวอย่าง
\bar{X}	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
D	แทน	ผลต่างของคะแนนก่อนและหลังการทดลอง
t	แทน	ค่าสถิติ t ที่ใช้พิจารณาใน t – Dependent

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ผลการศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 592คน โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2544 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงใน ตาราง 2 และ 3

ตาราง 2 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความภาคภูมิใจในตนเองรายด้านและโดยรวมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร (N = 592 คน)

ความภาคภูมิใจในตนเอง	จำนวนข้อ	คะแนนเต็ม	\bar{X}	S.D.	การแปลผล
ด้านตนโดยทั่วไป	21	21	11.90	5.29	ระดับปานกลาง
ด้านสังคม – เพื่อน	4	4	2.45	1.21	ระดับปานกลาง
ด้านทางบ้าน – พ่อแม่	7	7	5.07	2.13	ระดับมาก
ด้านโรงเรียน – การศึกษา	8	8	4.83	2.31	ระดับปานกลาง
ความภาคภูมิใจในตนเองโดยรวม	40	40	24.12	7.24	ระดับปานกลาง

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถมมีความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไป ด้านสังคม – เพื่อน และด้านโรงเรียน – การศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความภาคภูมิใจในตนเองด้านทางบ้าน – พ่อแม่ อยู่ในระดับมาก และความภาคภูมิใจในตนเองโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 3 คะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	จำนวน	ความภาคภูมิใจในตนเอง		
		\bar{X}	S.D.	การแปลผล
3.00 – 4.00	513 คน	24.47	7.16	ระดับปานกลาง
2.00 – 2.99	73 คน	21.59	6.88	ระดับปานกลาง
1.00 – 1.99	6 คน	21.67	5.51	ระดับปานกลาง

จากตาราง 3 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถมที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 3.00 – 4.00 , 2.00 – 2.99 และ 1.00 – 1.99 มีความภาคภูมิใจในตนเองในระดับปานกลาง

ตาราง 4 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ตัวแปร	แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ความภาคภูมิใจในตนเอง	ระหว่างกลุ่ม	2	299.832	149.916	2.705
	ภายในกลุ่ม	589	32641.791	55.419	
	รวม	591	32941.623		

$$F = 3$$

$$(.05 ; df 2 , 591)$$

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 4 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถมที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน

2. ผลการเปรียบเทียบคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองรายด้านและโดยรวมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถมก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

μ_1

μ_2

ความภาคภูมิใจในตนเอง	จำนวนข้อ	จำนวนคะแนนเต็ม	ก่อนเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง		หลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง		t
			\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	
ด้านตนเอง	21	21	5.00	1.73	10.92	2.72	5.73*
ด้านสังคม-เพื่อน	4	4	0.92	0.64	1.67	1.11	21.4*
ด้านทางบ้าน-พ่อแม่	7	7	2.83	2.15	4.17	1.21	2.77*
ด้านโรงเรียน-การศึกษา	8	8	2.08	1.03	4.58	1.98	4.99*
ความภาคภูมิใจในตนเองโดยรวม	40	40	10.83	1.52	21.33	4.68	6.21*

reject H_0



$$t_{(.05; df 11)} = 1.796$$

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 : \mu_1 \neq \mu_2$$

reject H_0

จากตาราง 5 พบว่า ภายหลังจากเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม มีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งได้แก่ความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนเองทั้งหมด ด้านทางบ้าน-พ่อแม่ ด้านโรงเรียน-การศึกษา และความภาคภูมิใจในตนเองโดยรวม

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย สมมุติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5
2. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
3. เพื่อเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

สมมุติฐานของการศึกษาค้นคว้า

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความภาคภูมิใจในตนเองแตกต่างกัน
2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น หลังจากเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2544 จำนวน 592 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

* กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 148 คนและสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมโครงการปรากฏว่า นักเรียนทุกคน สมัครใจเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง ผู้วิจัยจึงคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองจากน้อยไปหามาก ได้นักเรียนจำนวน 12 คน

* เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
2. โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม*

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า ดำเนินการดังนี้

1. การวิจัยเชิงสำรวจโดยผู้วิจัยสำรวจความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

2. การวิจัยเชิงทดลอง โดยผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ก่อนการทดลอง ผู้วิจัยขอความร่วมมือให้นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม จำนวน 592 คน ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง แล้วคัดเลือกเฉพาะนักเรียนที่ได้คะแนนตั้งแต่เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา ได้นักเรียนจำนวน 148 คน แล้วสอบถามความสมัครใจของนักเรียนในการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่มแล้ว ผู้วิจัยคัดเลือกนักเรียนที่มีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองจากน้อยไปมากได้นักเรียนจำนวน 12 คน เพื่อเข้าร่วมโครงการ แล้วเก็บคะแนนจากแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มตัวอย่างเป็นคะแนน Pretest

2. ขั้นตอนการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตามโปรแกรมพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ทุกวันจันทร์ พุธ และศุกร์ ระหว่างเวลา 11.25 นาฬิกา ถึง 11.55 นาฬิกา รวมเป็นเวลา 4 สัปดาห์ ๆ ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 30 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ตั้งแต่วันที่ 17 สิงหาคม 2544 ถึงวันที่ 14 กันยายน 2544

สถานที่ดำเนินการคือห้องแนะแนว 2 ชั้น 4 ตึกไมเกิ้ล โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม กรุงเทพมหานคร

3. หลังการทดลอง


3.1 ผู้วิจัยให้นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองฉบับเดียวกับที่ใช้ก่อนการดำเนินโครงการอีกครั้งหนึ่ง แล้วเก็บคะแนนที่ได้เป็นคะแนน Posttest

3.2 ผู้วิจัยนำคะแนน Pretest – Posttest ที่ได้จากการตอบแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเองมาวิเคราะห์ตามวิธีทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูล โดย 1. หาคะแนนเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความภาคภูมิใจในตนเอง 2. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนจำแนกตามระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้ F-test 3. เปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองโดยทดสอบความแตกต่างของคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้ t – test for dependent Samples

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

 การศึกษาค้นคว้าสรุปผลได้ดังนี้

1. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองในระดับปานกลาง โดยมีความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไป ด้านสังคม – เพื่อน และด้านโรงเรียน – การศึกษา อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความภาคภูมิใจในตนเองด้านทางบ้าน – พ่อแม่ อยู่ในระดับมาก

2. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 3.00 – 4.00 , 2.00 – 2.99 และ 1.00 – 1.99 มีความภาคภูมิใจในตนเองในระดับปานกลาง

3. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกันมีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน

4. ภายหลังการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไป ด้านสังคม - เพื่อน ด้านทางบ้าน - พ่อแม่ และด้านโรงเรียน - การศึกษา เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

1. ผลการศึกษาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญ แผนกประถม ปีการศึกษา 2544 พบว่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณาความภาคภูมิใจในตนเองรายด้าน ซึ่งได้แก่ ด้านตนโดยทั่วไป ด้านสังคม-เพื่อน ด้านทางบ้าน-พ่อแม่ และด้านโรงเรียน-การศึกษาพบว่า นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเองด้านทางบ้าน-พ่อแม่อยู่ในระดับมาก ส่วนความภาคภูมิใจในตนเองด้านอื่นๆอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับภาพรวมของนักเรียนโรงเรียนอัสสัมชัญที่ได้รับการเอาใจใส่จากผู้ปกครองค่อนข้างมาก ทำให้นักเรียนมีความเห็นว่า ตนมีความสำคัญในครอบครัว ได้รับการยอมรับจากคนในครอบครัว และจากที่นักเรียนมีคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่านักเรียนโรงเรียนอัสสัมชัญส่วนใหญ่มีความภาคภูมิใจในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ทำให้ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ สามารถตอบคำถามและสร้างความสบายใจให้กับผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนโรงเรียนอัสสัมชัญได้

2. ผลการศึกษาเปรียบเทียบคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม จำแนกตามผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนระดับ 3.00 - 4.00 , 2.00 - 2.99 และ 1.00 - 1.99 มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับปานกลาง ทั้งนี้แสดงให้เห็นว่า แม้ว่านักเรียนจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ในระดับใดก็ตาม แต่นักเรียนก็ยังมีภาคภูมิใจในตนเองโดยรวมอยู่ระดับปานกลาง

3. ผลการเปรียบเทียบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำแนกตามระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยใช้ F-test พบว่า นักเรียนที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันมีความภาคภูมิใจในตนเองไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะว่าความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายด้าน โดยเฉพาะด้านครอบครัว การได้รับการยอมรับจากพ่อแม่จะมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนค่อนข้างมาก ส่งผลให้นักเรียนส่วนใหญ่มีความภาคภูมิใจในตนเองระดับใกล้เคียงกัน

4. จากการศึกษาผลของการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้นทั้งภาพรวมและรายด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่มได้ส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการด้านความภาคภูมิใจในตนเอง ทั้งนี้เพราะนักเรียนได้เรียนรู้ตนเองจากกิจกรรมต่างๆ อันได้แก่ การทำความรู้จักกัน การแสดงบทบาทสมมติ การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การวิเคราะห์เกมทางจิตวิทยา ศึกษาสถานการณ์จำลอง การร่วมอภิปรายและแสดงความคิดเห็น ซึ่งประสบการณ์ที่จัดให้กับกลุ่มนี้ทำให้นักเรียนมีโอกาสเรียนรู้จากการมีส่วนร่วมกระทำกิจกรรมที่ส่งเสริมการวิเคราะห์ความรู้สึก ความต้องการ ตลอดจนพฤติกรรมและความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่มซึ่งการร่วม

กิจกรรมกลุ่มตามโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองนั้น ทำให้นักเรียนได้พัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไป ด้านสังคม – เพื่อน ด้านทางบ้าน – พ่อแม่ และด้านโรงเรียน – การศึกษาเป็นอย่างดี และเกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับในตนเอง ความรู้สึกนึกคิดที่บุคคลมีต่อตนเองนี้เรียกว่า อัตมโนทัศน์ (Self – Concept) ซึ่งมีอิทธิพลในการกำหนดพฤติกรรมที่ตนเราแสดงออกมา การที่บุคคลมีความรักและเข้าใจในตนเองจะเป็นจุดเบื้องต้นในการพัฒนาตน นอกจากนี้คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984g : 9 – 10) กล่าวว่า การส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง สามารถพึ่งตนเองได้นั้นเป็นการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน

ในการดำเนินโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ผู้วิจัยคำนึงถึงหลักการและแนวความคิดเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม โดยพยายามให้เกิดบรรยากาศในการร่วมกิจกรรมที่เป็นกันเอง สนิทสนมคุ้นเคย และยอมรับซึ่งกันและกัน และให้สมาชิกได้เกิดการเรียนรู้แนวความคิด และการปฏิบัติด้วยตนเองให้มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎี แชมมณี (2522ข : 7) ที่กล่าวว่า วิธีที่ดีที่สุดในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ คือ การสร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมผู้เรียนมีอิสระในการแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนให้กลุ่มได้รับรู้ และเปิดเผยตนเองให้มากที่สุด ซึ่งจะมีประโยชน์ต่อการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียน และที่จากรูดี บุณยารมย์ ได้อธิบายว่า ช่วงวัยเด็กตอนกลางเป็นวัยที่รากฐานความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กพัฒนาขึ้นจากสังคมภายนอกครอบครัว เด็กจะมีความต้องการความภาคภูมิใจในตนเองโดยวิธีทางที่เด็กเรียนรู้ตนเอง จะวัดได้จากสิ่งที่เพื่อนคิดต่อตัวเขา เด็กจะเริ่มพัฒนาสติปัญญา ทักษะสังคม และความมั่นใจในตนเองให้สูงขึ้น ถ้าจุดดีเหล่านี้ได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มที่เขานิยมชมชอบ ความภาคภูมิใจในตนเองก็จะพัฒนาขึ้น (จากรูดี บุณยารมย์, 2541ข : 12 ; อ้างอิงจาก Craig, 1976)

นอกจากนี้การทำกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งมีบรรยากาศที่เอื้อให้สมาชิกกลุ่มยอมรับกันและกัน เมื่อสมาชิกกลุ่มมีความรู้สึกที่ตนเองได้รับการยอมรับด้วยความจริงใจจากสมาชิกกลุ่ม จะทำให้เขาเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆ ช่วยให้เขาเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง (จากรูดี บุณยารมย์, 2541ข : 14 ; อ้างอิงจาก Trotzer, 1977)

จากการสังเกตของผู้วิจัย ซึ่งเป็นผู้ดำเนินโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมโครงการมีความสนใจและให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมโครงการอย่างยิ่ง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการในครั้งนี้เป็นผู้ที่สมัครใจในการเข้าร่วมโครงการ ดังที่ ทิศนา แชมมณี (2522 : 248) กล่าวว่า การทำกิจกรรมกลุ่มไม่ควรเป็นกิจกรรมที่บังคับให้บุคคลเข้ารับการฝึก แต่ควรเป็นไปด้วยความสมัครใจเพราะหากผู้เข้าร่วมกิจกรรมมาด้วยความสมัครใจแล้ว การทำกิจกรรมมักเป็นไปอย่างราบรื่น และให้ประโยชน์มาก ประกอบกับในระหว่างการฝึก ผู้วิจัยได้ให้ความเป็นกันเองให้การใส่ใจกับนักเรียนทุกคนในกลุ่ม ให้การเสริมแรงทางบวกตลอดระยะเวลาการดำเนินโครงการ นักเรียนส่วนมากต่างมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า นักเรียนอยู่ในวัยใกล้เคียงกัน มีความต้องการคล้ายคลึงกัน และบางคนก็เคยทำกิจกรรมร่วมกันมาก่อน จึงทำให้บรรยากาศในการดำเนินการเป็นไปด้วยดี นอกจากนี้ผู้วิจัยพบว่า การเข้าร่วมโครงการในครั้งหลังๆ นักเรียนกล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าซักถามให้ข้อคิดเห็น และสนใจที่จะมีส่วนร่วมมากขึ้น รวมทั้งหลังจากจบโครงการแล้ว นักเรียนและผู้ปกครองของนักเรียนบางคนยังประทับใจ และพอใจที่จะเข้าร่วมโครงการ โดยอยากที่จะเข้าร่วมโครงการอีกถ้ามีการจัดในครั้งต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

✓ 1.1 ควรมีการติดตามผลของความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ภายหลังจากสิ้นสุดการทดลอง 3 เดือนหรือ 6 เดือน เพื่อศึกษาว่าความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงมากน้อยเพียงใด

✗ 1.2 สำหรับผู้ที่จะนำโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ไปใช้เพื่อการวิจัยหรือเพื่อประโยชน์อื่น ควรได้เรียนรู้และศึกษารายละเอียดต่างๆเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองและวิธีการพัฒนา รวมทั้งควรได้ฝึกหาประสบการณ์และเตรียมตัวให้พร้อมในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง นอกจากนี้ควรปรับโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาของนักเรียน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองให้กับนักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ โดยอาจจะเพิ่มเติมระยะเวลาในการจัดกิจกรรมการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองด้านสังคม – เพื่อน ด้านทางบ้าน – พ่อแม่ และด้านโรงเรียน – การศึกษา

2.2 ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษา

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2525). ฉัน ฉัน ฉัน. กรุงเทพฯ : ทีพีพรินท์.

X _____ . (2527, ตุลาคม-ธันวาคม). " ศึกษาและวิเคราะห์แนวคิดของมาสโลว์ (Maslow), " *ครุศาสตร์*. 13(2) : 10 – 18.

_____ . (2529). *Self – Esteem & ความรัก*. กรุงเทพฯ : การพิมพ์.

_____ . (2540). *พลังชีวิต สู้ชีวิตด้วยจิตวิทยาชุดที่ 2*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดยูเคชั่น.

คมเพชร ฉัตรสุภากุล. (2522). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : แสงรุ่งการพิมพ์.

_____ . (2530). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. ถ่ายเอกสาร.

จักรวาล ภูพาน์ (2537). *ผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อลักษณะมุ่งอนาคตของนักเรียน*
สถานสงเคราะห์เด็กหญิง บ้านราชวิถี กรุงเทพมหานคร. ปรินท์นิพนธ์ กศ.ม.

(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

จารวดี บุญอารมย์. (2541). *การเปรียบเทียบผลของกิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาเป็นกลุ่มแบบยืดหยุ่น*
เป็นศูนย์กลางที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของผู้รับการสงเคราะห์ในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพ
บ้านเกร็ดกระการ. ปรินท์นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ฉลอม ภิมย์รัตน์. (2521). *กระบวนการกลุ่ม*. ภูเก็ต : วิทยาลัยครูภูเก็ต.

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. (2539). *ผลของการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้น*
ประถมศึกษาปีที่ 5. ปรินท์นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เขาวนา อมรสงเจริญ. (2539). *ผลของการใช้บทบาทสมมติที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเองของ*
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 วิทยาลัยนาฏศิลปพัทลุง จังหวัดพัทลุง. ปรินท์นิพนธ์ กศ.ม.
(จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ทศพร มณีศรีขำ. (2539). *กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการพัฒนาสำหรับครู*. ม.ป.พ. ถ่ายเอกสาร.

ทิตนา แชมมณี. (2522). *กลุ่มสัมพันธ์ : ทฤษฎีและแนวปฏิบัติ เล่ม 1*. กรุงเทพฯ :

บูรพาศิลป์.

นภาพร แซ่เลื่อง. (2541). *การพัฒนาความรู้สึที่ดีต่อตนเองของเด็กปฐมวัยที่ได้รับการจัดกิจกรรมศิลปะสร้าง*
สรรค์แบบครูเน้นคุณค่าในตัวเด็ก. ปรินท์นิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

นภาพร พุ่มพฤษ. (2529). *ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของ*
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนพระนารายณ์ จังหวัดลพบุรี. ปรินท์นิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยา
การแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ประมวล คิตติสัน. (2537). *ลูกรักโอกาสของวัยขยัน*. กรุงเทพฯ : แสงศิลป์.

ห้องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2529). การแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ :
โครงการส่งเสริมการแต่งตั้งตำรา ทบวงมหาวิทยาลัย.

พัชนี วรกวิน. (2522). จิตวิทยาสังคม. นนทบุรี : สถานสงเคราะห์ปากเกร็ด.

X ภาวินี ธนบดีธรรมจารี. (2540). ปัจจัยคัดสรรที่มีอิทธิพลต่อความสำนึกในคุณค่าตนเองของพยาบาลจิตเวชโรงพยาบาลสมเด็จพระยา. วิทยานิพนธ์ พย.ม. เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
ถ่ายเอกสาร.

ภาวินี นาวาพานิช. (2537). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงาน ความภาคภูมิใจในตนเอง ความวิตกกังวลและปัจจัยทางชีวสังคมบางประการกับแนวโน้มการออกจาก งานของพยาบาลโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เยาวพา เตชะคุปต์. (2517). ทฤษฎีกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์สำหรับการสอนในระดับประถมศึกษา.
วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

วัลลภา ถนอมศิริ. (2539). การเปรียบเทียบผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อพัฒนาความรับผิดชอบด้านการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนเกษมพิทยา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. (2538). ผลของการฝึกอาสาสมัครและสมาธิตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสต่อการเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

ศุภวดี บุญญวงษ์. (2527). กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. สงขลา : ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา.

สมพิศ ไชยกิจ. (2536). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สิริวรรณ ศรีพหล. (2536). ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาหลักสูตรและวิทยวิธีทางการสอน : การวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการเรียนการสอน. หน่วยที่ 8 - 15. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

X สุพรรณณี จันทร์วิเศษ. (2539). การวิเคราะห์องค์ประกอบความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สุวิทย์ ดวงเวียง. (2538). ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับครอบครัวของผู้ติดยาเสพติดในสถานพักฟื้นประเวศ เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- อัปสรสิริ เอี่ยมประชา. (2542). *การพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. วิทยานิพนธ์ ด.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2543). *พาลูกต้านทานความนับถือตนเอง*. กรุงเทพฯ ฯ : ชันตำ.
- Andreoli, K.G. (1981). *Self Concept and Health Belief in Compliant and Non - Compliant Hypertension Patients*. Nursing Research .
- Branden, N. (1966). *The Psychology of Self - Esteem*. 3rd ed. New York : Bantam Books.
- Bradshaw, Pete. (1981). *The Management of Self - Esteem*. Prentice - Hall - Englewood Cliffs.
- Bruno, Frank J. (1983). *Adjustment and Personal Growth : Seven Pathway*. 2nd ed. New York : John Wiley & son.
- Coopersmith, S. (1981). *SEI : Self - Esteem*. 2nd ed. California : Consulting Psychologists Press.
- _____ . (1984). *SEI : Self - Esteem Inventories*. Palo Alto California : consulting Psychologists Press.
- Maslow, Abraham M. (1970). *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York : Harper & Row.
- Neal, Robert B. (1981, November). "Preparing Health Educator To Teach Mental Health," *The Journal of School Health*. 597 - 600.
- Ottaway, A.K.C. (1966). *Learning through Group Experience*. London : Routhledge and Kegan Paul .
- Roger, Carl R. and Diamon, Rosalind F. (1970). *Psychotherapy and Personality Change*. Chicago : University of Chicago Press .

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

ชื่อ ชั้น เลขประจำตัว

แบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

คำชี้แจง ขอให้อ่านข้อความแต่ละข้อต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่าแต่ละข้อเหมือนหรือไม่เหมือนตัวท่านเอง แล้วตอบโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับคำตอบที่ท่านเลือกไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ฉะนั้น กรุณาตอบให้ตรงความจริงมากที่สุด และโปรดตอบทุกข้อ

ข้อ	คำถาม	เหมือนตัวฉัน	ไม่เหมือนตัวฉัน
1	ไม่มีอะไรที่ทำให้ฉันลำบากใจ		
2	ฉันไม่กล้าที่จะพูดหน้าชั้น		
3	ฉันอยากเปลี่ยนหลายๆอย่างในตัวเอง		
4	ฉันสามารถตัดสินใจในเรื่องต่างๆได้โดยไม่คิดมาก		
5	เวลาอยู่บ้าน ฉันไม่ค่อยจะมีความสุข		
6	กว่าที่ฉันจะทำตัวให้คุ้นเคยกับอะไรใหม่ๆก็ต้องใช้เวลา นาน		
7	เพื่อนๆชอบฉัน		
8	พ่อแม่คำนึงถึงความรู้สึกของฉันเสมอ		
9	ฉันเป็นคนที่ยอมแะพออะไรง่าย ๆ		
10	ฉันไม่ค่อยเข้าใจตัวเอง		
11	ชีวิตฉันช่างสับสนเหลือเกิน		
12	ฉันรู้สึกตัวเองไม่มีค่า		
13	บางครั้งฉันอยากหนีออกจากบ้าน		
14	เมื่อฉันอยู่ที่โรงเรียน ฉันหงุดหงิดบ่อยๆ		
15	พ่อแม่เข้าใจในความรู้สึกของฉัน		
16	คนอื่นชอบเพื่อนๆมากกว่าฉัน		
17	ฉันรู้สึกอยู่เสมอว่าพ่อแม่บังคับฉัน		
18	ฉันผิดหวังเกี่ยวกับผลการเรียน		
19	ฉันอยากเป็นเหมือนคนอื่นๆ		
20	ฉันไม่สามารถเป็นที่พึ่งของใครได้		
21	ฉันค่อนข้างมั่นใจในตนเอง		
22	ครอบครัวฉันมีกิจกรรมที่ทำร่วมกันอย่างสนุกสนาน		

ข้อ	คำถาม	เหมือนตัวฉัน	ไม่เหมือนตัวฉัน
23	ฉันอยากมีความสุขเหมือนตอนเด็ก ๆ ตลอดไป		
24	ฉันภูมิใจกับงานด้านการเรียนของฉัน		
25	คนอื่น ๆ ต้องคอยเตือนฉันว่าต้องทำอะไร		
26	ฉันมักเสียใจกับสิ่งที่ได้ทำไปแล้ว		
27	เวลาฉันจะทำอะไร ฉันก็ทำสุดความสามารถ		
28	ฉันสามารถดูแลตนเองได้		
29	ฉันรู้สึกมีความสุข		
30	ฉันชอบเล่นกับเด็กที่อายุน้อยกว่า		
31	ฉันชอบให้ครูเรียกให้ตอบในห้องเรียน		
32	ฉันเข้าใจตัวของฉันดี		
33	คนในบ้านไม่เข้าใจฉัน		
34	ฉันไม่พอใจในผลการเรียนของตนเอง		
35	ฉันสามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง		
36	บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกละอายใจต่อตนเอง		
37	เพื่อนๆ ชอบว่าฉัน		
38	ครูมักทำให้ฉันรู้สึกว่าฉันเรียนไม่เก่ง		
39	ฉันทำอะไรไม่ค่อยสำเร็จ		
40	ฉันอารมณ์เสียง่ายเมื่อถูกตำหนิ		

ภาคผนวก ข

โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่มของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ตัวอย่าง โครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง

วัตถุประสงค์หลัก เมื่อนักเรียนเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองแล้ว จะทำให้นักเรียนมีระดับความภาคภูมิใจในตนเองสูงขึ้นกว่าเดิม

ครั้งที่	หัวข้อ	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
1.	ปฐมนิเทศ	สร้างความคุ้นเคย	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน 2. นักเรียนเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง และให้ความร่วมมือในการศึกษาวิจัย 	<p><u>ขั้นนำ</u> ผู้วิจัยนำเข้าสู่กิจกรรม โดยสนทนาซักถามเกี่ยวกับความสำคัญของกิจกรรมที่จะทำพร้อมทั้งอธิบายรายละเอียดของขั้นตอนในการทำกิจกรรมนั้น เพื่อให้สมาชิกเกิดความพร้อมในการเรียนรู้ รวมถึงเป็นการสร้างบรรยากาศให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ที่จะตามมา</p>
2.	ความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไป	ฉันคือใคร	<ol style="list-style-type: none"> 1. นักเรียนได้มีการสำรวจและทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง 2. นักเรียนแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกเกี่ยวกับชื่อของตนเองตามความเป็นจริงได้ 	<p><u>ขั้นกิจกรรม</u> ผู้วิจัยให้สมาชิกลงมือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้เกิดประสบการณ์ตรง</p>
3.	ความภาคภูมิใจในตนเองด้านตนโดยทั่วไป	สิ่งที่ฉันภูมิใจที่สุด	<ol style="list-style-type: none"> 1. นักเรียนได้มีโอกาสสำรวจความทรงจำที่ประสบความสำเร็จในชีวิตของตนเอง 2. นักเรียนสามารถถ่ายทอดความทรงจำที่ประสบความสำเร็จในชีวิตของตนเอง 	<p><u>ขั้นอภิปราย</u> ผู้วิจัยให้สมาชิกมีโอกาสได้แสดงความรู้สึก ความคิดเห็นหลังจากที่ได้ทำ กิจกรรมโดยผู้วิจัยเป็นผู้นำทางช่วยให้สมาชิกวิเคราะห์พฤติกรรมต่างๆ และอภิปรายร่วมกัน ในขั้นตอนนี้จะทำให้สมาชิกมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง สามารถยอมรับตนเอง เห็นถึงความสามารถและคุณค่าในตนเอง มีความรู้สึกว่าตนเองได้รับการ</p>

ครั้งที่	หัวข้อ	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
4.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้านตน โดยทั่วไป	ฉันคือบุคคลสำคัญ	1. นักเรียนเห็นความ สำคัญของตนเองและ ของสมาชิกในกลุ่ม	ยอมรับจากกลุ่มเพื่อนและ การได้รับการยอมรับจาก ครอบครัวและสังคม
5.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้านตน โดยทั่วไป	ความรู้สึกที่ดี	1. เพื่อให้นักเรียนบอก ถึงความรู้สึกที่ดีที่มีต่อ ตนเอง 2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับ ตนเองตามความ เป็นจริง 3. เพื่อให้นักเรียนมี ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และผู้อื่น	<u>ขั้นสรุปและประยุกต์ใช้</u> ผู้วิจัยให้สมาชิกช่วยกัน สรุปถึงการเรียนรู้ทั้งหมดที่ เกิดขึ้น และช่วยกันสรุป แนวคิดที่ได้ แล้วผู้วิจัย สรุปเพิ่มเติม
6.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้านตน โดยทั่วไป	การสร้างแนวทางใน การพัฒนาตนเอง	1. เพื่อสร้างแนวทางใน การพัฒนาตนเองจาก ความสามารถที่แต่ละ คนมีอยู่ 2. เพื่อให้นักเรียนเกิด ความรู้สึกชื่นชมกับ ธรรมชาติรอบตัว 3. เพื่อกระตุ้นให้นัก เรียนมีความหวังใน ชีวิต 4. เพื่อสร้างความ รู้สึกที่ดีต่อตนเองให้กับ นักเรียน	
7.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้าน สังคม - เพื่อน	จากหลากหลาย กลายเป็นหนึ่ง	1. เพื่อให้นักเรียนมี ความรู้สึกว่าตนเองได้ รับการยอมรับ 2. เพื่อให้นักเรียน ตระหนักในความ สำคัญและเห็นคุณค่าใน กันและกัน	

ครั้งที่	หัวข้อ	ชื่อกิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
8.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้าน สังคม - เพื่อน	เพื่อนช่วยเพื่อน	1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน เรื่องการมีน้ำใจ	
9.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้าน โรงเรียน - การ ศึกษา	เรียนรู้ตนเอง และ สร้างความเชื่อถือ ตนเอง	1. เพื่อให้นักเรียนมีโอกาสได้รับผลสำเร็จจากการสัญญากับตนเอง 2. เพื่อสร้างความเชื่อถือให้กับตนเอง	
10.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้าน โรงเรียน - การ ศึกษา	การเสริมสร้างความ สำเร็จให้กับตนเอง	1. เพื่อสร้างเสริมความสำเร็จให้กับนักเรียน 2. เพื่อให้ความช่วยเหลือนักเรียนให้ทำตามสัญญาได้ 3. เพื่อให้นักเรียนชื่นชมความสำเร็จของตนเอง	
11.	ความภาคภูมิใจ ในตนเองด้าน ทางบ้าน - พ่อแม่	ครอบครัวของตำรา	1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับจากครอบครัวในเรื่องความรับผิดชอบ	
12.	ปัจฉิมนิเทศ	ประเมินผล	1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของตนและของสมาชิกทุกคน 2. เพื่อประเมินผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด	

กิจกรรมที่ 1

ปฐมนิเทศ

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. สร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเอง และให้ความร่วมมือในการ

ศึกษาวิจัย

เนื้อหา

ความภาคภูมิใจในตนเอง หมายถึง ความเชื่อหรือความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความเคารพและยอมรับในตนเองว่ามีความสำคัญ มีความสามารถ และใช้ความสามารถที่มีอยู่กระทำการสิ่งต่างๆให้ประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่วางไว้ โดยได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นในสังคม

วิธีดำเนินการ

1. ผู้วิจัยทักทายนักเรียน พร้อมทั้งแนะนำตนเองและขอให้ให้นักเรียนแนะนำตนเอง โดยผู้วิจัยใช้เกม ปีก ปีก โป่ง คือ ผู้วิจัยตะโกนว่า ปีก ปีก โป่ง- พร้อมทั้งชี้ไปที่นักเรียนทีละคน คนไหนที่ตรงกับคำว่า โป่ง ให้นักเรียนบอกชื่อของตนเอง
2. เมื่อทำความรู้จักกันแล้ว ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ในการทำการศึกษาวิจัยครั้งนี้
3. ผู้วิจัยอธิบายและให้ข้อมูลเบื้องต้นแก่นักเรียนเกี่ยวกับความภาคภูมิใจในตนเองในด้านของความหมายและความสำคัญของความภาคภูมิใจในตนเอง
4. ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ซักถามและทำความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของกิจกรรมที่ผู้วิจัยจะดำเนินการจัดในโอกาสต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรมของนักเรียน
2. การถามตอบเกี่ยวกับข้อสงสัยในการทำการศึกษาวิจัยครั้งนี้

กิจกรรมที่ 2

เรื่อง ฉันทคือใคร

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนได้มีโอกาสสำรวจและทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง
2. นักเรียนแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกเกี่ยวกับชื่อของตนเองตามความเป็นจริงได้

เนื้อหา

การที่บุคคลได้มีการสำรวจตนเองและเกิดการรู้จักตนเอง ทำให้บุคคลสามารถมองเห็นภาพที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเองอย่างแท้จริง นอกจากนี้การสำรวจตนเองยังนำไปสู่การเห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเอง เมื่อบุคคลเกิดการตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของตนเองก็จะพัฒนาไปสู่ความภาคภูมิใจในตนเองต่อไป

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนมีการสำรวจตนเอง โดยให้นักเรียนพิจารณาชื่อของนักเรียนในด้านต่างๆ โดยการทำแบบฝึกหัดที่กำหนดให้ เพื่อให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกเกี่ยวกับชื่อของตนเองตามความเป็นจริง
2. เมื่อนักเรียนเขียนเสร็จ ให้นักเรียนเสนอตัวเพื่ออ่านแบบฝึกหัดที่นักเรียนทำให้เพื่อนร่วมกิจกรรมฟัง
3. ผู้วิจัยอธิบายและสรุปถึงเป้าหมายและประโยชน์ที่ได้รับจากการที่นักเรียนได้มีการสำรวจและทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง รวมไปถึงการที่นักเรียนสามารถแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกเกี่ยวกับชื่อของตนเองว่ามีประโยชน์และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อตัวของนักเรียน เพราะเป็นสิ่งที่แสดงลักษณะเฉพาะของนักเรียน และช่วยให้นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง

การประเมินผล

1. ความร่วมมือในการทำกิจกรรมของนักเรียน
2. ตรวจแบบฝึกหัดของนักเรียน

ใบงานกิจกรรมที่ 2 เรื่อง ฉันคือใคร

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้ตามความรู้สึกและตามความเป็นจริง

1. นักเรียนชื่อ.....นามสกุล.....
2. รู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับชื่อของนักเรียน.....
ชอบชื่อนี้ไหม.....หรือทำไมจึงไม่ชอบ.....
3. นักเรียนทราบไหมว่าชื่อนี้มีที่มาอย่างไร.....
เป็นชื่อที่เกี่ยวข้องกับใครหรือเปล่า.....
ใครตั้งชื่อให้นักเรียน.....
4. มีใครในครอบครัวที่มีชื่อเหมือนหรือคล้ายกับนักเรียนหรือไม่.....
5. ชื่อของนักเรียนเหมือนกับบุคคลที่มีชื่อเสียงหรือไม่.....
บุคคลนั้นคือใคร.....
6. ในห้องเรียนของนักเรียนมีเพื่อนที่ชื่อเหมือนกับนักเรียนหรือไม่.....
7. นักเรียนรู้สึกอย่างไรกับการที่มีบุคคลอื่นที่ใช้ชื่อซ้ำกับนักเรียน.....
.....
8. ชื่อของนักเรียนมีความหมายว่าอย่างไร.....
มีความหมายอื่นอีกหรือไม่ อย่างไร.....
9. ชื่อของนักเรียนมีความหมายในภาษาอื่นว่าอย่างไร.....
หรือตรงกับคำในภาษาอื่นว่าอย่างไร.....
10. ถ้านักเรียนสามารถเปลี่ยนชื่อได้จะเปลี่ยนเป็นชื่อใด.....
เพราะเหตุใดนักเรียนจึงชอบชื่อนี้.....

กิจกรรมที่ 3

เรื่อง สิ่งที่ฉันภูมิใจที่สุด

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนได้มีโอกาสสำรวจความทรงจำที่ประสบความสำเร็จในชีวิตของตนเอง
2. นักเรียนสามารถถ่ายทอดความทรงจำที่ประสบความสำเร็จในชีวิตของตนเอง

เนื้อหา

การที่บุคคลได้มีโอกาสระลึกถึงประสบการณ์หรือความทรงจำเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่บุคคลได้มีโอกาสได้แสดงความสามารถของตนเอง การประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมต่าง ๆ นั้น เป็นการมองย้อนกลับไปของบุคคลซึ่งจะช่วยให้บุคคลได้ตระหนักถึงสมรรถภาพ ความสามารถและผลงานของตนเอง สิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อการเพิ่มความรู้สึกภาคภูมิใจใน ตนเองของบุคคลได้

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนได้สำรวจตนเองว่า ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันนักเรียนเคยมีประสบการณ์ใดบ้างที่ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จและภาคภูมิใจ
2. ให้นักเรียนเขียนรายการความสำเร็จทั้งหมดที่ตนเองเคยได้รับมาในอดีต โดยให้เขียนเฉพาะเจาะจงว่าได้รับความสำเร็จในเรื่องใด เช่น เคยสอบได้ที่ 1 หรือเคยได้รับรางวัลชนะเลิศ หรือแข่งขันกีฬา หรือการได้รับการชื่นชมจากผู้อื่นจากการกระทำตนเป็นคนดี ฯลฯ
3. ผู้วิจัยยกตัวอย่างการเขียนรายการความสำเร็จและความภาคภูมิใจของนักเรียน เพื่อเป็นตัวอย่างให้แก่คนอื่นๆ
4. ผู้วิจัยสรุปเกี่ยวกับการได้มาซึ่งความสำเร็จและความภาคภูมิใจของบุคคลว่ามีความสำคัญและเป็นพื้นฐานของความสำเร็จและการเพิ่มความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลต่อไป

การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือในการทำกิจกรรมของนักเรียน
2. ตรวจสอบผลงานการเขียนรายการความสำเร็จและสิ่งที่นักเรียนภาคภูมิใจ

ใบงานกิจกรรมที่ 3 เรื่องความสำเร็จและความภาคภูมิใจ

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนรายการประสบการณ์ของนักเรียนที่นักเรียนรู้สึกว่าคุณเองมีความสามารถ
ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ได้รับการยกย่องชื่นชม และมีความรู้สึกภาคภูมิใจในสิ่งที่ตนเองได้ทำ
มาในอดีตมาให้มากที่สุด

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

กิจกรรมที่ 4

เรื่อง ฉันคือบุคคลสำคัญ

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. นักเรียนเห็นความสำคัญของตนเองและของสมาชิกในกลุ่ม

เนื้อหา

การที่บุคคลสามารถยอมรับตนเอง เห็นความสำคัญของตนเองและบุคคลอื่นได้ ย่อมแสดงว่าบุคคลนั้นเป็นผู้มีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีอิสระ และมีความสุขในการดำเนินชีวิต รวมทั้งสามารถแก้ไขปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยเอ่ยชื่อบุคคลที่มีชื่อเสียง และชี้ให้เห็นว่าบุคคลนั้นๆ มีความสำคัญ สร้างสรรค์สังคมตามบทบาทและอาชีพ เราทุกคนก็มีความสำคัญและมีส่วนสร้างสรรค์ความสุข ประโยชน์ให้กับตนเองและผู้อื่นได้

1. ให้นักเรียนเติมประโยคต่อไปนี้ให้สมบูรณ์

ฉันเป็นบุคคลที่สำคัญ เพราะ.....

ฉันรู้สึกนับถือตนเอง เพราะ.....

ฉันสามารถสร้างความสำเร็จให้กับตนเองได้ เพราะ.....

ฉันรู้สึกสนุกสนาน เพราะ.....

ฉันมีความสุข เมื่อ.....

ความภาคภูมิใจที่ฉันมีต่อตนเอง คือ.....

ความภาคภูมิใจที่ฉันมีต่อครอบครัว คือ.....

เอกลักษณ์ของฉัน คือ.....

2. นักเรียนร่วมกันสรุปผลที่ได้รับจากกิจกรรม

การประเมินผล

1. ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ตรวจแบบฝึกหัด

กิจกรรมที่ 5

เรื่อง ความรู้สึกที่ดี

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนบอกถึงความรู้สึกที่ดีที่มีต่อตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนยอมรับตนเองตามความเป็นจริง
3. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น

เนื้อหา

ความรู้สึกที่ดีที่มีต่อตนเองเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง โดยเฉพาะเมื่อได้รับความรู้สึกที่ดีจากผู้อื่นร่วมด้วยแล้ว จะทำให้บุคคลมีความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแจกซองจดหมาย 1 ซอง พร้อมทั้งกระดาษจำนวน 15 แผ่น ^{หนึ่งใบ 1 ดน} แก่ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่ม แล้วให้นักเรียนเขียนชื่อหน้าซองของทุกคน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนบรรยายความรู้สึกที่ดีที่มีต่อตนเองลงในกระดาษพร้อมทั้งให้วาดรูปคน-1 รูป และเก็บใส่ซองจดหมายไว้
3. ให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มเวียนซองจดหมายผ่านไปทางขวามือ เมื่อนักเรียนได้รับซองของใคร ก็ให้เขียนความรู้สึกที่ดีที่มีต่อคนนั้น เมื่อเสร็จแล้วก็เวียนต่อไปจนกระทั่งครบทุกคน
4. ผู้วิจัยให้สมาชิกแต่ละคนอ่านข้อความที่มีอยู่ในซอง
5. ช่วยกันสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับประเด็นที่ได้จากกิจกรรม

การประเมินผล

1. ความสนใจ ความกระตือรือร้นในการทำกิจกรรม
2. ความสำเร็จของกิจกรรม

กิจกรรมที่ 6

เรื่อง สร้างแนวทางในการพัฒนาตนเอง

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างแนวทางในการพัฒนาตนเองจากความสามารถที่แต่ละคนมีอยู่
2. เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้สึกชื่นชมกับธรรมชาติรอบตัว
3. เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนมีความหวังในชีวิต
4. เพื่อสร้างความรู้สึที่ดีต่อตนเองให้กับนักเรียน

เนื้อหา

ชีวิตของทุกคนมีความแตกต่างกัน ในความแตกต่างกันนี้ทุกชีวิตมีสิ่งสวยงามในตนเอง เปรียบได้กับต้นไม้ทุกต้น เมื่อได้รับ ปุ๋ย น้ำ และสภาพแวดล้อมที่ดี ก็จะเติบโตให้ความสวยงามแก่โลก ดังนั้นนักเรียนทุกคนก็เปรียบดั่งต้นไม้พันธุ์ต่าง ๆ ที่จะเติบโต และให้ประโยชน์แก่โลกของเราต่อไป

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยพานักเรียนไปชมสวนดอกไม้ ให้ทุกคนพิจารณาต้นไม้ต่าง ๆ ในสวน
2. ร่วมกันอภิปรายว่า ต้นไม้เติบโตอย่างไร อะไรเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้ต้นไม้เติบโต
3. ถ้าเปรียบเทียบต้นไม้กับชีวิตนักเรียน ให้นักเรียนบรรยายว่า นักเรียนต้องการให้ต้นไม้ชีวิตของนักเรียนเติบโตขึ้นอย่างไร อะไรบ้างที่จะช่วยให้ต้นไม้ที่นั่นเติบโตขึ้นตามที่ตนพอใจ
4. ช่วยกันสรุปถึงผลที่ได้จากกิจกรรม

การประเมินผล

1. การร่วมมือในกิจกรรม
2. การอภิปรายร่วมกัน

กิจกรรมที่ 7

เรื่อง จากหลากหลายกลายเป็นหนึ่ง

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ตนเองได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน
2. เพื่อให้นักเรียนตระหนักในความสัมพันธ์และเห็นคุณค่าในกันและกัน

เนื้อหา

การได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ทำให้บุคคลเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ในวัยเด็กตอนกลางซึ่งจะมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนมากขึ้น ดังนั้นการที่เด็กเป็นที่ยอมรับของเพื่อน และการที่เด็กรู้จักการยอมรับและเห็นคุณค่าซึ่งกันและกัน จะเป็นการเสริมสร้างให้เด็กมีความภาคภูมิใจในตนเองได้ต่อไป

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยนำกระดาษที่ใส่สิ่งของต่างๆวางไว้ตรงกลางวง โดยมีนักเรียนยืนล้อมเป็น วงกลม
2. ผู้วิจัยอธิบายให้ทราบว่า เมื่อสิ้นสุดสัญญาณนกหวีด ให้นักเรียนแต่ละคนออกไปหยิบสิ่งของของตนเองต้องการหรือพอใจมาคนละ 1 ชิ้น เมื่อได้ของแล้วให้กลับเข้าที่เดิม
3. ผู้วิจัยบอกว่า ต่อไปนี้ขอให้สมาชิกทุกคนพิจารณาสิ่งของที่อยู่ในมือของตน แล้วให้พิจารณาว่าสิ่งของชิ้นนั้นสามารถเข้ากับสิ่งของของเพื่อนคนใด และให้นักเรียนจับคู่หนึ่งด้วยกัน
4. ผู้วิจัยซักถามสมาชิกแต่ละคู่
5. ผู้วิจัยขอให้สมาชิกพิจารณาสิ่งของอีกครั้ง แล้วให้จัดกลุ่มหรือประเภทของสิ่งของที่สามารถอยู่ด้วยกันได้ และให้สมาชิกนั่งรวมกันแต่แยกเป็นกลุ่มๆให้ชัดเจน
6. ครึ่งสุดท้าย ผู้วิจัยให้ทุกคนพิจารณาสิ่งของและบอกว่าสิ่งของเหล่านี้สามารถรวมเข้ากันได้ทั้งหมด ถ้าใครเห็นชอบด้วยขอให้ออกมา นั่งรวมกันอยู่กลางวง
7. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความรู้สึกในขณะที่รวมกลุ่มกับเพื่อน และเมื่อได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน

การประเมินผล

1. ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. การแสดงความรู้สึกของนักเรียน

กิจกรรมที่ 8

เรื่อง เพื่อนช่วยเพื่อน

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกว่าได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนในเรื่องการมีน้ำใจ

เนื้อหา

การได้รับการยอมรับจากผู้อื่น จำเป็นที่บุคคลนั้นจะต้องเป็นผู้ที่รู้จักให้ ไม่ใช่จะรับจากผู้อื่น เพียงอย่างเดียว การมีน้ำใจ การแสดงออกที่เอื้ออาทร จะทำให้บุคคลได้รับการ ยอมรับจากผู้อื่น ซึ่งส่งผลให้บุคคลนั้นเห็นคุณค่าในตนเอง และมีความภาคภูมิใจในตนเอง

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้สมาชิกแบ่งกลุ่มตามความสมัครใจออกเป็น 3 กลุ่ม ๆ ละ 4 คน ในจำนวนนี้ 3 คน จะเป็นผู้ได้รับของของคนละช่องเพื่อประกอบชิ้นส่วน สำหรับอีก 1 คนจะเป็นผู้สังเกตการณ์กลุ่ม บันทึก ความเป็นไปในกลุ่มและรายงานการทำกิจกรรมกลุ่มอย่างเที่ยงตรง

2. ผู้วิจัยอธิบายถึงงานที่จะให้นักเรียนในกลุ่มทำ คืองานต่อชิ้นส่วนให้เป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส โดยที่แต่ละกลุ่มจะได้รับของซึ่งมีชิ้นส่วนต่าง ๆ อยู่ ชิ้นส่วนต่าง ๆ นี้เมื่อประกอบกัน แล้วจะได้รูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสจำนวน 3 รูป และจะถือว่างานของกลุ่มเสร็จสมบูรณ์ก็ต่อเมื่อสมาชิกทุกคนมีรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสวาง อยู่หน้าตนเองคนละ 1 รูป ในการทำงานมีกติกาดังนี้

2.1 ห้ามพูด

2.2 ห้ามลุกออกจากที่

2.3 ห้ามขอหรือแสดงอาการหรือส่งสัญญาณใด ๆ ที่เป็นการขอชิ้นส่วนจากคนอื่น

2.4 อนุญาตให้ยื่นชิ้นส่วนของตนให้กับผู้อื่นได้ แต่ต้องให้อย่างเจาะจงตัว ห้ามวางไว้ตรง

กลางวง

2.5 ห้ามไปหยิบชิ้นส่วนของผู้อื่นมาเป็นของตน นอกจากเจ้าของจะเป็นผู้ให้เอง

3. เมื่อทุกคนเข้าใจดีแล้ว ผู้วิจัยให้สัญญาณเปิดช่องและลงมือทำพร้อมกัน

4. ผู้วิจัยให้นักเรียนแสดงความรู้สึก ความคิดเห็น

การประเมินผล

1. ความร่วมมือในการทำกิจกรรมและความสำเร็จของกิจกรรม

กิจกรรมที่ 9

เรื่อง การเรียนรู้ตนเองและสร้างความเชื่อถือตนเอง

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีโอกาสได้รับผลสำเร็จจากการสัญญากับตนเอง
2. เพื่อสร้างความเชื่อถือให้กับตนเอง

เนื้อหา

การประสบความสำเร็จในหน้าที่ตามเป้าหมายที่ตั้งใจ จะเป็นแรงเสริมให้บุคคลเกิดความเชื่อถือตนเอง มีความเคารพตนเอง และเป็นการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองด้วย

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนคิดถึงสิ่งที่ตนเองคิดจะทำ และตั้งจุดมุ่งหมายที่จะสามารถตรวจสอบผลได้ เช่น จะอ่านหนังสือวิชาภาษาอังกฤษวันละ 1 ชั่วโมง ตั้งแต่เวลา 17.00 – 18.00 น. เป็นต้น โดยในการตั้งจุดมุ่งหมายนั้นนักเรียนต้องพิจารณาอย่างรอบคอบว่าจะสามารถสร้างผลสำเร็จตามที่ตั้งจุดมุ่งหมายไว้
2. ลงนามสิ่งที่ตนจะทำ โดยกรอกแบบฟอร์มทำสัญญากับตนเอง และให้มีพยานผู้รับรองสัญญาด้วยอย่างน้อย 1 คน
3. ให้นักเรียนอ่านข้อความในสัญญาให้เพื่อนในกลุ่มฟัง โดยนักเรียนในกลุ่มเป็นผู้สนับสนุนและให้แนวทางที่จะช่วยให้เพื่อนทำตามสัญญาได้
4. จะติดตามผลในการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งต่อไป
5. ช่วยกันสรุปถึงผลที่จะได้จากกิจกรรมนี้

การประเมินผล

1. การร่วมมือในกิจกรรม
2. ความสำเร็จของกิจกรรม

แบบฟอร์ม การทำสัญญากับตนเอง

ข้าพเจ้า (ชื่อ) ต้องการ (เป้าประสงค์)
 จึงสัญญากับตนเองว่าข้าพเจ้าจะ
 (กิจกรรมที่จะปฏิบัติ)
 สัญญาในฉบับนี้จะทำให้เสร็จเมื่อ (วัน เดือน ปี)
 ด้วยการรับรู้ของ (เพื่อนที่เป็นพยาน)
 ซึ่งสัญญาว่าจะติดตามตามข้าพเจ้าในวันที่
 เวลา ทั้งนี้เพื่อเราจะได้เล็งขงผลลงความสำเร็จครั้งนี้ร่วมกันในวันที่

นามผู้ทำสัญญา

กิจกรรมที่ 10

เรื่อง การสร้างเสริมความสำเร็จให้กับตนเอง

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างเสริมความสำเร็จให้กับนักเรียน
2. เพื่อให้ความช่วยเหลือนักเรียนเพื่อให้ทำตามสัญญาได้
3. เพื่อให้นักเรียนชื่นชมความสำเร็จของตนเอง

เนื้อหา

การประสบความสำเร็จในหน้าที่ตามเป้าหมายที่ตั้งใจ จะเป็นแรงเสริมให้บุคคลเกิดความเชื่อถือตนเอง มีความเคารพตนเอง และเป็นการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองด้วย

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนแต่ละคนเล่าถึงผลของการทำสัญญากับตนเอง
2. เปิดโอกาสให้อภิปราย ชักถาม แสดงความคิดเห็นถึงผลการทำสัญญากับตนเองของนักเรียนแต่ละคน โดยนักเรียนแต่ละคนควรจะสนับสนุน ให้กำลังใจ เสนอแนะ ให้แนวทางในการส่งเสริมให้เพื่อนพบความสำเร็จในขั้นต่อไป
3. นำแบบฟอร์มการทำสัญญากับตนเองของแต่ละคนไปให้เพื่อนเขียนแสดงความยินดี
4. ให้นักเรียนวาดภาพและตั้งชื่อภาพเพื่อแสดงความรู้สึกถึงความสำเร็จครั้งนี้

การประเมินผล

1. ความสำเร็จของกิจกรรม

กิจกรรมที่ 11

เรื่อง ครอบครัวของตำรวจ

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ได้รับการยอมรับจากครอบครัวในเรื่องความรับผิดชอบ

เนื้อหา

การได้รับการยอมรับจากครอบครัวนับเป็นอีกปัจจัยหนึ่งในการเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเองให้กับบุคคล การมีความรับผิดชอบในหน้าที่ เป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ทุกคนในครอบครัวให้การยอมรับ ดังนั้นการปลูกฝังให้นักเรียนรู้จักมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว จะทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองและมีความภาคภูมิใจในตนเองได้ต่อไป

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่อง "ครอบครัวของตำรวจ" แล้วให้นักเรียนปรึกษากันในกลุ่มเพื่อเลือกผู้

แสดง

2. ให้นักเรียนที่ได้รับเลือกแสดงตามบทบาทของตน
3. อภิปรายกันในบทบาทของตัวละคร แล้วย้อนถามถึงชีวิตจริงของนักเรียนว่าควรทำอย่างไรเพื่อให้คนในครอบครัวยอมรับในตัวนักเรียน แล้วช่วยกันสรุปเพิ่มเติมเกี่ยวกับประเด็นสำคัญที่เน้นให้นักเรียนรู้สึกที่ได้รับการยอมรับจากครอบครัวในเรื่องความรับผิดชอบ
4. ให้นักเรียนวาดภาพครอบครัวตามความรู้สึกของนักเรียน

การประเมินผล

1. ความสนใจในกิจกรรม
2. การร่วมมือกันอภิปราย

เรื่อง ครอบครัวของดำรง

สถานการณ์

ดำรงเป็นน้องคนสุดท้องของครอบครัว พ่อแม่และพี่ ๆ จึงให้ความรักความเอาใจใส่มากกว่าพี่น้องคนอื่น ๆ ดำรงค่อนข้างจะเป็นคนที่เอาแต่ใจตนเอง ที่บ้านของดำรงมีสมาชิกทั้งหมด 5 คน คือ คุณพ่อ คุณแม่ พี่สาว พี่ชาย และดำรง พ่อแม่ของดำรงมีฐานะปานกลาง จึงไม่มีเงินสำหรับจ้างคนใช้ ทุกคนในบ้านจึงต้องช่วยกันทำงานบ้าน ซึ่งพ่อแม่ได้แบ่งหน้าที่ในการทำงานบ้านให้แก่ลูกทั้งสามคนโดยที่ทุกคนก็เห็นด้วย คุณแม่เป็นคนทำอาหาร คุณพ่อคอยดูแลสวนและรดน้ำต้นไม้ พี่สาวมีหน้าที่ซักรีดเสื้อผ้า พี่ชายมีหน้าที่กวาดบ้านถูบ้าน ส่วนดำรงมีหน้าที่ล้างจาน ทุกคนทำหน้าที่ของตนด้วยดีเสมอมา แต่ดำรงมักจะหาทางหลีกเลี่ยงอยู่เสมอ มักอ้างว่าไม่สบายบ้าง เหนื่อยบ้าง การบ้านเยอะบ้าง จนทุกคนรู้สึกเบื่อหน่าย

วันหนึ่งพี่ ๆ ของดำรงได้ปรึกษากับคุณพ่อคุณแม่ว่า จะทำอย่างไรจึงจะให้ดำรงรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายได้ พี่สาวของดำรงเสนอว่าให้ทุกคนเลิกทำหน้าที่ของตนเองบ้าง วันนั้นเมื่อดำรงกลับจากโรงเรียนจึงไม่มีอาหารจะรับประทาน บ้านไม่เป็นระเบียบ เสื้อผ้าก็ไม่ได้ซักรีด ดำรงรู้สึกหิวและไม่สบายใจที่สภาพบ้านเป็นเช่นนี้ จึงไปตามคุณแม่ว่าเกิดอะไรขึ้น คุณแม่จึงบอกดำรงว่าทุกคนจะเลิกทำหน้าที่ของตนเอง เพราะดำรงไม่ยอมปฏิบัติหน้าที่ที่ได้ตกลงกันไว้ ดำรงรู้สึกเสียใจและได้ขอโทษทุกคน ตั้งแต่นั้นมาดำรงจึงรับผิดชอบล้างจานทุกวันโดยไม่ต้องมีใครคอยเตือน นอกจากนี้ดำรงยังมีน้ำใจช่วยเหลืองานต่าง ๆ เท่าที่สามารถช่วยได้ บ้านของดำรงจึงสะอาดน่าอยู่ และทุกคนในครอบครัวก็มีความสุข ซึ่งดำรงก็เป็นคนหนึ่งที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข ดำรงจึงรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองมาก

กิจกรรมที่ 12

ปัจฉิมนิเทศ

เวลา 1 คาบ (30 นาที)

วัตถุประสงค์

1. ให้นักเรียนเห็นความสำคัญของตน และของสมาชิกทุกคน
2. ประเมินผลการฝึกกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด

เนื้อหา

ผลงานและการประสบความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการที่บุคคลได้มีโอกาสแสดงความสามารถ โดยมีการแสดงความตั้งใจ เอาใจใส่ ใช้ความละเอียดรอบคอบและติดตามผลงานของตนเองและของส่วนรวม จะมีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคล ซึ่งเป็นตัวบ่งบอกถึงการประสบความสำเร็จในด้านอื่น ๆ ต่อไป และเป็นพื้นฐานของความภาคภูมิใจในตนเองที่เกิดขึ้นในบุคคล

วิธีดำเนินกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้นักเรียนนึกถึงความดี หรือความสำเร็จ ความประทับใจ จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม แล้วบันทึกลงในสมุดบันทึก
2. เมื่อนักเรียนเขียนเสร็จแล้ว ให้นำสมุดบันทึกนั้นแลกเปลี่ยนกันอ่านกับเพื่อน แล้วให้นักเรียนบรรยายความรู้สึก ความคิดเห็นต่อสิ่งที่ได้อ่านจากบันทึก
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนตอบแบบประเมินผลการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วย คำถามปลายเปิด ดังต่อไปนี้
 - 3.1 นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรต่อการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้
 - 3.2 ประโยชน์ที่นักเรียนคิดว่าได้รับจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้
 - 3.3 หลังจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มแล้ว มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรเกิดขึ้นกับตัวนักเรียนบ้าง
 - 3.4 ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อผู้วิจัยและสมาชิกในกลุ่ม
 - 3.5 ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งต่อไป
 - 3.6 อื่น ๆ ถ้ามี
4. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงผลของการฝึกกิจกรรมกลุ่มทั้งหมด

การประเมินผล

1. ความร่วมมือในการทำกิจกรรม
2. ความสำเร็จของกิจกรรม

ภาคผนวก ค

1. ตารางค่าอำนาจจำแนกเป็นรายชื่อของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง
2. ตารางแสดงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม
3. ตารางแสดงคะแนนความภาคภูมิใจในตนเองรายด้านของนักเรียนก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

ตาราง 6 ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อของแบบสอบถามความภาคภูมิใจในตนเอง

ข้อที่	t	ข้อที่	t
1	5.633	21	5.639
2	3.216	22	5.951
3	2.095	23	2.095
4	4.459	24	6.124
5	4.802	25	5.374
6	2.194	26	5.001
7	3.055	27	1.704
8	2.008	28	3.424
9	1.704	29	6.121
10	8.305	30	2.554
11	8.544	31	3.018
12	6.664	32	3.099
13	8.015	33	7.286
14	4.484	34	7.473
15	3.894	35	4.117
16	5.447	36	5.160
17	6.633	37	3.959
18	8.376	38	5.102
19	2.706	39	7.473
20	3.391	40	4.393

ตาราง 7 คะแนนความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

นักเรียนคนที่	คะแนนความภาคภูมิใจในตนเอง	
	ก่อนเข้าร่วมโครงการ	หลังเข้าร่วมโครงการ
1	12	20
2	11	21
3	11	15
4	11	23
5	11	29
6	8	20
7	9	31
8	9	23
9	10	23
10	13	16
11	13	18
12	12	17
\bar{X}	10.83	21.33
S.D.	1.52	4.68

ตาราง 8 คะแนนความภาคภูมิใจในตนเองเป็นรายด้านของนักเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการพัฒนา
ความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

นักเรียน	ด้านตนโดยทั่วไป		ด้านสังคม-เพื่อน		ด้านทางบ้าน-พ่อแม่		ด้านโรงเรียน-การศึกษา	
	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง
1	5	10	1	1	5	5	1	4
2	4	7	1	2	6	6	0	6
3	5	8	1	1	3	3	2	3
4	3	10	1	3	4	4	3	6
5	4	14	0	3	4	4	3	8
6	4	13	0	0	3	4	1	3
7	5	16	0	3	0	5	4	7
8	5	14	1	1	0	2	3	6
9	5	12	1	3	2	5	2	3
10	8	8	2	2	1	3	2	3
11	9	10	2	0	0	3	2	5
12	3	9	1	1	6	6	2	1

ประเมินผล
กิจกรรมเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง

โปรดตอบคำถามต่อไปนี้ ตามความเป็นจริงที่ท่านรู้สึก เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับการจัดกิจกรรมกลุ่มลักษณะนี้ในครั้งต่อไป

1. นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไรต่อการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้
2. ประโยชน์ที่นักเรียนคิดว่าได้รับจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งนี้
3. หลังจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มแล้ว มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรเกิดขึ้นกับตัวนักเรียน
4. ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อครูผู้ฝึก และสมาชิกในกลุ่ม
5. ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งต่อไป
6. อื่นๆ ถ้ามี

ประเมินผล

นักเรียนที่เข้าร่วมโครงการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ได้ตอบแบบประเมินผลไว้ดังนี้

1. ความรู้สึกที่มีต่อการฝึกกิจกรรมกลุ่ม
 - รู้สึกดีใจ 9 คน
 - ไม่รู้จักเพื่อนมากขึ้น 1 คน
 - ทำให้รู้ว่าการทำงานเป็นกลุ่มดีกว่าที่จะทำคนเดียว 1 คน
 - ชอบ 1 คน
2. ประโยชน์ที่คิดว่าได้รับจากการฝึกกิจกรรมกลุ่ม
 - ได้รู้จักการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม 2 คน
 - กล้าแสดงออก
 - มีการพัฒนาขึ้น 5 คน
 - ได้ความรู้ 1 คน
 - ทำให้มีความมั่นใจในตนเอง 1 คน
 - มีการพัฒนามากขึ้น 1 คน
 - ทำให้อารมณ์ดีขึ้น 1 คน
 - ดีมาก 1 คน
3. หลังจากการฝึกกิจกรรมกลุ่มแล้ว มีการเปลี่ยนแปลงกับตัวนักเรียนอย่างไร
 - ทำให้กล้าขึ้น 4 คน
 - มั่นใจในตนเอง 2 คน
 - นิสัยดีขึ้น 4 คน
 - ทำให้ขยันขึ้น มีความรู้ 1 คน
 - มีการแสดงออกมากขึ้น 1 คน
4. ความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อครูผู้ฝึก และสมาชิกในกลุ่ม
 - ดี 4 คน
 - ดีใจมาก 4 คน
 - ไม่ดีเลย 1 คน
 - เป็นมิตร 1 คน
 - ครูและเพื่อนๆเอาใจใส่ผมมาก 1 คน
 - รู้สึกว่าทุกคนใจดี และยินดีที่จะช่วยเหลือตลอด 1 คน
5. ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกกิจกรรมกลุ่มครั้งต่อไป
 - เราควรตั้งใจให้มากๆ 2 คน
 - ขอให้มีการฝึกอีกหลายๆ 1 คน
 - เป็นกิจกรรมที่ดี ทำให้โล่งใจไปชั่วครู่ 1 คน
 - ควรที่จะมีวันฝึกมากขึ้น 1 คน
 - อยากให้มีอีก 1 คน

6. อื่นๆ ถ้ามี

- เราควรซื้อฟังก์ชันไม้ดี้อ 1 คน
- ให้เล่นเกมและฝึกมากๆ 1 คน

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นายดำรงศักดิ์ วิเชียรติลภ
วันเดือนปีเกิด	วันที่ 16 เดือนมิถุนายน พุทธศักราช 2502
สถานที่เกิด	อำเภอป้อมปราบฯ กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บ้านเลขที่ 867 / 65 ซอยปทุมณวิถึ ถนนสุขุมวิท แขวงบางจาก เขตพระโขนง กรุงเทพฯ 10260
ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน	หัวหน้างานแนะแนว
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนอัสสัมชัญแผนกประถม 90 / 1 ซอยสาทร 11 ถนนสาทร ใต้ แขวงยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพมหานคร รหัส ไปรษณีย์ 10120
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2521	มัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระโขนงพิทยาลัย
พ.ศ. 2525	ค.บ. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษาและแนะแนว) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
พ.ศ. 2544	กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ