

การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



ปริญญานิพนธ์
ของ
อดุล นาคะโร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุขปฏิบัติ สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร
พฤษภาคม 2551

การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



ปริญญานิพนธ์
ของ
อดุล นาคะโร

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษาดุขบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร
พฤษภาคม 2551

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญา การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร
พฤษภาคม 2551

อดุล นาคะโร. (2551). การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : ว่าที่ร้อยตรี ดร.มนัส บุญประกอบ รองศาสตราจารย์ ดร.วิชัย วงษ์ใหญ่. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ดิลก ดิลกานนท์.

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนาที่มีจุดมุ่งหมายในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 แบ่งการวิจัยออกเป็น 5 ขั้นตอน กล่าวคือ

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโครงสร้างหลักสูตร โดยมีการดำเนินการ ดังนี้

1. การศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง ได้ผลสรุป คือ ความสามารถในการจัดการตนเอง ประกอบด้วยความสามารถในการรู้จักตนเอง ความสามารถในการบริหารเวลา ความสามารถในการบริหารอารมณ์ตนเอง และการมีวินัยในตนเอง

2. การศึกษาความคิดเห็นจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 7 คน เกี่ยวกับคุณลักษณะ ความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้เทคนิคการสนทนากลุ่ม ผลสรุป คือ ด้านความสามารถในการรู้จักตนเอง ประกอบด้วย คุณลักษณะ คือ การรู้จักลักษณะทั่วไป จุดเด่นจุดด้อย ความถนัดของตนเอง การปรับปรุงและพัฒนาตนเอง ด้านความสามารถในการบริหารเวลา ประกอบด้วย คุณลักษณะ คือ การวิเคราะห์การใช้เวลาของตนเอง การวางแผนการใช้เวลา การจัดลำดับความสำคัญของงาน ด้านความสามารถในการบริหารจัดการอารมณ์ตนเอง ประกอบด้วย คุณลักษณะการรู้จักอารมณ์ตนเอง การควบคุมอารมณ์ตนเอง และการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ด้านการมีวินัยในตนเอง ประกอบด้วย คุณลักษณะการมีความรับผิดชอบ การมีความซื่อสัตย์ การมีความอดทน และการมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบหลักสูตรเป็นการเขียนโครงสร้างหลักสูตรให้สอดคล้องกับผลที่ได้จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน โดยมีองค์ประกอบของหลักสูตร คือ ปัญหาและความจำเป็น หลักการ จุดหมาย สารกิจกรรม กิจกรรม สื่อ และการวัดผลประเมินผล

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร เป็นการนำหลักสูตรฉบับร่างที่พัฒนาขึ้น ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ประเมินความเหมาะสม และความสอดคล้อง ผลการประเมิน พบว่า ทุกองค์ประกอบของหลักสูตรมีความเหมาะสมและสอดคล้อง และนำข้อเสนอแนะจากการประเมินของผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุง เพื่อให้โครงร่างหลักสูตรมีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร เป็นการนำหลักสูตรที่ปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 63 คน เป็นเวลา 10 สัปดาห์ โดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความเหมาะสมของการใช้หลักสูตรอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างกระบวนการเรียน กับผลสัมฤทธิ์ สูงกว่าเกณฑ์ 80/80 ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติ ต่อความสามารถในการจัดการตนเอง สูงกว่าเกณฑ์ 3.50 และค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะ ความสามารถในการจัดการตนเอง สูงกว่าเกณฑ์ 3.50

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร จากผลการทดลองใช้หลักสูตร พบว่าหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ ผู้วิจัยดำเนินการปรับปรุงหลักสูตร โดยปรับปรุงสภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร ด้านกิจกรรม การใช้ภาษาให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น แล้วจัดทำเป็นหลักสูตรฉบับสมบูรณ์ที่สามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนต่อไป

A CURRICULUM DEVELOPMENT TO ENHANCE SELF-MANAGEMENT ABILITY BY
GUIDANCING ACTIVITY FOR MATHAYOMSUKSA 1 STUDENTS



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Doctor of Education Degree in Curriculum Research and Development
at Srinakharinwirot University

May 2008

Adun Nakaro. (2008). *A Curriculum Development to Enhance Self-management Ability by Guidancing Activity for Mathayomsuksa 1 Students*. Dissertation, Ed.D. (Curriculum Research and Development). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Acting Sub Lt. Dr.Manat Boonprakob, Assoc. Prof.Dr.Wichai Wongyai, Asst.Prof.Dr.Pairot Klinkulab, Asst.Prof.Dr.Dilok Dilakanont.

This study was the research and development. The purpose of this study was to develop a curriculum for enhancing Mathayomsuksa 1 students' self-management ability by guidancing activity. The stages of research methodology were as follows :

Step one : Surveying the basic data : 1) reviewed and analyzed the documents and researches which related to self-management ability components ; self-understanding, time management, emotional management and self-discipline. 2) 7 experts identified the important aspects of self-management ability by using focus group. The aspects of self-understanding were self-verification, strong and weak point, aptitude, self-improvement and development. The aspects of time management were time using analysis, schedule planning, job prioritizing. The aspects of emotional management were self-emotional observation, self-emotional control, self-emotional reaction. The aspects of self-discipline were responsibility, loyalty, patience and self-confidence.

Step two : Curriculum design : used the data from step one for constructing draft curriculum.

Step three : Curriculum assessment : the draft curriculum was proved by 5 experts about the appropriation and consistency. All curriculum components were appropriate and consistent. Then , the draft curriculum was proved and developed and made it to be completed curriculum for using in learning and teaching process.

Step four : Curriculum implementation : the curriculum was experimented with 63 Mathayomsuksa 1 students for 10 weeks. The results were : the students' self-management ability in the posttest was significantly higher than in the pre-test at the level of .001 , the self-management ability of experimental group in the posttest was significantly higher than the control group at the level of .05 , the curriculum performance

was very good consistency that considered from the means during running learning process and posttest was higher than the criteria 80/80 , the attitude and characteristic about self-management ability were higher than the criteria 3.50.

Step five : Curriculum evaluation and improvement : the curriculum was effective based on the criteria for evaluation. The researcher improved the curriculum about learning activities and wording for making the curriculum be completed.



ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความช่วยเหลืออย่างดียิ่งตลอดจนคำแนะนำที่เป็นประโยชน์อย่างมากจากคณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ว่าที่ร้อยตรี ดร. มนัส บุญประกอบ รองศาสตราจารย์ ดร. วิชัย วงษ์ใหญ่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพโรจน์ กลิ่นกุหลาบ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ดิลก ดิลกานนท์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ดร. ศรีสมร พุ่มสะอาด และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เรือโท ดร. ไพบุลย์ อ่อนมั่ง ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะ ที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์ ในการทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ และผู้เชี่ยวชาญทุกท่าน ซึ่งได้ให้ความอนุเคราะห์ ในด้านข้อมูลที่เป็นประโยชน์เพื่อการศึกษาวิจัย ตลอดจนให้ความช่วยเหลือในการตรวจสอบคุณภาพของโครงร่าง หลักสูตร และเครื่องมือการวิจัย

ขอขอบพระคุณผู้บริหารโรงเรียนบ้านบางเทา อ.กลาง จ.ภูเก็ต ที่อนุญาตให้ใช้โรงเรียนเป็น สถานที่ทดลองใช้หลักสูตร และขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งสำหรับ อาจารย์จรรยา คะหาปะนะ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการนำหลักสูตรไปทดลองใช้ในการจัดการเรียนการสอนและขอขอบใจนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทาทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ตั้งแต่ต้นจนจบ รวบรวมทั้งขอขอบคุณเพื่อนนิสิต สาขาการวิจัยพัฒนาหลักสูตรรุ่น15 ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจมาด้วยดีตลอด

ท้ายที่สุดนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณบุคคลในครอบครัวที่เป็นกำลังใจให้ด้วยดีตลอดมา

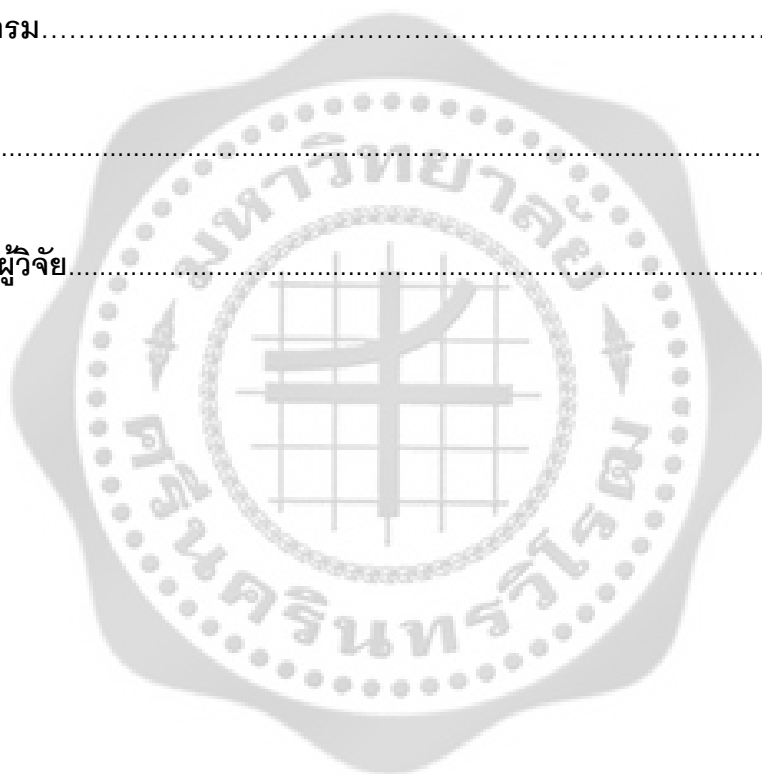
อดุล นาคะโร

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความสำคัญของปัญหา.....	1
จุดมุ่งหมายของการวิจัย.....	8
ความสำคัญของการวิจัย.....	8
ขอบเขตของการวิจัย.....	9
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	12
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง.....	12
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนว.....	31
แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตร.....	45
สรุปแนวคิดในการวิจัย.....	98
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	102
การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	106
การออกแบบหลักสูตร.....	107
การประเมินโครงร่างหลักสูตร.....	108
การทดลองใช้หลักสูตร.....	111
การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร.....	119
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	121
ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน.....	121
ผลการออกแบบหลักสูตร.....	122
ผลการประเมินโครงร่างหลักสูตร.....	125
ผลการทดลองใช้หลักสูตร.....	127
ผลการประเมินและปรับปรุงหลักสูตร.....	134

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุปลผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	137
สรุปลผลการวิจัย.....	140
อภิปรายผลการวิจัย.....	142
ข้อเสนอแนะ.....	148
บรรณานุกรม.....	150
ภาคผนวก.....	165
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	284



บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 องค์ประกอบความสามารถในการจัดการตนเองตามแนวคิดของนักวิชาการ.....	19
2 องค์ประกอบของหลักสูตรตามแนวคิดของนักการศึกษา.....	58
3 สรุปแนวคิดเกี่ยวกับการกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตรที่นำมาใช้ในการ พัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง.....	76
4 ตารางวิเคราะห์หลักสูตรของเสตค.....	97
5 ขั้นตอนการวิจัยเพื่อพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถใน การจัดการตนเอง.....	104
6 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเหมาะสมของโครงร่าง หลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ.....	125
7 ค่าดัชนีความสอดคล้อง และความหมายของค่าดัชนีความสอดคล้องของ หลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ.....	126
8. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถใน การจัดการตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร.....	128
9. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย เจตคติต่อความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร.....	129
10. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของ นักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร.....	130
11. ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ระดับความพึงพอใจของนักเรียน เกี่ยวกับการใช้หลักสูตร.....	131
12. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตติ และด้าน คุณลักษณะ ความสามารถในการจัดการตนเอง.....	133

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองที่นำมาใช้เป็นแนวทาง ในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง....	30
2 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถใน การจัดการตนเอง.....	44
3 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบพื้นฐานของหลักสูตรตามแนวคิด ของทาบา.....	47
4 รูปแบบในการวางแผนหลักสูตรของทาบา.....	49
5 วัฏจักรการพัฒนาหลักสูตรของสจ๊วต อุทยานันท์.....	51
6 แนวคิดในการกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร.....	79
7 รูปแบบการประเมินหลักสูตรของไทเลอร์.....	90
8 แผนภูมิการประเมินหลักสูตรของไพรวาส.....	94
9 แผนภูมิกระบวนการตัดสินใจการประเมินหลักสูตรของไพรวาส.....	95
10 สรุปแนวคิดในการวิจัย.....	101
11 ขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการ ตนเอง.....	103

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

โลกในปัจจุบันอยู่ในยุคที่เราเรียกกันว่าโลกาภิวัตน์ อันเป็นโลกไร้พรมแดนในการติดต่อสื่อสารถึงกันของคนทั่วทุกมุมโลก จนดูเหมือนว่าโลกเราเล็กลง จนบางคนเรียกว่าเป็น “หมู่บ้านโลก” ลักษณะที่เด่นชัดของสังคมโลกยุคโลกาภิวัตน์ก็คือ เป็นยุคของเทคโนโลยีสารสนเทศ เป็นยุคที่สามารถติดต่อเชื่อมต่อกันได้สะดวกรวดเร็ว รูปแบบวิถีชีวิต วัฒนธรรม ของสังคมต่างๆ แพร่กระจายถึงกันอย่างไม่เคยเป็นมาก่อน ระบบเศรษฐกิจโลกเป็นแบบเสรีนิยมที่มีการแข่งขันกันสูง นอกจากนี้ยังเป็นยุคที่สังคมมีการเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว และสลับซับซ้อนจนเราต้องอาศัยความสามารถเป็นอย่างมากในการปรับตัวเพื่อให้อยู่ได้อย่างรู้เท่าทัน (วิวัฒน์ชัย อุตถากร. 2546 : 10-11, ยุค ศรีอารยะ. 2544 : 53, และ สุริชัย หวันแก้ว. 2546 : คำนำ) นอกจากนี้ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2544 : 80-86) ยังได้กล่าวถึงสังคมโลกในศตวรรษที่ 21 ที่กำลังมาถึงว่า จะเป็นยุคของเทคโนโลยีขั้นสูง ยุคของข้อมูลสารสนเทศ ยุคของสังคมแห่งความรู้ ยุคของสังคมประชาธิปไตย ยุคของสังคมเครือข่าย ยุคของการบูรณาการและขัดแย้งทางวัฒนธรรม ยุคของการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ยุคของสังคมเมือง ยุคของการแข่งขันกันอย่างรุนแรง และเป็นยุคของการแสวงหาความเต็มเต็มในจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นสภาพที่เราจะต้องเผชิญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ และจะส่งผลกระทบทั้งในระดับประเทศ ระดับสังคมส่วนย่อย และระดับปัจเจกบุคคล

นอกจากสังคมโลกจะมีลักษณะเป็นโลกาภิวัตน์จนเราไม่สามารถที่จะหลีกเลี่ยงหรือต้านทานได้แล้ว แม้แต่สังคมไทยเองก็มีความเปลี่ยนแปลงสลับซับซ้อนมากขึ้นไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรม และอื่นๆ ซึ่งส่งผลกระทบทั้งโดยตรงและโดยอ้อมต่อวิถีชีวิตของผู้คนในสังคม ทุกเพศทุกวัย ทุกช่วงชีวิต จนต้องปรับเปลี่ยนไปจากสังคมแบบเดิมที่เราคุ้นเคยอย่างมากมาย ด้วยความที่สังคมปัจจุบันมีความหลากหลายสลับซับซ้อนมากขึ้น มีปัญหาต่างๆ เกิดขึ้นมากมาย ยิ่งกว่านั้นยังเป็นสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ดังนั้นผู้ที่จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมลักษณะนี้ได้จะต้องเป็นบุคคลที่เข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจ มีความสามารถในการปรับตัว มีความสามารถในการทำงาน ตลอดจนรู้จักแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

การเล็งเห็นความสำคัญของการเสริมสร้างศักยภาพคนให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในโลกยุคโลกาภิวัตน์ได้อย่างมีความสุข สภาพพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ จึงได้กำหนดให้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 ต่อเนื่องมาถึง ฉบับที่ 9 ซึ่งใช้อยู่ในปัจจุบัน เป็นแผนที่ยึดคนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา ซึ่งอยู่บนความเชื่อที่ว่า คนคือปัจจัยสำคัญที่สุดที่จะเป็นผู้พัฒนา

ประเทศไทยให้เจริญก้าวหน้า และสร้างสรรค์สังคมให้ร่มเย็นเป็นสุข เพราะถ้าสามารถพัฒนาศักยภาพของคนให้สูงขึ้นได้ สังคมและประเทศไทยโดยรวมก็จะเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย ด้วยความสำคัญของการพัฒนาคนดังกล่าวนี้เอง แผนการศึกษา ศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรมแห่งชาติ พ.ศ. 2545 – 2559 (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. ม.ป.ท. : 2) จึงได้กำหนดเจตนารมณ์ในการพัฒนาคนไทยและสังคมไว้ 2 ประการสำคัญ กล่าวคือ

1. พัฒนาชีวิตให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข
2. พัฒนาสังคมไทยให้เป็นสังคมที่มีความเข้มแข็งและมีคุณภาพใน 3 ด้าน คือ สังคมคุณภาพ สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ และสังคมสมานฉันท์และเอื้ออาทรต่อกัน

การที่จะให้เกิดสังคมที่พึงประสงค์ขึ้นมาได้นั้น เราจะต้องพัฒนาคนให้มีคุณภาพในทุกๆ ด้านเสียก่อน ซึ่งกระบวนการสำคัญที่จะพัฒนาคนให้มีคุณภาพตามที่ต้องการได้ก็คือ กระบวนการให้การศึกษาให้แก่คนในสังคมนั้นเอง ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปอยู่แล้วว่า การศึกษาเป็นเครื่องมือสำคัญที่สุดในการพัฒนาคุณภาพของคนหรือประชากร และคนหรือประชากรที่มีคุณภาพย่อมสามารถสร้างเศรษฐกิจ สร้างสังคม สร้างวัฒนธรรม สร้างการอนุรักษ์ สร้างสิ่งแวดล้อม และสร้างจิตใจชนิดที่เชื่อมโยงกันได้อย่างสมดุล อันจะนำไปสู่ความผาสุกของสังคมโดยรวม (อุทัย ดุลยเกษม. 2534 : 6)

ด้วยความสำคัญของการศึกษาซึ่งเราเชื่อว่าเป็นรากฐานสำคัญที่สุด ที่มีต่อการพัฒนาคนให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์สอดคล้องกับสภาพสังคมเพื่อให้บุคคลเหล่านั้นเป็นคนที่มีความรู้ความสามารถที่มีเหล่านั้นเพื่อประโยชน์ต่อตนเองและสังคมต่อไป เนื่องจากคุณลักษณะที่เหมาะสมของบุคคลนั้นจำเป็นต้องได้รับการปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็ก เนื่องจากเป็นช่วงวัยแห่งการเรียนรู้และเตรียมพร้อมของบุคคลสำหรับการดำเนินชีวิตต่อไป ซึ่งคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่างๆ เหล่านั้นจะได้ติดตัวไปตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป เหมือนดังที่เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2541 : 12) ได้กล่าวว่าเด็กและเยาวชนคือทรัพยากรมนุษย์ที่กำหนดความเป็นไปของประเทศไทยในอนาคต ซึ่งจะเป็นผู้รับผิดชอบในการนำพาประเทศทุกด้าน ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าหัวใจของอนาคตของชาติอยู่ที่คุณภาพของเด็กและเยาวชนของวันนี้ ดังนั้นเด็กและเยาวชนเหล่านี้ จึงจำเป็นต้องได้รับการเตรียมความพร้อมและเสริมสร้างความแข็งแกร่ง ทั้งทางด้านกายภาพ ด้านสภาวะจิตใจและอารมณ์ และด้านความรู้ความสามารถ เพื่อให้สามารถรับผิดชอบภาระในการนำประเทศไทยให้เจริญรุดหน้าต่อไปได้ ด้วยความสำคัญดังกล่าวนี้ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 จึงได้กำหนดคุณลักษณะของคนไทย ไว้ในมาตรา 6 ว่า “การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่

ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข” ซึ่งคุณลักษณะตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ดังกล่าว สอดคล้องกับความคิดเห็นของนักวิชาการและบุคคลต่างๆ เช่น ทักษิณ ชินวัตร (อ้างถึงใน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2544 : 1) ที่กล่าวว่าลักษณะของเด็กรุ่นใหม่คือ เป็นผู้ที่มีความสามารถช่วยเหลือตนเองได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข เป็นเด็กที่รักการเรียนรู้ และเรียนรู้ตลอดชีวิต นอกจากนี้ต้องมีทักษะภาษาอังกฤษ ทักษะคอมพิวเตอร์ เข้าใจวัฒนธรรมทั้งไทยและต่างประเทศ ซึ่งคล้ายคลึงกับความคิดเห็นของประเวศ วะสี (อ้างถึงใน สุदारวรรณ เครือพานิช. 2548 : 52) และจาตุรนต์ ฉายแสง (2548 : ออนไลน์) ที่กล่าวว่าการศึกษาต้องทำให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รู้จักโลก สามารถพึ่งตนเองได้ และสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพ มีความแข็งแกร่งในการรับมือกับความท้าทายของโลกอนาคต มีเอกลักษณ์ความเป็นไทย และเป็นผู้ที่มีความเชื่อถือหรือนับถือตนเอง ส่วนผลการวิจัยเรื่องคุณลักษณะและวิธีการเรียนรู้ของเยาวชนรุ่นใหม่ของ สมพงษ์ จิตระดับ สุอังคะวาทิน (อ้างถึงใน สุदारวรรณ เครือพานิช. 2548 : 50) ที่พบว่าคุณลักษณะของเด็กไทยที่พึงประสงค์ ประกอบด้วย ยึดอย่างไทย จิตใจดี มีน้ำใจ ใฝ่สอย รักความยุติธรรม มีความมั่นใจในตนเองแบบสากลแต่อ่อนน้อมถ่อมตนแบบไทย มีความสามารถทางภาษาอังกฤษคอมพิวเตอร์ รู้จักสิทธิ หน้าที่ มีความรับผิดชอบ มีสำนึกสาธารณะ รู้จักคุณค่าของตนเอง มีทักษะในการแก้ปัญหา ส่วนสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ (2546 : 52 – 109)) ได้กำหนดคุณลักษณะคนไทยที่พึงประสงค์ของคนไทยออกเป็น 5 มิติ คือ มิติด้านร่างกาย มิติด้านจิตใจ มิติด้านความรู้ มิติด้านทักษะความสามารถ และมิติด้านลักษณะชีวิต และสุदारวรรณ เครือพานิช (2548 : 51 – 52) เสนอว่าเด็กยุคใหม่ต้องมีคุณลักษณะ 3 ประการอันจะทำให้สามารถเผชิญหน้ากับความท้าทายของโลกยุคใหม่ได้เป็นอย่างดี คือ ประการที่ 1 ด้านการรู้ ซึ่งประกอบด้วย การรู้คิด รู้ภาษา รู้วิชา รู้ตัว และรู้ชีวิต ประการที่ 2 ด้านความกล้า ประกอบด้วย กล้าคิด กล้าทำ กล้าตัดสินใจ และกล้ารับผิดชอบ และคุณลักษณะประการที่ 3 ด้านความรัก ประกอบด้วย รักการเรียนรู้ รักการอ่าน รักความเป็นไทย รักตนเอง และรักความเป็นธรรม

จากคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเด็กไทยตามแนวคิดต่างๆ ดังที่กล่าวมานั้น กรมวิชาการ (2545 : 1) ได้กล่าวว่าคุณลักษณะของเด็กไทยโดยสรุปคือ เป็นคนดี มีปัญญา และมีความสุข

ถึงแม้ว่าเป้าหมายของการจัดการศึกษาคือสร้างคนที่ลักษณะสำคัญ 3 ด้านคือ คนดี มีปัญญา และมีความสุข ซึ่งกล่าวได้ว่าเป็นลักษณะของคนที่มีสมรรถนะ แต่ในสภาพความเป็นจริงของการศึกษาในปัจจุบัน พบว่าสถานศึกษานั้นเน้นหรือให้ความสำคัญกับการจัดการเรียนรู้เพื่อให้ผู้เรียนมีปัญญาเป็นหลัก โดยไม่ค่อยให้ความสำคัญกับการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนเป็นคนดี และมีความสุข อย่างจริงจังมากนัก ทั้งนี้เนื่องจากมาจากการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นด้านวิชาการเพื่อให้เด็กเป็นคนเก่งหรือมีปัญญานั้น สอดคล้องกับวิธีการสอบคัดเลือกเข้าเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น เพราะจะวัดเฉพาะด้าน

ความรู้เท่าทัน (คณะกรรมการพัฒนาการฝึกอบรมและดูแลเด็กวัยรุ่น. 2535 : 16) จากสภาพความจริงดังกล่าวนี้ อาจกล่าวได้ว่าการจัดการศึกษาที่ผ่านมาและที่เป็นอยู่ในปัจจุบันยังไม่สามารถสร้างคนให้เป็นคนที่สมบูรณ์ได้ ดังจะเห็นได้จากในปัจจุบันสังคมยังเต็มไปด้วยปัญหาต่างๆ มากมาย ทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจ ยาเสพติด ความยากจน การทุจริตคอร์รัปชัน สิ่งแวดล้อม การหย่าร้าง อาชญากรรม และปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพจิต เป็นต้น ปัญหาที่เกิดขึ้นเหล่านี้แสดงให้เห็นว่าในสังคมปัจจุบันยังมีคนอีกจำนวนมาก ที่ไม่มีการกำกับดูแลชีวิตของตนให้ประสิทธิภาพได้ ซึ่งแสดงถึงความเป็นคนไม่มีคุณภาพนั่นเอง ซึ่งสภาพดังกล่าวนี้เป็นผลมาจากความบกพร่องในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เพราะรูปแบบการศึกษา สังคม และวัฒนธรรมบางส่วนยังหล่อหลอมให้คนไทยมีลักษณะชีวิตที่ไม่ดีบางประการ เช่น รักสนุกรักสบาย ไม่ชอบทำงานหนัก ไม่รักการเรียนรู้ ขาดความขยัน ไม่ตรงต่อเวลา ขาดความรับผิดชอบ ขาดความมุ่งมั่น ขาดวิสัยทัศน์ ขาดความสามารถในการทำงานเป็นทีม (ทิพวรรณ กิตติพร. 2545 : 41; เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. 2546 : 25 – 33)

นอกจากคนทั่วไปในสังคมจะสร้างปัญหาต่างๆ ให้ตนเองและสังคมอย่างมากมายดังกล่าวแล้ว แม้แต่เด็กวัยรุ่นที่อยู่ในสถานศึกษาเองก็มีพฤติกรรมที่ก่อปัญหาให้แก่ตนเองสถานศึกษา หรือสังคม อย่างไม่น้อยเช่นเดียวกัน โดยเฉพาะนักเรียนนักศึกษาวัยรุ่นที่มักมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหามากกว่าวัยอื่น

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะวัยรุ่นเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลง ซึ่งนักวิชาการมักจะเรียกรวยเด็กวัยรุ่นนี้สั้นๆ เป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต (พรพิมล เจียมนาครินทร์. 2539 : 13) ดังผลการวิจัยของ ศรีศักดิ์ จามรมาร (2548 : ออนไลน์) ที่พบว่าวัยรุ่นไทยมีพฤติกรรมการดำเนินชีวิตที่ตกต่ำ มีความวิตกกังวลในการดำเนินชีวิต ซึ่งปัญหาสำคัญของวัยรุ่นที่พบคือ การดื่มเหล้าและยาเสพติดอื่นๆ การทะเลาะวิวาท การใช้ยาเสพติดเพื่อข่มขืน การเที่ยวสถานบันเทิง การมีเพศสัมพันธ์ การเล่นพนัน ซึ่งผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักวิชาการอื่นๆ เช่น พรพิมล เจียมนาครินทร์ (2539 : 223 – 246) พนม เกตุมาน (2548 : ออนไลน์) จาตุรนต์ ฉายแสง (อ้างถึงในมติชนรายวัน. 2548 : 27) สมพงษ์ จิตระดับ (2545 : 7) เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2548 : 104) และพระครูสุนทรธรรมโสภณ (2547 : 4 – 5) ที่กล่าวถึงปัญหาลักษณะและรูปแบบของปัญหาระดับวัยรุ่นว่ามีดังนี้ คือ การใช้สารเสพติดทั้งประเภทที่ผิดและไม่ผิดกฎหมาย มีค่านิยมการมีเพศสัมพันธ์เสรี การติดการพนัน มีค่านิยมฟุ่มเฟือยตามกระแสบริโภคนิยมและวัตถุนิยม เกรงกลัวว่ามีความรุนแรงทางพฤติกรรมและอารมณ์ ติดเกมและอินเทอร์เน็ต ให้ความสำคัญต่อตนเองมากกว่าส่วนรวม ไม่มีความอดทนในการทำงานหนัก และขาดความรับผิดชอบ ส่วนกรมสุขภาพจิต (2548 : ออนไลน์) ได้จัดแบ่งหมวดหมู่ของพฤติกรรมวัยรุ่นที่พบในปัจจุบันออกเป็น 3 ด้าน คือ ปัญหาด้านพฤติกรรม เช่น ชอบโกหก ลักขโมย เกียจคร้าน ปัญหาด้าน

อารมณ์ เช่น มีความเครียด ซึมเศร้า วิตกกังวล ขาดความมั่นใจในตนเอง และปัญหาด้านการปรับตัว เช่น การคบเพื่อน การสร้างมิตรภาพ เป็นต้น

แม้แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ก็ยังทรงทรงแสดงความเป็นกังวลต่อปัญหาวัยรุ่นเช่นเดียวกัน ดังที่ได้พระราชทานพระบรมราโชวาทเกี่ยวกับปัญหาวัยรุ่นเพื่อให้ผู้ที่เกี่ยวข้องได้ตระหนักและหาทางแก้ปัญหา ดังนี้ (กรมวิชาการ. 2545 : ส่วนนำ)

“...ขณะนี้รู้สึกกันทั่วไปว่า มีปัญหาเยาวชนในบ้านเมืองมากขึ้นเนื่องจากเหตุหลายกระแส ความจริงเยาวชนไม่ได้ต้องการที่จะทำตัวให้ยุ่งยากแต่ประการใด แต่โดยเหตุที่ไม่ได้รับความดูแลเอาใจใส่เท่าที่ควรและขาดที่พึ่ง ขาดผู้ที่ให้ความรู้ ให้คำแนะนำที่ถูกต้องเหมาะสม เขาจึงกลายเป็นบุคคลที่เป็นปัญหาแก่สังคม

หน้าที่ของท่านทั้งหลาย ผู้เป็นครู เป็นอาจารย์ เป็นผู้บริหารการศึกษา ที่ต้องช่วยเหลือเขาด้วยหลักวิชาและความสามารถ ทุกคนได้เรียนวิชาการแนะนำมาแล้ว ควรจะได้นำหลักการปฏิบัติเพื่อให้เยาวชนได้รับผลประโยชน์อันแท้จริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแนะแนวทางความประพฤติและจิตใจ ซึ่งสำคัญมาก ขอให้เพียรพยายามปลูกฝังความรู้ ความคิดที่ปราศจากโทษแก่เขาโดยเสมอหน้า

แนะนำ อบรม ด้วยเหตุผลและด้วยความจริงใจ ประกอบด้วยความเมตตาปราณี สงค์เคราะห์ อนุเคราะห์ และนำพาไปสู่ทางที่ถูกที่เจริญ เยาวชนก็จะเกิดความมั่นใจและมีกำลังใจที่จะทำความดี เพื่อจักได้มีอนาคตที่มั่นคงแจ่มใสในวันข้างหน้า...”

พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

จากปัญหาต่างๆ ของวัยรุ่นดังที่กล่าวมาจะเห็นว่า ถึงแม้ปัญหาต่างๆ จะเป็นของวัยรุ่น แต่ผลกระทบที่เกิดจากปัญหาเหล่านั้นได้สร้างความเดือดร้อน วุ่นวาย แก่ผู้อื่น เช่น พ่อแม่ผู้ปกครอง เพื่อน สถานศึกษา หรือสังคมในวงกว้างด้วย ด้วยลักษณะที่หลากหลายและผลกระทบที่หลากหลาย เช่นเดียวกันของปัญหาวัยรุ่นในวันนี้ นักวิชาการอย่าง อมรรวิชช์ นาครทรรพ (2547 : 18) ได้กล่าวถึงสถานการณ์ปัญหาวัยรุ่นปัจจุบันว่า กำลังอยู่ในขั้นวิกฤติ หรือ ยุค ศรีอาริยะ (2548 : 1) ถึงกับเรียกปัญหาต่างๆ ของวัยรุ่นปัจจุบันว่าเป็นวิกฤติเยาวชน

จากปัญหาต่างๆ ของวัยรุ่นที่เกิดขึ้นและดำรงอยู่ จะเห็นว่าปัญหาเหล่านี้เกิดกับเด็กทุกกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นเด็กเรียนเก่ง หรือเรียนอ่อน ฐานะดีหรือยากจน ในเมืองหรือชนบท ซึ่งมีอาจสาเหตุมาจากตัววัยรุ่นเองหรือจากบุคคลอื่นหรือสิ่งแวดล้อม แต่ไม่ว่าปัญหาเหล่านั้นจะมีลักษณะอย่างไร หรือมีสาเหตุมาจากเรื่องใด แต่ก็เป็นสิ่งสะท้อนให้เห็นอย่างชัดเจนว่า สถาบันการศึกษา สถาบันครอบครัว

หรือสถาบันทางสังคมอื่นที่เกี่ยวข้องในสังคมของเรา ยังไม่ได้เสริมสร้างบุคลิกภาพที่แข็งแกร่งและเหมาะสม ให้กับเยาวชนของเราในการปฏิสัมพันธ์กับสภาพสังคมที่มีแนวโน้มยั่วเย้าและชักนำพวกเขาไปในทางที่ไม่เหมาะสม จากการที่ยังมีวัยรุ่นกลุ่มหนึ่งได้ก่อปัญหาที่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ตนเองและผู้อื่นนั้น นักวิชาการกล่าวว่าคนกลุ่มนี้ยังมีปัญหาในการจัดการตนเองหรือยังไม่มีความสามารถในการจัดการตนเอง (ทิพวรรณ กิตติพร. 2545 : 41) เพราะการจัดการตนเองเป็นเรื่องของ การกำกับดูแลและพัฒนาพฤติกรรม ความคิดอารมณ์ ความรู้สึกของตนให้สามารถรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ อย่างถูกต้องเหมาะสม ตลอดจนการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลและสังคมได้อย่างมีความสุข มีความสามารถในการแก้และเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม (ทิพวรรณ กิตติพร. 2545: 41 ; วารัฎา ภ. 2548: ออนไลน์) ส่วนนักวิชาการตะวันตกอย่างเฟอริส บัคเลย์ และเฟเดอร์ (Ferris, Buckley ;& Fedor. 2002:Online) และมาร์แชลและแม็คฮาร์ดี้ (Marshall &Mc Hardy. 2005: Online) ให้ความเห็นตรงกันว่า ความสามารถในการจัดการตนเองเป็นกุญแจที่สำคัญที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพ และการดำเนินชีวิต นอกจากนี้ เนตรนภา อินทร์ทอง (2542:ออนไลน์) ยังได้กล่าวถึงความสำคัญของความสามารถในการจัดการตนเองที่มีต่อการเรียนของนักเรียนในปัจจุบันว่า จะช่วยให้นักเรียนสามารถดูแลและควบคุมตนเองให้เรียนได้ตามเป้าหมายโดยไม่มีใครบังคับ ทำให้ประสบความสำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพ

จากลักษณะรายละเอียด ตลอดจนความสำคัญของความสามารถในการจัดการตนเอง ดังที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่าความสามารถในการจัดการตนเองเป็นคุณลักษณะที่สอดคล้องกับคุณลักษณะของผู้เรียนในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545 และมาตรฐานการศึกษาขั้นพื้นฐานเพื่อการประเมินภายนอก ในด้านผู้เรียน โดยเฉพาะมาตรฐานที่ 8 ที่มุ่งให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง พึ่งตนเองได้ มีบุคลิกภาพที่ดี โดยเฉพาะในส่วนของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 นั้น มีความชัดเจนเป็นอย่างยิ่งในการส่งเสริมและปลูกฝังคุณลักษณะที่พึงประสงค์ให้แก่ผู้เรียน ซึ่งกำหนดไว้ในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน โดยยึดหลักว่ากิจกรรมพัฒนาผู้เรียนเป็นกิจกรรมที่จัดให้ผู้เรียนได้พัฒนาความสามารถของตนตามศักยภาพ มุ่งเน้นเพื่อเพิ่มเติมจากสาระการเรียนรู้หลักทั้ง 8 กลุ่มสาระเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้มีความสมบูรณ์ครบทุกด้านทั้งทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม ในส่วนของกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมแนะแนว และกิจกรรมนักเรียน โดยกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่มีความเหมาะสมสำหรับเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง เพราะกิจกรรมแนะแนวมีจุดมุ่งหมายที่มุ่งสร้างเสริมผู้เรียนให้มีคุณภาพเหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล ค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตน มีทักษะการดำเนินชีวิต มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ศีลธรรม จริยธรรม รู้จักการเรียนรู้ในเชิงพหุปัญญา รู้จักคิด ตัดสินใจแก้ปัญหาในช่วงวิกฤต การพัฒนาตนสู่โลกอาชีพและการมีงานทำ รวมทั้งดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข (กรมวิชาการ. 2545: 2)

จากแนวคิดทางจิตวิทยาและข้อมูลข่าวสารที่รับรู้กันโดยทั่วไปและยอมรับตรงกันว่า วัยรุ่นคือวัยแห่งปัญหาดังที่กล่าวมาแล้วนั้น และความสามารถในการจัดการตนเองเป็นคุณลักษณะส่วนบุคคลที่สามารถกำกับ เจตคติ การกระทำและความคิดของเด็กนักเรียนให้อยู่ในทิศทางที่เหมาะสมได้ ดังนั้นในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เนื่องจากนักเรียนในชั้นนี้กำลังอยู่ในวัยรุ่นช่วงเริ่มต้น ดังนั้นหากสามารถเสริมสร้างให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองได้ตั้งแต่ชั้นนี้แล้ว ก็จะเป็นการป้องกันไม่ให้นักเรียนเป็นผู้ที่มีปัญหาเมื่อสู่วัยรุ่นเต็มตัวในโอกาสต่อไป

ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 กำหนดให้กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมหนึ่งที่อยู่ในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ซึ่งโรงเรียนจะต้องจัดให้กับผู้เรียนทุกคน โดยมีจุดมุ่งหมายสำคัญคือส่งเสริมและช่วยเหลือนักเรียนให้มีทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถพัฒนาตนเองและสังคมได้ตามศักยภาพ รู้จักและเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถปรับตัวอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (ช่อลัดดา ขวัญเมือง, 2541 : 63 -64 และ <http://academic.obec.go.th/gdc/knowhow/index-4.htm>, ออนไลน์) ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ นางลักษณ ประเสริฐ และจรินทร์ วินทะไชย์ (2548 : 6) ที่กล่าวว่ากิจกรรมแนะแนวมีส่วนสำคัญยิ่งในการสร้างคน สร้างงาน และสร้างชาติ กล่าวคือสร้างคนให้รู้จักและเห็นคุณค่าของตนเอง สร้างงานเป็นการทำให้คนรู้จักความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพของตน รู้ข้อมูลอาชีพ ตลอดจนสามารถเชื่อมความสัมพันธ์คุณลักษณะของตนเองกับงานอาชีพได้ถูกต้อง มีทักษะพื้นฐานที่จำเป็นในการประกอบอาชีพให้ประสบความสำเร็จ และสร้างชาติเป็นการทำให้คนมีความรู้ทางวิชาการ มีคุณธรรมจริยธรรม เอื้ออาทรสมานฉันท์ และเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม นอกจากความคิดเห็นของนักวิชาการที่กล่าวถึงความเหมาะสมของกิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาคุณลักษณะด้านต่างๆ ของนักเรียนดังกล่าวแล้ว ยังมีงานวิจัยอีกมากมายหลายเรื่อง ที่ใช้กิจกรรมแนะแนวในการส่งเสริม พัฒนา และแก้ปัญหาเกี่ยวกับตัวนักเรียน เช่น มยุรี วิสุทราศย์ (2547) ใช้กิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ส่วนเรณู พินิจการ (2545) และสายบัว นนทศิลา (2548) ใช้กิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาด้านส่วนตัวและการเข้าสังคมของนักเรียนดาร์ตัน ยินดีพบ และเยาวลักษณ์ ทองประยูร (2548) ใช้กิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 และ 2 และจิตวิไล ประมัย (2548) ใช้กิจกรรมแนะแนวในการพัฒนาการรู้คิดของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 ซึ่งผลการวิจัยทั้งหมดพบว่ากิจกรรมแนะแนวสามารถพัฒนาและทำให้นักเรียนเกิดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามจุดประสงค์ของการวิจัยได้จริง

จะเห็นว่ากิจกรรมแนะแนวเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาคนให้สมบูรณ์ ดังนั้นการเสริมสร้างให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวจึงมีความสอดคล้องและ

เหมาะสมเป็นอย่างยิ่งเพราะหากมองโดยภาพรวมแล้วจะเห็นว่ากิจกรรมแนะแนวมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญประการหนึ่งอยู่ที่การช่วยให้ผู้เรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองนั่นเอง

จากเหตุผลและความสำคัญของปัญหาดังที่กล่าวมา ก็คือความสามารถในการจัดการตนเองมีความสำคัญและจำเป็นต่อบุคคลที่จะใช้ในการพัฒนาตนเองเพื่อการดำเนินชีวิต การเรียน ตลอดจนการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสุข ซึ่งจะช่วยให้นักบุคคลเป็นคนที่สมบูรณ์ และภาคภูมิใจได้เห็นความสำคัญและความจำเป็นในการเสริมสร้างความสามารถดังกล่าวให้เกิดกับประชากร จึงได้กำหนดให้เป็นเป้าหมายหนึ่งในการพัฒนาทรัพยากรบุคคลของประเทศ เริ่มตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน แต่จากสภาพความเป็นจริงที่พบในปัจจุบันคือ คนไทยมีความสามารถในการจัดการตนเองไม่เพียงพอ ที่จะใช้เป็นเครื่องมือดำรงชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในส่วนของการจัดการศึกษาก็พบว่าสถานศึกษาศึกษายังไม่ได้เห็นความสำคัญในการจัดการศึกษาให้ผู้เรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองอย่างเป็นรูปธรรมจริงจัง ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาสามารถนำหลักสูตรฉบับนี้ไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความสามารถในการจัดการตนเองต่อไป

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาหลักสูตรที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. เพื่อหาประสิทธิภาพของหลักสูตรที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ความสำคัญของการวิจัย

ความสามารถในการจัดการตนเองเป็นคุณลักษณะของบุคคลในการดูแลพฤติกรรม ความรู้สึกรู้สึก นึกคิด อารมณ์ของตนเอง ให้อยู่ในความถูกต้องเหมาะสม อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งผู้ที่มีความสามารถในการจัดการตนเองสูง ย่อมมีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต การทำงาน การเรียน ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมของชีวิตสำหรับการทำงานและใช้ชีวิตต่อไป ซึ่งการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเพื่อหาข้อสรุปเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการจัดการตนเอง แล้วนำข้อสรุปเกี่ยวกับคุณลักษณะนั้นมาพัฒนาหลักสูตรกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเอง ตามจุดมุ่งหมายของ

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 และตามมาตรา 6 แห่งพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (ฉบับแก้ไข พ.ศ. 2545) ดังนั้นผู้วิจัยคิดว่าหลักสูตรดังกล่าวนี้สถานศึกษาต่างๆ สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนได้เป็นอย่างดีและตรงตามจุดหมายของหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานที่ใช้อยู่ในปัจจุบัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการทดลองหาประสิทธิภาพของหลักสูตร ได้แก่ นักเรียนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา สังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 4 ห้องเรียน จำนวน 127 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองหาประสิทธิภาพของหลักสูตร คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา สังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 2 ห้องเรียน จำนวน 63 คน

2. หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นี้ เป็นหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นเพื่อใช้จัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544

3. องค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองที่กำหนดเป็นสาระสำหรับจัดกิจกรรมแนะแนวตามหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองตามหลักสูตรนี้ ประกอบด้วย องค์ประกอบด้าน การรู้จักตนเอง การบริหารเวลา การจัดการอารมณ์ตนเอง และการมีวินัยในตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสามารถในการจัดการตนเอง หมายถึง ลักษณะการแสดงออกของนักเรียนที่จะคอยกำกับ ควบคุมพฤติกรรม ความคิด และอารมณ์ของตนเอง ให้อยู่ในความถูกต้องเหมาะสม สามารถใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยที่ความสามารถในการจัดการตนเองมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1.1 การรู้จักตนเอง หมายถึง การรับรู้ถึงความเป็นจริงของตนเอง เกี่ยวกับจุดเด่น จุดด้อย สติปัญญา ความสามารถ ความถนัด ความสนใจ และบุคลิกภาพของตนเอง เพื่อยอมรับตนเอง และอยู่ได้อย่างมีความสุข

1.2 การบริหารเวลา หมายถึง การใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การเรียน การพักผ่อน การช่วยเหลือครอบครัว ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

1.3 การจัดการอารมณ์ตนเอง หมายถึง ความสามารถในการควบคุม กำกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ มีความอดทนอดกลั้น มีจิตใจมั่นคงหนักแน่น และรู้จักผ่อนคลายความเครียดอย่างเหมาะสม

1.4 การมีวินัยในตนเอง หมายถึง ความสามารถในการกำกับควบคุมพฤติกรรม การกระทำของตนเองให้เป็นไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมหรือตามเป้าหมายที่ต้องการ

2. การพัฒนาหลักสูตร หมายถึง กระบวนการพัฒนาแผนการจัดกิจกรรมแนะแนว เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งประกอบด้วย ขั้นตอนการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การร่างหลักสูตร การประเมินโครงร่างหลักสูตร การทดลองใช้หลักสูตร และการประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

3. กิจกรรมแนะแนว หมายถึง กระบวนการที่โรงเรียนจัดขึ้นอย่างเป็นระบบ โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถพัฒนาดตนเองอย่างเต็มตามศักยภาพ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งสำหรับงานวิจัยครั้งนี้เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสามารถในการจัดการตนเอง

4. หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง หมายถึง แผนการจัดกิจกรรมแนะแนว ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นและนำมาใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวให้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อให้นักเรียนรู้จักตนเอง มีความสามารถในการบริหารเวลา มีความสามารถในการจัดการอารมณ์ตนเอง และมีวินัยในตนเอง โดยใช้กระบวนการสร้างนิสัยเป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน

5. ประสิทธิภาพหลักสูตร หมายถึง ความสำเร็จของการนำหลักสูตรไปใช้ โดยพิจารณาจาก 2 ส่วน กล่าวคือ

5.1. ด้านนักเรียน เป็นการพิจารณาจาก

5.1.1 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจชนิดเลือกตอบ โดยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนทดลองใช้หลักสูตร และกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.1.2 เจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้วยการใช้แบบวัดเจตคติ โดยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตร และกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.1.3 คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ด้วยการใช้แบบวัด

คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง โดยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตร และกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5.2. ด้านหลักสูตร เป็นการพิจารณาจาก

5.2.1. ความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรของนักเรียน ด้วยการใช้แบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร โดยกำหนดเกณฑ์ไม่ต่ำกว่า 2.50 หรือมีความเหมาะสมอยู่ในระดับปานกลางขึ้นไป

5.2.2. ค่าประสิทธิภาพจากการทดลองใช้หลักสูตร โดยการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม โดยกำหนดเกณฑ์ค่า E_1 / E_2 ไม่ต่ำกว่า 80/80



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง กับเรื่องความสามารถในการจัดการตนเองครั้งนี้ ได้กำหนดศึกษารายละเอียดในเรื่องต่อไปนี้

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ประกอบด้วย

1. ความหมายของการจัดการตนเอง
2. ความสำคัญของการจัดการตนเอง
3. คุณลักษณะของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง

ตอนที่ 2 แนวคิด เกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนว

ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตร

ตอนที่ 4 สรุปแนวคิดในการวิจัย

ตอนที่ 1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง

1. ความหมายของการจัดการตนเอง

สมไชน์ เอี่ยมสุภาสิต (2541 : 328) การจัดการตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลเป็นผู้ดำเนินการปรับปรุงพฤติกรรม การคิด ด้วยตนเองทั้งหมด โดยที่ปัจจัยภายนอกมีอิทธิพลต่อกระบวนการนี้น้อยมาก

ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ (2547 : 15) ให้คำจำกัดความของ ความสามารถในการจัดการตนเองไว้ว่า การจัดการตนเองคือความสามารถในการแก้ปัญหาของตนเอง

จิตติมา พุ่มพรวง (2547 : 28) กล่าวว่า การจัดการตนเอง หมายถึง การปฏิบัติที่บุคคลยอมรับและมีความพยายามที่จะควบคุมกระบวนการทั้งหมดด้วยตนเอง ซึ่งประกอบด้วย การสังเกตตนเอง และการบันทึกพฤติกรรมตนเอง เพื่อให้ตนเองมีความคิดและการกระทำที่ถูกต้องเหมาะสม

แสงอุษา ไรจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร (2548 : 12) กล่าวว่า การจัดการตนเองการจัดการตนเอง ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Self – management ซึ่งเป็นเรื่องของการทำความเข้าใจกับบ่อเกิดของพฤติกรรมของตนเอง ภาวะแวดล้อม และสภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิต

เร็ม และไรค์ (Rehm & Rokke. 1988. อ้างถึงใน จิตติมา พุ่มพรวง. 2547 : 27) กล่าวว่า การจัดการตนเองคือการที่บุคคลมีการใช้กลยุทธ์และวิธีการในการควบคุมกระบวนการทั้งหมดด้วยตนเองทั้งหมด รวมถึงการรับรู้พฤติกรรมที่เกิดขึ้น

โอคีฟ และเบอร์เกอร์ (Edward J. O'Keefe & Donna S. Berger, 1999 : 1 - 7) กล่าวถึงการจัดการตนเองว่าเป็นความสามารถในการกำกับดูแลความรู้สึก การกระทำ และการคิด ของตนเองให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

จากความหมายของความสามารถในการจัดการตนเองตามที่นักวิชาการได้นำเสนอมานั้น สามารถสรุปได้ว่า ความสามารถในการจัดการตนเองหมายถึง กระบวนการที่นักเรียนสามารถควบคุมกำกับ ความรู้สึก การกระทำ และความคิดของตนเองให้ถูกต้องเหมาะสมโดยตัวของนักเรียนเอง

2. ความสำคัญของการจัดการตนเอง

โอคีฟ และเบอร์เกอร์ (Edward J. O'Keefe & Donna S. Berger, 1999 : xxi – xxii) กล่าวว่า การที่เราจะประสบความสำเร็จในการเรียน การประกอบอาชีพ และเรื่องส่วนตัวอื่นๆ ได้นั้น เราจำเป็นต้องรู้จักจัดการกับความรู้สึก การกระทำ และความคิดของเราให้อยู่ในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสมเสียก่อน ซึ่งเขาได้กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการตนเองว่า เหตุผลที่นักเรียนจะต้องเรียนรู้การจัดการตนเอง เพราะความสามารถในการจัดการตนเองจะทำให้เกิดผลดีต่อเด็กคือ

1. นักเรียนได้พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง
2. นักเรียนจะสามารถบริหารจัดการเวลาของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ
3. นักเรียนจะมีความมั่นคงทางอารมณ์
4. นักเรียนจะสามารถปรับปรุงแรงจูงใจและนิสัยในการเรียน
5. นักเรียนจะมีความสามารถในการสื่อสารและมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น
6. นักเรียนมีความรู้สึกหรือเจตคติเชิงบวก
7. เป็นนักเรียนที่มีความเป็นอิสระ
8. นักเรียนจะมีความสุขมากขึ้น

ส่วนมาร์แชลและแม็คฮาร์ดี้ (John C. Marshall & Bob McHardy, 1999 : xv – xvii) กล่าวว่า ความสำเร็จของคนเรานั้นไม่ใช่เกิดจากโชคหรือเป็นเรื่องของโชคอย่างแน่นอน แต่ความสำเร็จที่เราได้รับนั้น เกิดจากการรู้จักวางแผน และลงมือปฏิบัติให้เกิดผล ซึ่งสองสิ่งนี้ที่กล่าวถึงนี้เป็นผลของการรู้จักจัดการตนเอง ซึ่งเขาได้กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการตนเองไว้อย่างกะทัดรัดว่า ความสามารถในการจัดการตนเองเป็นกุญแจสำคัญที่จะทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ ด้วยคนที่มีความสามารถในการจัดการตนเองนั้น จะมีวินัยมากขึ้น ควบคุมตนเองได้ดีขึ้น มีอำนาจในตนเองเพิ่มขึ้น มีความสามารถในตนเองสูงขึ้น และจะเป็นคนที่ประสบความสำเร็จมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ โควี (ฌอน โควี, 2545 : 159) ที่กล่าวว่ายิ่งเรามีความสามารถในการจัดการตนเองดีเท่าใด เราก็จะ

สามารถทำงานได้มากขึ้นเท่านั้น มีเวลาสำหรับครอบครัวและเพื่อนฝูงมากขึ้น มีเวลามากขึ้นสำหรับการเรียน และมีเวลามากขึ้นสำหรับตนเอง

ดอร์ซี (Dorsey. 2548 : ออนไลน์) กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการตนเองของนักเรียนว่าการจัดการตนเองส่งผลดีต่อนักเรียนดังนี้

1. มีพฤติกรรมที่เหมาะสม
2. เป็นผู้ที่มีเหตุผล
3. มีความรับผิดชอบต่องานของตนเองมากขึ้น
4. เป็นตัวอย่างที่ดีแก่นักเรียนคนอื่น ๆ
5. มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น
6. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดีของนักเรียน

เกรแฮม และคนอื่น ๆ (Gresham & others. 2548 : ออนไลน์) กล่าวถึงการจัดการตนเองว่าจะช่วยให้นักเรียนปรับปรุงและพัฒนาในเรื่องต่อไปนี้

1. การปฏิบัติตามระเบียบข้อตกลง
2. พฤติกรรมความร่วมมือ
3. ผลการเรียนรู้
4. ปัญหาทางพฤติกรรม เช่น ความก้าวร้าว การสร้างความแตกแยก เป็นต้น
5. พฤติกรรมในห้องเรียน เช่น การลุกจากที่นั่ง การยกมือตอบคำถาม เป็นต้น

ส่วนมิทเช็มและมิทเช็ม (Mitchem & Mitchem. 2548 : ออนไลน์) กล่าวถึงความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนว่า จะทำให้เกิดผลดี 3 ประการ กล่าวคือ

1. เพิ่มความเชื่อถือตนเองของนักเรียน
2. ลดความคิดในการพึ่งพาคนอื่นให้น้อยลง
3. ทำให้ครูใช้เวลาในการควบคุมชั้นเรียนน้อยลงและมีเวลาในการจัดการเรียนการสอนมากขึ้น

ขึ้น

จากแนวคิดของนักวิชาการต่างๆที่กล่าวมา จะเห็นว่าการจัดการตนเองนั้นมีความสำคัญต่อคนทุกคน เพราะจะเป็นเครื่องมืออันสำคัญในการทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิต ยิ่งโดยเฉพาะนักเรียนซึ่งเป็นวัยเตรียมตัวสำหรับชีวิต จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการปลูกฝังให้มีคุณลักษณะในด้านนี้ เพราะความสามารถในการจัดการตนเองมีความจำเป็นต่อการต่อการประสบความสำเร็จในการเรียน การทำกิจกรรม ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นของนักเรียนไม่น้อยกว่าผู้ใหญ่เช่นเดียวกัน และที่สำคัญการปลูกฝังให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองตั้งแต่วัยเด็กนั้นจะเป็นคุณลักษณะที่ติดตัวไปจนถึงวัยผู้ใหญ่

3. คุณลักษณะของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง

โอคีฟ และเบอร์เกอร์ (Edward J. O'Keefe & Donna S. Berger, 1999 : 1 - 2) กล่าวว่าความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนประกอบด้วยเรื่องต่อไปนี้

1. ความสามารถในการสื่อสารกับบุคคลอื่น
2. การมีภาวะผู้นำ
3. การบริหารเวลา
4. การรับมือกับความกดดันและความเหนื่อยยาก
5. การกล้าที่จะยืนยันหรือแสดงสิทธิของตน

ดรัคเกอร์ (2548, 14 – 16) กล่าวถึงองค์ประกอบสำคัญของการจัดการตนเองไว้ว่าเป็นเรื่องของการรู้จักและเข้าใจตนเอง ซึ่งประกอบด้วย

1. การรู้จักจุดแข็งหรือจุดเด่นของตนเอง
2. การรู้สไตล์การทำงานของตนเอง
3. การรู้จักค่านิยมของตนเอง
4. การรู้ว่าสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมกับตนเองมีลักษณะอย่างไร
5. การรู้ความทุ่มเทในการทำงานของตนเอง

จะเห็นว่าแนวคิดของดรัคเกอร์ เป็นเรื่องของการรู้จักตนเองในเรื่องของคนวัยทำงาน แต่เราสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับการรู้จักตนเองของนักเรียนได้

โควี (Covey, 2545 : 20) กล่าวถึงองค์ประกอบที่จะทำให้เด็กวัยรุ่นสามารถจัดการตนเองได้ว่าเป็นอุปนิสัย 7 ประการคือ

1. ความสามารถในการใช้วิธีตอบสนองที่เหมาะสมต่อสิ่งที่มากระทบกับชีวิตของตน
2. ความสามารถในการกำหนดจุดมุ่งหมายหรือทิศทางของกิจกรรมการทำงาน หรือการเรียน

3. ความสามารถในการจัดลำดับความสำคัญของกิจกรรมที่จะต้องทำ คือทำสิ่งสำคัญก่อน ซึ่งเป็นเรื่องของการบริหารเวลา

4. ความสามารถในการคิดแบบชนะชนะ คือความคิดที่จะทำให้ตนเองและผู้อื่นประสบความสำเร็จไปพร้อมๆ กัน โดยไม่ต้องแข่งขันหรือเอาัดเอาเปรียบ

5. การรู้จักเข้าใจคนอื่นก่อนและค่อยให้คนอื่นเข้าใจตนเอง

6. ความสามารถในการประสานพลัง เป็นเรื่องของการร่วมมือกันทำงานหรือแก้ปัญหา

7. การปรับปรุงตนเองและสร้างความเข้มแข็งให้กับชีวิตอย่างสม่ำเสมอ

ส่วนนาคากาวา-โคแกน (Nakagawa-Kogan, 1996 : 19) นำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการจัดการตนเองว่า ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบกล่าวคือ

1. การกำกับตนเอง เป็นกระบวนการที่บุคคลตั้งเป้าหมายสำหรับตนเอง บันทึกพฤติกรรมของตนเอง และคิดหาวิธีการในการบรรลุเป้าหมายด้วยตนเอง ซึ่งบุคคลจะเป็นผู้ควบคุมกระบวนการนี้ด้วยตนเอง (Zimmerman, 1998 :1)

2. การควบคุมตนเอง ซึ่งประกอบด้วยการควบคุมพฤติกรรมการเรียนรู้ และควบคุมการตัดสินใจ

3. การป้องกันกลับทางชีวภาพ เป็นกระบวนการป้องกันข้อมูลกลับที่แสดงโดยสัญญาณหรืออาการทางกาย

สำหรับองค์การอนามัยโลก (WHO. 1993. อ้างอิงจาก สมศักดิ์ สีนุระเวชญ์, 2544 : 52) กำหนดว่าองค์ประกอบที่จะทำให้บุคคลมีความสามารถในการจัดการตนเองได้อย่างเหมาะสมคือ การมีทักษะชีวิต ซึ่งประกอบไปด้วย

1. การตัดสินใจและการแก้ปัญหา

2. การมีความคิดสร้างสรรค์และคิดอย่างมีวิจารณญาณ

3. การสื่อสารหรือมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น

4. การตระหนักรู้ในตนและความเป็นมิตร

5. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ประทีป ม. โกมลมาศ (2546 : ออนไลน์) ได้เสนอว่าผู้ที่มีความสามารถในการจัดการตนเองจะต้องเป็นผู้ที่รู้จักตนเองอย่างถูกต้อง มีความสามารถในการวางแผนเป้าหมายของชีวิต และมีความสามารถในการควบคุมตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ พสุ เดชะรินทร์ (2550 : 8) ที่ให้ความเห็นว่าการที่จะจัดการตนเองให้ได้ นั้น เราจะต้องเริ่มต้นจากการรู้จักตนเองก่อนเป็นอันดับแรก ส่วนเว็บสเตอร์-สเตรทซัน (2546 : 429 – 430) กล่าวถึงสิ่งสำคัญที่จะทำให้เด็กสามารถจัดการตนเองได้ว่าสิ่งนั้นคือ

การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง เพราะถ้าไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้แล้วก็จะเป็นอุปสรรคสำคัญที่สุดต่อการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ และความสำเร็จในการการสร้างมิตรภาพ

แสงอุษา โรจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร (2548 : 12 – 14) กล่าวว่าผู้ที่จะสามารถจัดการกับชีวิตของตนเองได้ดี จะต้องมีความรู้ลักษณะต่อไปนี้

1. การเห็นคุณค่าหรือความสำคัญของตนเอง
2. มีความสามารถในการจัดการกับสมดุลของชีวิตโดยเฉพาะสมดุลทางอารมณ์
3. ความสามารถในการกำหนดเป้าหมายของชีวิต
4. ความสามารถในการทำความเข้าใจและปรับตัวให้เข้ากับสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวได้ดี
5. การรู้จักทำให้มีความสุขกับสิ่งที่ตนเองเลือกหรือกระทำ

คอร์ฟแมน และราฟาเอล (Gershen Kaufman & Ler Raphael อ้างถึงใน เสรี พิพัฒน์ชัยภูมิ, 2540 : 16) กล่าวถึงการจัดการตนเองว่าเป็นเรื่องของอำนาจในตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องของความหนักแน่นมั่นคง และความเชื่อมั่นภายในตนเอง โดยคุณลักษณะที่แสดงถึงการมีอำนาจในตนเอง มี 4 ประการ กล่าวคือ

1. การมีความรับผิดชอบต่อพฤติกรรมและอารมณ์ของตนเอง
2. การรู้จักเลือกและกระทำหรือคิดในทางที่เหมาะสม
3. การรู้จักตนเอง
4. การรู้จักสร้างอำนาจในตนเองและรู้จักวิธีใช้อำนาจ

โอคีฟ และเบอร์เกอร์ (Edward J. O'Keefe & Donna S. Berger, 1999 : 8 - 13) ให้ความเห็นว่าผู้ที่มีความสามารถในการจัดการตนเองนั้นจะต้องทำกับตนเองได้ใน 3 องค์ประกอบคือ

1. ด้านเจตคติ ประกอบด้วยด้านอารมณ์ และความรู้สึก
2. ด้านการกระทำ เป็นการเพิ่มหรือรักษาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้คงอยู่และขจัดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้หมดไป
3. ด้านการคิด เป็นเรื่องของการใช้เหตุผล การอธิบาย การวิเคราะห์ การวางแผน และการจินตนาการ เป็นต้น

มาร์แชลและแม็คฮาร์ดี้ (John C. Marshall & Bob McHardy, 1999 : xvii) กล่าวถึงการจัดการตนเองว่าจะต้องประกอบไปด้วย การมีวินัยในตนเอง การควบคุมตนเอง การมีอำนาจในตนเอง และความเชื่อมั่นในตนเอง

พงษ์ ผาวิจิตร (2547 : 92 – 99) เสนอว่าผู้ที่มีความสามารถในการจัดการตนเอง จะต้องมีความรู้ในด้านต่อไปนี้

1. ศักยภาพในการรับมือกับความซับซ้อน คือ ความสามารถในการรับมือกับสิ่งแวดล้อมที่หลากหลาย ความขัดแย้งต่างๆ หรือความยุ่งยากที่เกิดจากงานหรือกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย

2. ศักยภาพในการนำตนเอง คือ ความสามารถในการตั้งเป้าหมายของตนเองพร้อมๆ กับหาแนวทางลงมือทำเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่วางไว้

3. ศักยภาพในการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง คือ มีความกระตือรือร้นที่จะเรียนรู้มีความสนใจสิ่งใหม่ และนำไปสู่การค้นคว้าหาคำตอบ กล่าวคือการอยากได้ใคร่ดีด้วยตนเอง

4. ศักยภาพในการสร้างสรรค์ คือ มีความคิดสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ ที่เป็นประโยชน์ ซึ่งไม่ได้จำกัดอยู่เฉพาะความคิดใหม่ๆ ที่ไม่เคยมีมาก่อนเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการแสวงหาความคิดสร้างสรรค์ที่มีอยู่แล้วมาประยุกต์ใช้กับตนเองด้วย

5. ศักยภาพในการตัดสินใจรับความเสี่ยงที่คำนวณได้ คือ ไม่กลัวที่จะผิดพลาดบ้างหากได้พยายามถึงที่สุดแล้ว สามารถปรับตัวอยู่ในสถานการณ์ที่อึดอัด กระทบกระเทือน และรับมือกับความท้าทายได้

6. ศักยภาพในการใช้ความคิดระดับสูง คือ เข้าใจเรื่องนามธรรม สามารถวิเคราะห์เปรียบเทียบ ตีความ สังเคราะห์เรื่องที่ซับซ้อนจากความรู้หลายๆ สาขาได้ หรือสามารถหาแนวทางแก้ปัญหาได้

จากแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง ของนักวิชาการต่างๆ ที่ได้นำเสนอมาข้างต้น สรุปได้ดังตาราง 1

ตาราง 1 องค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองตามแนวคิดของนักวิชาการ

ที่	องค์ประกอบของความสามารถในการจัดการ	นักคิด/นักวิชาการ										
		ดริคเกอร์	โอดีฟ-เบอร์เกอร์	โคกี	พงษ์ ผาวิจิตร	W.H.O	นาคากาวา-โคแกน	แสงอุษา และกฤษณ์	คอร์แมน และราฟาเอล	มาร์แชล และแม็คคาร์ตี	ประทีป	เว็สเตอร์ และสแตร์ทั้น
1	การรู้จักตนเอง	/				/		/			/	
2	การบริหารเวลา		/	/								
3	การจัดการอารมณ์ตนเอง			/		/	/	/				/
4	การรับมือกับความยากลำบาก		/									
5	ภาวะผู้นำ/การนำตนเอง		/	/	/		/	/			/	
6	การสื่อสารและสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น			/		/		/				
7	การปรับปรุงพัฒนาตนเอง			/								
8	การมีวินัยในตนเอง						/			/		
9	ความเชื่อมั่นในตนเอง		/		/				/	/		
10	การใช้ความคิดระดับสูง			/	/	/						
11	การตัดสินใจ					/						
12	การควบคุมตนเอง						/				/	

จากการศึกษาความคิดเห็นของนักวิชาการเกี่ยวกับองค์ประกอบของการจัดการตนเองที่แสดงให้เห็นถึงคุณลักษณะของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง ดังที่ได้นำเสนอไปแล้วนั้น ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นคล้ายคลึงกัน ซึ่งในการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองมากำหนดเป็นเนื้อหาสาระของหลักสูตร ในเรื่องต่อไปนี้คือ (1) การรู้จักตนเอง (2) การบริหารเวลา (3) การจัดการอารมณ์ตนเอง และ (4) การมีวินัยในตนเอง เนื่องจากองค์ประกอบเหล่านี้เป็นองค์ประกอบหลักและมีความครอบคลุมถึงองค์ประกอบย่อยในข้ออื่นๆ ดังที่กล่าวมา โดยที่คุณลักษณะเหล่านี้เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับนักเรียนในการเรียน หรือกระทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งในโรงเรียนและสังคมภายนอก ดังนั้นการเสริมสร้างหรือปลูกฝังให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองใน

เรื่องดังกล่าวจะเป็นการช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการเรียน ทำงาน การมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น รวมถึงเป็นผู้ที่มีความสุขในการดำรงชีวิต โดยรายละเอียดทั้ง 4 องค์ประกอบจะได้นำเสนอดังนี้

1. การรู้จักตนเอง

การรู้จักตนเองเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการพัฒนาตนเอง และการรู้จักตนเองมีความสำคัญต่อการกระทำและการแสดงออกต่างๆ ทุกคนคิดว่ารู้จักตนเองดีแล้ว แต่ความจริงอาจไม่ใช่เสมอไป โดยเฉพาะวัยเด็ก ซึ่งเกณฑ์สำคัญประการหนึ่งที่สามารถตรวจสอบได้ว่าเรารู้จักตนเองดีหรือไม่ คือการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมาอย่างเหมาะสม ซึ่งบุคคลแรกที่เห็นความสำคัญของการรู้จักตนเองคือ โสกราตีส (469 – 399 B.C.) นักปราชญ์ชาวกรีกสมัยโบราณ โดยได้กล่าวไว้ว่า “ชีวิตที่ไม่รู้จักตนเองเป็นชีวิตที่ไม่มีค่า” (http://203.170.173.161/2500101/N01_T_6.htm. 2549 : ออนไลน์)

1.1. ความหมายของการรู้จักตนเอง

การรู้จักตนเอง หมายถึง การรู้จักชีวิต จิตใจ และความรู้สึกนึกคิดของตนเอง ตลอดจนเป้าหมายของชีวิตและแนวทางอันจะนำไปสู่เป้าหมายดังกล่าวอย่างถูกต้อง การรู้จักตนเองอย่างถูกต้องย่อมทำให้เรามีท่าทีต่อตนเองอย่างถูกต้องและท่าทีที่ถูกต้องย่อมนำไปสู่การกระทำหรือการปฏิบัติที่ถูกต้อง การกระทำที่ถูกต้องย่อมทำให้เกิดผลที่ถูกต้อง จะเห็นว่าการรู้จักตนเองก็คือ การมีท่าทีที่ถูกต้องต่อตนเองนั่นเอง (คณะทำงานจัดทำคัมภีร์หลักธรรมสำหรับนิสิตนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย. 2543 : 11)

การรู้จักตนเองหมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกและอารมณ์ของตน รู้ถึงข้อดี ข้อด้อยของตนตามความเป็นจริงพร้อมทั้งตระหนักในคุณค่าและภาคภูมิใจในความสามารถที่มีอยู่ของตนเอง (อุไร จักรศรีตรึงมล.2544 : 5)

การรู้จักตนเอง หมายถึง การที่เราตระหนักรู้ถึงความสามารถ ทักษะการทำงาน ความสนใจและบุคลิกภาพของตนเองอย่างถูกต้อง (เทคนิคการทำงานทำ – การรู้จักตนเอง. 2550 : ออนไลน์)

การรู้จักตนเอง หมายถึง การรับรู้ถึงความสามารถ จุดเด่น ทักษะ ค่านิยม ความสนใจ ตลอดจนบุคลิกภาพของตนเองว่าเป็นอย่างไร ซึ่งผู้ที่รู้จักตนเองอย่างถูกต้องจะสามารถเลือกทำกิจการ การงาน ตลอดจนการเรียนรู้ได้เหมาะสมกับตนเอง (การรู้จักตนเอง. 2550 : ออนไลน์)

กลุ่มภูมิปัญญาไทย (2550 : ออนไลน์) กล่าวถึงการรู้จักตนเองว่า หมายถึง การเข้าใจความรู้สึกของตนเองและจุดหมายของชีวิตทั้งระยะสั้นและระยะยาว ตลอดจนการรู้จักจุดเด่น จุดด้อยของตนเองอย่างถ่องแท้ไม่ลำเอียง ตลอดจนการรู้จักฐานะที่ตนเองเป็นอยู่ การประพาดพิงให้

เหมาะสมกับฐานะของตน และการปฏิบัติหน้าที่ที่เหมาะสมกับตำแหน่งของตน ไม่ก้าวก่ายสิทธิหน้าที่ของผู้อื่น

1.2. ลักษณะการรู้จักตนเอง

ผสุ เดชะรินทร์ (2548 : 8) กล่าวว่า การรู้จักตนเองนั้นจะต้องรู้จักในด้านต่อไปนี้ คือ รู้ถึงสิ่งที่ตนเองสามารถทำได้ดี(จุดแข็ง) รู้สิ่งที่ตัวเองขาดหรือไม่เก่ง(จุดอ่อน) รู้ถึงเป้าหมายที่ตนเองต้องการมุ่งไปสู่ และรู้ถึงบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง

พิมพันธ์ เอี่ยมสมบูรณ์ (2550 : ออนไลน์) กล่าวถึงแนวทางการรู้จักตนเองว่า คนเราจะต้องรู้จักตนเองในเรื่องต่อไปนี้

1. ความสนใจและนิสัยใจคอของตัวเอง
2. ความสามารถทั่วไปและความสามารถพิเศษ
3. ความสามารถแห่งสมองและบุคลิกภาพ
4. ฐานะทางเศรษฐกิจ
5. ความรู้
6. สุขภาพและศักยภาพทางกาย

โสภณ ภูเก้าล้วน (2550 : ออนไลน์) ได้กล่าวถึงวิธีการที่ทำให้เราสามารถรู้จักตนเองได้อย่างถูกต้องว่ามีดังนี้

1. มีความตั้งใจจริงที่จะค้นพบตนเอง
2. ลดเหตุผลเกราะคุ้มกันตัวเอง และการโยนความผิดให้คนอื่นลงให้มากที่สุด
3. ตั้งคำถามถามตัวเองว่า ทำไมจึงทำอย่างนั้น อย่างนี้ คิดอย่างนั้น อย่างนี้ หรือฝันอย่างนั้น อย่างนี้
4. เปิดเผยความรู้สึกต่อบุคคลที่คิดว่าเปิดเผยได้
5. ใ้บุคคลอื่นแสดงความรู้สึกต่อเราตามที่เขาารู้สึกจริงๆ
6. ใจกว้างพอที่จะยอมรับในสิ่งที่เราเป็น และมีเหตุผลในสิ่งที่เราเป็น
7. เปรียบเทียบตัวเราในสิ่งที่เราคิดว่าเราเป็น กับตัวที่คนอื่นคิดว่าเราเป็น เพื่อค้นหาตัวที่เราเป็น
8. วิเคราะห์ตัวที่เราเป็น เพื่อหาปมด้อยและปมเด่น เพื่อค้นพบตนเองในภาพที่ตนเป็นจริงๆ
9. ยอมรับสภาพที่เราเป็นและพร้อมที่จะพัฒนาให้เป็นภาพที่เราอยากเป็นในหนทางที่เป็นไปได้

โรเจอร์ (Roger. อ้างอิงจาก เรียงชัย หมื่นชนะ และคณะ. 2538 : 15) กล่าวถึงการรู้จักตนเองว่ามีหลายลักษณะ โดยได้จำแนกตนเองออกเป็นด้านต่างๆ คือ

1. ตนเองตามความเป็นจริง (Real Self) หมายถึง ตัวตนที่เป็นจริงของบุคคลหนึ่งๆ ซึ่งมีทั้งจุดเด่นและจุดด้อย ทั้งที่ทราบและไม่ทราบซึ่งเป็นธรรมชาติของคนทุกคน
2. ตนเองตามที่รับรู้ (Perception Self) หมายถึง ตนเองตามที่ตนเองได้รับรู้ทั้งที่ตนเองปกปิดและเปิดเผย รวมทั้งตนเองตามที่ผู้อื่นคาดหวัง
3. ตนเองตามอุดมคติ (Ideal Self) หมายถึง ตนเองตามจินตนาการที่คิดอยากจะเป็นหรืออยากจะมี

ความเป็นตนเองทั้ง 3 ลักษณะตามแนวคิดของโรเจอร์นี้มีความสัมพันธ์กันและมีอิทธิพลต่อชีวิตของบุคคล ถ้าบุคคลได้มีการรู้จักตนเองในสามลักษณะอย่างสมดุลกันก็จะไม่มีความสับสนในการรู้จักตนเอง และก็จะมีการแสดงออกในความเป็นตัวเองอย่างเหมาะสม

ส่วนโบลส์และดาเวนพอร์ท (Boles & Davenport. อ้างถึงใน http://203.170.173.161/2500101/N01_T_6.htm. 2549 : ออนไลน์) กล่าวว่าบุคคลจะรู้จักตนเองในรูปแบบต่างๆ คือ

1. ตนเองที่คาดหวัง (Self-expectation) เป็นรูปแบบที่บุคคลต้องให้ตนเป็นหรือมี เป็นคุณลักษณะซึ่งเป็นสิ่งที่คาดหวังไว้
2. ตนเองตามที่มองเห็น (Self-perception) เป็นรูปแบบตนเองตามที่บุคคลคิดว่าตนเป็นและรับรู้ตนเองในสภาพปัจจุบัน
3. ตนเองตามที่เป็นจริง (Real-self) เป็นตัวตนที่ได้รับการวิเคราะห์จากตนเองและผู้อื่นซึ่งเป็นการประเมินจากการประพฤติปฏิบัติและการแสดงออก
4. ตนเองตามที่ผู้อื่นคาดหวัง (Other-expectation) เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกจากความคาดหวังที่คนอื่นคาดหวังต่อตัวเรา
5. ตนเองตามที่ถูกผู้อื่นรับรู้ (Other-perception) เป็นตัวตนที่บุคคลอื่นสะท้อนกลับมายังตัวเรา เพื่อแสดงออกถึงการรับรู้ของเขามีต่อเรา

สำหรับวิธีการที่จะทำให้เรารู้จักตนเองได้ดีนั้น ก็คือการประเมินตนเอง ซึ่งต้องทำอย่างมีหลักการและต้องเป็นไปในทางสร้างสรรค์จึงจะเกิดประโยชน์ ซึ่งหลักการประเมินตนเอง มีรายละเอียดดังนี้

1. ไม่ด่วนตัดสินตนเองจนกว่าจะได้รวบรวมข้อมูลมากพอและไตร่ตรองอย่างรอบคอบ
2. มองหาข้อเท็จจริงหรือหลักฐานเชิงประจักษ์หลายๆ ชิ้นเพื่อสนับสนุนความเห็นและความเชื่อ
3. ปรับความเห็นตนเองเมื่อได้รู้ข้อมูลสารสนเทศหรือข้อเท็จจริงใหม่ๆ

4. ตั้งคำถามมองหาข้อพิสูจน์และตรวจสอบสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างมีวิจารณญาณ
5. จัดข้อมูลที่ไม่จริง ไม่ถูกต้องหรือหาข้อพิสูจน์ไม่ได้ออกไป
6. พิจารณาแหล่งที่ให้สารสนเทศในการประเมิน
7. สนใจข้อเท็จจริงไม่ใช่สิ่งที่คิดเอาเองว่าจริง

โดยที่การประเมินตนเองมี 2 ลักษณะคือ

1. การให้ผู้อื่นประเมินตนเอง ในการให้ผู้อื่นประเมินตนเองนั้นผลดีก็คือ ในบางครั้งเราไม่สามารถรู้จักตนเองได้อย่างถูกต้องทั้งหมด ดังนั้นการให้ผู้อื่นได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับเกี่ยวกับตัวเราออกมา ก็จะทำให้เราได้มองเห็นตนเองในมุมมองอื่น ซึ่งการให้ผู้อื่นประเมินตัวเรานั้น ควรจะใช้หลายๆ คน และเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับตัวเราอย่างครบถ้วนและยุติธรรม

2. การประเมินด้วยตนเอง นักจิตวิทยาได้เสนอแนะวิธีการประเมินตนเองว่าให้เขียนถึงตนเองในด้านต่างๆ ได้แก่

2.1 ลักษณะทางกายภาพ เช่น ความสูง น้ำหนัก ผิวพรรณ และลักษณะต่างๆ ของอวัยวะ เช่น ขา แขน หน้า เป็นต้น

2.2 วิธีติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น หมายรวมถึงจุดอ่อน จุดแข็งของเราในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เช่น คนในครอบครัว เพื่อน หรือความสัมพันธ์ในสถานการณ์ทางสังคมแบบต่างๆ เช่น คนแปลกหน้าที่พบ

2.3 บุคลิกลักษณะ ทั้งที่เป็นจุดอ่อนและจุดแข็ง

2.4 วิธีที่คนอื่นรับรู้เรา ในส่วนนี้หมายถึงลักษณะของเราจากการรับรู้ของบุคคลอื่น

2.5 พฤติกรรมการทำงานหรือการเรียนรู้ซึ่งเป็นวิธีการหลักๆ ที่เราจัดการกับสิ่งที่เกิดขึ้นในการเรียนหรือการทำงาน

2.6 ความสามารถทางสมอง เช่น การแก้ปัญหา การคิดและการตัดสินใจ

จากที่กล่าวมาจะเห็นว่าการรู้จักตนเองนั้นเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการจัดการตนเอง ซึ่งเป็นกุญแจสำคัญของการประสบความสำเร็จในชีวิตของบุคคลทุกเพศทุกวัย เพราะหากเรารู้จักตนเองอย่างถูกต้องตรงกับความเป็นจริงก็จะทำให้เราสามารถแสดงออกหรือประพฤติปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมซึ่งเป็นลักษณะของการมีความสามารถในการจัดการตนเองนั่นเอง

2. การบริหารเวลา

1. ความหมาย

เวลาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับทุกคน เมื่อเวลาผ่านไปแล้ว เราไม่สามารถเรียกคืนกลับมาได้อีก ดังนั้น เราจึงจำเป็นต้องใช้เวลาให้เกิดประโยชน์หรือคุ้มค่ามากที่สุด ทั้งต่อตนเองและสังคม ซึ่งสิ่งนี้ก็คือ การรู้จักการบริหารเวลานั่นเอง ซึ่งได้มีนักวิชาการทั้งชาวไทยและต่างประเทศได้

กล่าวถึง “การบริหารเวลา (time management)” ว่าหมายถึง การใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ของชีวิตให้มีประสิทธิภาพมากที่สุด ทั้งการทำงาน การเรียน การพักผ่อน โดยที่การใช้เวลาในกิจกรรมเหล่านั้นจะต้องมีความสมดุลเพื่อจะได้ทำให้ชีวิตมีความสุข (จิระพันธ์ พูลพัฒน์. 2545 : 87 ; สมิต สัณฐกร. 2548 : 41 ; จุฬารักษ์ โสตะ. 2544 : 47 ; จิตตินันท์ บุญสถิตกุล. 2547 : 80 ; อิศรา รุ่งทวีชัย. 2548 : 16) ส่วน พยงค์ วาดช้าง(2539 : 16) และ ชูติมา พงศ์วรินทร์(2540 : 45) กล่าวถึง การบริหารเวลาของนักเรียนนักศึกษาว่า หมายถึง การที่นักเรียนนักศึกษาใช้เวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน มีการจัดระเบียบการใช้เวลาในด้านการศึกษเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านใช้เวลาว่าง มีการวางแผนและหาเทคนิคต่าง ๆ ที่จะใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ

2. ความสำคัญของการบริหารเวลา

ประคอง สุคนธ์จิตต์ (2548 : 89) กล่าวว่า “เวลาคือชีวิต ดังนั้นการบริหารเวลาก็คือการบริหารชีวิต และคนที่ต้องการประสบความสำเร็จในชีวิตย่อมหลีกเลี่ยงการบริหารเวลาไปไม่ได้” ซึ่งคำกล่าวที่แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการบริหารเวลานี้สอดคล้องกับความคิดเห็นของนักวิชาการอย่าง เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543 : 18-27) จุฬารักษ์ โสตะ (2544 : 47) และสมิท และสมิท (Smith & Smith. 1990 :9) ที่ได้กล่าวถึง ความสำคัญของการบริหารเวลา ว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งของบุคคล ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- 1) ช่วยลดความเครียดและความวิตกกังวลจากกิจกรรมประจำวันไม่ว่าจะเป็นการเรียนหรือการทำงาน ซึ่งนั่นก็คือ ทำให้ชีวิตมีความสุขมากขึ้น
- 2) ช่วยให้การใช้เวลาสำหรับกิจกรรมต่าง ๆ มีความเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ
- 3) ช่วยให้มีเวลาเหลือมากขึ้นสำหรับพักผ่อนหย่อนใจ
- 4) ทำให้ชีวิตมีความสมดุลครบทุกด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัว การเรียน หรือการทำงาน มิตรภาพ สังคม รวมทั้งการพักผ่อน
- 5) ช่วยชีวิตประสบความสำเร็จและความก้าวหน้าในหน้าที่การงานหรือการศึกษเล่าเรียน

จากความเห็นของนักวิชาการดังกล่าวสรุปได้ว่า ความสามารถในการบริหารเวลาจะทำให้เวลาทำกิจกรรมหรือกิจการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัย ของเคลลี (Kelly. 2002 : 12) ที่พบว่า การบริหารจัดการเวลาอย่างมีประสิทธิภาพมีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จและประสิทธิภาพของงานที่เพิ่มขึ้น

3. วิธีการบริหารเวลา

นักวิชาการทั้งไทยและต่างประเทศได้เสนอแนะวิธีการบริหารเวลาได้อย่างกว้างขวางและหลากหลาย เช่น

คูเปอร์ (Cooper.1952 : 45) กล่าวว่า การบริหารเวลาที่มีประสิทธิภาพนั้นวิธีที่ดีที่สุดคือ การกำหนดแผนการทำงานของตนเองขึ้นมา ซึ่งแผนการทำงานนี้ ควรมีลักษณะเป็นแผนการทำงาน ทั้งหมดไม่ใช่เพียงแค่เพื่อปรับปรุงงานหรือแผนเพื่อทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น

ส่วนจอร์จ พูลพัฒน์ (2545 : 88-92) บุญชัย ปัญจรัตนการ (2540 : 32) และ สมชาย ศรีสันติสุข (2541 : 63) ได้กล่าวถึงวิธีการบริหารเวลาไว้คล้ายคลึงกัน สรุปได้ดังนี้

- 1) การกำหนดเป้าหมายของการทำกิจกรรมหรืองานแต่ละอย่าง เพราะจะช่วยให้รู้ทิศทาง ในการลงมือปฏิบัติและจะทำให้สามารถกำหนดเวลาได้ล่วงหน้าว่าจะใช้เท่าใด
 - 2) การวางแผนงานประจำวัน เป็นการกำหนดว่าในวันหนึ่ง ๆ เราจะทำกิจกรรมอะไรบ้าง ซึ่งควรวางแผนไว้ตั้งแต่ตอนเย็นหรือกลางคืน เมื่อตื่นขึ้นมาจะได้ลงมือทำทันที
 - 3) การวิเคราะห์การใช้เวลาของตนเอง เป็นการตรวจสอบและทบทวนดูว่าเราใช้เวลาในแต่ละวันทำกิจกรรมอะไรบ้างทั้งที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ ควรลดเวลาสำหรับกิจกรรมอะไร และเพิ่มเวลาสำหรับเรื่องใด
 - 4) การจัดลำดับของงาน เป็นการวิเคราะห์ว่างานใดควรทำก่อนหลังอย่างไร ซึ่งโดยทั่วไป การจัดลำดับความสำคัญของงานนั้น จะแบ่งงานออกเป็นกลุ่ม คือ (1) งานสำคัญเร่งด่วน (2) งานสำคัญไม่เร่งด่วน (3) งานไม่สำคัญเร่งด่วน (4) งานไม่สำคัญไม่เร่งด่วน
 - 5) การฝึกนิสัยตนเองในการทำงานให้สำเร็จ คือเมื่อลงมือทำงานหรือกิจกรรมใด ๆ แล้ว ก็จะต้องทำจนสำเร็จ ไม่ยกเลิกกลางคันหรือค้างคาเอาไว้
 - 6) การหลีกเลี่ยงนิสัยผัดวันประกันพรุ่ง เพราะจะทำให้ภาระงานที่รับผิดชอบเกิดความ ล้มเหลว
- นอกจากนี้ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543 : 105-110) ได้เสนอแนวคิดของวิธีการบริหารเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- 1) เรียนรู้ธรรมชาติในการทำงานของตนเอง
- 2) คิดหาวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดก่อนลงมือทำ
- 3) ทำหลายอย่างพร้อมกันถ้าเป็นไปได้ โดยเราควรนำกิจกรรมที่เราต้องทำทั้งหมดมาดูว่า กิจกรรมใดสามารถทำพร้อมกับกิจกรรมใดได้บ้าง เพื่อช่วยลดเวลาในการทำกิจกรรมบางอย่าง
- 4) ใช้เวลาสั้น ๆ ให้เป็นประโยชน์ เช่น ระหว่างที่รอคนที่นัดหรือรอรถมารับเราก็สามารถ ทำสิ่งอื่นที่เป็นประโยชน์ได้ เช่นอ่านหนังสือ ทำรายการสิ่งของที่ต้องซื้อ ตรวจแฟ้มงาน
- 5) ทำงานที่มีลักษณะเหมือนกันในช่วงเวลาเดียวกัน
- 6) ป้องกันตนเองจากการถูกรบกวนหรือการถูกขัดจังหวะ เพราะการถูกขัดจังหวะเป็น อุปสรรคประการหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาอย่างมากในการบริหารเวลา

- 7) รู้จักปฏิเสธสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์และทำให้เสียเวลาโดยไม่จำเป็น
- 8) ใช้คู่มือและทำรายการสิ่งที่ต้องทำหรือจัดเตรียม เพื่อกันลืมและเวลากลับมาทำใหม่จะได้สะดวกรวดเร็ว
- 9) บันทึกไว้ดีกว่าใช้ความจำ เพราะเราอาจมีภารกิจมากมายที่ต้องทำในแต่ละวัน เราจึงไม่สามารถจดจำได้หมดทุกสิ่งโดยเฉพาะรายละเอียด
- 10) กระจายงานหรือมอบหมายความรับผิดชอบให้เพื่อนร่วมงาน การกระจายงานให้ผู้อื่น เป็นวิธีที่ช่วยทำให้เราทำงานได้มากขึ้น

จะเห็นว่ากิจกรรมสำคัญของการบริหารเวลามีหลายรูปแบบวิธี ซึ่งผู้ที่บริหารเวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น จะต้องใช้หลายวิธีประกอบกันแต่สำหรับการวิจัยครั้งนี้ที่มีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยจะใช้กิจกรรมการบริหารเวลาในเรื่อง การวางแผนทำกิจกรรมประจำวัน เพราะเด็กวัยนี้ ภาระหน้าที่หลักคือกิจกรรมที่โรงเรียนและที่บ้าน ซึ่งถ้านักเรียนมีความสามารถในการวางแผนการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวัน และลงมือปฏิบัติตามแผนนั้น นักเรียนก็จะประสบความสำเร็จในการเรียน การทำภารกิจในครอบครัว การเข้าสังคม และการพักผ่อน ซึ่งตรงกับความเห็นของคูเปอร์ (Cooper. 1952 : 45) ที่กล่าวว่าวิธีที่ดีที่สุดของการบริหารเวลาก็คือการกำหนดแผนการทำงานขึ้นมาแล้วดำเนินการตามแผนนั้น ซึ่งสอดคล้องกับความคิดของสมิทและสมิท (Smith & Smith. 1990 :22) ที่กล่าวถึงการบริหารเวลาของนักเรียนว่า เป็นเรื่องของการวางแผนและกำหนดเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนเพื่อช่วยลดความเครียดจากการศึกษาเล่าเรียน

3. การจัดการอารมณ์ตนเอง

การจัดการอารมณ์ตนเองเป็นองค์ประกอบหนึ่งของความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งโกลแมน (Goldmann. 1998 : 26 – 27) ได้จำแนกความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 5 ด้าน คือ (1) การตระหนักรู้ในตนเอง (2) การจัดการกับอารมณ์ตนเอง (3) การจูงใจตนเอง (4) การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และ (5) การมีทักษะทางสังคม ส่วนคมเพชร จัตรสุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2544 : 4) ได้จัดความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ตนเองเป็นองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ในด้านองค์ประกอบส่วนบุคคล

1. ความหมาย

อุไร จักร์ตรึงมล (2544 : 5) สำราญ กำจัดภัย และผจงจิต อินทสุวรรณ (2546 : 63) และสัณห์ ศัลยศิริ (2548 : 24) ได้ให้คำนิยามของ การจัดการกับอารมณ์ตนเองไว้สอดคล้องกันว่าหมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ สามารถอด

กลิ่นอารมณ์ ยอมรับต่อความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น แสดงออกได้เหมาะสมกับสถานการณ์ มีจิตใจหนักแน่นมั่นคง และมีวิธีการในการคลายเครียดที่เหมาะสม

2. วิธีการจัดการอารมณ์ตนเอง

ณรงค์วิทย์ แสนทอง (2548 : 23 – 98) ได้เสนอแนะเทคนิควิธีการจัดการอารมณ์ตนเองว่าควรปฏิบัติดังนี้

1. การทำความเข้าใจกับธรรมชาติของอารมณ์
2. อย่าจินตนาการเอาเอง ต่อสถานการณ์ปัญหาทางอารมณ์ต่างๆ
3. อย่าเป็นคนเก็บกดทางอารมณ์
4. อย่าเป็นคนหุนเหิน
5. ควรมีความมั่นคงทางอารมณ์กับทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน
6. อย่าให้ความขัดแย้งของบุคคลอื่นมากระทบกับอารมณ์ของตน
7. เลือคบเพื่อนไว้คอยแนะนำตักเตือน
8. หลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์กับบุคคลอื่น
9. การทำใจตนเองให้เป็นกลางต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่อาจทำให้เกิดความขัดแย้งทางอารมณ์

จากที่กล่าวมาจะเห็นว่าการจัดการอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสมนั้น จะทำให้เราสามารถกำกับ ควบคุมอารมณ์ให้แสดงออกมาได้อย่างเหมาะสมกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆ โดยเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มเป้าหมายของการวิจัยในครั้งนี้ กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น อันเป็นวัยที่ได้ชื่อว่าสับสนวุ่นวาย และมีปัญหาในแทบทุกด้าน ทั้งทางอารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรม ดังนั้น การจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนสามารถจัดการอารมณ์ตนเองได้จึงมีความจำเป็น เพราะจะทำให้ให้นักเรียนสามารถแสดงอารมณ์ความรู้สึกได้อย่างเหมาะสมอันจะส่งผลดีต่อการเรียนและการทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่น

4. การมีวินัยในตนเอง

1. ความหมาย

จากการศึกษาความคิดเห็นของนักวิชาการทั้งชาวไทยและต่างประเทศที่ได้กล่าวถึงความหมายของ วินัยในตนเอง (Self – Discipline) พบว่าได้มีการให้ความหมายไว้สอดคล้องกัน ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า วินัยในตนเอง หมายถึง คุณลักษณะของบุคคลที่แสดงออกถึงความสามารถในการกำกับ ควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม หรือตามเป้าหมายที่

ต้องการ (Megginson. 1972 : 632, Rowntree. 1981 : 276, Gordon. 1689 : 7, Brisbane. 1994 : 67, แรมสมร อยู่สถาพร. 2535 : 47 และกระทรวงศึกษาธิการ. 2542 : 26)

2. ความสำคัญของวินัยในตนเอง

การมีวินัยในตนเองเป็นคุณลักษณะที่สำคัญยิ่งประการหนึ่งของความสามารถในการจัดการตนเอง เพราะจะทำให้บุคคลสามารถควบคุมกำกับพฤติกรรมของตนเองให้ประสบความสำเร็จในการประกอบกิจกรรมการงานอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ไม่ก่อความเดือดร้อนวุ่นวายให้ตนเอง บุคคลอื่น หรือสังคม อันจะส่งผลให้บุคคลดังกล่าวเป็นบุคคลที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งนักวิชาการอย่าง บัญชฌม ศรีสะอาด และคนอื่นๆ (2528 : 111) สุชาและสุรางค์ จันทร์เอม (2521 : 97) วิวัฒน์ อัสวานิชย์ (2523 : 20 – 21) ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2527 : 3) กรมวิชาการ (2537 : 10) และ ออซูเบล (Ausubel. 1965 อ้างถึงในพรพนทิพย์ พันทอง. 2534 : 28 – 29) ได้กล่าวถึงความสำคัญของวินัยในตนเองไว้ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- 1) วินัยในตนเองเป็นเครื่องมือเตรียมตัวเด็กสำหรับการดำเนินชีวิตในอนาคต
- 2) วินัยในตนเองเป็นเครื่องมือกำกับควบคุมตนเองเพื่อป้องกันความเสื่อมเสีย
- 3) วินัยในตนเองเป็นตัวชี้วัดความดีของคน คือผู้ใดมีวินัยในตนเองสูงบุคคลนั้นย่อมเป็นคนดี
- 4) วินัยในตนเองช่วยให้เด็กมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย รู้จักรับผิดชอบหน้าที่ของตน และมีความสามัคคี
- 5) วินัยในตนเองของบุคคลจะเป็นตัวส่งเสริมความเจริญก้าวหน้าของสังคมและประเทศชาติ

3. คุณลักษณะของผู้มีวินัยในตนเอง

ในการนำคุณลักษณะของผู้มีวินัยในตนเองซึ่งเป็นองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเอง มาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเอาคุณลักษณะที่ได้จากการวิจัยที่มีการสังเคราะห์เอกสารงานวิจัยต่างๆ รวมถึงได้รับการยืนยันในเรื่องความเที่ยงตรง โดยการทำการวิเคราะห์องค์ประกอบซึ่งสอดคล้องกัน และเป็นคุณลักษณะของผู้มีวินัยในตนเองของเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษา ซึ่งได้จากงานวิจัยของกัลยา สุวรรณรอด (2537 : 9 – 10) ชิดกมล สังข์ทอง (2535 : 15) ดวงใจ เนตรโรจน์ (2527 : 56) สุรพงษ์ ชูเดช (2542 : 13) และสถิตาพร คำสด (2546 : 18) ซึ่งประกอบด้วยคุณลักษณะต่อไปนี้

1. ความรับผิดชอบ
2. ความเชื่อมั่นในตนเอง
3. ความซื่อสัตย์

4. ความอดทน

5. ความเป็นผู้นำ

จากแนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ที่จะนำมาใช้เป็นแนวทางในการกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร สามารถสรุปได้เป็นดังภาพประกอบ 1



แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง

1. ความหมายของการจัดการตนเอง

กระบวนการที่นักเรียนสามารถควบคุม กำกับ ความรู้สึก การกระทำ และความคิดของตนเองให้ถูกต้องเหมาะสมในการเรียน การทำกิจกรรม ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยตัวของตัวเอง

2. ความสำคัญของการจัดการตนเอง

การจัดการตนเองเป็นเครื่องมือในการประสบความสำเร็จในชีวิต และทำให้มีความสุขในการใช้ชีวิต รวมถึงมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

3. องค์ประกอบของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง

1. การรู้จักตนเอง

- การรับรู้ถึงความเป็นจริงของตนเอง เกี่ยวกับจุดเด่น จุดด้อย สติปัญญา ความถนัด ความสนใจ บุคลิกภาพของตนเอง

- วิธีการรู้จักตนเองจากมุมมองของตนเอง และจากมุมมองของผู้อื่น

2. การบริหารเวลา

- การใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การเรียน การพักผ่อน การช่วยเหลือครอบครัว ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

- วิธีการบริหารเวลา ประกอบด้วย การวิเคราะห์การใช้เวลาของตนเอง การกำหนดเป้าหมายในการทำกิจกรรมหรืองานแต่ละอย่าง การลำดับความสำคัญของงานที่จะต้องทำ การวางแผนการทำกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวัน

3. การจัดการอารมณ์ตนเอง

- เป็นความสามารถในการควบคุม กำกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองให้อยู่ในสภาพปกติ มีความอดทนอดกลั้น มีจิตใจมั่นคงหนักแน่น และรู้จักผ่อนคลายความเครียดอย่างเหมาะสม

- วิธีการจัดการอารมณ์ของตนเอง ประกอบด้วย การทำความเข้าใจอารมณ์ตนเอง การปรึกษาหารือกับคนอื่น การให้คนอื่นดักเตือน การหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์ การฝึกทำอารมณ์ให้มั่นคง การไม่เป็นคนหุนเหว การหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความขัดแย้งทางอารมณ์

4. การมีวินัยในตนเอง

- เป็นคุณลักษณะที่แสดงออกถึงความสามารถในการกำกับควบคุม พฤติกรรมของตนเองให้เป็นไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมหรือตามเป้าหมายที่ต้องการ

- การสร้างวินัยในตนเอง ประกอบด้วย การฝึกให้มีความรับผิดชอบ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความซื่อสัตย์ ความอดทน ความเป็นผู้นำ

องค์ประกอบของหลักสูตรเพื่อ
เสริมสร้างความสามารถในการ
จัดการตนเอง

จุดหมาย

สาระกิจกรรม

กิจกรรม

การวัดผลประเมินผล

ภาพประกอบ 1 แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองที่ใช้เป็นแนวทางในการกำหนด
องค์ประกอบของหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

ตอนที่ 2 แนวคิดเกี่ยวกับกิจกรรมแนะแนว

1. ความหมายของการแนะแนว

คำว่า “การแนะแนว” ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า “Guidance” โดย แฟรงค์ พาร์สัน (Frank Parsons) ผู้ที่ได้รับการยกย่องให้เป็นบิดาแห่งวงการแนะแนวเป็นผู้ใช้คำนี้เป็นคนแรกเมื่อปี 1908 (นิรันดร์ จุลทรัพย์, 2545 : 2) ซึ่งมีผู้ให้ความหมายหรือคำจำกัดความของการแนะแนวไว้คล้ายคลึงกัน ดังนี้

ดาวนิง (Downing, Lester N., 1968 : 7) กล่าวว่า การแนะแนวเป็นกระบวนการที่จัดโดยกลุ่มบุคคล ซึ่งได้รับการฝึกอบรมเป็นพิเศษ เพื่อช่วยเหลือบุคคลอื่นในการปรับตัวและส่งเสริมให้มีการพัฒนาตนเองถึงขีดสุดในทุก ๆ ด้าน

อิงลิช และอิงลิช (English, Horace B. ; & English, Ava Champney, 1970 : 234) ให้ความหมายว่า การแนะแนว เป็นกระบวนการการช่วยเหลือบุคคล ให้สามารถเลือกตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมเพื่อความสำเร็จในชีวิต

มิลเลอร์ (Miller, Carroll H., 1971 : 13) ให้ความหมายว่า การแนะแนวเป็นกระบวนการช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้บุคคลสามารถตัดสินใจและวางแผนการอนาคตของตนได้อย่างเหมาะสม

เชอร์ทเซอร์ และลินดอน (Shertzer & Lindon, 1979 : 31) ได้ให้ความหมายของการแนะแนวว่า เป็นวิธีการที่บุคคลหนึ่ง พยายามช่วยเหลืออีกบุคคลหนึ่งให้สามารถตัดสินใจเลือกสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม แก้ไขปัญหาของตนเองและปรับตัวได้

วัชร ทรัพย์มี (2531 : 3) ให้คำจำกัดความของการแนะแนวว่า เป็นกระบวนการช่วยเหลือบุคคลให้เข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เขาสามารถนำตนเองได้ เป็นต้นว่าตัดสินใจได้ว่า จะศึกษาด้านใด ประกอบอาชีพใด หรือแก้ปัญหาอย่างไร และสามารถปรับตัวได้อย่างมีความสุข มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิตได้ พัฒนาตนเองให้ถึงขีดสุดในทุกด้าน

สถิต วงศ์สุวรรณ (2525 : 1) กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง กระบวนการที่ผู้มีความรู้ทางด้านการแนะแนวให้บริการช่วยเหลือแก่บุคคล โดยไม่จำกัดเพศ วัย ชั้น วรรณะ อาจจะเป็นรายบุคคลหรือเป็นรายกลุ่มแล้วแต่กรณี ให้เขาเข้าใจสภาพที่แท้จริงของตนเองว่ามีความสามารถ ความถนัดตามธรรมชาติ สถิติปัญญา เจตคติ ศักยภาพอย่างไร เพื่อนำตนหรือช่วยตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ กล่าวคือสามารถป้องกันแก้ไขปัญหและพัฒนาตนเองไม่ว่าจะเป็นทางกาย อารมณ์หรือสังคมได้อย่างถูกต้อง

ราตรี พัฒนรังสรรค์ (2527 : 4) และ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2529 : 5) ได้กล่าวสรุปความหมายของการแนะแนวไว้สั้น ๆ เหมือนกันดังนี้ การแนะแนว คือ การช่วยเหลือบุคคลให้สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ (help him to help himself)

พงษ์พันธุ์ พงษ์โสภา (ม.ป.ป. : 2) กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง กระบวนการในการให้ความช่วยเหลือของบุคคลหนึ่งที่มีต่ออีกบุคคลหนึ่งเพื่อช่วยให้บุคคลสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ และสามารถพัฒนาตนเองไปถึงขีดสูงสุดของความสามารถที่บุคคลนั้นมีอยู่ อันจะเป็นประโยชน์สำหรับการดำเนินชีวิตต่อไปในภายหน้า

อุษณีย์ เย็นสบาย (2533 : 4) กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง การชี้ช่องทาง หรือแนะแนวทางเพื่อให้ผู้ที่ได้รับการชี้ช่องทางและแนะแนวได้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นของตนเองได้อย่างเหมาะสม

โฟรชลิค (Frochlich, Clifford D., 1958 : 2) กล่าวว่า การแนะแนวเป็นบริการที่จัดขึ้นเพื่อช่วยเหลือบุคคลให้สามารถเลือกและตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยทุกคนมีสิทธิที่จะเลือกทางชีวิตของตนเองบนพื้นฐานแห่งวิถีประชาธิปไตย

โจนส์ (Jones, Arthur J., 1970 : 7) กล่าวว่า การแนะแนว หมายถึง การที่บุคคลคนหนึ่งพยายามจะให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลหนึ่งเพื่อ让他สามารถตัดสินใจเลือกสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ให้สามารถปรับตัวเองให้ดียิ่งขึ้นรวมทั้งสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะให้บุคคลได้พัฒนาตนเองในด้านของความสามารถและมีความสามารถรับผิดชอบตนเองได้อย่างสมบูรณ์

ส่วน พนม ลิ้มอารีย์ (2548 : 3-5) ได้แจกแจงให้เห็นว่า การแนะแนวนั้นสามารถให้ความหมายได้ 3 นัยด้วยกันคือ

1. ความหมายตามรูปศัพท์ การแนะแนวหมายถึง การชี้แนะ การชี้ช่องทางในการบอกแนวทางให้ เพื่อช่วยให้ผู้มีปัญหาสามารถตัดสินใจได้
2. ความหมายในแง่กระบวนการ การแนะแนวหมายถึง กระบวนการช่วยเหลือบุคคลให้เข้าใจตนเองและโลกของตน ซึ่งก็คือรู้ว่าตนเป็นใคร เอกลักษณะของตนคืออะไร ธรรมชาติของตนเป็นคนอย่างไร และสิ่งแวดล้อม สังคม บุคคลที่ตนเกี่ยวข้องนั้นมีลักษณะอย่างไร
3. ความหมายในแง่บริการ การแนะแนวเป็นการบริการอย่างหนึ่งที่โรงเรียนจัดขึ้นมาเพื่อให้ความช่วยเหลือนักเรียนทั้งเป็นรายบุคคลและรายกลุ่มทั้งในและนอกโรงเรียน เพื่อช่วยให้นักเรียนได้พัฒนาความรู้ความสามารถของตนได้อย่างเต็มที่ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดีและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

จากความหมายของการแนะแนวตามที่นักการศึกษาได้กล่าวไว้ สามารถสรุปได้ว่าการแนะแนวหมายถึงกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง และหลากหลายเพื่อให้ความช่วยเหลือหรือส่งเสริมผู้เรียนให้มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม มีความรู้ความเข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถพัฒนาตนเองอย่างเต็มตามศักยภาพ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

2. จุดมุ่งหมายของการแนะแนว

พจนม ลิ้มอารีย์ (2548 : 6-7) ได้แบ่งความมุ่งหมายของการแนะแนวออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. จุดมุ่งหมายทั่วไป หมายถึง ความมุ่งหมายของการแนะแนวโดยส่วนรวมนั้น คือ การแนะแนวไม่ว่าจะจัด ณ สถานที่ใดก็ตามย่อมจะมีความมุ่งหมายทั่วไปเหมือนกัน หรืออาจจะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า หน้าที่ของการแนะแนวก็ได้ ซึ่งมีอยู่ 3 ประการด้วยกัน

1.1 เพื่อป้องกันปัญหา (Prevention) นั่นคือ การแนะแนวมุ่งจะป้องกันไม่ให้นักเรียนเกิดปัญหาหรือความยุ่งยากในการดำเนินชีวิตของตนเพราะปัญหาและความยุ่งยากต่าง ๆ นั้น สามารถป้องกันได้และการปล่อยให้เด็กเกิดปัญหาขึ้นมาแล้วค่อยตามแก้ไขช่วยเหลือในภายหลังนั้นทำได้ยากและต้องใช้เวลา นาน ในบางกรณีอาจจะแก้ไขไม่ได้อีกด้วย

1.2 เพื่อแก้ไขปัญหา (Curation) นั่นคือ การแนะแนวมุ่งจะให้ความช่วยเหลือนักเรียนในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตน เพราะถ้าปล่อยให้เด็กประสบกับปัญหาโดยไม่ให้ความช่วยเหลือแล้ว นักเรียนย่อมจะไม่สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมอย่างปกติสุขได้ และในบางครั้งอาจจะมี การปรับตัวที่ผิด ๆ ทำให้เกิดปัญหาเพิ่มมากยิ่งขึ้น

1.3 เพื่อส่งเสริมพัฒนา (Development) นั่นคือ การแนะแนวมุ่งจะให้การส่งเสริม นักเรียนทุกคนให้เกิดความเจริญงอกงามมีพัฒนาการในด้านต่าง ๆ อย่างสมบูรณ์ เพื่อให้ นักเรียนแต่ละคนจะได้รับการส่งเสริมและแสดงความสามารถในด้านต่าง ๆ ของตนออกมาอย่างเต็มที่ โดยไม่ ปล่อยให้มาเป็นอุปสรรคขัดขวางความเจริญก้าวหน้าและพัฒนาการของนักเรียน

2. จุดมุ่งหมายเฉพาะ หมายถึงความมุ่งหมายของการแนะแนวที่สถานศึกษาซึ่งจัดให้มีการบริการแนะแนวเป็นผู้กำหนดขึ้นมาเพื่อให้สอดคล้องกับปรัชญา เป้าหมายหลักสูตร และสภาพสังคมของสถานศึกษานั้น ๆ แต่อย่างไรก็ตามความมุ่งหมายเฉพาะของการแนะแนวสำหรับสถานศึกษาแต่ละแห่งก็ย่อมจะคล้ายคลึงกันไม่แตกต่างกันมากนัก เช่น

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

2.2 เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักปรับตัว (Self-Adjustment) ให้เหมาะสมกับตนเองและสภาพแวดล้อม คือการช่วยให้นักเรียนรู้จักวิธีปฏิบัติตนเพื่อที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสมและเป็นสุข

2.3 เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักนำตนเอง (Self-Direction) คือ การช่วยให้นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้จักใช้สติปัญญาความสามารถของตนแก้ไขปัญหาลักษณะต่าง ๆ ได้อย่างฉลาดและเหมาะสม สามารถวางแผนการชีวิตในอนาคต และสามารถนำตนเองไปสู่เป้าหมายที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.4 เพื่อช่วยให้นักเรียนรู้จักใช้วิจารณญาณคาดการณ์ล่วงหน้า สิ่งที่จะเกิดขึ้นและรู้จักหลีกเลี่ยงและป้องกันสิ่งที่จะเกิดขึ้นโดยกะทันหัน

2.5 เพื่อส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน เพราะการมีสัมพันธภาพที่ดีจะช่วยให้การบริหารงานของโรงเรียนดำเนินไปอย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ

2.6 เพื่อช่วยฝึกในเรื่องประชาธิปไตยให้แก่เยาวชนของชาติ เพราะการฝึกให้นักเรียนได้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิและหน้าที่ของตน และมีการปฏิบัติจริงจะช่วยให้เด็กเจริญเติบโตเป็นผู้ที่มีคุณภาพ

2.7 เพื่อช่วยให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน ระหว่างโรงเรียน บ้านและชุมชน อันจะเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมพัฒนานักเรียนในที่สุด

ส่วน ศุภวดี บุญวงศ์ (2529 : 5) ได้กล่าวเพิ่มเติมถึงจุดมุ่งของการแนะแนวว่า จะต้องมีการพิจารณาจัดตั้งจุดมุ่งหมายอย่างชัดเจน เพื่อช่วยให้การดำเนินงานมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จโดยมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญดังต่อไปนี้

1. จัดขึ้นเพื่อสนองความต้องการและความสนใจของเด็กภายในโรงเรียนโดยคำนึงถึงพัฒนาการทุกด้านของเด็กแต่ละวัยประกอบด้วย

2. ส่งเสริมให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูกับเด็ก ซึ่งส่งผลไปสู่ประสิทธิภาพของการเรียนรู้และปรับตัวของเด็ก

3. เพื่อปรับปรุงการสอนของครู การจัดวิชาเรียนและแผนการเรียนของทางโรงเรียนให้เป็นประโยชน์ต่อเด็กมากที่สุด

4. ช่วยเหลือเด็กเกี่ยวกับการวางแผนชีวิตทั้งในปัจจุบันและอนาคตทั้งนี้เพื่อให้สอดคล้องกับความสามารถและสมรรถวิสัย(Capacity) อันจะส่งเสริมเด็กให้มีประสิทธิภาพในการเรียนและการทำงานสูง

5. มุ่งพัฒนาเด็กในด้านความเข้าใจตนเองอย่างถูกต้อง เพื่อช่วยให้แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมมีความสามารถที่จะตัดสินใจด้วยตนเองอันเป็นคุณลักษณะที่จะนำเด็กไปสู่ความ

เป็นอิสระและพึ่งตนเองได้ และด้านความสามารถในการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างมีความสุข

ส่วน นรินทร์ จุลทรัพย์ (2545 : 10) ได้กล่าวว่าโดยสรุปแล้ว การแนะแนวมีจุดมุ่งหมายในการให้ความช่วยเหลือ พัฒนานักเรียน 3 ด้าน คือ ด้านความเข้าใจตนเอง (Self-Understanding) ด้านการปรับตัวด้วยตนเอง (Self-Adjustment) และด้านการตัดสินใจได้ด้วยตนเอง (Self-Determination)

3. หลักการแนะแนว

อัมพวัน อัมพรสินธุ์ (2542 : 189-190) และพนม ลิมอารีย์ (2548 : 11-12) ได้กล่าวไว้สอดคล้องกันว่า การจัดการแนะแนวให้ได้ผลดีต้องยึดหลัก ดังต่อไปนี้

1. การจัดบริการแนะแนวในโรงเรียนจะต้องมุ่งให้ความช่วยเหลือนักเรียนทุกคน เนื่องจากนักเรียนทุกคนย่อมต้องการความช่วยเหลือจากโรงเรียนของตน และเป็นการให้บริการด้วยความเสมอภาค เป็นธรรม และเท่าเทียมกัน

2. การจัดบริการแนะแนวจะต้องกระทำอย่างเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง คือ จัดอย่างเป็นระบบ มีระเบียบแบบแผน มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกันไปเป็นลูกโซ่ทุกขั้นตอน จนกระทั่งบุคคลที่ได้รับการช่วยเหลือสามารถนำตนเองได้ ช่วยตนเองได้

3. ผู้ทำงานแนะแนวจะต้องยอมรับในความเป็นเอกัตบุคคล(Individual) ของนักเรียน นั่นคือ จะต้องมีความเข้าใจและยอมรับในเรื่องความแตกต่างระหว่างบุคคล(Individual Differences) ซึ่งมีประเด็นสำคัญ ดังนี้

3.1 บุคคลแต่ละคนย่อมมีลักษณะเฉพาะของตนเอง จะไม่เหมือนคนอื่น ไม่ว่าจะเป็นรูปร่าง สติปัญญา ความสามารถ อุปนิสัย ค่านิยม ความสนใจ ฯลฯ

3.2 บุคคลแต่ละคนย่อมมีพัฒนาการไปตามลักษณะเฉพาะของตนอย่างมีลำดับขั้นและต่อเนื่อง

3.3 บุคคลแต่ละคนย่อมมีกระบวนการแห่งการเปลี่ยนแปลงของตนตามประสบการณ์ที่ตนเองประสบมาและตามแนวทางหรือแผนการของตนที่วางไว้สำหรับอนาคต

4. การแนะแนวเป็นงานที่วางอยู่บนพื้นฐานกระบวนการพฤติกรรมของบุคคลและเกี่ยวข้องกับพัฒนาการของมนุษย์ ดังนั้นการแนะแนวจึงจำเป็นต้องใช้เครื่องมือและกลวิธีต่าง ๆ ทั้งที่เป็นแบบทดสอบและไม่ใช้แบบทดสอบ เพื่อจะได้เข้าใจบุคคลแต่ละคนและเพื่อช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้เข้าใจตนเอง เพื่อจะได้สามารถควบคุมพัฒนาการส่วนตัวของนักเรียนได้

5. ผู้ทำงานด้านการแนะแนวจะต้องเคารพในสิทธิและเสรีภาพของบุคคลแต่ละคน นั่นคือจะต้องยอมรับว่านักเรียนแต่ละคนมีอิสรภาพที่จะเลือกแนวทางชีวิตของตนเอง การเลือกและการตัดสินใจของนักเรียนควรเกิดจากการใช้วิจารณญาณของนักเรียนเอง ไม่ใช่เกิดจากการบังคับ

6. การแนะแนวถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการของการศึกษา ดังนั้นการแนะแนวควรจะสอดแทรกอยู่ในกระบวนการเรียนการสอนของโรงเรียน เพื่อช่วยให้นักเรียนแต่ละคนได้มีการพัฒนาตนเองทุกด้านอย่างมีบูรณาการ(Integration)

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

8. ผู้ทำงานด้านการแนะแนวจะต้องเป็นผู้ที่มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีความเป็นประชาธิปไตย เป็นผู้ที่ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และจะต้องเป็นผู้ที่สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

9. การจัดบริการแนะแนวจะได้ผลดีมีประสิทธิภาพ จะต้องเกิดจากความร่วมมือและความสมัครใจจากบุคลากรทุกฝ่ายในโรงเรียน และนักเรียนผู้มารับบริการจะต้องมาด้วยความเต็มใจให้ความร่วมมือด้วย

10. ผู้ทำงานด้านการแนะแนวจะต้องเป็นผู้ที่สามารถเก็บรักษาความลับได้ เพราะถ้าเป็นผู้ที่ไม่สามารถเก็บรักษาความลับ ก็จะทำให้ให้นักเรียนเกิดความรู้สึกไม่ปลอดภัย ทำให้ขาดความไว้วางใจและไม่ยินดีที่จะมารับความช่วยเหลือ

ส่วน เซิร์ตเซอร์และสโตน (Shertzer & Stone, 1966 : 42-44) ได้กล่าวถึงหลักการเบื้องต้นของการแนะแนวที่เป็นที่ยอมรับกันว่าโดยทั่วไปแล้วการแนะแนวมีหลักการสำคัญ 10 ประการ ดังนี้

หลักการข้อที่ 1 การแนะแนวเป็นการช่วยเหลือบุคคลโดยอาศัยระบบของการพัฒนาไม่ใช่เป็นการนำบุคคลเพื่อให้เกิดการพัฒนาในตัวของเขา การช่วยเหลือนั้นจะอาศัยวุฒิภาวะของแต่ละบุคคลเป็นหลักยึด ผู้ให้การแนะแนวต้องเคารพและยอมรับในความรับผิดชอบของบุคคลที่มาขอความช่วยเหลือ เป็นการช่วยเหลือให้บุคคลได้เพิ่มพูนประสบการณ์ เกิดเจตคติในการที่จะช่วยตนเอง

หลักการข้อที่ 2 หน้าที่ที่เหมาะสมของการแนะแนว คือการพยายามสร้างสัมพันธระหว่างวิชาการและสังคมภายนอก เพราะการแนะแนวเป็นเรื่องพิเศษของบุคคลต่าง ๆ เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์และสิ่งแวดล้อมภายนอก

หลักการข้อที่ 3 การแนะแนวตั้งอยู่บนรากฐานของความสำนึกที่ว่าคนทุกคนมีเกียรติ มีค่า และคำนึงถึงความถูกต้องของแต่ละบุคคล มีความนับถือต่อคนอื่นด้วยใจจริง การให้ความเคารพนับถือในตัวบุคคลนั้นก็เพราะทุกคนย่อมมีค่า มีสิทธิในการตัดสินใจทุกสิ่งทุกอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ดังนั้น ทุกคนจึงมีสิทธิที่จะเลือกแนวทางของตัวเองและคนเราสามารถก้าวไปสู่จุดมุ่งหมายที่เขา

อยากจะเป็นนั้นได้ แม้ว่าจะมีบางสิ่งบางอย่างเปลี่ยนแปลงไปจากความจริงที่เคยคาดคิดไว้ก็เป็นหน้าที่ของเขาที่จะต้องรับผิดชอบตัวเอง

หลักการข้อที่ 4 การแนะแนว คือการให้ความช่วยเหลือบุคคลในการเลือกการวางแผน การตัดสินใจต่าง ๆ และการตัดสินใจอย่างฉลาดพร้อมจะแก้ไขหรือต่อสู้กับอุปสรรค อันจะเกิดขึ้นในแผนต่าง ๆ ซึ่งอาจจะเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง การแนะแนวนี้นักเรียนสามารถวางแผนด้วยตัวเองได้อย่างถูกต้อง รู้จักตัวเอง รู้จักการวางโครงการที่จะเข้าเป็นสมาชิกต่าง ๆ โดยการตัดสินใจด้วยตนเองอย่างอิสระ รู้จักเลือกแนวทางชีวิตเพื่อปฏิบัติและรู้จักการรับผิดชอบต่อตัวเอง

หลักการข้อที่ 5 การแนะแนว คือจุดเริ่มต้นในการรู้จักทำงานร่วมกันโดยไม่บังคับ ไม่ควรบังคับให้นักเรียนปฏิบัติหรือยอมปฏิบัติตามคำของผู้แนะแนว เมื่อนักเรียนไม่เต็มใจที่จะปฏิบัติก็จะรู้สึกต่อต้าน ขัดแย้ง บางทีอาจจะรู้สึกโกรธไม่พอใจ การแนะแนวจะเกิดขึ้นจากแรงจูงใจภายในหรือด้วยความเต็มใจของบุคคลนั้น ๆ มากกว่าจะเกิดจากแรงจูงใจภายนอก นักเรียนทุกคนมีสิทธิที่จะขอความช่วยเหลือ

หลักการข้อที่ 6 การแนะแนว เป็นกระบวนการศึกษาที่จะต้องปฏิบัติการต่อเนื่องกันตลอดไป จะเริ่มตั้งแต่ในโรงเรียนประถมศึกษา มัธยมศึกษาจนถึงระดับวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มีคณะผู้ให้การแนะแนวทำงานร่วมกัน ติดต่อกัน มีข้อมูลต่าง ๆ รวบรวมไว้เป็นอันหนึ่งอันเดียว เพื่อช่วยให้โครงการแนะแนวของโรงเรียนมีประสิทธิภาพ

หลักการข้อที่ 7 การแนะแนวต้องอยู่บนรากฐานกว้างๆ ของบุคคลและสังคมของเขาเป็นรายบุคคล ก่อนจะให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลหนึ่งควรต้องรู้จักก่อน จุดเด่น และความสามารถพิเศษ การที่จะรู้จักสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จำเป็นต้องใช้เทคนิคและวิธีการต่าง ๆ เข้าช่วยเหลือให้รู้จักบุคคลให้มากที่สุด

หลักการข้อที่ 8 การแนะแนว เป็นหน้าที่ของบุคคลหลายคนช่วยกันทำงานอย่างเข้มแข็งได้แก่ผู้แนะแนว ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ นักจิตวิทยา ทั้งหมดนี้จะช่วยกันให้การแนะแนวแก่เด็กหนุ่มสาวตามขีดจำกัดของความสามารถและความรับผิดชอบของบุคคลเหล่านั้นเป็นรายบุคคล

หลักการข้อที่ 9 การแนะแนว คือ การช่วยให้นักเรียนได้ตระหนักในความจริงเกี่ยวกับตัวของเขาเองอย่างมากที่สุด เพื่อจะได้รู้จักปรับตัว ปรับความเข้าใจในตนเอง การยอมรับและเข้าใจจุดมุ่งหมายของตนเองเพื่อทราบว่าตนเองมีความสามารถและโอกาสต่าง ๆ มากหรือน้อยเพียงใด

หลักการข้อที่ 10 การแนะแนว คือการชี้ให้เห็นความแตกต่างของสภาพบุคคล ภาวะสังคมของนักเรียนแต่ละคน รวมทั้งการชี้ให้เห็นผลของการศึกษาของบุคคล ตลอดจนความพยายามของโรงเรียนที่จะช่วยให้นักเรียนได้เล่าเรียนจนบรรลุความสำเร็จตามความต้องการของแต่ละคนได้

4. ประโยชน์ของกิจกรรมแนะแนว

กิจกรรมแนะแนวในโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่ช่วยเติมเต็มความเป็นคนที่สมบูรณ์ให้แก่นักเรียน ตามจุดหมายของหลักสูตร ซึ่งนักวิชาการอย่างนิตยา เรืองแป้น (2542 : 86-89) นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2545 : 9) กล่าวว่า การแนะแนวมีประโยชน์ดังนี้

1. ประโยชน์ต่อนักเรียน การแนะแนวช่วยให้นักเรียนเกิดความเข้าใจตนเองอย่างถูกต้อง รู้ถึงข้อบกพร่องและความสามารถพิเศษของตน มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องราวต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนสามารถพิจารณาตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง สามารถที่จะปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข
2. ประโยชน์ต่อครู อาจารย์และโรงเรียน บริการต่าง ๆ ในงานแนะแนวจะช่วยให้ครู อาจารย์ เข้าใจนักเรียนได้ดีขึ้นทุกด้าน สามารถปรับปรุงการเรียนการสอนและการปกครองให้เหมาะสม สามารถจัดแบ่งนักเรียนออกตามความสามารถและจัดบทเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และจะช่วยให้โรงเรียนสามารถจัดกิจกรรมและบริการต่าง ๆ ได้เหมาะสมกับความต้องการของนักเรียน ซึ่งจะเป็นการช่วยลดปัญหาเรื่องความประพฤติของนักเรียน
3. ประโยชน์ต่อผู้ปกครอง การแนะแนวจะช่วยให้ผู้ปกครองมีความเข้าใจเด็กของตนเองดีขึ้น เข้าใจถึงแนวทางและโอกาสในการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ปกครองสามารถชี้แนะช่องทางแก่เด็กของตนได้ดีขึ้น นอกจากนี้การแนะแนวจะช่วยให้ผู้ปกครองยอมรับขีดจำกัดของความสามารถของเด็ก จะไม่เร่งรัดเด็กให้ทำงานเกินความสามารถอันจะเป็นผลเสียแก่เด็กได้

ส่วน วัฒนา พัทธานิช (2531 : 27) ได้สรุปประโยชน์ของการแนะแนวไว้ดังนี้

1. ช่วยให้นักเรียนสามารถศึกษาหาความรู้อย่างถูกวิธี ช่วยให้เกิดความเข้าใจบทเรียนได้ดียิ่งขึ้น ทำให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนการสอน
2. ช่วยให้นักเรียนสามารถเรียนไปตามความถนัดของตนเอง สามารถเลือกวิชาตามความรู้ความสามารถของตนเอง
3. ช่วยกระตุ้นให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการศึกษา ทำให้เกิดความสนใจในการเรียน พอใจที่จะศึกษาหาความรู้
4. ช่วยให้โรงเรียนสามารถจัดวิชาเรียนได้สนองความต้องการของนักเรียน รู้แนวทางว่าวิชาใดควรจัด และเหมาะสมกับผู้ใด
5. ช่วยป้องกันปัญหาต่างๆ โดยการวางแผนเอาไว้ล่วงหน้าเพื่อช่วยให้นักเรียนหลีกเลี่ยงปัญหา ไม่ต้องเผชิญกับปัญหา

6. ช่วยให้นักเรียนรู้จักคิด และร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ไปตามความพอใจและความสามารถของตนเอง
7. ช่วยให้นักเรียนสามารถเลือกอาชีพไปตามความถนัดของตนเอง อันจะเป็นแนวทางไปสู่ความสัมฤทธิ์ผลในวิชาที่ตนเองเลือกเรียน
8. ช่วยให้นักเรียนเกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ รู้จักคิดและปฏิบัติสิ่งใหม่ ๆ ได้ด้วยตนเอง สร้างความเชื่อมั่นให้กับตนเอง
9. ช่วยให้นักเรียนได้มีพัฒนาการไปอย่างถูกหลักวิธี โดยมีการพัฒนาการไปพร้อม ๆ กันทั้งทางด้านร่างกาย สมอง อารมณ์ และสังคม
10. ช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียน และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับตัว
11. ช่วยให้นักเรียนรู้จักรักษาระเบียบวินัย และขนบธรรมเนียมประเพณีอันดีงาม รู้จักหน้าที่ของตนเองในฐานะพลเมืองที่ดี ของประเทศชาติ และเป็นสมาชิกที่ดีของครอบครัว มีมานะ อดทน ขยันหมั่นเพียร เพื่อนำไปสู่ความสำเร็จ
12. ช่วยให้นักเรียนเข้าใจตนเอง รู้จักตัวของตัวเองอย่างแท้จริง รู้จักคิดและแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง รู้จักวางแผนของชีวิตในอนาคต และดำเนินชีวิตไปตามที่ตนเองต้องการ
13. ช่วยให้นักเรียนรู้จักและเข้าใจสภาพแวดล้อมรอบ ๆ ตัว รู้จักและเข้าใจบุคคลอื่น มีความเห็นอกเห็นใจและสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี เป็นที่ยอมรับของสังคม ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นในการอยู่ร่วมกับบุคคลอื่น สามารถทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมได้
14. ช่วยให้นักเรียนเป็นคนที่มีเหตุผล ไม่ใช้อารมณ์เป็นเครื่องตัดสินปัญหา รู้จักคุณค่าตนเอง และนำคุณค่าของตนเองไปใช้ให้เป็นประโยชน์
15. ช่วยให้ผู้รู้และผู้บริหารรู้เหตุแห่งพฤติกรรมเพื่อหาทางช่วยจัดปัญหาได้ง่ายขึ้น

5. ขอบข่ายของการจัดกิจกรรมแนะแนว

นักแนะแนวและนักการศึกษา เช่น เซอร์ทเซอร์ และสโตน (Bruce Shertzer & Shelley C. Stone. 1971 :) คมเพชร จิตร์ศุภกุล (2529 : 10 -11) วัฒนา พัทธราวิช (2531 : 121 -124) นงลักษณ์ ประเสริฐ และจรินทร์ วินทะไชย์ (2548 : 22 -40) และหน่วยงานอย่างกรมวิชาการ (2546 : 25) ได้กล่าวถึงขอบข่ายของกิจกรรมแนะแนวไว้สอดคล้องกันว่าสามารถแบ่งได้เป็น 3 ด้านคือ

1. การแนะแนวด้านการศึกษา (Educational Guidance) เป็นกระบวนการช่วยเหลือให้นักเรียนให้รู้และเข้าใจความต้องการ ความสนใจ ความสามารถ และความถนัดของตนเอง รู้โอกาสทางการศึกษาในปัจจุบันและอนาคต การตัดสินใจเลือกวิชาเรียน สถานที่เรียน วิธีเรียน และการแบ่ง

เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ การศึกษาข้อมูลวางแผนการศึกษาต่อ การปรับตัวให้เข้ากับการเรียนการสอน และชีวิตในโรงเรียน

2. การแนะแนวด้านการงานและอาชีพ (Vocational Guidance) เป็นกระบวนการช่วยเหลือนักเรียนอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่การให้รู้จักโลกของอาชีพ การเลือกอาชีพให้เหมาะสมกับความสนใจ ความต้องการและความสามารถ และความถนัดของตนเอง มีเจตคติที่ดีต่ออาชีพ มีการเตรียมตัวพร้อมที่จะประกอบอาชีพ และพัฒนาอาชีพของตนให้เจริญก้าวหน้า

3. การแนะแนวด้านชีวิตและสังคม (Social & Personal Guidance) หรืออาจเรียกว่าการแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพเป็นกระบวนการช่วยเหลือนักเรียนให้เข้าใจตนเอง เข้าใจสิ่งแวดล้อม รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น พัฒนาตนให้มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ รู้จักสิทธิหน้าที่ของตน มีทักษะในการดำเนินชีวิต สามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นละสังคมอย่างมีความสุข

สำหรับการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองครั้งนี้ ผู้วิจัยจะจัดกิจกรรมแนะแนวด้านชีวิตและสังคมหรือการแนะแนวเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ เนื่องจากความสามารถในการจัดการตนเองเป็นเรื่องของการพัฒนาบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ของนักเรียน ซึ่งความสามารถในการจัดการตนเองนี้จะเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะพัฒนานักเรียนในเรื่องอื่นๆ ต่อไป

6. แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

สมร ทองดี (2545 : 36-37) ได้เสนอแนะแนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวสำหรับเด็กวัยรุ่นว่า ควรมีลักษณะดังนี้

1. จัดกิจกรรมแนะแนวแบบกลุ่มมากเป็นพิเศษเพื่อส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ต่อกันทั้งกิจกรรมระหว่างเพศเดียวกันและต่างเพศ
2. ฝึกทักษะสังคมด้านการยอมรับกันและกันและผู้แนะแนวหรือผู้ควบคุมกิจกรรมก็มุ่งเน้นให้การยอมรับผู้รับบริการด้วย
3. ส่งเสริมกิจกรรมประเภทที่ช่วยให้ผู้รับบริการได้แสดงออกให้มากที่สุดทั้งด้านการเป็นผู้นำผู้ตามและบทบาทในสังคม เพื่อให้ผู้รับบริการได้เรียนรู้เรื่องเอกลักษณ์ส่วนตัวและบทบาทนั้น ๆ
4. เน้นส่งเสริมให้เรียนรู้ช่องทางทางการศึกษาและอาชีพของสังคมยุคใหม่ให้มากเพื่อเป็นแนวทางตัดสินใจเลือกวิถีชีวิตต่อไป
5. ให้ได้มีโอกาสศึกษา คติวิเคราะห์กรณีศึกษาและแนวทฤษฎีของบุคคลที่น่าสนใจต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างองค์ความรู้และอุดมการณ์แห่งชีวิตของตนเอง

6. ควรเน้นกิจกรรมที่ให้ผู้รับบริการได้ลงมือปฏิบัติให้มากที่สุด หลีกเลี่ยงการให้รับฟังนาน ๆ และกิจกรรมควรให้รวดเร็ว ว่องไว เพื่อลดความน่าเบื่อหน่ายสำหรับวัยรุ่น

7. ใช้สื่อ เกม เพลง กระบวนการกลุ่ม ฯลฯ เข้าประกอบในการจัดกิจกรรมได้ทุกรูปแบบ เช่นเดียวกับวัยเด็ก แต่ควรเลือกให้เหมาะสมกับวัยรุ่นและให้ค่อนไปทางกิจกรรมสำหรับวัยรุ่นหนุ่มสาวที่สอดคล้องตามยุคสมัย

8. หลีกเลี่ยงการชี้แนะหรือการผูกขาดบทบาทในการแสดงตนของผู้แนะแนวหรือผู้จัดกิจกรรมแต่พยายามสนองความต้องการพึ่งตนเองของวัยรุ่น โดยให้คิดวิเคราะห์หาเหตุผลและหาทางปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

เนื่องจากความสามารถในการจัดการตนเองเป็นคุณลักษณะของบุคคลที่แสดงออกมาให้เห็น ถึงความคิด เจตคติ การปฏิบัติ ของนักเรียนที่แสดงออกมาในหลายด้าน คือด้านการรู้จักตนเอง ด้านการบริหารเวลา ด้านการจัดการกับอารมณ์ตนเอง และด้านการมีวินัยในตนเอง ดังนั้นในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้นักเรียนมีคุณลักษณะเหล่านี้ จึงควรจัดกิจกรรมด้วยกระบวนการและรูปแบบที่หลากหลาย (กรมวิชาการ. 2547 : 1) เพื่อพัฒนาหรือส่งเสริมศักยภาพของนักเรียนตามคุณลักษณะเหล่านี้

มีนักวิชาการได้เสนอวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เหมาะสมและสอดคล้องกับการเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองให้แก่ นักเรียน ดังเช่น

กรมพลศึกษา (2530 : 1) ได้เสนอวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน ในลักษณะของกิจกรรมพัฒนาบุคลิกภาพ ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอนการจัดกิจกรรมดังนี้

1. ขั้นวิเคราะห์ตนเอง เป็นขั้นหาข้อบกพร่องหรือจุดอ่อนของตนเอง แล้วแยกออกเป็นประเด็นๆ เรียงลำดับความสำคัญเอาไว้
2. ขั้นปรับปรุงแก้ไข เป็นขั้นที่ต้องให้เวลากับตนเองเพื่อแก้ไขคุณลักษณะหรือพฤติกรรมที่ตนบกพร่อง และแสดงพฤติกรรมที่แก้ไขปรับปรุงนั้นอย่างสม่ำเสมอ
3. ขั้นการแสดงออก เป็นขั้นการแสดงพฤติกรรมที่ปรับปรุงใหม่นั้นให้เคยชินและเป็นธรรมชาติ หรือเป็นคุณลักษณะประจำตัว
4. ขั้นประเมินผล เป็นการตรวจสอบว่าพฤติกรรมหรือคุณลักษณะที่ปรับปรุงเหล่านั้นยังมีส่วนใดที่ยังบกพร่องหรือต้องปรับปรุงเพิ่มเติมอีก

สวนสุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ (2547 : 172 – 176) ได้เสนอรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับการเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนว่าควรจัดการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการสร้างนิสัย ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นรับรู้/สังเกต เป็นขั้นที่ครูผู้สอนนำสิ่งเร้า เช่น วัตถุหรือเหตุการณ์ เกี่ยวกับคุณลักษณะที่ต้องการเสริมสร้างให้เกิดกับนักเรียนให้ผู้เรียนรับรู้หรือสังเกต
2. ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ เป็นขั้นที่ครูผู้สอนกระตุ้นให้นักเรียนคิด และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณค่าของคุณลักษณะ และผลกระทบของการประพฤติปฏิบัติและไม่ประพฤติปฏิบัติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เพื่อกระตุ้นและจูงใจให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการประพฤติปฏิบัติ
3. ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม เป็นขั้นที่ครูผู้สอนกระตุ้นให้นักเรียนคิดหาวิธีที่ดีที่สุดในการประพฤติปฏิบัติตนหรือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ โดยพิจารณาข้อดีข้อเสียและผลกระทบต่างๆ อย่างรอบคอบ
4. ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่นักเรียนเป็นผู้ปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนดทั้งในโรงเรียนและชีวิตประจำวัน ขั้นนี้ครูผู้สอนจะต้องแนะนำนักเรียนอย่างใกล้ชิด เพื่อให้ นักเรียนเห็นประโยชน์ของสิ่งที่ประพฤติปฏิบัติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น
5. ขั้นประเมินและปรับปรุง เป็นขั้นที่ครูผู้สอนกระตุ้นแนะนำให้นักเรียนประเมินผลการประพฤติปฏิบัติและแนะนำให้ปรับปรุงการประพฤติหรือปฏิบัตินั้นให้เหมาะสมยิ่งขึ้น
6. ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ เป็นขั้นที่กระตุ้นความคิดความรู้สึกหรือเจตคติของนักเรียน ให้เห็นถึงผลสำเร็จและพอใจที่จะกระทำหรือแสดงคุณลักษณะเหล่านั้นต่อไป

7. การประเมินผลกิจกรรมแนะแนว

นางลักษณ ประเสริฐ และจรินทร์ วินทะไชย์ (2548 : 167-168) ให้ความเห็นว่า การประเมินผลกิจกรรมแนะแนวควรใช้วิธีการหลาย ๆ วิธี เช่น การสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน การให้นักเรียนประเมินตนเอง การสังเกต การสัมภาษณ์ การใช้แบบสอบถาม เป็นต้น

ส่วนกรมวิชาการ (2545 : 12-13) ได้กำหนดแนวทางในการประเมินกิจกรรมแนะแนวไว้ดังนี้

1. ประเมินการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียนตามจุดประสงค์ของแต่ละกิจกรรม โดยประเมินจากพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมและผลการปฏิบัติกิจกรรมด้วยวิธีการที่หลากหลายตามสภาพจริง
2. ตรวจสอบเวลาเข้าร่วมกิจกรรมของผู้เรียนว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนดไว้หรือไม่
3. ในกรณีที่มีกิจกรรมใดต้องใช้เวลาปฏิบัติตลอดปี เมื่อสิ้นภาคเรียนแรกผู้รับผิดชอบกิจกรรมควรจัดให้มีการประเมินการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียน เพื่อสรุปความก้าวหน้าและสภาพของการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียนระยะหนึ่งก่อน เพื่อการปรับปรุงแก้ไขหรือส่งเสริมการปฏิบัติกิจกรรมของผู้เรียนให้เป็นไปอย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ และรายงานผลการประเมินให้ผู้ปกครองทราบ โดยทำการ

ประเมินการร่วมกิจกรรมในภาคเรียนที่สอง เพื่อตัดสินผลการประเมินการผ่านจุดประสงค์สำคัญของกิจกรรม เมื่อสิ้นสุดปีการศึกษา(สิ้นสุดกิจกรรม)

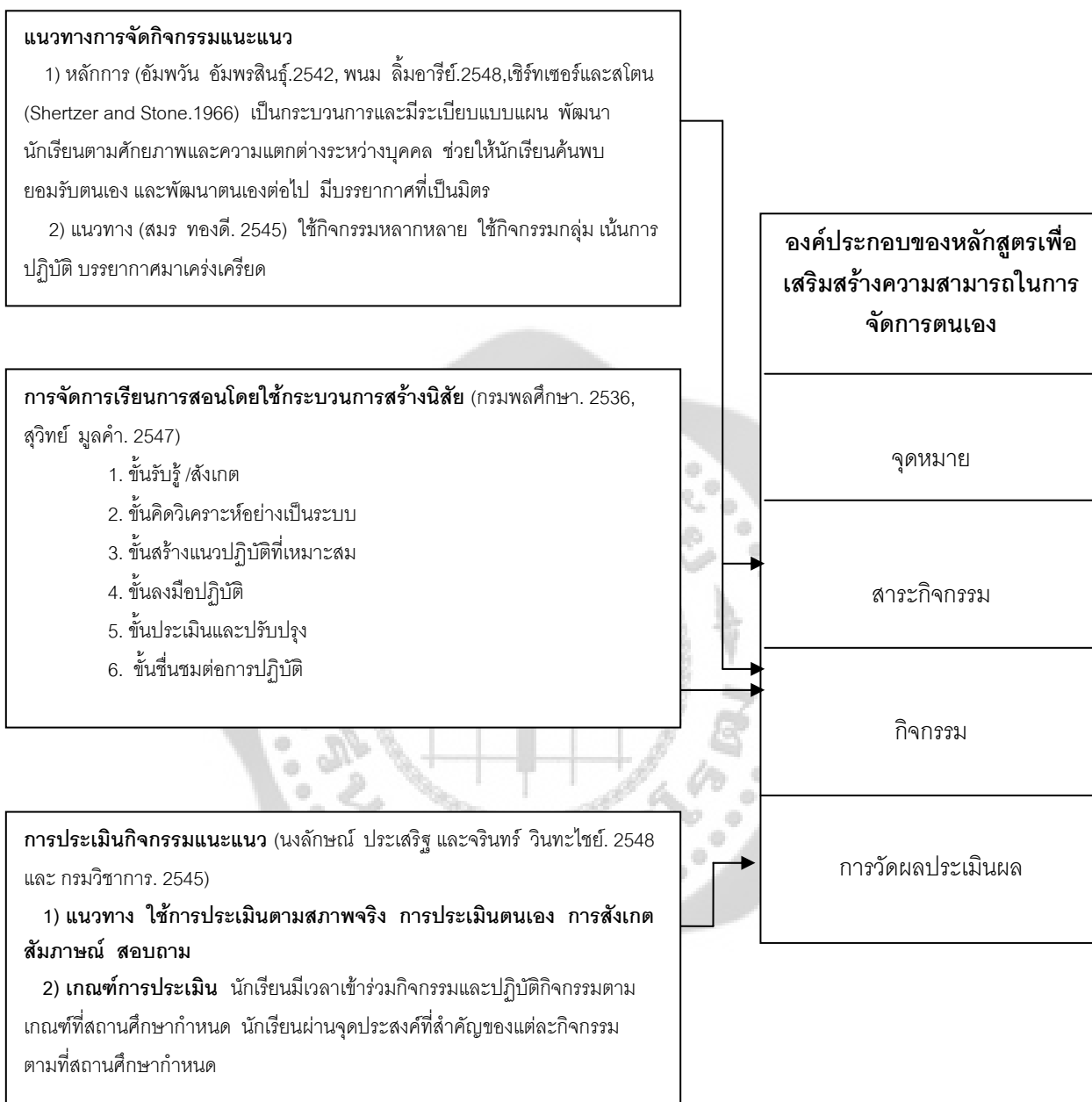
4. ตัดสินใจให้ผู้เรียนที่ผ่านจุดประสงค์สำคัญของกิจกรรมและมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมครบตามเกณฑ์ ให้เป็นผู้ผ่านการประเมินผลการร่วมกิจกรรม ผู้เรียนที่มีผลการประเมินบกพร่องในเกณฑ์ใดเกณฑ์หนึ่งหรือทั้งสองเกณฑ์ จะเป็นผู้ไม่ผ่านการประเมินผลการร่วมกิจกรรม จะต้องซ่อมเสริมข้อบกพร่องให้ผ่านเกณฑ์ก่อน จึงจะได้รับการตัดสินให้ผ่านกิจกรรม โดยมีเกณฑ์การผ่านดังนี้

- 1) ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรม โดยมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมและปฏิบัติกิจกรรมตามเกณฑ์ที่สถานศึกษากำหนด
- 2) ผู้เรียนผ่านจุดประสงค์ที่สำคัญของแต่ละกิจกรรมตามที่สถานศึกษากำหนด

จะเห็นว่าแนวทางในการประเมินผลกิจกรรมแนะแนวที่ดีนั้น ควรใช้การประเมินตามสภาพความจริงนั่นเอง

สำหรับการประเมินความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งจัดในรูปแบบของกิจกรรมแนะแนวครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์ไว้ 3 ด้าน คือ ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการตนเอง ซึ่งจะใช้แบบทดสอบเป็นเครื่องมือในการวัด เจตคติต่อการจัดการตนเองซึ่งจะใช้แบบวัดเจตคติเป็นเครื่องมือในการวัด และพฤติกรรมการมีความสามารถในการจัดการ ซึ่งจะใช้แบบประเมินตนเองเป็นเครื่องมือในการวัด

จากข้อสรุปเกี่ยวกับแนวคิดรูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่จะนำมากำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร สามารถแสดงได้ดังภาพประกอบ 2



ภาพประกอบ 2 แนวทางการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

ตอนที่ 3 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตร

1. ความหมายของการพัฒนาหลักสูตร

เซเลอร์และอเล็กซานเดอร์ (Saylor & Alexander. 1974 : 7) กล่าวว่า ในทฤษฎีเกี่ยวกับหลักสูตร คำว่า การพัฒนาหลักสูตรนั้นมีคำที่หลายคำที่มีความหมายใกล้เคียงกันและมักจะใช้แทนกัน อยู่เสมอ คือคำว่า “การร่างหลักสูตร (Curriculum Planing)” “การพัฒนาหลักสูตร (Curriculum Development)” “การสร้างหลักสูตร (Curriculum Construction)” “การปรับปรุงหลักสูตร (Curriculum Improvement)” และคำว่า “การทบทวนหลักสูตร (Curriculum Revision)” แต่คำว่า การร่างหลักสูตรและการพัฒนาหลักสูตรมีความเหมาะสม เพราะตรงกับมโนทัศน์ของการพัฒนาหลักสูตรมากที่สุด ซึ่งมีความหมายถึงการสร้างหลักสูตรขึ้นมาใหม่ และมีขั้นตอนกระบวนการต่างๆ ตั้งแต่เริ่มต้น จนจบกระบวนการได้หลักสูตรออกมาใช้ในการจัดการศึกษา

ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 13 – 14) ได้กล่าวถึง “การพัฒนาหลักสูตร” ว่ามีความหมายใกล้เคียงกับ “การสร้างหลักสูตร” แต่การพัฒนาหลักสูตรมีความหมายที่กว้างกว่า โดยการสร้างหลักสูตรหมายถึง กระบวนการวางแผน และพัฒนาประสบการณ์การเรียนรู้ต่างๆ ที่จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน อันประกอบไปด้วยการตัดสินใจเกี่ยวกับการเลือกจุดมุ่งหมายสำหรับวิชาหรือหลักสูตรที่จัดทำขึ้นใหม่ การเลือกและจัดประสบการณ์การเรียนรู้แก่ผู้เรียน และการเลือกสื่อการเรียนการสอน วิธีการนำหลักสูตรไปใช้ให้บรรลุผลตามเป้าหมาย และการประเมินความสำเร็จของหลักสูตรที่สร้างขึ้นใหม่นั้น

การออกแบบหลักสูตร (Curriculum Design) เป็นคำศัพท์ที่นิยมใช้มากขึ้นในสมัยปัจจุบัน มีความหมายอยู่ 2 นัย ความหมายแรก จะมีความหมายในลักษณะของกระบวนการในการเลือกองค์ประกอบต่าง ๆ ตลอดจนเทคนิควิธีการต่าง ๆ ทั้งหมดในการจัดทำหลักสูตร ส่วนอีกความหมายหนึ่งจะหมายถึงลักษณะของการจัดเนื้อหาสาระ และมวลประสบการณ์ในหลักสูตร (สัจด์ อุทรานันท์, 2532 : 31)

การร่างหลักสูตร (Curriculum Planning) หมายถึง การดำเนินการจัดทำหลักสูตร รวมทั้งกระบวนการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการจัดทำหลักสูตรเท่านั้น ไม่รวมถึงการผลิตเอกสารสำหรับผู้เรียนเลย (Saylor and Alexander. 1974 : 7)

ส่วน รีก์ (วิชัย ดิสสระ. 2535 : 31 อ้างอิงจาก Rugg. 1927. The Foundations and Techniques of Curriculum Making. pp 51) ได้กล่าวว่า การพัฒนาหลักสูตรนั้น มีงานที่ต้องทำสำคัญอยู่ 3 ประการคือ

1. การพิจารณาและกำหนดเป้าหมายเบื้องต้น ที่สำคัญของหลักสูตรว่าหลักสูตรที่จัดทำขึ้นนั้นมีเป้าหมายเพื่ออะไร ทั้งโดยส่วนรวมและส่วนย่อยของหลักสูตรนั้นๆ อย่างชัดเจน

2. การเลือกกิจกรรมการเรียนการสอนและวัสดุประกอบการเรียนการสอน การเลือกสรรเนื้อหาสาระเพื่อการอ่าน การเขียน การทำแบบฝึกหัด หัวข้อสำหรับการอภิปรายกิจกรรมทั้งในและนอกห้องเรียน เป็นต้น

3. การกำหนดระบบการจัดวัสดุอุปกรณ์และการจัดการเรียนการสอน ในแต่ละวิชาและแต่ละระดับชั้นเรียน

2. กระบวนการพัฒนาหลักสูตร

กระบวนการพัฒนาหลักสูตรมีความหมายครอบคลุมถึงการสร้างหลักสูตร การวางแผน การใช้หลักสูตร การนำหลักสูตรไปใช้ การประเมินหลักสูตร และการปรับปรุงหลักสูตร ซึ่งแนวคิดและรูปแบบการพัฒนาหลักสูตรนั้นมีนักการศึกษาและนักพัฒนาหลักสูตรได้เสนอแนวทางไว้มากมาย โดยเฉพาะรูปแบบการพัฒนาหลักสูตรเฉพาะกลุ่มเป้าหมายต่างๆ ที่นักวิจัยด้านการพัฒนาหลักสูตรได้พัฒนาขึ้นโดยใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา ซึ่งในที่นี้จะนำเสนอรูปแบบการพัฒนาหลักสูตรที่สำคัญและใช้เป็นพื้นฐานในการวิจัยเพื่อพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างทักษะการจัดการสำหรับนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานครั้งนี้ โดยแยกเป็น 2 ส่วนคือ กระบวนการพัฒนาหลักสูตรที่เป็นแนวคิดของนักการศึกษา และกระบวนการพัฒนาหลักสูตรจากงานวิจัยของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา

ก. กระบวนการพัฒนาหลักสูตรตามแนวคิดของนักการศึกษา

นักการศึกษาและนักพัฒนาหลักสูตรได้เสนอรูปแบบในการพัฒนาหลักสูตรไว้หลายรูปแบบ ซึ่งรูปแบบเหล่านั้นได้กลายเป็นต้นแบบและแนวทางให้นักการศึกษาและนักวิจัยรุ่นใหม่ ได้นำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินงานพัฒนาหลักสูตรของตน ซึ่งแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตรที่สำคัญมีดังนี้

1. แนวคิดการพัฒนาหลักสูตรของไทเลอร์

ไทเลอร์ (Tyler. 1949 : 1) ได้ให้หลักเกณฑ์และเหตุผลไว้ว่า ในการพัฒนาหลักสูตรและวางแผนการสอนนั้น จะต้องตอบคำถาม 4 ประการ ดังนี้

- 1.1 มีเป้าประสงค์ทางการศึกษาอะไรบ้าง ที่โรงเรียนควรแสวงหา
- 1.2 มีประสบการณ์ทางการศึกษาอะไรบ้างที่สามารถจัดขึ้นเพื่อช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ที่กำหนดไว้นั้น
- 1.3 จะจัดระบบประสบการณ์ดังกล่าวนี้ได้อย่างไร จึงจะมีประสิทธิภาพมากที่สุด
- 1.4 จะประเมินประสิทธิภาพของประสบการณ์ในการเรียนอย่างไร จึงจะตัดสินใจได้ว่าบรรลุถึงจุดประสงค์ที่กำหนดไว้

จากคำถามทั้ง 4 ประการก่อนการลงมือพัฒนาหลักสูตรของไทเลอร์นี้ บุญชม ศรีสะอาด (2546 : 63 – 64) กล่าวว่า การพัฒนาหลักสูตรตามแนวคิดของไทเลอร์ จะต้องเป็นไปตามลำดับขั้นดังต่อไปนี้

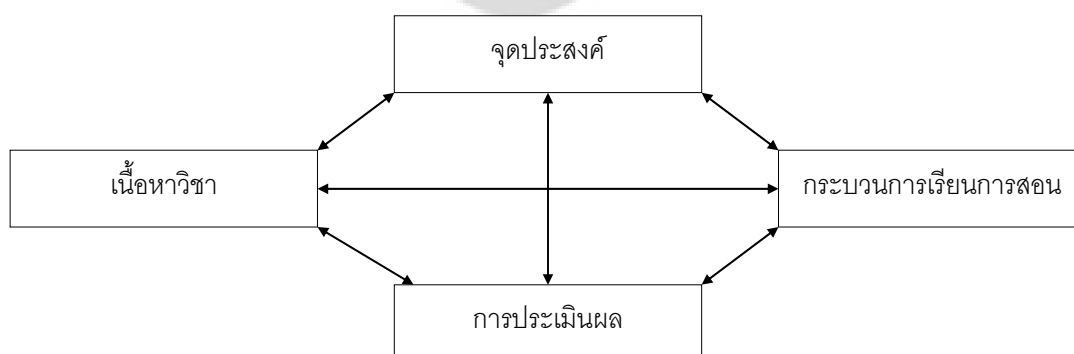
ขั้นที่ 1 การกำหนดจุดประสงค์ เริ่มด้วยการกำหนดจุดประสงค์ชั่วคราวโดยอาศัยข้อมูลจากการศึกษาสังคม ศึกษาผู้เรียน และข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ในเนื้อหาวิชามาช่วยกำหนดจุดประสงค์อย่างคร่าวๆ ซึ่งอาจมีมากเกินไปที่จะจัดเข้าไว้ในหลักสูตรได้ทั้งหมด จึงควรกลั่นกรองให้เหลือเฉพาะจุดที่สำคัญและสอดคล้องกัน เป็นจุดประสงค์ขั้นสุดท้าย หรือจุดประสงค์ที่ใช้จริง ในการพิจารณาถ่วงน้ำหนักจุดประสงค์ชั่วคราวนั้น จะใช้หลักจิตวิทยาการเรียนรู้และหลักปรัชญามาประกอบการถ่วงน้ำหนัก

ขั้นที่ 2 การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ หลังจากกำหนดจุดประสงค์ของหลักสูตรแล้ว ขั้นต่อมา ทำการเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ อันเป็นสื่อที่จะทำให้บรรลุถึงจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ ในการเลือกประสบการณ์การเรียนรู้จะต้องคำนึงถึง ลำดับก่อนหลัง ความต่อเนื่องและบูรณาการ (Integraty) ของประสบการณ์เหล่านั้น

ขั้นที่ 3 การประเมินผล เป็นขั้นสุดท้ายซึ่งทำให้ทราบว่าประสบการณ์ที่จัดขึ้นนั้นบรรลุจุดประสงค์ตามที่กำหนดไว้เพียงใด

2. แนวคิดการพัฒนาหลักสูตรของทาบา

ทาบา (Taba. 1962 : 425) ได้ให้ความเห็นว่าหลักสูตรทั้งหลายจะต้องมีองค์ประกอบพื้นฐาน 4 ประการ ได้แก่ 1. จุดประสงค์ 2. เนื้อหาวิชา 3. กระบวนการเรียนการสอน 4. การประเมินผล ซึ่งองค์ประกอบพื้นฐานเหล่านี้ต่างก็มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ดังแสดงในภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบพื้นฐานของหลักสูตรตามแนวคิดของทาบา

ที่มา : Hilda Taba. 1962. Curriculum Development Theory and Practice. pp. 425

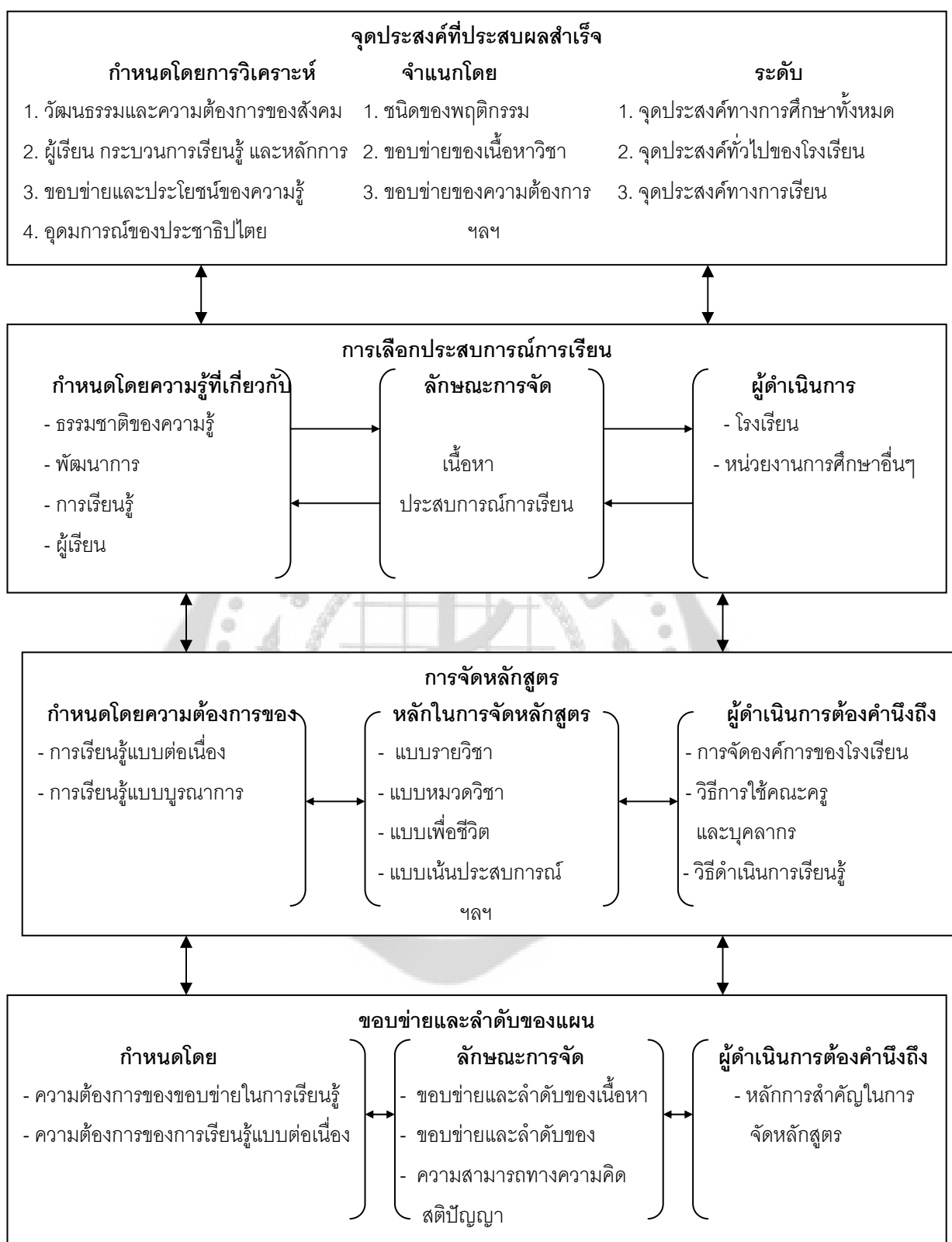
ทาบ (Taba. 1962 : 12) ได้กล่าวถึงลำดับขั้นในการพัฒนาหลักสูตรไว้ 7 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

- ขั้นที่ 1 การศึกษาวิเคราะห์สภาพ ปัญหา ความต้องการ และความจำเป็นต่างๆ ของสังคม
- ขั้นที่ 2 การกำหนดจุดประสงค์ของการศึกษา
- ขั้นที่ 3 การคัดเลือกเนื้อหาวิชาที่จะนำมาใช้ในการเรียนการสอน
- ขั้นที่ 4 การจัดระบบ ระเบียบ และลำดับของเนื้อหาวิชาที่คัดเลือกมา
- ขั้นที่ 5 การคัดเลือกประสบการณ์การเรียนรู้
- ขั้นที่ 6 การจัดระเบียบ ลำดับ และขั้นตอนของประสบการณ์การเรียนรู้
- ขั้นที่ 7 การประเมินเพื่อตัดสินว่ากิจกรรมและประสบการณ์ต่างๆ ที่จัดไว้นั้นบรรลุตาม

จุดมุ่งหมายหรือไม่

โดยที่ ทาบ ได้เสนอรูปแบบในการวางแผนจัดสร้างหลักสูตร ดังภาพประกอบ 4





ภาพประกอบ 4 รูปแบบในการวางแผนหลักสูตรของทาบ

ที่มา : Hilda Taba. 1962. Curriculum Development Theory and Practice. pp. 438

3. รูปแบบการพัฒนาหลักสูตรของ สจ๊วต อุทรานันท์

สจ๊วต อุทรานันท์ (2532 : 38-43) ได้กล่าวถึงกระบวนการพัฒนาหลักสูตรว่าแต่ละขั้นตอนจะมีความต่อเนื่องกันเป็นวัฏจักร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเพื่อการพัฒนาหลักสูตร ข้อมูลพื้นฐานของหลักสูตร คือ ข้อมูลทางด้านประวัติและปรัชญาการศึกษา ข้อมูลเกี่ยวกับผู้เรียนและทฤษฎีการเรียนรู้ ข้อมูลทางสังคมและวัฒนธรรม และข้อมูลเกี่ยวกับธรรมชาติของเนื้อหาวิชา ก่อนที่จะมีการร่างหลักสูตรใหม่ขึ้นมา ควรจะได้ทำการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ ที่เป็นพื้นฐานของหลักสูตรเสียก่อน เพื่อให้ทราบสภาพปัญหาและความต้องการของสังคมและของผู้เรียน

ขั้นที่ 2 การกำหนดการมุ่งหมายของหลักสูตร เพื่อเป็นการมุ่งแก้ปัญหาและสนองความต้องการที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าวมาแล้ว

ขั้นที่ 3 การคัดเลือกและจัดเนื้อหาสาระและประสบการณ์การเรียนรู้ เนื้อหาสาระและประสบการณ์เป็นสิ่งที่มีความสำคัญเป็นอันมาก เพราะเนื้อหาสาระที่จะนำมาสอนเป็นเสมือนสื่อกลางที่จะพาผู้เรียนไปสู่จุดมุ่งหมายที่ได้กำหนดไว้

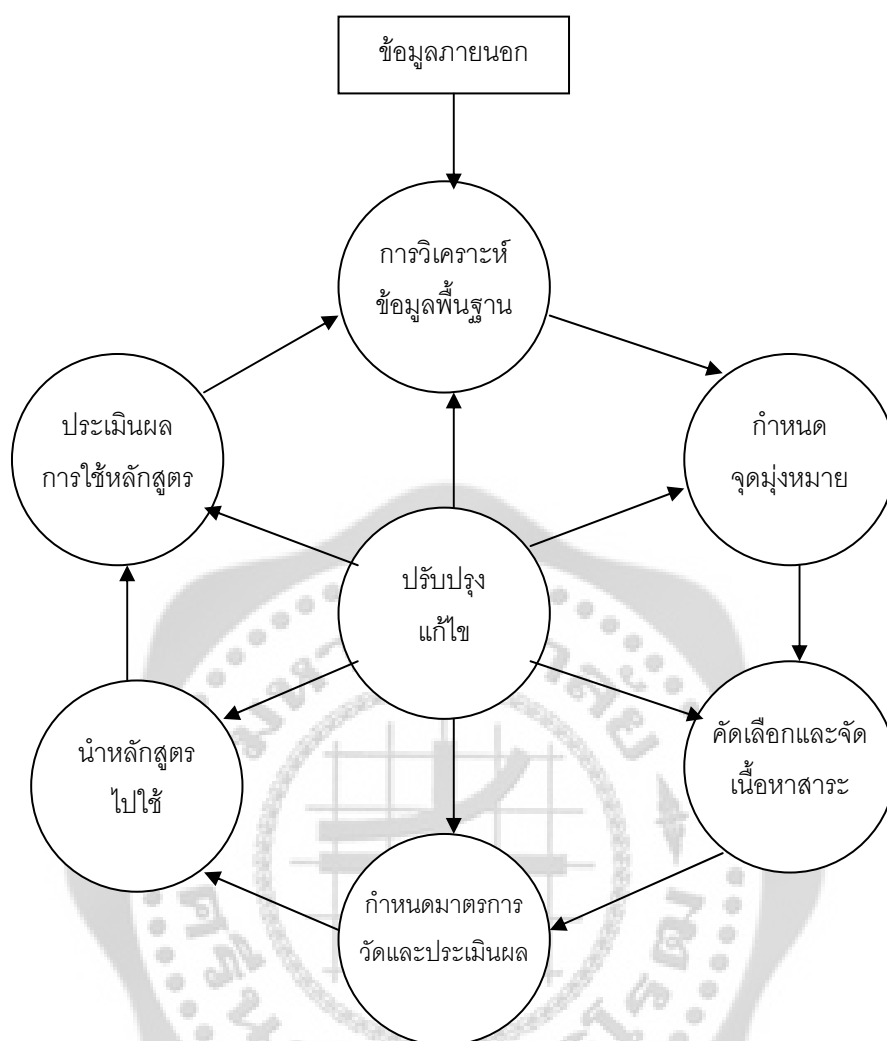
ขั้นที่ 4 การกำหนดมาตรการวัดและประเมินผล เป็นการกำหนดมาตรการให้ทราบว่า ควรจะวัดและประเมินอะไรบ้างจึงจะสอดคล้องกับเจตนารมณ์หรือความมุ่งหมายของหลักสูตร

ขั้นที่ 5 การนำหลักสูตรไปใช้ เป็นการนำหลักสูตรไปสู่ภาคปฏิบัติหรือไปสู่การเรียนการสอนในโรงเรียน การนำหลักสูตรไปใช้อย่างมีประสิทธิภาพ จะต้องอาศัยกิจกรรมและกระบวนการต่าง ๆ หลายประเภท เช่น การจัดทำเอกสารและคู่มือการใช้หลักสูตร การเตรียมบุคลากร การบริหารและบริการหลักสูตร การดำเนินการสอนตามหลักสูตร การนิเทศและติดตามผลการใช้หลักสูตร เป็นต้น

ขั้นที่ 6 การประเมินผลการใช้หลักสูตร มีความมุ่งหมายที่จะประเมินสัมฤทธิ์ผลของหลักสูตรเพื่อให้ทราบว่าผลผลิตที่ได้จากหลักสูตรนั้นเป็นไปตามเจตนารมณ์หรือจุดมุ่งหวังของสังคม และผู้เรียนเพียงใด

ขั้นที่ 7 การปรับปรุงแก้ไขหลักสูตร เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงหลักสูตรที่ใช้อยู่ให้มีความเหมาะสมหรือให้สอดคล้องกับสภาพของสังคมมากขึ้น กระบวนการในการแก้ไขปรับปรุงหลักสูตรเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาหลักสูตรซึ่งจะเริ่มปรับปรุงแก้ไขในขั้นตอนใดของกระบวนการพัฒนาหลักสูตรก็ได้ แต่เมื่อเริ่มตรงขั้นตอนไหนก็ต้องดำเนินการในขั้นตอนต่อไปจนครบทุกกระบวนการในวัฏจักรของกระบวนการพัฒนาหลักสูตร

จากรูปแบบวัฏจักรการพัฒนาหลักสูตรของ สจ๊วต อุทรานันท์ สามารถแสดงได้ดังภาพที่ 5



ภาพประกอบ 5 วัฏจักรการพัฒนาหลักสูตรของ สจ๊วต อุทรานันท์

ที่มา : สจ๊วต อุทรานันท์. 2532. พื้นฐานและหลักการพัฒนาหลักสูตร. หน้า 39

จากแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบและขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตรที่กล่าวมาพบว่า ขั้นตอนและงานที่จะต้องทำในการพัฒนาหลักสูตรที่นักการศึกษามีความเห็นสอดคล้องกันคือ ขั้นการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานทางด้านสังคมเศรษฐกิจการเมือง วิทยาศาสตร์เทคโนโลยี เป็นต้น เพื่อนำข้อมูลเหล่านั้นมาเป็นพื้นฐานในการกำหนดทิศทางของหลักสูตร ขั้นการร่างหลักสูตร ซึ่งประกอบด้วย การกำหนดหลักการ จุดหมาย เนื้อหาสาระ กิจกรรมการเรียนการสอน การวัดผลประเมินผล ขั้นการนำหลักสูตรไปใช้ ซึ่งประกอบด้วย การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน การนิเทศติดตาม และสุดท้ายคือขั้นการประเมินหลักสูตร ซึ่งเป็นเรื่องของการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรที่ได้พัฒนาขึ้นว่ามีประสิทธิภาพเพียงพอหรือไม่

ข. กระบวนการพัฒนาหลักสูตรจากงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา

ในการนำเสนอกระบวนการพัฒนาหลักสูตรจากงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ระหว่างปี 2538 –2545 เพื่อให้เห็นแนวโน้มของรูปแบบการพัฒนาหลักสูตร และเป็นพื้นฐานสำหรับใช้เป็นแนวทางในการวิจัยครั้งนี้ โดยผู้วิจัยได้ศึกษางานวิจัยของ พ.ต.ท.ศิริพงษ์ เสาภายาน (2544) จุไร ชุมชุม (2538) วิจิตรพร หล่อสุวรรณกุล (2543) อัจริยา วัชรวิวัฒน์ (2544) พงษ์ศักดิ์ ศรีจันทร์ (2545) และ บุปผา เมฆศรีทองคำ (2545) ซึ่งพบว่างานวิจัยเหล่านี้มีกระบวนการในการพัฒนาหลักสูตรคล้ายคลึงกันคือขั้นตอนในการพัฒนาหลักสูตร ประกอบด้วย ขั้นการสำรวจหรือศึกษาข้อมูลพื้นฐานสำหรับนำมาใช้ในการพัฒนาหลักสูตร ซึ่งส่วนใหญ่ศึกษาข้อมูลจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และผู้เชี่ยวชาญ ขั้นการสร้างเอกสารหลักสูตร จะประกอบด้วย การร่างหลักสูตร การตรวจสอบโครงร่างหลักสูตร การปรับปรุงโครงร่างหลักสูตร ขั้นการทดลองใช้หลักสูตร เป็นการนำหลักสูตรไปใช้ในสถานการณ์จริงเพื่อประเมินประสิทธิภาพหรือหาคุณภาพของหลักสูตร ซึ่งในการทดลองมีสองลักษณะคือใช้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียวและมีการวัดผลก่อนเรียนและหลังเรียน กับใช้กลุ่มตัวอย่างสองกลุ่มโดยกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มทดลองสอนโดยใช้หลักสูตรที่พัฒนาขึ้นอีกกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มควบคุม และขั้นสุดท้ายคือการแก้ไขปรับปรุงหลักสูตรตามข้อมูลที่ได้จากการทดลองใช้หลักสูตรเพื่อให้ได้หลักสูตรฉบับสมบูรณ์

จากการศึกษารูปแบบและกระบวนการพัฒนาหลักสูตรจากแนวคิดของนักการศึกษาทั้งไทยและต่างประเทศ และจากงานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาหลักสูตรระดับบัณฑิตศึกษา สามารถสรุปได้ว่าในการพัฒนาหลักสูตรจะต้องมีการวางแผนอย่างรัดกุม รอบคอบ และมีการดำเนินการที่เป็นระบบ โดยมีขั้นตอนที่สำคัญ คือ การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การร่างหลักสูตร การประเมินโครงร่างหลักสูตร การนำหลักสูตรไปทดลองใช้ และการประเมินและปรับปรุงหลักสูตร ซึ่งในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้ขั้นตอนการวิจัย 5 ขั้นตอนดังกล่าวนี้ เป็นแนวทางในการพัฒนาหลักสูตร คือ ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ขั้นตอนที่ 2 การร่างหลักสูตร ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร ซึ่งจะนำเสนอรายละเอียดต่อไป

4. กระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

ในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ผู้วิจัยจะใช้ขั้นตอนการวิจัย 5 ขั้นตอน ประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ขั้นตอนที่ 2 การร่างหลักสูตร ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร โดยแต่ละขั้นมีรายละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ขั้นตอนนี้ถือเป็นขั้นตอนสำคัญขั้นตอนแรกของกระบวนการพัฒนาหลักสูตร เพราะหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมาได้สอดคล้องเหมาะสมกับข้อมูลพื้นฐานต่างๆ จะเป็นหลักสูตรที่สามารถสนองตอบต่อความต้องการของผู้เรียนและสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.1 ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตร

ไทเลอร์ (วิชัย ดิสสระ, 2535 : 32; citing Tyler, 1949. Basic Principle of Curriculum and Instruction) ได้กล่าวถึงข้อมูลพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาหลักสูตรมาจากแหล่งต่างๆ 3 แหล่ง โดยแหล่งแรก คือ สังคม ซึ่งได้แก่ ค่านิยม ความเชื่อ และแนวปฏิบัติในการดำรงชีวิตในสังคม แหล่งที่สองคือ ผู้เรียน ซึ่งได้แก่ความต้องการ ความสนใจ ความถนัด และความคาดหวังถึงคุณลักษณะของผู้เรียน และแหล่งที่สาม คือ ข้อเสนอแนะของนักวิชาการหรือผู้เชี่ยวชาญในสาขาวิชาการต่างๆ หรือจากผลการวิจัย

ส่วนเซเลอร์ และอเล็กซานเดอร์ (วิชัย ดิสสระ, 2535 : 35; อ้างอิงจาก Saylor & Alexander, 1974. Planning Curriculum for School. P.7) ได้ให้ข้อคิดว่าในกระบวนการวางแผนพัฒนาหลักสูตรจะต้องคำนึงถึงสิ่งสำคัญ 4 ประการ คือ 1) ตัวผู้เรียนซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และสังคมมองเห็นว่านักเรียนคืออะไร มีส่วนเกี่ยวข้องกับสังคมอย่างไรบ้าง สังคมต้องการอะไรจากนักเรียนและนักเรียนมีความต้องการอะไรทั้งในแง่ส่วนบุคคลและสังคม 2) คำนึงถึงหน้าที่และจุดมุ่งหมายของโรงเรียนว่าคืออะไร โรงเรียนมีแนวคิดและยึดปรัชญาการศึกษาสาขาใด และมีแนวปฏิบัติให้บรรลุเป้าหมายนั้นอย่างไร 3) ธรรมชาติของความรู้เป็นอย่างไร ขอบข่ายของความรู้ที่จำเป็นต้องศึกษามีอย่างน้อยแค่ไหน อะไรเป็นสิ่งที่จำเป็นก่อนและหลังหรือลำดับของความรู้เป็นอย่างไร และ 4) กระบวนการเรียนรู้เป็นอย่างไร ลำดับหรือขั้นตอนของการเรียนรู้เป็นอย่างไร

สำหรับใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 38 – 39) ได้กล่าวถึง การพัฒนาหลักสูตรในระดับท้องถิ่น ซึ่งปัจจุบันคือหลักสูตรระดับสถานศึกษา โดยกล่าวว่าข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรระดับนี้ คือ 1) ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการเกี่ยวกับศักยภาพของโรงเรียน และ 4) ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพและปัญหาของหลักสูตรที่จัดการเรียนการสอนและการนำหลักสูตรไปใช้

ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของสัจ จุทรานันท์ (2532 : 315) ที่กล่าวว่า ในการพัฒนาหลักสูตรระดับท้องถิ่นนั้น จะต้องดำเนินการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสภาพของสังคม และความต้องการของสังคม เพื่อให้ทราบข้อมูลที่แท้จริงภายในสังคมนั้น หลังจากนั้นก็ควรทำการประมวลสภาพปัญหา และข้อเท็จจริงให้เป็นหมวดหมู่ และจัดลำดับความสำคัญของปัญหาและความต้องการเหล่านั้น

อึ้ง บัวศรี (2542 : 41) กล่าวว่า การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของหลักสูตร สามารถช่วยนักพัฒนาหลักสูตรได้อย่างน้อย 4 เรื่อง คือ 1) ช่วยให้ผู้มองเห็นภาพรวมว่าในการออกแบบหลักสูตรนั้นจำเป็นต้องคำนึงถึงสิ่งใดบ้าง และสิ่งต่างๆ เหล่านี้มีอิทธิพลต่อหลักสูตรอย่างไร 2) ช่วยให้สามารถกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตรได้อย่างเหมาะสม เช่น การกำหนดจุดมุ่งหมาย การเลือกวิชา เนื้อหาสาระ เป็นต้น 3) ช่วยให้ผู้สามารถกำหนดยุทธศาสตร์การเรียนการสอนได้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ และ 4) ช่วยเพิ่มพูนความรู้และทักษะในการออกแบบและพัฒนาหลักสูตร

ดังนั้นสามารถสรุปได้ว่า การศึกษาข้อมูลพื้นฐานนั้น จะช่วยให้นักพัฒนาหลักสูตรสามารถสร้างหลักสูตรได้อย่างสอดคล้องเหมาะสม และมีประสิทธิภาพซึ่งข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาหลักสูตรนั้น จะประกอบด้วย ข้อมูลด้านสังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมือง ข้อมูลเกี่ยวกับตัวผู้เรียนข้อมูลเกี่ยวกับปรัชญาการศึกษา จิตวิทยาและการเรียนรู้ต่างๆ นอกจากนี้ข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญก็มีความสำคัญมากเช่นเดียวกัน

1.2 วิธีการศึกษาและรวบรวมข้อมูลขั้นพื้นฐาน

สัจ จุทรานันท์ (2532 : 194 -195) กล่าวว่า วิธีการศึกษาและรวบรวมข้อมูลพื้นฐานเพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาหลักสูตร อาจจะทำให้ทั้งทางตรงและทางอ้อมหรือใช้ทั้ง 2 กรณีประกอบกันดังนี้

1. การศึกษาโดยทางตรง ได้แก่
 - 1.1 สอบถามโดยใช้แบบสอบถามในลักษณะของการวิจัยสำรวจ
 - 1.2 การสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้อง
 - 1.3 การสังเกตกิจกรรมหรือเหตุการณ์ต่างๆ ในลักษณะของการวิจัยเชิงมนุษยวิทยา
 - 1.4 การระดมความคิดเห็นจากผู้เกี่ยวข้อง
2. การศึกษาโดยทางอ้อม ได้แก่
 - 2.1 การศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร
 - 2.2 การรับฟังความคิดเห็นจากแหล่งต่างๆ
 - 2.3 การวิเคราะห์ตัวบ่งชี้ที่สำคัญ

ขณะที่ ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 44 – 45) กล่าวถึงการศึกษาและหาข้อมูลพื้นฐานจากแหล่งต่างๆ สามารถทำได้หลายวิธี คือ

1. วิธีการประชุมระดมความคิดเห็นหรือระดมสมอง (brainstorming) วิธีนี้เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกผู้เข้าร่วมประชุมเสนอความคิดเห็นอย่างเสรีและเต็มที่ในเวลาที่กำหนดไว้ โดยไม่คำนึงถึงความถูกต้อง เหมาะสม กฎเกณฑ์หรือความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ เน้นความคิดริเริ่มสร้างสรรค์มากกว่าการนำไปปฏิบัติได้ เมื่อได้ความคิดเห็นต่างๆ มากเพียงพอแล้วจึงค่อยทบทวน พิจารณาและตัดสินใจคัดเลือกเอาเฉพาะความคิดเห็นที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์

2. วิธีการสำรวจ (survey) ได้แก่ การใช้แบบสอบถาม การสัมภาษณ์ การสังเกต การศึกษาจากรายงานหรือเอกสารต่างๆ การใช้แบบสำรวจ และการรับฟังความคิดเห็นจากสื่อมวลชนและสาธารณชน โดยผู้เกี่ยวข้องกับการพัฒนาหลักสูตรอาจเลือกเอาวิธีใดวิธีหนึ่งหรือหลายๆ วิธีประกอบกันก็ได้

ขั้นตอนที่ 2 การร่างหลักสูตร

การร่างหลักสูตรจะเป็นขั้นตอนที่ผู้พัฒนาหลักสูตรจะต้องพิจารณา กำหนดองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตรว่าจะมีองค์ประกอบอะไรบ้าง ซึ่งได้มีนักการศึกษาได้กล่าวถึงองค์ประกอบของหลักสูตรไว้หลายคน คือ

ไทเลอร์ (Tyler. 1949 : 1) ได้ตั้งคำถามเพื่อใช้เป็นแนวคิดในการพัฒนาหลักสูตรไว้ 4 ประการ ซึ่งสามารถประยุกต์เป็น องค์ประกอบของหลักสูตรได้เป็น 4 องค์ประกอบ คือ

1. จุดประสงค์
2. เนื้อหาวิชา
3. การจัดประสบการณ์การเรียนรู้
4. การประเมินผล

ทาบ (Taba. 1962 : 442) กล่าวว่า องค์ประกอบของหลักสูตรนั้นจะประกอบด้วย

1. วัตถุประสงค์ทั่วไปและวัตถุประสงค์เฉพาะวิชา
2. เนื้อหาวิชาและจำนวนชั่วโมงสอนสำหรับการสอนแต่ละวิชา
3. กระบวนการเรียนการสอน
4. โครงการประเมินผลการสอนตามหลักสูตร

สุมิตร คุณานุกร (2518 : 9) กล่าวว่าองค์ประกอบของหลักสูตรจะมี 4 องค์ประกอบ คือ

1. ความมุ่งหมาย (objectives)
2. เนื้อหา (content)

3. การนำหลักสูตรไปใช้ (curriculum implementation)

4. การประเมินผล (evaluation)

กาญจนา คุณารักษ์ (2527 : 11) กล่าวว่า หลักสูตรมีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ

1. ความมุ่งหมาย (objectives)

2. เนื้อหาวิชาและประสบการณ์ (subject matter and experience)

3. วิธีการสอน (method)

4. วัสดุอุปกรณ์การสอน (materials)

5. กิจกรรมการเรียนการสอน (activities)

6. การประเมินผล (evaluation)

สัจด์ อุทรานันท์ (2532 : 244) กล่าวถึงองค์ประกอบที่จำเป็นของหลักสูตร คือ

1. เหตุผลและความจำเป็นของหลักสูตร

2. จุดมุ่งหมายของหลักสูตร

3. เนื้อหาสาระและประสบการณ์

4. การเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอน

5. การเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้สื่อการเรียนการสอนและแหล่งวิชาการในชุมชน

6. การประเมินผล

7. การเสนอแนะเกี่ยวกับการช่วยเหลือและส่งเสริมผู้เรียน

อรรถวรรณ พนาพันธ์ (2535) กล่าวว่าหลักสูตรแม้จะมีหลายรูปแบบแต่ควรมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ

1. วัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายหรือจุดประสงค์ (objective) คือ สิ่งที่กำหนดให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้และมีพฤติกรรมเป็นไปตามที่มุ่งหวังจะเกิดขึ้น

2. เนื้อหาวิชา (contents) คือ สิ่งที่ได้เลือกสรรและเนื้อหาวิชาความรู้และประสบการณ์ต่างๆ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาไปสู่จุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้โดยต้องพิจารณาว่าเนื้อหาสาระใดควรจะนำไปสอบก่อน – หลังพร้อมทั้งกำหนดเวลาในการเรียนการสอนแต่ละเนื้อหาอีกด้วย

3. การนำหลักสูตรไปใช้ (curriculum implementation) คือ การนำหลักสูตรไปใช้ในการจัดกระบวนการเรียนการสอนว่าจัดกิจกรรมอะไรบ้าง ใช้สื่อวัสดุอุปกรณ์อะไร แหล่งวิทยาการที่ไหน อย่างไร จึงจะช่วยให้ผู้เรียนบรรลุผลตามจุดประสงค์ที่วางไว้

4. การประเมินผล (evaluation) คือ การแสวงหาคำตอบว่าหลักสูตรสัมฤทธิ์ผลตามความมุ่งหมายที่กำหนดไว้หรือไม่ อย่างไร ทั้งนี้เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาหลักสูตรให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

เอกรินทร์ สีมหาศาล (2545 : 234 – 235) ได้กล่าวถึงหลักสูตรสถานศึกษา ซึ่งสถานศึกษา
ชั้นพื้นฐานทุกแห่งมีหน้าที่ต้องจัดทำนั้นว่า มีองค์ประกอบดังนี้

1. ทิศทางและเป้าหมายของการจัดการศึกษาของสถานศึกษา
2. จุดหมายของหลักสูตรสถานศึกษา
3. คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน
4. โครงสร้างหลักสูตรสถานศึกษา
5. มาตรฐานการเรียนรู้และสาระการเรียนรู้
6. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน
7. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้
8. ปัจจัยส่งเสริมการเรียนรู้และแหล่งเรียนรู้อื่นๆ

บุญชม ศรีสะอาด (2546 : 11) กล่าวว่า โดยทั่วไปหลักสูตรมีองค์ประกอบพื้นฐาน 4
องค์ประกอบ คือ

1. จุดประสงค์
2. สาระความรู้ประสบการณ์
3. กระบวนการเรียนการสอน
4. การประเมินผล

นอกจากนี้ก็อาจจะมีส่วนประกอบอื่นๆ ได้อีก เช่น หลักการ โครงสร้างมาตรฐานการเรียนรู้
การประกันคุณภาพของหลักสูตร และสื่อการเรียนรู้

ตามแนวคิดที่กล่าวมา จะเห็นว่านักการศึกษาแต่ละคนมีความเห็นต่อองค์ประกอบของ
หลักสูตร ทั้งเหมือนและแตกต่างกัน ซึ่งสามารถสรุปให้เห็นได้ดังตาราง 2

ตาราง 2 องค์ประกอบของหลักสูตรตามแนวคิดของนักการศึกษา

องค์ประกอบของหลักสูตร	นักการศึกษา							
	ไทเลอร์	ทาบา	สุมิตร	กาญจนา	สังกัด	อรรถวรณ์	เอกรินทร์	บุญชม
1. ทิศทางและเป้าหมายการ จัด การศึกษาของสถานศึกษา							✓	
2. จุดมุ่งหมายของหลักสูตร	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3. เนื้อหาและประสบการณ์	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
4. กิจกรรมการเรียนการสอน	✓	✓		✓	✓			✓
5. สื่อ วัสดุอุปกรณ์ และแหล่ง การเรียนรู้				✓	✓			
6. การวัดผลประเมินผล	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
7. เหตุผลและความจำเป็นของหลักสูตร					✓			
8. การนำหลักสูตรไปใช้			✓			✓		
9. คุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน							✓	
10. กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน							✓	
11. การเสนอแนะเกี่ยวกับการช่วยเหลือ และส่งเสริมผู้เรียน					✓			
12. วิธีสอน				✓				
13. โครงสร้างหลักสูตร							✓	

จากแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของหลักสูตรดังกล่าวข้างต้น จะเห็นองค์ประกอบของหลักสูตรที่นักการศึกษาส่วนใหญ่มีความคิดเหมือนกัน คือ จุดหมายของหลักสูตร เนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน และการวัดผลประเมินผล ดังนั้น ในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดที่จะใช้ องค์ประกอบของหลักสูตร รวม 4 ประการ คือ 1) จุดหมายของหลักสูตร 2) เนื้อหา 3) กิจกรรมการเรียนการสอน และ 4) การวัดผลประเมินผล มากำหนดเป็นองค์ประกอบของหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งแต่ละองค์ประกอบจะมีรายละเอียดดังนี้

1. จุดหมายของหลักสูตร

การกำหนดจุดหมายเป็นขั้นตอนสำคัญขั้นตอนแรกของการพัฒนาหลักสูตรในทุกๆ ระดับการศึกษา จุดหมายของหลักสูตรเป็นสิ่งที่กำหนดขึ้น เพื่อบ่งบอกคุณลักษณะที่ต้องการให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน ดังนั้น การกำหนดจุดหมายของหลักสูตรจึงเป็นการตอบคำถามว่า จะจัดการศึกษาเพื่ออะไร ต้องการให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะอย่างไร (เอกรินทร์ สีมหาศาล. 2545 : 235 – 236, ธวัชชัย ชัยจิรฉายากุล. 2529 : 141 และชาญชัย ศรีไสยเพชร. 2528 : 6 – 7)

1.1 ความสำคัญของจุดหมายของหลักสูตร

สัจด์ อุทรานันท์ (2532 : 203 – 204) กล่าวว่า จุดหมายของหลักสูตรมีความสำคัญมาก เพราะจะเป็นส่วนที่บ่งบอกถึงทิศทางของหลักสูตรว่า จะพัฒนาผู้เรียนให้ไปในทิศทางใด ซึ่งมีความสำคัญดังนี้

- (1) เป็นแนวทางในการจัดเนื้อหาสาระที่นำมาบรรจุไว้ในหลักสูตรได้อย่างเหมาะสม
- (2) เป็นแนวทางให้ครูได้จัดประสบการณ์ที่เหมาะสมให้กับผู้เรียน
- (3) เป็นส่วนที่จะบอกให้ผู้เรียนได้ทราบว่า เขาควรจะเรียนรู้อะไรบ้าง ในลักษณะนี้จะช่วยให้นักเรียนได้เตรียมตัวเป็นการล่วงหน้า
- (4) เป็นแนวทางในการกำหนดวิธีการวัดและประเมินผลการเรียนการสอน
- (5) เป็นส่วนที่จะบอกให้ผู้เรียนได้ทราบว่าเขาควรจะเรียนรู้อะไรบ้าง ในลักษณะนี้จะช่วยให้นักเรียนได้เตรียมตัวเป็นการล่วงหน้า
- (6) เป็นแนวทางในการบริหารงานของโรงเรียนหรือสถาบันการศึกษาว่า ควรจะมุ่งเน้นการพัฒนาผู้เรียนให้ไปในลักษณะใด

ในขณะที่ สุนีย์ เหมะประสิทธิ์ (2537 : 100) ได้กล่าวถึงความสำคัญและบทบาทของหลักสูตรไว้เช่นเดียวกัน กล่าวคือ

1. เป็นแนวทางให้เกิดการประเมินความต้องการจำเป็นเพื่อค้นหาความต้องการจำเป็นที่ยังค้นไม่พบ (unmet needs) ได้แก่ ความต้องการจำเป็นทางสังคม การเมือง การปกครอง เศรษฐกิจ ความต้องการจำเป็นของผู้เรียนและความต้องการจำเป็นในอนาคต
2. เป็นแนวทางในการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรก่อนนำไปใช้จริงโดยมุ่งพิจารณาความครบถ้วน ครอบคลุมตามปรัชญาและความต้องการจำเป็น
3. เป็นแนวทางในการชี้แนะ กำกับและตรวจสอบกระบวนการหรือขั้นตอนในการสร้างหลักสูตรในแต่ละขั้น เช่น การเลือก การกำหนดหรือออกแบบ และการจัดเรียงลำดับเนื้อหาหมวดประสบการณ์ กิจกรรมการเรียนการสอน เป็นต้น
4. เป็นแนวทางในการชี้แนะ กำกับ และตรวจสอบการนำหลักสูตรไปใช้ เช่น การกำหนดจุดประสงค์การเรียนการสอน การจัดกิจกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ การเลือก การใช้ และผลิตสื่อการเรียนการสอน การวัดและประเมินผล เป็นต้น
5. เป็นแนวทางในการกำกับการประเมินหลักสูตรว่ามีคุณภาพหรือประสิทธิภาพหรือไม่โดยพิจารณาว่าผู้เรียนบรรลุจุดหมายที่กำหนดไว้หรือไม่

6. บ่งบอกให้ผู้เรียนและสาธารณชนได้ทราบว่าหลักสูตรนั้นๆ มีความคาดหวังอะไร เพื่อให้ผู้เรียนจะได้เตรียมตัวล่วงหน้าและสาธารณชนจะได้วิพากษ์ว่ามีความเหมาะสมหรือไม่กับบริบททางสังคมในขณะนั้น

1.2 หลักการกำหนดจุดหมายของหลักสูตร

ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2529 : 68 – 69) และอัมพร บัวศรี (2542 : 165 – 169) ได้กล่าวถึงหลักการในการกำหนดจุดหมายของหลักสูตร ไว้สอดคล้องกัน ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

1. ต้องสอดคล้องกับปรัชญาหรืออุดมการณ์ของสังคม
2. ต้องสอดคล้องและส่งเสริมค่านิยมของสังคม
3. ต้องสนองความต้องการและแก้ปัญหาของสังคม
4. ต้องสนองความต้องการของผู้เรียน
5. ต้องสอดคล้องและส่งเสริมจุดหมายของหลักสูตรระดับอื่นด้วย
6. ต้องสามารถนำไปปฏิบัติได้
7. ต้องให้มีความสมดุลระหว่างความต้องการของผู้เรียนและสังคม
8. ต้องให้มีความสมดุลระหว่างความรู้และทักษะ และระหว่างทฤษฎีกับการปฏิบัติ
9. ต้องมีความสำคัญหรือคุณค่าต่อผู้เรียน
10. ต้องใช้ภาษาที่ชัดเจน
11. ต้องมีการพัฒนาผู้เรียนทั้งในด้านสติปัญญา ทักษะ และเจตคติ
12. ต้องตั้งอยู่บนรากฐานของความจริง
13. ต้องมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

นอกจากนี้ บุญชม ศรีสะอาด (2546 : 84 – 85) ได้ให้ข้อเสนอแนะเชิงหลักการว่า ในการกำหนดจุดหมายของหลักสูตร ต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. จุดหมายของหลักสูตรควรเป็นจุดหมายที่เป็นไปได้และเป็นสิ่งที่พึงปรารถนา
2. ครูและผู้วางแผนหลักสูตรจะต้องกำหนดจุดหมายให้ชัดเจน เพื่อให้สามารถใช้ความรู้เกี่ยวกับของหลักสูตรในการเลือกเนื้อหา อุปกรณ์ หรือกระบวนการนำการเรียนรู้ของผู้เรียนไปสู่จุดหมายปลายทางที่ตั้งไว้
3. ควรให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดจุดหมายของหลักสูตรหรืออย่างน้อยที่สุด ก็ต้องทำให้ผู้เรียนยอมรับและเห็นความสำคัญของจุดหมายของหลักสูตรที่ได้กำหนดขึ้น
4. การกำหนดจุดหมายของหลักสูตร จะต้องพิจารณาความต้องการของสังคม คุณลักษณะของผู้เรียน และประโยชน์ของวิชาต่างๆ เมื่อสภาพสังคม นักเรียน และเนื้อหาความรู้ ต่างก็มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จึงจำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนจุดหมายของหลักสูตรด้วยเช่นเดียวกัน

5. ในการกำหนดจุดจุดหมาย ควรพิจารณาถึงการบูรณาการระหว่างวิชาต่างๆ ด้วย เพราะนักเรียนจะต้องเรียนหลายวิชา การบูรณาการระหว่างวิชาต่างๆ นับว่าเป็นสิ่งที่จำเป็น

6. การกำหนดจุดจุดหมายจะต้องกำหนดทั้งชนิดที่สามารถบรรลุในช่วงสั้นในระหว่างสอน อันเป็นผลประโยชน์ต่อการประเมินผลเพื่อปรับปรุงการเรียนการสอน และจุดหมายที่จะบรรลุผลระยะยาวเมื่อสิ้นสุดการเรียนการสอนวิชานั้นๆ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการประเมินผลเมื่อสรุปบทเรียน

7. การกำหนดจุดจุดหมายควรใช้ภาษาที่ไม่ซับซ้อน มีความชัดเจน เข้าใจง่าย สามารถสื่อความหมายได้ตรงกันทุกฝ่ายทั้งครู ผู้บริหาร นักเรียน หรือผู้ปกครอง

8. การกำหนดจุดมุ่งหมายของหลักสูตรควรจะให้สอดคล้องกับจุดหมายการศึกษาในระดับอื่นๆ

1.3 ลักษณะของจุดจุดหมายหลักสูตรที่ดี

สังกัด อุทรานันท์ (2532 : 211 – 212) ได้กล่าวถึงจุดหมายของหลักสูตรที่ดีว่า ควรจะมีลักษณะที่สำคัญดังต่อไปนี้

1) ตั้งอยู่บนรากฐานทางการศึกษาอย่างถูกต้อง เช่น พื้นฐานทางปรัชญา จิตวิทยา สังคมวิทยา และธรรมชาติของความรู้ และจะต้องตั้งอยู่บนรากฐานของความจริงและสามารถนำไปปฏิบัติได้

2) สอดคล้องกับความต้องการของสังคม สามารถสนองความต้องการของสังคมและชาติ อันได้แก่ ความมุ่งหวังที่ให้แก่ผู้เรียนเป็นคนที่เห็นประโยชน์ของส่วนรวมและเสียสละ มีความรู้สึกชื่นชมภาคภูมิใจในชาติสามารถที่จะสร้างเสริมและมีศรัทธาในการปกครองระบอบประชาธิปไตยที่มีองค์พระมหากษัตริย์เป็นประมุข และเป็นผู้รับผิดชอบในฐานะพลเรือนดีของชาติ

3) สอดคล้องกับความต้องการของเด็ก สามารถสนองความต้องการของผู้เรียนตามหลักจิตวิทยาการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย เช่น ส่งเสริมให้เด็กเป็นคนกล้าแสดงออกในด้านความคิดเห็น สนองความต้องการของเด็กด้านความอบอุ่น การได้รับการยอมรับจากกลุ่ม

4) ต้องมุ่งสร้างค่านิยมขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม โดยให้รู้และเข้าใจว่าสิ่งใดควรอนุรักษ์ไว้ รู้จักสร้างสรรค์วัฒนธรรมให้เจริญก้าวหน้า

5) ต้องเน้นและส่งเสริมคุณสมบัติส่วนบุคคลของผู้เรียนให้มีความเจริญงอกงามหลายด้าน

6) จุดมุ่งหมายของหลักสูตรที่ดีจะช่วยให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์จากการศึกษาให้มากที่สุด ไม่ว่าจะเป็นด้านความรู้ความเข้าใจ ทักษะและเจตคติ อันจะก่อให้เกิดค่านิยมที่ถูกต้องและมีพฤติกรรมที่พึงปรารถนาของสังคม

7) ต้องมีความชัดเจนไม่คลุมเครือ และมีความต่อเนื่องกันทุกข้อโดยไม่มี ความขัดแย้งกัน

8) ควรจะยืดหยุ่นได้และเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสมกับสภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้

2. เนื้อหาสาระ

เนื้อหา หมายถึง ข้อมูล ความรู้ หรือสิ่งอันเป็นสาระ ซึ่งได้ถูกเลือกสรรจากวิชาต่างๆ ซึ่งเมื่อนำมาให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ จะทำให้ผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไป ตามจุดหมายที่กำหนดไว้ในหลักสูตร (อรรถ บัวศรี. 2542 : 222)

2.1 ความสำคัญของเนื้อหาสาระ

ธวัชชัย ชัยจิตยากุล (2529 : 156 – 159) ได้กล่าวถึง ความสำคัญของเนื้อหาสาระไว้ดังนี้

- 1) เนื้อหาสาระเป็นตัวกำหนดจุดหมายทางการศึกษา
- 2) เนื้อหาสาระเป็นตัวกำหนดกิจกรรมการเรียนการสอน
- 3) เนื้อหาสาระเป็นตัวกำหนดหลักสูตร
- 4) เนื้อหาสาระเป็นตัวกำหนดตำราเรียน หรือหนังสือเรียน
- 5) เนื้อหาสาระเป็นตัวกำหนดโครงสร้างของหลักสูตร
- 6) เนื้อหาสาระเป็นตัวกำหนดประเภทของหลักสูตร

ส่วน อรรถ บัวศรี (2542 : 225) และสุนีย์ ภูพันธ์ (2546 : 195) ได้กล่าวถึง ความสำคัญ ของเนื้อหาไว้เช่นเดียวกันสรุปได้ดังนี้

1) เนื้อหาเป็นดัชนีชี้พื้นฐานของหลักสูตร เป็นตัวกำหนดลักษณะของประสบการณ์การเรียนรู้ที่จะต้องจัดให้แก่ผู้เรียน อันได้แก่ กิจกรรมทั้งในและนอกชั้นเรียน และยังเป็นตัวกำหนดเครื่องมือการประเมินผลด้วย

2) เนื้อหาที่เป็นความรู้ เป็นสิ่งจำเป็นต่อการใช้เหตุผล เพราะการที่เรามีความรู้เพิ่มขึ้นจะทำให้เรามองเห็นความสัมพันธ์ ความเป็นเหตุผลของสิ่งต่างๆ มากขึ้น

3) เนื้อหาที่เป็นความรู้ย่อมส่งเสริมให้เกิดความรู้เพิ่มขึ้น เพราะความรู้ใหม่ย่อมต้องอาศัยความรู้เดิมเป็นพื้นฐาน ถ้าไม่มีความรู้เดิมอยู่เลยนั้นการที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ก็ย่อมยากลำบากมากกว่า

4) เนื้อหาที่เป็นความรู้ จะช่วยขยายขอบเขตของประสบการณ์ให้กว้างขวางขึ้น เพราะเมื่อเกิดความรู้ก็จะเกิดความต้องการแสวงหาความรู้เพิ่มขึ้น ผลก็คือได้รับประสบการณ์ใหม่ ซึ่ง

จะทำให้เข้าใจประสบการณ์เดิมได้อย่างไร นอกจากนี้ ประสบการณ์ใหม่ ยังช่วยให้มองเห็นความบกพร่องของประสบการณ์เดิม เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไข

2.2 ประเภทของเนื้อหาสาระ

ในการแบ่งประเภทของเนื้อหาวิชา ทาบา (Taba. 1962 : p 174 – 181) ได้วิเคราะห์และแบ่งประเภทเนื้อหาวิชาได้ 4 ประเภท คือ

1. เนื้อหาวิชาที่เป็นข้อเท็จจริงและกระบวนการ (Specific Facts and Processes) ได้แก่ เนื้อหาวิชาที่เป็นข้อมูลซึ่งแสดงความเป็นจริงของธรรมชาติรวมทั้งหลักเกณฑ์ต่างๆ ที่มีผู้กำหนดขึ้น เช่น วิธีการคิดเลขคณิต สูตรเคมี และข้อมูลเกี่ยวกับภูมิศาสตร์ เป็นต้น เป็นข้อมูลที่ต้องอาศัยการท่องจำและเป็นรากฐานไปสู่ความคิดพื้นฐานในระดับต่อไป

2. เนื้อหาวิชาที่เป็นแนวคิดพื้นฐาน (Basic Ideas) เป็นเนื้อหาวิชาในลักษณะนี้เป็นข้อมูลที่แฝงความหมายอยู่ด้วย เมื่อผู้เรียนเข้าใจแล้วและเห็นความสัมพันธ์เกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ก็สามารถนำความเข้าใจเกี่ยวกับความคิดและหลักการดังกล่าวไปอธิบายเหตุการณ์อื่นๆ ได้ เช่น เมื่อเข้าใจว่าเวลาที่ใช้ผ่านหลักหุ้มนกกล้อเวียนจะต้องเผื่อให้ร้อนเสียก่อน เมื่อหลักเย็นลงจะได้วัดแน่นอน นั่นคือเข้าใจในหลักการที่ว่าไปใช้และเกิดความเข้าใจได้ทันทีว่า ทำไมต้องเว้นช่องว่างไว้เล็กน้อยตรงรอยต่อของรางรถไฟ เป็นต้น เนื้อหาวิชาในระดับที่ 1 และ 2 นี้จะนำไปสู่ความเข้าใจในระดับสูงขึ้นไป

3. เนื้อหาวิชาที่เป็นมโนทัศน์ (Concepts) เป็นเนื้อหาวิชาที่เกี่ยวกับความเข้าใจในลักษณะร่วม หรือโครงสร้างและส่วนประกอบย่อยๆ ทั้งหมดของสิ่งของต่างๆ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม รวบรวมเอาความคิดเบื้องต้นมาสรุปเป็นความคิดรวบยอด ยกตัวอย่างเช่น หากสามารถแยกได้ถูกต้องในเรื่องการบวกและการลบในคณิตศาสตร์ หรือสามารถแยกความโลภ ความโกรธ ความหลงได้ ก็แสดงว่ามีความคิดรวบยอดหรือมโนทัศน์ที่ถูกต้องในสิ่งนั้นๆ การได้รับหรือมีความเข้าใจในเนื้อหาวิชาทั้งสามระดับข้างต้นที่กล่าวมาแล้ว จะทำให้ผู้เรียนมีความเข้าใจในระบบความคิดของศาสตร์นั้นๆ

4. เนื้อหาวิชาที่เป็นระบบความคิด (Thought System) เป็นเนื้อหาวิชาประเภทสูงสุด เป็นเนื้อหาที่ยากและซับซ้อนที่สุด แต่จะพัฒนาให้ผู้เรียนให้เข้าใจระบบความคิดของศาสตร์นั้นๆ และสามารถศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมได้ด้วยตนเองต่อไปทั้งในขณะที่ศึกษาอยู่ในสถานศึกษาหรือในสังคมปัจจุบันของตน

ส่วน สมิธ สแตนเลย์ และชอร์ส (จิตพิพย์ เชื้อรัตนพงษ์. 2539 : 78 – 79; อ้างอิงจาก Smith, Stanley ;& Shores. 1957. Fundamentals of Curriculum. pp.126 –130) ได้แบ่งเนื้อหาวิชาออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. เนื้อหาวิชาทั่วไป (General Subject Matter) หมายถึง เนื้อหาวิชาที่ผู้เรียนในสังคมต้องเรียน เป็นสิ่งที่ผู้เรียนจะได้เรียนรู้อย่างไม่เป็นทางการในครอบครัวหรือสังคมเพื่อมีชีวิตอยู่ร่วมกันได้ แต่ต่อมาสังคมเจริญขึ้นและมีความซับซ้อนมากขึ้น จึงจัดสอนในระบบโรงเรียน
2. เนื้อหาวิชาที่ต้องการความเชี่ยวชาญเฉพาะหรือเนื้อหาวิชาเฉพาะ (General Subject Matter) หมายถึง เนื้อหาวิชาที่จำเป็นต่อชีวิตมนุษย์ เป็นเนื้อหาวิชาที่ต้องการความเชี่ยวชาญพิเศษ หรือเทคนิคเฉพาะเพื่อการประกอบอาชีพทั่วไป
3. เนื้อหาวิชาเชิงพรรณนา (Descriptive Subject Matter) หมายถึง เนื้อหาวิชาที่เป็นข้อเท็จจริงและหลักการ (Facts and Principles) เช่น เนื้อหาในวิชาวิทยาศาสตร์และวิชาคณิตศาสตร์ เป็นต้น
4. เนื้อหาวิชาเชิงค่านิยม (Normative Subject Matter) หมายถึง เนื้อหาวิชาที่เกี่ยวกับกฎ กติกาต่างๆ ค่านิยมหรือมาตรฐานที่สังคมยึดถืออยู่ เช่น ศีลธรรมจรรยาบรรณของคน มาตรฐานในการยอมรับหรือตัดสินคุณค่าของงานศิลปะ กติกาต่างๆ ของเกม เป็นต้น

กาเย่ และบริกส์ (Gagne' & Briggs. 1974 : 53 – 54) ได้แบ่งประเภทของเนื้อหาสาระออกเป็น 3 ประเภท คือ ข้อมูลที่เป็นความรู้ เจตคติ และทักษะ ส่วนสังกัด อุทธานันท์ (2532 : 167) ได้จัดประเภทของเนื้อหาวิชาคล้ายๆ กับกาเย่และบริกส์ เพียงแต่ได้แบ่งประเภทของข้อมูลที่เป็นความรู้เพิ่มขึ้น โดยแบ่งเนื้อหาวิชาเป็น 5 ประเภทคือ (1) ข้อเท็จจริงและความรู้ธรรมดา (2) ความคิดรวบยอดและหลักการ (3) การแก้ปัญหาและการคิดสร้างสรรค์ (4) เจตคติและค่านิยม (5) ความสามารถและทักษะทางกาย

2.3 เกณฑ์ในการเลือกเนื้อหาสาระ

ทาบา (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. 2545 : 43 – 44; citing Taba. 1962. Curriculum Development : Theory & Practice. p.267 – 284) ได้เสนอหลักเกณฑ์หรือแนวทางในการพิจารณาเลือกเนื้อหาเอาไว้ดังนี้

1. เนื้อหาที่มีความเหมาะสมและสำคัญ (Validity & Significance of content) แม้คำว่าเหมาะสมเป็นคำที่ค่อนข้างยืดหยุ่น แต่ก็พอจะมีแนวทางในการสร้างความเห็นที่ตรงกันได้ โดยทั่วไปเราอาจมองความเหมาะสมได้ในประเด็นของความถูกต้องของเนื้อหา ทันสมัย นักวิชาการในแต่ละสาขายอมรับ เน้นที่ความคิดรวบยอด หลักการและระบบความคิดมากกว่าข้อเท็จจริง เป็นต้น

2. มีความสอดคล้องกับความเป็นจริงทางสังคม (Consistency with Social Realities) หลักสูตรที่มีประโยชน์ต่อการเรียนรู้ นั้น เนื้อหาและผลที่พึงได้รับจำเป็นจะต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงทางสังคมและวัฒนธรรมในเวลานั้น ในทางปฏิบัตินักพัฒนาหลักสูตรจะต้องรวบรวมเนื้อหาที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ในข้อที่ 1 ก่อน แล้วจึงพิจารณาต่อไปว่า มีเนื้อหาใดบ้างที่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของสังคม และยังขาดเนื้อหาใดอีกบ้างที่จำเป็นต่อการส่งเสริมความเป็นอยู่ของสังคมให้ดีขึ้น

3. มีความสมดุลระหว่างความกว้างและความลึกของเนื้อหา (Balance of Breadth and Depth) หลักสูตรที่ดีควรจะบรรจุเนื้อหาที่มีความกว้างและความลึกกลมกลืนกัน แต่ดูเหมือนว่า ความลึกของการทำความเข้าใจเนื้อหาและความกว้างของการครอบคลุมเนื้อหาเป็นหลักการที่ขัดกันอยู่ จึงเป็นหน้าที่ของผู้รับผิดชอบจะต้องหาจุดพอดีที่จะทำให้ความคิดที่มีลักษณะสุดโต่งที่อยู่กันคนละขั้ว ให้ผสมกลมกลืนกันได้

4. การจัดเนื้อหาจะต้องสนองลักษณะกว้างๆ ของจุดประสงค์ (Provision for Wide Range of Objectives) หลักสูตรควรจะจัดเนื้อหาที่สามารถบรรลุจุดหมายได้หลายอย่าง ไม่ใช่เพื่อให้เรียนรู้เนื้อหาประเภทจบในตัว แต่เป็นเนื้อหาที่นำไปสู่ความรู้ใหม่ และควรจะช่วยในการพัฒนาแนวทางต่างๆ เพื่อเสริมความคิด เจตคติ และความสนใจที่พึงประสงค์ ตลอดจนนิสัยและทักษะที่เหมาะสม

5. การจัดเนื้อหาจะต้องคำนึงถึงความสามารถที่ผู้เรียนจะได้เรียนรู้ได้ และสามารถปรับเนื้อหาให้เข้ากับประสบการณ์ของผู้เรียนได้ การจัดเนื้อหาของหลักสูตรที่สนองความสามารถของผู้เรียน และการปรับให้เข้ากับประสบการณ์ของผู้เรียนนั้น ได้แก่ การที่ผู้จัดทำหลักสูตรจะต้องคำนึงถึงภูมิหลังในด้านต่างๆ ของผู้เรียนที่ยับยั้งหรือเอื้อต่อการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ของ ผู้เรียน ถ้าจะกล่าวในเชิงจิตวิทยาก็จะต้องหมายถึงการคำนึงถึงการถ่ายโอนการเรียนรู้ คือนำประสบการณ์เก่าหรือสิ่งที่เรียนรู้มาแล้วมาช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ใหม่

6. เนื้อหาของหลักสูตรจะต้องมีความเหมาะสมกับความต้องการ (needs) และความสนใจของผู้เรียน ความต้องการดังกล่าวนี้เป็นการยึดสังคมและวัฒนธรรมเป็นหลัก แล้วให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะสนองความต้องการที่สังคมวางไว้ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ในสังคมอย่างมีความสุข ความต้องการอีกด้านหนึ่งจะมองที่ช่องว่างสภาพในปัจจุบันของปัจเจกบุคคลกับจุดหมายที่พึงปรารถนา เช่น ความต้องการที่จะมีผลสัมฤทธิ์ในวิชาต่างๆ อย่างเป็นที่น่าพอใจ

ส่วน สจัด อุทรานันท์ (2532 : 170 – 172) ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 82 – 83) และ รุจิร ภูสาระ (2546 : 112 – 114) ได้เสนอหลักเกณฑ์ในการเลือกเนื้อหาเพื่อนำมาบรรจุไว้สอดคล้องกัน สรุปได้ดังนี้

1) เกณฑ์ความถูกต้อง (Criterion of Validity)

สิ่งที่ถือว่ามีค่าความถูกต้องนั้น คือสิ่งที่สามารถพิสูจน์ได้หรือเป็นความจริงตามสภาพ โดยเหตุที่ความเจริญก้าวหน้าทางวิชาการมีมาก ดังนั้น จึงมีการค้นพบข้อมูลความจริงใหม่ๆ เพิ่มขึ้นอยู่เสมอ เป็นเหตุให้ข้อมูลความรู้เก่าๆ ล้าสมัยหรือขาดถูกต้องตรวจสอบและเลือกเอาสิ่งที่ถูกต้องหรือเป็นความจริงเท่านั้น

2) เกณฑ์แห่งความสามารถที่จะเรียนรู้ได้ (Criterion of Learnability)

การเลือกเนื้อหาควรพิจารณาว่าผู้เรียนจะเรียนได้หรือไม่เป็นเกณฑ์สำคัญประการหนึ่งในการเลือกเนื้อหา เหตุผลในการกำหนดหลักสูตรและการสอน คือ ช่วยให้ผู้เรียนเกิดแนวคิดและความรู้ในข้อเท็จจริง ดังนั้น เนื้อหาที่เลือกจึงควรพิจารณาความสามารถในการเข้าใจและสามารถเรียนรู้ได้เป็นเกณฑ์สำคัญในการเลือกด้วย

3) เกณฑ์แห่งความสำคัญ (Criterion of Significance)

ความสำคัญและความจำเป็นหรือเป็นประโยชน์ ถือว่าเป็นหลักเกณฑ์ที่สำคัญของการเลือกเนื้อหาสาระ โดยหลักการข้อนี้ถึงแม้เราพบว่าความรู้ในปัจจุบันมีอยู่มากมายมหาศาล แต่ถ้าพิจารณาโดยยึดหลักเกณฑ์ของความสำคัญและความจำเป็นหรือเป็นประโยชน์ต่อผู้เรียนแล้ว เราก็ย่อมจะสามารถคัดเลือกเอาเฉพาะส่วนที่มีความเหมาะสมเท่านั้น มาบรรจุไว้ในหลักสูตร

4) เกณฑ์แห่งความสนใจ (Criterion of Interest)

ความสนใจของผู้เรียนเป็นเกณฑ์อันหนึ่งที่ใช้ในการพิจารณาเลือกเนื้อหาสาระ หลักเกณฑ์ข้อนี้สืบเนื่องมาจากการเรียนรู้ที่กล่าวว่าผู้เรียนจะเรียนได้ดีที่สุด ถ้าสิ่งที่เรียนนั้นเป็นสิ่งที่ผู้เรียนมีความสนใจ ในทางตรงข้ามถ้าเลือกเนื้อหาโดยละเลยความสนใจของผู้เรียนแล้ว จะทำให้การเรียนเนื้อหานั้นเป็นเรื่องเบื่อหน่ายสำหรับผู้เรียน ผลการเรียนก็อาจจะออกมาไม่ดีนัก

5) เกณฑ์แห่งความสอดคล้องกับความเป็นจริงในสังคม (Criterion of Consistency with Social Reality)

เกณฑ์ข้อนี้เป็นข้อเสนอจากนักการศึกษาบางคนว่า เนื้อหาที่เลือกควรจะทำให้เกิดประโยชน์กับโลกรอบๆ ตัวเรา ซึ่งหมายความว่า ควรจะสอดคล้องกับความเป็นจริงในสังคมความเป็นจริงดังกล่าวได้แก่

- พัฒนาเจตคติ และค่านิยมที่เป็นสากล
- เข้าใจเกี่ยวกับธรรมชาติ การจัดการธรรมชาติ และการเปลี่ยนแปลง
- เข้าใจวัฒนธรรมกลุ่ม
- พัฒนาความคิดที่เป็นอิสระ
- ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ ความคิดรอบข้างตน

6) เกณฑ์แห่งการนำไปใช้ (Criterion of Utility)

เกณฑ์ข้อนี้ควรจะใช้ในการเลือกรายวิชาในโรงเรียน ซึ่งจะมีประโยชน์สำหรับผู้เรียนในการจัดการทั้งในปัจจุบัน และอนาคต เกณฑ์นี้เป็นการนำมาพิจารณาว่าการเลือกเนื้อหาจะนำมาใช้ในการใช้วิชาเฉพาะต่างๆ ได้อย่างไร การศึกษาเรื่องนี้ควรใช้วิธีวิจัยมาช่วยพิจารณาตัดสินเลือกเนื้อหาหลายๆ ด้านในเนื้อหาวิชาที่ต้องใช้บ่อยๆ

7) เกณฑ์แห่งความสอดคล้องกับจุดประสงค์ (Criterion of Appropriateness to Objectives) เนื้อหาควรจะมี ความสอดคล้องและตอบสนองจุดประสงค์ของหลักสูตร

2.4 แนวทางในการจัดเนื้อหาสาระ

สังัด อุทรานันท์ (2532 : 176) บุญชม ศรีสะอาด (2528 : 36 – 38) และสุนีย์ ภูพันธ์ (2546 : 205 – 207) กล่าวถึง แนวทางในการจัดเนื้อหาไว้สอดคล้องกันดังนี้

1) จัดเรียงลำดับเนื้อหาสาระจากง่ายไปหายาก หรือจากสิ่งที่ไม่ซับซ้อนไปสู่สิ่งที่มีความสลับซับซ้อน

2) จัดเนื้อหาจากส่วนรวมก่อนส่วนย่อย

3) จัดเนื้อหาจากสิ่งที่เป็นรูปธรรมก่อนนามธรรม

4) จัดเนื้อหาจากสิ่งที่เป็นพื้นฐานก่อนสิ่งที่เป็นความรู้ขั้นสูง

5) จัดเนื้อหาเรียงตามลำดับเวลาให้เห็นความต่อเนื่องกัน

6) จัดเนื้อหาจากสิ่งใกล้ตัวไปสู่สิ่งไกลตัวผู้เรียน

7) จัดเนื้อหาตามหัวข้อเรื่อง

3. กิจกรรมการเรียนการสอน

กิจกรรมการเรียนการสอน คือ การปฏิบัติใดๆ ก็ตาม ที่ผู้สอนจัดให้ผู้เรียนเมื่อให้ผู้เรียนบรรลุจุดมุ่งหมายของหลักสูตร ซึ่ง อารมณ์ ใจเที่ยง (2540 : 72 – 75) และ อารมณ์ บัวศรี (2542 : 72 – 75) และได้กล่าวถึงหลักเกณฑ์ ในการกำหนดกิจกรรมการเรียนการสอนไว้ดังนี้

1. เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับเจตนารมณ์ของหลักสูตร โดยหลักสูตรปัจจุบันมุ่งหวังให้ผู้เรียนคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น เกิดทักษะกระบวนการต่างๆ เช่น กระบวนการคิด การแก้ปัญหา เป็นต้น ดังนั้นผู้สอนจึงต้องสอนวิธีการคิด วิธีการทำ วิธีการแก้ปัญหาและสอนอย่างมีลำดับขั้นตอนที่มีประสิทธิภาพ จัดกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ใช้วิธีสอนที่หลากหลายเพื่อให้ผู้เรียนเกิดคุณสมบัติตามที่หลักสูตรมุ่งหวัง

2. เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับจุดประสงค์การสอน เช่น การสอนมีจุดประสงค์เน้นพฤติกรรมด้านทักษะ ดังนั้นผู้สอนต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยให้ผู้เรียนได้ลงมือฝึกปฏิบัติเพื่อให้เกิดทักษะ

3. เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องและเหมาะสมกับวัย ความสามารถ ความสนใจของผู้เรียน

4. เป็นกิจกรรมที่สอดคล้องกับลักษณะของเนื้อหาวิชา เช่น เนื้อหาวิชาประเภทการแก้ปัญหา ก็ต้องให้ผู้เรียนได้คิดแก้ปัญหาและเปิดโอกาสให้แสดงความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ปัญหานั้น

5. จัดกิจกรรมให้มีลำดับขั้นตอน เพื่อให้ผู้เรียนให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างต่อเนื่อง ไม่สับสน และสามารถโยงความสัมพันธ์ของเนื้อหาที่เรียนได้ การจัดลำดับขั้นตอนควรเริ่มจากง่ายไปยาก ธรรมดาไปนามธรรม ไกลตัวไปใกล้ตัว และส่วนรวมไปส่วนตัวจะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี

6. เป็นกิจกรรมที่น่าสนใจโดยใช้สื่อการสอนที่เหมาะสม

7. เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนเป็นกระทำกิจกรรม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองผู้สอนเป็นผู้อำนวยความสะดวก ส่วนตัวความรู้เป็นผลพลอยได้จากการกระทำกิจกรรม โดยระหว่างการทำกิจกรรม ผู้เรียนจะเกิดการพัฒนาดตนเองทางความคิด การปฏิบัติ การแก้ปัญหา การทำงานร่วมกัน การวางแผนการและเทคนิควิธีการต่างๆ ที่เรียกว่า “เรียนรู้วิธีการหาความรู้”

8. เป็นกิจกรรมที่ทำทลายความคิดความสามารถของผู้เรียน ฝึกฝนวิธีการแสวงหาความรู้และการแก้ปัญหาด้วยตนเอง จะทำให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของสิ่งที่เรียนและได้รับประโยชน์จากการเรียนอย่างแท้จริง

9. เป็นกิจกรรมที่ใช้เทคนิควิธีสอนหลากหลายให้เหมาะสมกับสถานการณ์ ทำให้ผู้เรียนเกิดความกระตือรือร้นในการเรียนและเกิดการเรียนรู้อย่างแท้จริง

10. เป็นกิจกรรมที่สร้างบรรยากาศที่รื่นรมย์ สนุกสนาน และเป็นกันเอง เพราะทำให้ผู้เรียนเรียนด้วยความสุข สบายใจ ไม่ตึงเครียด อันส่งผลให้ผู้เรียนเกิดเจตคติที่ดีต่อวิชาที่เรียน

11. จัดกิจกรรมแล้วต้องมีการวัดผลการใช้กิจกรรมนั้นทุกครั้งเพื่อค้นหาข้อดี ข้อบกพร่องแล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขสำหรับใช้ในครั้งต่อไป ในการวัดผลควรมีทั้งการวัดผลระหว่างที่ผู้เรียนทำกิจกรรมและภายหลังการทำกิจกรรม โดยผู้สอนอาจใช้วิธีการสังเกต ชักถาม ตรวจสอบผลงาน หรือทดสอบเมื่อวัดผลแล้วถ้าพบว่ากิจกรรมนั้นทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดีก็สามารถนำไปใช้ได้ต่อไป แต่ถ้าผู้เรียนพบปัญหาขณะปฏิบัติกิจกรรม ผู้สอนควรได้วิเคราะห์หาสาเหตุและแก้ไขให้ตรงจุด

12. เป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับทรัพยากรที่มีอยู่ ทรัพยากรในที่นี้ หมายถึง สื่อวัสดุ อุปกรณ์งบประมาณ ตลอดจนบุคลากรที่มีอยู่

13. เป็นกิจกรรมที่ให้โอกาสชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินการ

ส่วนรุจิร ภูสวระ (2546 : 121) กล่าวว่า ก่อนที่จะกำหนดเกณฑ์การเลือกกิจกรรมการเรียนการสอน ควรจะพิจารณาหลักการ 10 ประการ ในการเรียนรู้ซึ่งหลักการดังกล่าวประกอบด้วย

1. การเรียนเป็นการกระทำเชิงรุก (Active) มากกว่าเชิงรับ (Passive)
2. การเรียนจะมีประสิทธิภาพได้ ถ้าผู้เรียนเข้าใจว่าเขากำลังเรียนอะไร
3. ความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้งในตัวบุคคลเองและในทางสังคมย่อมมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน
4. แรงจูงใจและค่านิยมของผู้เรียนมีอิทธิพลอย่างมากต่อการเรียน
5. ผู้เรียนสามารถสรุปเชื่อมโยง และจำแนกได้ดี ถ้ามีการนำเสนอประสบการณ์ที่

หลากหลาย

6. การเรียนอาจเกิดขึ้นได้มากมาย แม้ว่าจะตั้งเป้าหมายที่ได้ผลผลิตเพียงอย่างเดียวก็ตาม
7. ผู้เรียนสามารถตอบสนองได้หลายอย่างต่อการสอนที่มาจากสถานการณ์การเรียนอย่างเดียวกัน
8. การเรียนจะมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้นถ้ามีการให้สิ่งเสริมแรงทันที ขณะที่มีกิจกรรมการเรียนการสอน
9. การเรียนจะบังเกิดผลดีมากขึ้น ถ้ามีการตอบสนองสถานการณ์ในการเรียนซ้ำๆ กัน
10. การถ่ายโยงการเรียนรู้สามารถกระทำได้ ถ้าสถานการณ์การเรียนรู้และโอกาสในการถ่ายโยงการเรียนรู้เชื่อมอำนวย

4. การวัดผลประเมินผล

การวัดผลประเมินผล เป็นกระบวนการตรวจสอบว่า ผู้เรียนมีคุณลักษณะ ความรู้ ความสามารถ สอดคล้องตามจุดประสงค์ของการเรียนการสอนหรือไม่ ดังนั้น การวัดผลประเมินผลจึงมีความสำคัญมาก เพราะเป็นกระบวนการตรวจสอบความสำเร็จของการจัดการศึกษา หรือกล่าวได้ว่าเป็นการตรวจสอบความสำเร็จหลักสูตรก็ได้เช่นเดียวกัน

5.1 ลักษณะของการวัดผลประเมินผลที่ดี

ใจทิพย์ เข็วรัตนพงษ์ (2539 : 102) ได้กล่าวถึง ลักษณะของการวัดผลประเมินผลที่ดีว่าควรมีลักษณะดังนี้

- 1) ต้องยึดจุดประสงค์เป็นหลัก
- 2) ควรใช้เครื่องมือที่หลากหลายเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการประเมินผล
- 3) ควรวัดผลประเมินผลนักเรียนบ่อยๆ คือ ทั้งก่อนเรียน ระหว่างเรียน และหลังเรียน

- 4) ควรมีการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือวัดให้ดีขึ้นอยู่เสมอ
 - 5) เมื่อตรวจพบว่าผู้เรียนไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน ครูผู้สอนควรหาวิธีปรับปรุงแก้ไขนักเรียนให้ดีขึ้น เช่น การสอนซ่อมเสริม
 - 6) ครูผู้สอนต้องนำผลที่ได้จากการวัดผลประเมินผลการเรียนมาเป็นข้อมูลในการปรับปรุงการสอนของครูให้ดีขึ้น
 - 7) ครูควรเตรียมเครื่องมือวัดผลและตั้งเกณฑ์ไว้ล่วงหน้า และใช้เครื่องมือวัดอย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับจุดหมาย
 - 8) การวัดผลประเมินผลการเรียนบางวิธีการใช้ภาษาหรือถ้อยคำ และเวลาให้เหมาะสมกับวุฒิภาวะและระดับชั้นของผู้เรียน
- ส่วน วัฒนาพร ระงับทุกข์ (2545 : 232) ได้เสนอหลักการวัดผลประเมินผลตามหลักสูตรสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2544 ไว้ดังนี้
1. สถานศึกษาเป็นผู้รับผิดชอบประเมินผลการเรียนของผู้เรียน โดยเปิดโอกาสให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วม
 2. การวัดและประเมินผลการเรียนต้องสอดคล้องและครอบคลุมมาตรฐานการศึกษาที่กำหนดในหลักสูตร
 3. การประเมินผลการเรียนต้องประกอบด้วย การประเมินเพื่อปรับปรุงพัฒนาผู้เรียน การจัดการเรียนการสอนและการประเมินเพื่อตัดสินผลการเรียน
 4. การประเมินผลเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการจัดการเรียนการสอนต้องดำเนินการด้วยวิธีการที่หลากหลายเหมาะสมกับสิ่งที่ต้องการวัด ธรรมชาติของวิชา และระดับช่วงชั้นของผู้เรียน
 5. ให้มีการประเมินความสามารถของผู้เรียน ในการอ่านคิดวิเคราะห์และเขียนสื่อความในแต่ละช่วงชั้น
 6. ให้มีการประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียนช่วงชั้น
 7. ให้มีการประเมินคุณภาพผู้เรียนในระดับชาติ ในแต่ละช่วงชั้น
 8. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนตรวจสอบผลการประเมินผลการเรียนได้
 9. ให้มีการเทียบโอนผลการเรียนระหว่างสถานศึกษาและรูปแบบการศึกษาได้

5.2 ประเภทของการวัดผลประเมินผล

สมศักดิ์ สินธุระเวชญ์ (2545 : 15 – 18) ได้กล่าวถึง การวัดผลประเมินผล ซึ่งแบ่งออกเป็น

3 ประเภท คือ

- 1) การประเมินผลก่อนเรียน (Pre – Evaluation) เป็นการประเมินก่อนที่จะเริ่มต้นจัด

กิจกรรมการเรียนการสอน โดยมีจุดประสงค์ดังนี้

- 1.1 เพื่อพิจารณาว่าผู้เรียนมีทักษะที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้เพียงใด
- 1.2 เพื่อพิจารณาว่าในการจัดการเรียนรู้ควรจะวางผู้เรียนอยู่ในตำแหน่งใดของลำดับขั้นการเรียนรู้
- 1.3 เพื่อพิจารณาว่าส่วนใดของการเรียนรู้ที่ผู้เรียนพร้อมจะรอบรู้
- 1.4 เพื่อเป็นการวัดพื้นฐานเบื้องต้นของผู้เรียน ซึ่งจะช่วยให้รู้ว่าในระหว่างเรียนรู้ผู้เรียนมีการเรียนรู้เพิ่มขึ้นอย่างไร
- 1.5 เพื่อเป็นการวางแผนการสอนโดยพิจารณาว่าจะต้องเริ่มต้นอย่างไร จึงจะเหมาะสมกับสภาพของผู้เรียน

2) การประเมินผลระหว่างเรียน (Formative Evaluation) เป็นการประเมินเพื่อปรับปรุงการเรียนรู้และปรับปรุงการจัดการเรียนการสอน ซึ่งจุดประสงค์ของการประเมินผลระหว่างเรียน คือ

- 2.1 เพื่อต้องการทราบว่า ผู้เรียนบรรลุผลการเรียนรู้ที่ตั้งไว้หรือไม่เพียงใด
- 2.2 เพื่อต้องการทราบว่า ผู้เรียนบรรลุผลการเรียนรู้ถึงขั้นตอนใด
- 2.3 เพื่อต้องการทราบว่า ผู้เรียนบกพร่องในผลการเรียนรู้ใด
- 2.4 เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นรายบุคคลหรือกลุ่มย่อย
- 2.5 เพื่อช่วยให้ใช้วัสดุการเรียนและวิธีการจัดการเรียนการสอนที่ถูกต้องในการแก้ไขข้อบกพร่องการเรียนรู้ของผู้เรียน
- 2.6 เพื่อใช้ข้อมูลจากการประเมินในการปรับปรุงวิธีการจัดการเรียนการสอน สื่อ หรือลำดับขั้นการจัดการเรียนรู้
- 2.7 เพื่อการเก็บคะแนน

3) การประเมินผลรวม (Summative Evaluation) เป็นการประเมินเมื่อสิ้นสุดการจัดการเรียนการสอนในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ หรือประเมินผลกลางภาคหรือประเมินผลปลายภาค หรือประเมินผลปลายปี โดยมีจุดประสงค์ คือ

- 3.1 เพื่อศึกษาว่าผู้เรียนมีความรู้ทั้งสิ้นเท่าไร
- 3.2 เพื่อศึกษาว่าผู้เรียนเก่งหรืออ่อนในเนื้อหาสาระใด
- 3.3 เพื่อศึกษาว่าต้องแก้ไขปรับปรุงการจัดการเรียนการสอนโดยรวมในเรื่องใดวิชาใด
- 3.4 เพื่อตัดสินผลการเรียนรู้
- 3.5 เพื่อพยากรณ์ความสำเร็จในรายวิชาที่ต่อเนื่องต่อไป

3.6 เพื่อเปรียบเทียบผลลัพธ์บางประการของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม

3.7 เพื่อให้คะแนนการสอน

5.3 วิธีการวัดผลประเมินผล

ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 98 – 101) กล่าวถึงวิธีการวัดผลประเมินผลการเรียนการสอนว่าจำแนกเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ

1. การวัดโดยใช้การทดสอบ (Testing Technique) เป็นการวัดโดยมีแบบทดสอบ (Test) เป็นเครื่องมือในการวัดแบ่งออกเป็น 3 ชนิด คือ

1.1 แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ (Achievement Test) เป็นข้อสอบที่มุ่งวัดคุณลักษณะทางด้านความรู้ ความคิด และความสามารถหรือพุทธิพิสัยและทักษะพิสัย แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ แบบทดสอบที่ผู้สอนสร้างขึ้นเอง (Teacher – made Test) และแบบทดสอบมาตรฐานซึ่งเป็นแบบทดสอบที่สร้างและผ่านกระบวนการพัฒนามีคุณภาพได้มาตรฐาน ส่วนใหญ่จะใช้ในการวัดผลสัมฤทธิ์แบบรวบยอด

1.2 แบบทดสอบวัดความถนัดและเชาว์ปัญญา (Aptitude and Intelligence Test) เป็นข้อสอบที่มุ่งวัดคุณลักษณะทางด้านพุทธิพิสัยและทักษะพิสัย เป็นข้อสอบที่วัดความสามารถของผู้เรียนว่าจะเรียนได้มากน้อยแค่ไหนหรือมีความถนัดในทางใด

1.3 แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพ (Personality Test) เป็นเครื่องมือในการวัดคุณลักษณะด้านความรู้สึกหรือจิตพิสัย เช่น เจตคติ ค่านิยม ความเชื่อ เป็นต้น และวัดบุคลิกภาพของบุคคล ส่วนรูปแบบของข้อสอบมี 3 รูปแบบ คือ ข้อสอบแบบปากเปล่า (oral test) ข้อสอบแบบข้อเขียน (written test) ซึ่งเป็นแบบอัตนัยและแบบปรนัย และข้อสอบภาคปฏิบัติ (performance test)

2. การวัดโดยไม่ใช้การทดสอบ (Non – testing Technique) แบ่งออกเป็น

2.1 การสอบถาม (Questioning) มักใช้ถามข้อเท็จจริงและความคิดเห็นต่างๆ เช่น แบบสอบถามแบบเปิด แบบสอบถามแบบปิด

2.2 การสัมภาษณ์ (Interview) เช่น การสัมภาษณ์เป็นแบบทางการ การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ

2.3 การสังเกต (Observation) มักใช้วัดคุณลักษณะด้านจิตพิสัย และทักษะพิสัย ในการสังเกตพฤติกรรมผู้เรียนนั้น ผู้สอนอาจจะเฝ้าดูพฤติกรรมต่างๆ โดยที่ไม่ได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการสังเกตไว้ล่วงหน้า แต่จะจดบันทึกพฤติกรรมที่สังเกตได้ทั้งหมด หรือผู้สอนจะเฝ้าดูโดยมีการเตรียมการในสิ่งที่ต้องการสังเกตแล้วจดบันทึกเฉพาะข้อมูลที่ต้องการศึกษาเท่านั้น

2.4 การวัดผลงาน (Product Evaluation) โดยผู้เรียนต้องมีผลงานที่ใช้วัด ส่วนผู้ประเมินต้องตั้งเกณฑ์ในการวัดล่วงหน้าซึ่งในแต่ละเกณฑ์อาจมีน้ำหนักเท่ากันหรือไม่เท่ากันก็ได้

5.4 ขั้นตอนการวัดผลประเมินผล

อามร บัวศรี (2542 : 258 – 259) กล่าวว่า การวัดผลประเมินผลเป็นกระบวนการที่มีระบบ และมีขั้นตอน ซึ่งโดยทั่วไปแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน คือ

1. การกำหนดจุดประสงค์ของการประเมิน
2. การเลือกเครื่องมือสำหรับวัดสิ่งที่ต้องการประเมิน
3. การวัดผลการเรียนรู้ด้วยเครื่องมือที่เลือกไว้
4. การเปรียบเทียบผลที่วัดได้กับมาตรฐานที่กำหนด
5. การประเมินผล

5.5 การวัดทักษะกระบวนการ

วัลลภ กันทรัพย์ (2534 : 53) ได้ให้ข้อเสนอแนะถึงวิธีการวัดและประเมินทักษะกระบวนการว่า สามารถวัดได้ใน 3 ส่วนคือ

- 1) ส่วนความรู้ ความคิดที่ถูกต้องเหมาะสม เช่น วิเคราะห์เปรียบเทียบโดยมีข้อมูล ประกอบ ความเป็นเหตุเป็นผล เป็นต้น
- 2) ส่วนการปฏิบัติ เช่น ปฏิบัติอย่างมีแผน ปฏิบัติเป็นขั้นตอนครบถ้วน ปฏิบัติไป ตรวจสอบไปและปรับปรุง เป็นต้น
- 3) ส่วนความรู้สึก เช่น ความคิดเห็น ความพึงพอใจ เป็นต้น

5.6 ประโยชน์ของการวัดผลประเมินผล

สมนึก ภัททิยธนี (2541 : 9) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการวัดผลประเมินผลไว้ดังนี้

1. ประโยชน์ต่อนักเรียน

- 1.1 ช่วยให้นักเรียนได้ทราบว่าตนเองมีความรู้ ความสามารถ เด่น - ด้อยเพียงใด มีความสามารถอยู่ในระดับใด และหากมีข้อบกพร่องจะได้ปรับปรุงแก้ไข
- 1.2 ช่วยให้นักเรียนเห็นความสามารถและความถนัดของตนเอง ทำให้เข้าใจตนเองยิ่งขึ้น
- 1.3 ช่วยให้เกิดแรงจูงใจในการเรียนและเข้าใจบทเรียนเพิ่มขึ้น
- 1.4 ช่วยให้นักเรียนเข้าใจในเนื้อหาที่เรียนได้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพราะการสอบแต่ละครั้ง นักเรียนจะต้องเตรียมตัวเพื่อให้ได้คะแนนมากๆ จึงมีการทบทวนเนื้อหาวิชาที่จะสอบหรือมีการซักถาม ทบทวนกันระหว่างเพื่อนฝูง
- 1.5 ทำให้นักเรียนได้ทราบจุดมุ่งหมายในการเรียนเพราะก่อนประเมินผลครูจะแจ้งให้ผู้เรียนทราบจุดประสงค์การเรียนทุกครั้ง

2. ประโยชน์ต่อครูผู้สอน

- 2.1 ช่วยให้ครูทราบระดับความสามารถของผู้เรียนว่าเก่งอ่อนเพียงไร เก่งอ่อนด้านใด เพื่อหาทางช่วยเหลือและสนับสนุนให้ดีขึ้น
- 2.2 ช่วยให้ครูทราบว่านักเรียนบรรลุจุดประสงค์การเรียนรู้หรือไม่ เพียงไร ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าเทคนิควิธีสอนที่ครูใช้ว่าเหมาะสมเพียงไร
- 2.3 ช่วยให้ทราบถึงประสิทธิภาพในการสอนของครูว่ามีประสิทธิภาพเพียงไร จะได้พัฒนาให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
- 2.4 ช่วยให้ครูทราบแนวทางในการปรับปรุงเทคนิคการสอนให้เหมาะสม และมีประสิทธิภาพ
- 2.5 หากมีการจัดกลุ่มเพื่อการเรียนการสอนจะช่วยให้ครูสามารถจัดกลุ่มได้เหมาะสมยิ่งขึ้น
- 2.6 ใช้เป็นเครื่องมือกระตุ้นให้นักเรียนเกิดความสนใจเรียนยิ่งขึ้น
- 2.7 เป็นข้อมูลให้ครูได้เตรียมการสอนได้ดีขึ้น
- 2.8 ช่วยให้ครูรู้จักนักเรียนในด้านต่างๆ ได้ละเอียดมากขึ้น
- 2.9 ช่วยให้ครูสามารถรายงานผลการศึกษาให้นักเรียน ผู้ปกครอง อาจารย์ ฝ่ายแนะแนวและสถาบันการศึกษาที่นักเรียนจะไปเรียนต่อได้ทราบ

3. ประโยชน์ต่อฝ่ายแนะแนว

- 3.1 ให้ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับนักเรียนที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษา
- 3.2 ช่วยให้เห็นปัญหาของนักเรียนมากขึ้น
- 3.3 ช่วยให้ครูสามารถแนะนำแนวทางแก้ปัญหการเรียนรู้และการและปัญหาส่วนตัวของนักเรียนได้ผลยิ่งขึ้น
- 3.4 ช่วยในการแนะแนวทางให้นักเรียนเลือกวิชาเรียนและอาชีพได้เหมาะสม เพราะการวัดผลและประเมินผลจะช่วยให้เราทราบว่าใครถนัดด้านใด อย่างไร
- 3.5 ช่วยให้ผู้ปกครองรู้จักและเข้าใจเด็กของตนยิ่งขึ้น
- 3.6 ช่วยให้ฝ่ายแนะแนว เสนอแนวทางปรับปรุงแก้ไขการเรียนการสอนต่อผู้บริหาร

4. ประโยชน์ต่อฝ่ายบริหาร

- 4.1 ทำให้ทราบสถานภาพต่างๆ ของโรงเรียน เช่น มาตรฐานความรู้ของนักเรียนว่าอยู่ในระดับใด ดีขึ้นหรือเลวลง อันเป็นผลประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของโรงเรียนได้

4.2 ช่วยในการวางแผนการเรียนการสอน และการบริหารโรงเรียนให้ถูกต้องยิ่งขึ้น
เช่น การจัดครูเข้าชั้น การส่งเสริมการสอนเด็กเรียนช้า การจัดการสอนซ่อมเสริม เป็นต้น

4.3 ช่วยในการตัดสินใจเกี่ยวกับการจัดการศึกษาของโรงเรียน ได้แก่ การเลื่อนชั้น การ
รับนักเรียนเข้าใหม่ การจัดชั้นเรียน และแนวทางการใช้หลักสูตร

4.4 ทำให้ทราบคุณภาพของครูในโรงเรียนว่ามีคุณภาพเพียงไร

4.5 ใช้เป็นข้อมูลในการประชาสัมพันธ์โรงเรียนให้เป็นประชาชนและผู้ปกครอง

ทราบ

4.6 ใช้เป็นข้อมูลในการตัดสินใจแก้ปัญหาและการดำเนินการด้านต่างๆ

5. ประโยชน์ด้านการวิจัย

5.1 ใช้ข้อมูลพื้นฐานที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัย

5.2 ใช้เป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลวิจัย

จากการแนวคิดเกี่ยวกับการกำหนดองค์ประกอบของโครงร่างหลักสูตร ดังที่กล่าวมาสามารถ
สรุปได้ดังตาราง 3



ตาราง 3 แสดงแนวคิดเกี่ยวกับวิธีการกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตรที่นำไปใช้ในการพัฒนาหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

การกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร	องค์ประกอบหลักสูตร			
	จุด หมาย	สาระ กิจกรรม	กิจกรรม	วัดผล ประเมินผล
1. การกำหนดวัตถุประสงค์ - ความสำคัญ (สงัด อุทรานันท์:2532 ;สุนีย์ เหมาะ ประสิทธิ์ :2537) เป็นตัวกำหนดทิศทางของหลักสูตรว่าจะพัฒนาผู้เรียนไปในทิศทางใด รวมถึงเป็นตัวกำหนดหรือเป็นแนวทางในการกำหนดองค์ประกอบอื่นๆ ของหลักสูตร - หลักการกำหนดจุดหมาย (ใจทิพย์ เชื้อรัตน์ พงษ์:2539 ;ธำรง บัวศรี :2542 ;บุญชม ศรีสะอาด :2546) ต้องมีความชัดเจน สามารถนำไปปฏิบัติได้ ต้องมุ่งพัฒนาผู้เรียนครบทุกด้านอย่างสมดุล และจะต้องสอดคล้องกับความคาดหวังของสังคม	✓			
2. การกำหนดเนื้อหาสาระ - ความสำคัญ (ธวัชชัย ชัยจิรฉายากุล:2529;ธำรง บัวศรี :2542 ; สุนีย์ ภูพันธ์:2546) เนื้อหาเป็นตัวกำหนดองค์ประกอบอื่นๆ ของหลักสูตร เช่น กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ รวมถึงเป็นตัวกำหนดโครงสร้างของหลักสูตร - ประเภทของเนื้อหาสาระ (ทาบา:1962; สมิธ แสตนเลย์ และซอร์ :1950 ;กาเย่ และบริกส์ :1974) เนื้อหาที่เป็นข้อเท็จจริง ที่เป็นกระบวนการ ที่เป็นระบบความคิด ที่เป็นความคิดรวบยอดหลักการ และเนื้อหาที่เป็นค่านิยม		✓		

ตาราง 3 (ต่อ)

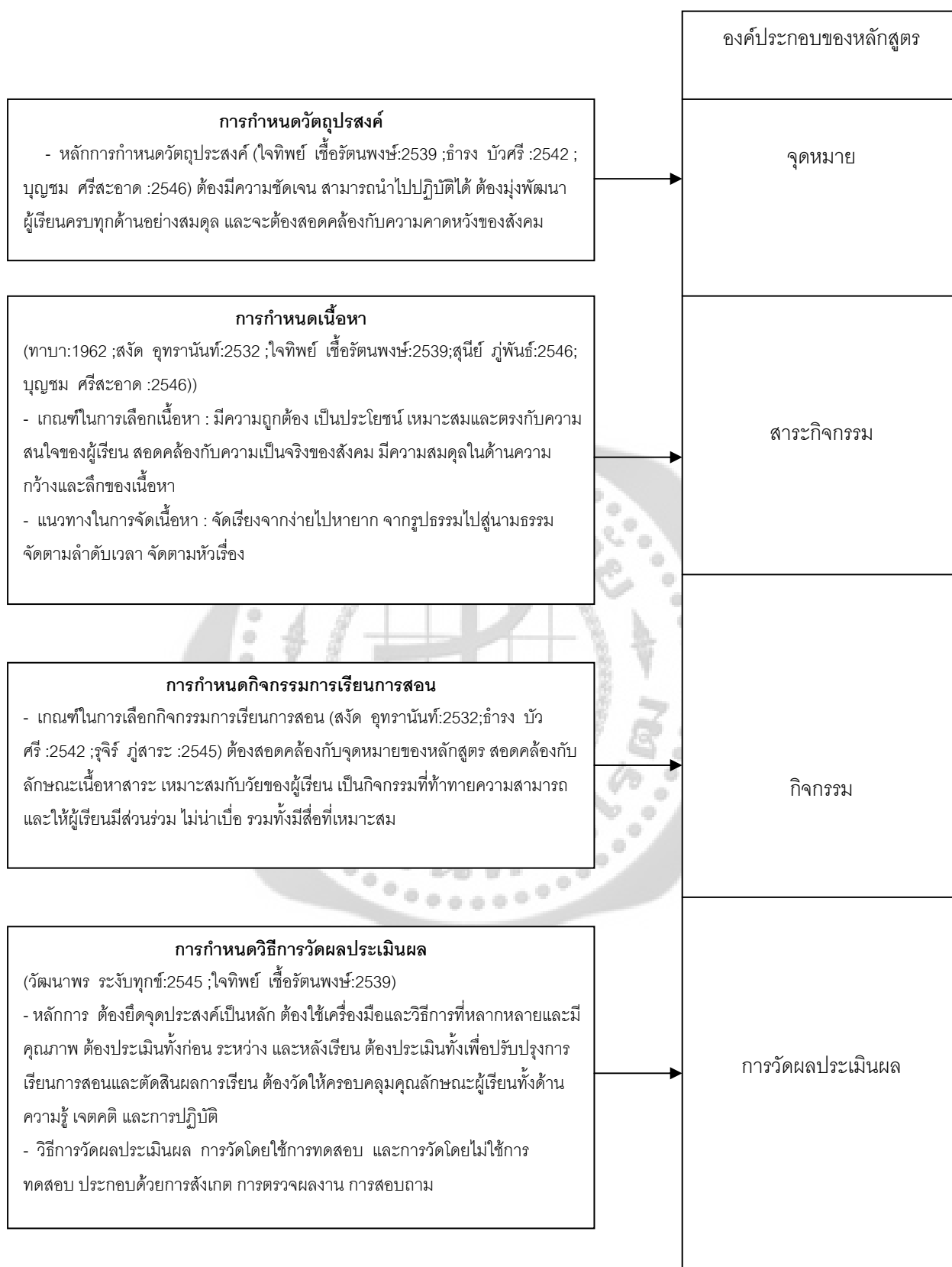
การกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร	องค์ประกอบหลักสูตร			
	จุดหมาย	สาระ กิจกรรม	กิจกรรม	วัดผล ประเมินผล
- เกณฑ์ในการเลือกเนื้อหา (ทาบ:1962 ;สังัด อุทรานันท์:2532 ;ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์:2539) มี ความถูกต้อง เป็นประโยชน์ เหมาะสมและตรงกับความ สนใจของผู้เรียน สอดคล้องกับความเป็นจริงของสังคม มี ความสมดุลในด้านความกว้างและลึกของเนื้อหา - แนวทางในการจัดเนื้อหา (สังัด อุทรานันท์:2532 ;สุนีย์ ภูพันธ์:2546;บุญชม ศรี สะอาด :2546) จัดเรียงจากง่ายไปหายาก จากรูปธรรม ไปสู่นามธรรม จัดตามลำดับเวลา จัดตามหัวเรื่อง				
3. การกำหนดกิจกรรมการเรียนการสอน - เกณฑ์ในการเลือกกิจกรรมการเรียนการสอน (สังัด อุทรานันท์:2532;ธำรง บัวศรี :2542 ;รุจิร ภู สาระ :2545) ต้องสอดคล้องกับจุดหมายของหลักสูตร สอดคล้องกับลักษณะเนื้อหาสาระ เหมาะสมกับวัยของ ผู้เรียน เป็นกิจกรรมที่ท้าทายความสามารถและให้ผู้เรียน มีส่วนร่วม ไม่น่าเบื่อ รวมทั้งมีสื่อที่เหมาะสม			✓	
4. การกำหนดแนวทางการวัดผลประเมินผล - หลักการ (วัฒนาพร ระงับทุกข์:2545 ;ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์:2539) ต้องยึดจุดประสงค์เป็นหลัก ต้องใช้ เครื่องมือและวิธีการที่หลากหลายและมีคุณภาพ ต้อง ประเมินทั้งก่อน ระหว่าง และหลังเรียน ต้องประเมินทั้ง เพื่อปรับปรุงการเรียนการสอนและตัดสินผลการเรียน ต้องวัดให้ครอบคลุมคุณลักษณะผู้เรียนทั้งด้านความรู้ เจตคติ และทักษะ				✓

ตาราง 3 (ต่อ)

การกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร	องค์ประกอบหลักสูตร			
	จุดหมาย	สาระ กิจกรรม	กิจกรรม	วัดผล ประเมินผล
- วิธีการวัดผลประเมินผล (ใจทิพย์ เชื้อรัตน์ นพษ:2539) การวัดโดยใช้การทดสอบ ประกอบด้วย การวัดผลสัมฤทธิ์ การวัดเจตคติ และการวัดโดยไม่ใช้การ ทดสอบ ประกอบด้วย การสังเกต การตรวจผลงาน การ สอบถาม				

จากข้อสรุปเกี่ยวกับแนวคิดในการกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร สามารถแสดงได้ดัง
ภาพประกอบ 6





ภาพประกอบ 6 แสดงแนวคิดในการกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร

เมื่อนักพัฒนาหลักสูตรจัดทำโครงร่างหลักสูตรเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็ถึงคราวต้องทำการตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรที่ได้พัฒนาขึ้นมานั้น เพื่อประเมินดูว่าโครงร่างหลักสูตรมีความเหมาะสมหรือบกพร่องอย่างไร จะได้ทำการแก้ไขปรับปรุงก่อนการนำไปทดลองใช้เต็มรูปแบบ ซึ่ง สจด์ อุทรานันท์ (2532 : 246 – 258) ได้เสนอวิธีการตรวจสอบคุณภาพของโครงร่างหลักสูตร ดังนี้

1. การตรวจสอบเอกสารหลักสูตร ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 วิธี คือ

1.1 การตรวจสอบโดยนักพัฒนาหลักสูตร ซึ่งเป็นผู้พัฒนาหรือจัดทำโครงร่างหลักสูตรขึ้นมาเอง เป็นการประเมินเบื้องต้นเป็นการภายในเพื่อตรวจสอบว่า โครงร่างหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นนั้น มีองค์ประกอบใดที่ยังบกพร่อง ต้องแก้ไขก็จะได้ปรับปรุงให้เหลือความบกพร่องอยู่น้อยที่สุด

1.2 การตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ เป็นการตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรหลังจากที่นักพัฒนาหลักสูตรได้ตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรด้วยตนเองแล้ว โดยผู้เชี่ยวชาญที่จะทำการตรวจสอบเพื่อประเมินโครงร่างหลักสูตรนั้น ควรประกอบด้วยผู้มีความรอบรู้เกี่ยวกับหลักสูตรโดยทั่วไป และผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาสาระต่างๆ ที่บรรจุไว้ในหลักสูตร

1.3 การตรวจสอบโดยผู้สอนและผู้สนใจการศึกษาในท้องถิ่น ซึ่งธำรง บัวศรี (2542 :297) เสนอว่าการใช้วิธีนี้จะช่วยให้ได้ข้อมูลที่รอบด้านเพื่อนำมาใช้ปรับปรุงโครงร่างหลักสูตรให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

2. การทดลองใช้หลักสูตร ถือเป็นวิธีการตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรอีกวิธีหนึ่ง โดยอาจนำหลักสูตรทั้งฉบับไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างในขอบเขตที่จำกัด หรืออาจจะเลือกเอาเฉพาะตอนใดตอนหนึ่งของหลักสูตรมาทำการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างก็ได้ ซึ่งในขณะที่มีการทดลองใช้หลักสูตร จะต้องคอยให้คำแนะนำชี้แจง รวมทั้งในการติดตามประเมินผลการใช้หลักสูตร เพื่อจะได้นำข้อมูลต่างๆ มาเป็นพื้นฐานในการแก้ไขปรับปรุงโครงร่างหลักสูตร ให้มีความเหมาะสมก่อนมีการนำไปใช้จริงต่อไป

3. การประเมินหลักสูตรโดยใช้เทคนิคปุยแซงค์ (Puisance Analysis Technique) ซึ่งเป็นเทคนิคการวิเคราะห์องค์ประกอบ 3 ส่วนของหลักสูตร คือ จุดมุ่งหมาย กิจกรรมการเรียนการสอน และการประเมินผลการเรียนการสอนว่ามีคุณค่า มีความเหมาะสม หรือไม่เพียงใด โดยการวิเคราะห์ อาจจะประเมินทั้ง 3 ส่วน รวมกันหรืออาจจะดำเนินการวิเคราะห์ส่วนใดส่วนหนึ่งของหลักสูตรเพียงส่วนเดียวก็ได้

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2535 : 14) กล่าวว่า การตรวจสอบคุณภาพของโครงร่างหลักสูตรทำได้หลายวิธี เช่น ใช้วิธีการประชุมสัมมนาโดยให้ผู้เชี่ยวชาญและผู้มีประสบการณ์ตรงในเรื่องนั้น ตรวจสอบ การวิจัยเอกสารหลักสูตรโดยใช้เทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) การทดลองใช้หลักสูตรแบบนำร่อง และการวิจัย

สำหรับการประเมินโครงร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในครั้งนี้ จะใช้การประเมินเบื้องต้นโดยตัวผู้วิจัยเอง เพื่อพิจารณาตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องให้เหลือน้อยที่สุด หลังจากนั้นจะประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญซึ่งจะเป็นการประเมินใน 2 ประเด็นคือ ความสอดคล้อง และความเหมาะสมขององค์ประกอบของหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร

การทดลองใช้หลักสูตรเป็นขั้นตอนที่สำคัญยิ่งของกระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพราะเป็นขั้นตอนที่จะทำให้ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนว่าหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมานั้น มีประสิทธิภาพพอที่จะนำไปใช้ได้จริงหรือไม่ ข้อสรุปและสารสนเทศที่ได้จะได้จากขั้นตอนการทดลองใช้หลักสูตร คือ ผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียน และข้อมูลจากที่ผู้เกี่ยวข้องกับการทดลองใช้หลักสูตร ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นข้อมูลที่จะใช้ตัดสินใจเกี่ยวกับหลักสูตรฉบับนั้นๆ ต่อไป

สังัด อุทรานันท์ (2532 : 263 – 271) กล่าวว่า โดยทั่วไปการนำหลักสูตรไปใช้จะเกี่ยวข้องกับกิจกรรมต่างๆ อยู่ 3 ลักษณะ

1. งานบริหารและบริการหลักสูตร ได้แก่ งานเตรียมบุคลากร การจัดผู้สอนเข้าสอนตามหลักสูตร การบริหารและบริการวัสดุหลักสูตร ได้แก่ เอกสารหลักสูตรและสื่อการเรียนการสอนต่างๆ
2. งานดำเนินการเรียนการสอนตามหลักสูตร ได้แก่ การจัดทำแผนการสอน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน การวัดและประเมินผลการเรียนการสอน
3. งานสนับสนุนและส่งเสริมการใช้หลักสูตร ได้แก่ การนิเทศและติดตามผลการใช้หลักสูตร

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

การประเมินหลักสูตรถือว่าเป็นขั้นตอนสุดท้ายของกระบวนการพัฒนาหลักสูตร ซึ่งเป็นกระบวนการของการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับจุดอ่อน ข้อบกพร่อง และปัญหาของการนำหลักสูตรไปใช้ เพื่อนำมาเป็นแนวทางและข้อคิดในการปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรให้สอดคล้องและเหมาะสมต่อไป (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. 2543 : 30) ซึ่งผู้วิจัยจะนำเสนอรายละเอียดเกี่ยวกับการประเมินหลักสูตรดังนี้

5.1 จุดมุ่งหมายของการประเมินหลักสูตร

วิชัย วงษ์ใหญ่ (2537 : 218 – 219) กล่าวว่า การประเมินหลักสูตรใดๆ ก็ตาม จะมีจุดมุ่งหมายที่คล้ายคลึงกัน คือ

1. เพื่อหาคุณค่าของหลักสูตรหรือการประเมินปัจจัยเบื้องต้น โดยตรวจสอบดูว่าหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมานั้น สามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์หรือไม่ ซึ่งเป็นระยะของการพัฒนาหลักสูตรและการตรวจสอบหลักสูตรตามลำดับ

2. เพื่อวัดผลดูว่า การวางเค้าโครงและรูปแบบระบบของหลักสูตร รวมทั้งวัตถุประสงค์ประกอบหลักสูตรและการบริหารและการบริการหลักสูตรเป็นไปในทางที่ถูกต้องแล้วหรือไม่

3. การประเมินผลจากตัวผู้เรียนเองหรือการประเมินผลเพื่อตรวจสอบดูว่ามีลักษณะที่พึงประสงค์เป็นไปตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรหรือไม่เพียงใด

ส่วน โจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 192 – 193) กล่าวในทำนองเดียวกันว่าการประเมินผลหลักสูตรมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญ คือ

1. เพื่อหาทางปรับปรุงแก้ไขสิ่งบกพร่องที่พบในองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตรซึ่งมักจะดำเนินการในช่วงที่การพัฒนาหลักสูตรยังคงดำเนินการอยู่ เพื่อที่จะพิจารณาว่าองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร (เช่น จุดหมาย โครงสร้าง เนื้อหา การวัดผล เป็นต้น) มีความสอดคล้องและเหมาะสมหรือไม่ สามารถนำมาปฏิบัติในช่วงการนำหลักสูตรไปทดลองใช้หรือในขณะที่ใช้หลักสูตรและกระบวนการเรียนการสอนกำลังดำเนินอยู่ได้มากน้อยเพียงใด ได้ผลเพียงใด และมีปัญหาอุปสรรคอะไร จะได้เป็นประโยชน์แก่นักพัฒนาหลักสูตรและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตรให้มีคุณภาพดีขึ้นได้ทันทั่วทั้ง

2. เพื่อหาทางปรับปรุงแก้ไขระบบการบริหารหลักสูตร การนิเทศ กำกับ ดูแล และการจัดกระบวนการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยจะดำเนินการในขณะที่มีการนำหลักสูตรไปใช้ จะได้ช่วยปรับปรุงหลักสูตรให้บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

3. เพื่อช่วยในการตัดสินใจของผู้บริหารว่าควรใช้หลักสูตรต่อไปอีก หรือควรยกเลิกการใช้หลักสูตรเพียงบางส่วนหรือยกเลิกทั้งหมด โดยจะดำเนินการหลังที่ใช้หลักสูตรไปแล้วระยะหนึ่งแล้วจึงประเมินเพื่อสรุปผลตัดสินใจว่าหลักสูตรมีคุณภาพดีหรือไม่ บรรลุตามเป้าหมายที่หลักสูตรกำหนดไว้มากน้อยเพียงใด สนองความต้องการของสังคมเพียงใดและเหมาะสมกับการนำไปใช้ต่อไปหรือไม่

4. เพื่อต้องการทราบคุณภาพของผู้เรียน ซึ่งเป็นผลผลิตของหลักสูตรว่ามีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปตามความมุ่งหวังของหลักสูตรหลังจากผ่านกระบวนการทางการศึกษามาแล้ว หรือไม่อย่างไร โดยจะดำเนินการในขณะที่มีการนำหลักสูตรไปใช้หรือหลังจากที่ใช้หลักสูตรไปแล้วระยะหนึ่งก็ได้

5.2 เกณฑ์ที่ใช้ในการประเมินหลักสูตร

เกณฑ์ที่ใช้ในการประเมินหลักสูตรที่นิยมมากที่สุด คือ ของ Phi Delta Kappa National Study Committee on Evaluation (1971 : 27 – 30; อ้างถึงใน รุจิรี ภูสาระ. 2546 : 150 – 152)

เกณฑ์นี้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ เกณฑ์ทางวิทยาศาสตร์ (Scientific Criteria) เกณฑ์ทางปฏิบัติ (Practical Criteria) และเกณฑ์ของความคุ้มค่า (Prudential Criteria)

1. เกณฑ์ทางวิทยาศาสตร์ (Scientific Criteria) มีดังนี้

1.1 ความเที่ยงตรงภายใน (Internal Validity) เป็นความสอดคล้องระหว่างข้อมูลและการอธิบายปรากฏการณ์

1.2 ความเที่ยงตรงภายนอก (External Validity) เป็นความสามารถที่จะเชื่อมโยงจากกลุ่มหนึ่งไปยังกลุ่มอื่นๆ ที่มีสถานภาพใกล้เคียงกัน

1.3 ความเชื่อมั่น (Reliability) เป็นความคงที่ระหว่างการวัดตัวแปรต่างๆ หมายถึง ข้อมูลใหม่ที่ได้รับจะต้องไม่แตกต่างไปจากข้อมูลที่มีอยู่เดิม

1.4 ความเป็นปรนัย (Objectivity) ผู้ที่ประเมินจะต้องมีข้อตกลงร่วมกันในการประเมิน หลักสูตร เทคนิควิธีควรจะทำให้การตีความออกมาได้คล้ายคลึงกัน

2. เกณฑ์ทางปฏิบัติ (Practical Criteria) มีดังนี้

2.1 ตรงตามจุดประสงค์ (Relevance) การประเมินผลควรจะต้องตรงตามรายละเอียดของวัตถุประสงค์ในการประเมิน มิฉะนั้น ข้อมูลที่เก็บมาได้จะไม่มี ความหมาย

2.2 ความสำคัญ (Importance) การประเมินผลควรเป็นการรวบรวมข้อมูล ที่เห็นว่ามีความสำคัญที่สุด และไม่ต้องสนใจข้อมูลที่มีความสำคัญน้อย

2.3 ขอบเขต (Scope) การกำหนดขอบเขตของการประเมินผลเป็นสิ่งที่ มีประโยชน์ได้ ข้อมูลตรงตามวัตถุประสงค์และมีความสำคัญมาก แต่ถ้าไม่มีขอบเขตจะทำให้ได้ความจริง แต่ไม่ใช่ความจริงทั้งหมด การหาข้อมูลจึงต้องครบเกณฑ์ คือ ตรงตามจุดประสงค์ เป็นข้อมูลที่สำคัญ และไม่แคบเกินไป

2.4 เชื่อถือได้ (Credibility) ข้อค้นพบและข้อเสนอแนะจากการประเมิน จะต้องเชื่อถือได้ มิฉะนั้น การประเมินผลจะล้มเหลว รายงานผลการประเมินจะนำมาใช้ประโยชน์ไม่ได้

2.5 กำหนดเวลาเหมาะสม (Timeliness) การประเมินผลควรมีกำหนดเวลาที่ เหมาะสม คือ ไม่เร็วเกินไปหรือช้าเกินไป การจัดสรรข้อมูลที่กำหนดในเวลาที่ถูกต้อง จะดีกว่าได้ข้อมูลที่ สมบูรณ์ในเวลาที่ผิด

2.6 ใช้ได้แพร่หลาย (Pervasiveness) ผู้ประเมินควรแน่ใจว่าผลการประเมินควรจะ เผยแพร่ให้ผู้เกี่ยวข้องรับทราบและนำไปใช้ได้

3. เกณฑ์ของความคุ้มค่า (Prudential Criterion)

การใช้เกณฑ์ของความคุ้มค่าในการประเมินหลักสูตรนั้น จะพิจารณาประสิทธิภาพ (Efficiency) ของหลักสูตรเป็นสำคัญ โดยที่การประเมินหลักสูตรตามเกณฑ์ดังกล่าวมาแล้ว อาจจะยังไม่พอเพียง ดังนั้น การใช้เกณฑ์ด้านประสิทธิภาพจึงมีความเหมาะสม

ส่วน สุนีย์ ภูพันธ์ (2546: 254 – 255) ได้เสนอหลักเกณฑ์ในการประเมินหลักสูตร ดังนี้

1. มีจุดประสงค์ในการประเมินที่แน่นอน การประเมินผลหลักสูตรจะต้องกำหนดลงไปให้แน่นอนชัดเจนว่าจะประเมินอะไร
2. มีการจะวัดที่เชื่อถือได้ โดยมีเครื่องมือและเกณฑ์การวัดซึ่งเป็นที่ยอมรับ
3. ข้อมูลเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการประเมินผล ดังนั้นข้อมูลจะต้องได้มาอย่างถูกต้องเชื่อถือได้ และมากพอที่จะใช้เป็นตัวประเมินค่าหลักสูตรได้
4. มีขอบเขตที่แน่นอนชัดเจนว่าเราต้องการประเมินในเรื่องใดแค่ไหน
5. ประเด็นของเรื่องที่จะประเมินอยู่ในช่วงเวลาของความสนใจ
6. การรวบรวมข้อมูลมาเพื่อกำหนดกฎเกณฑ์ และกำหนดเครื่องมือในการประเมินผลจะต้องพิจารณาอย่างรอบคอบ
7. การวิเคราะห์ผลการประเมินต้องทำอย่างระมัดระวังรอบคอบ และให้มีความเที่ยงตรงในการพิจารณา
8. การประเมินผลหลักสูตรควรใช้วิธีการหลายๆ วิธี
9. มีเอกภาพในการตัดสินผลการประเมิน
10. ผลต่างๆ ที่ได้จากการประเมินควรนำไปใช้ในการพัฒนาหลักสูตรทั้งในด้านการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงในโอกาสต่อไป เพื่อให้ได้หลักสูตรที่ดี และมีคุณค่าสูงสุดตามที่ต้องการ
11. ต้องถือปฏิบัติสืบเนื่องสม่ำเสมอตลอดเวลา

5.3 ขั้นตอนในการประเมินหลักสูตร

การประเมินหลักสูตรเป็นกิจกรรมสำคัญ ที่ใช้ในการตัดสินใจเกี่ยวกับหลักสูตร ดังนั้น ในการดำเนินจะต้องกระทำอย่างรอบคอบรัดกุม และเป็นระบบ ซึ่งมีนักการศึกษาได้เสนอความคิดเกี่ยวกับขั้นตอนในการประเมินหลักสูตร ดังนี้

ทาบา (Hilda Taba. 1962 : 324) ได้ให้แนวทางในการประเมินผลหลักสูตรเป็นกระบวนการมีขั้นตอนต่างๆ ดังนี้

1. วิเคราะห์และตีความวัตถุประสงค์ของหลักสูตรให้มองเห็นกระจ่างชัดในเชิงพฤติกรรม คือปฏิบัติได้จริง (Formulation and Clarification for Objective)

2. คัดเลือกและสร้างเครื่องมือที่เหมาะสมสำหรับค้นหาหลักฐาน (Selection and Construction of the Appropriate Instruments for Getting Evidences)
3. ใช้เครื่องมือที่สร้างขึ้นประเมินผลหลักฐานตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ (Application of Evaluation Criteria)
4. รวบรวมเกี่ยวกับภูมิหลังของนักเรียนและลักษณะของการสอนเพื่อนำมาประกอบในการแปลผลของการประเมิน (Information on the Background of Students and the Nature of Instruction in the Light of Which to Interpret the Evidences)
5. แปลผลของการประเมิน เพื่อนำไปปรับปรุงหลักสูตรและการสอนต่อไป (Translation of Evaluation Findings into Improvement of the Curriculum and Instruction)

ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 198 – 202) กล่าวว่า ในการประเมินหลักฐานนั้น ผู้ประเมินผลควรดำเนินงานตามขั้นตอนอย่างเป็นระบบดังนี้คือ

1. ขั้นกำหนดวัตถุประสงค์ของการประเมินหลักฐาน ผู้ประเมินหลักฐานต้องกำหนดวัตถุประสงค์และเป้าหมายของการประเมินให้ชัดเจนก่อนว่า จะประเมินในส่วนใดหรือเรื่องใด และในแต่ละเรื่องจะศึกษาบางส่วนในเรื่องนั้นๆ ก็ได้
2. ขั้นวางแผนออกแบบการประเมิน ซึ่งประกอบด้วย การกำหนดกลุ่มตัวอย่าง การกำหนดแหล่งข้อมูล การพัฒนาเครื่องมือและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การกำหนดเกณฑ์ในการประเมิน การกำหนดเวลา
3. ขั้นรวบรวมข้อมูล
4. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล
5. ขั้นรายงานผลการประเมิน

ส่วน สุนีย์ ภูพันธ์ (2546 : 255 – 256) ได้เสนอขั้นตอนการประเมินหลักฐาน ดังนี้

1. ขั้นกำหนดวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายในการประเมิน การกำหนดจุดมุ่งหมาย ประเมินเป็นขั้นตอนแรกของกระบวนการในการดำเนินการประเมินหลักฐาน ผู้ประเมินต้องกำหนดวัตถุประสงค์และเป้าหมายของการประเมินให้ชัดเจนว่าจะประเมินอะไร ในส่วนใด ด้วยวัตถุประสงค์อย่างไร เพราะการกำหนดวัตถุประสงค์ในการประเมินที่ชัดเจนทำให้เราสามารถกำหนดวิธีการ เครื่องมือ และขั้นตอนในการประเมินได้อย่างถูกต้อง และทำให้การประเมินหลักฐานดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ และได้ผลถูกต้องเป็นที่เชื่อถือได้
2. ขั้นกำหนดหลักเกณฑ์วิธีการที่จะใช้ในการประเมินผล การกำหนดเกณฑ์และวิธีการประเมินเปรียบเสมือนเข็มทิศที่จะนำไปสู่เป้าหมายของการประเมิน เกณฑ์การประเมินจะเป็น

เครื่องบ่งชี้คุณภาพในส่วนของหลักสูตรที่ถูกประเมิน การกำหนดวิธีการที่จะใช้ในการประเมินผลผล ทำให้เราสามารถดำเนินงานไปตามขั้นตอนได้อย่างราบรื่น

3. ขั้นการสร้างเครื่องมือและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน หรือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่จะมีผลทำให้การประเมินนั้นน่าเชื่อถือมากน้อยแค่ไหน ซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินหรือเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีหลายอย่าง ผู้ประเมินจะต้องเลือกใช้และสร้างอย่างมีคุณภาพ มีความเชื่อถือได้ และมีความเที่ยงตรงสูง

4. ขั้นเก็บรวบรวมข้อมูล ในขั้นการรวบรวมข้อมูลนั้นผู้ประเมินต้องเก็บรวบรวมข้อมูลตามขอบเขตและระยะเวลาที่ได้กำหนดไว้ ในบางครั้งถ้าจำเป็นต้องอาศัยผู้อื่นในการรวบรวมข้อมูล ควรพิจารณาผู้ที่มาทำหน้าที่รวบรวมข้อมูลที่มีความเหมาะสม เพราะผู้เก็บรวบรวมข้อมูลมีส่วนช่วยให้ข้อมูลที่รวบรวมได้มีความเที่ยงตรงและน่าเชื่อถือ

5. ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล ในขั้นนี้ผู้ประเมินจะต้องกำหนดวิธีการจัดระบบข้อมูล พิจารณาเลือกใช้สถิติในการวิเคราะห์ที่เหมาะสม แล้วจึงวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้น โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้

6. ขั้นสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลการประเมิน ในขั้นนี้ผู้ประเมินจะสรุป และรายงานผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นต้น ผู้ประเมินจะต้องพิจารณารูปแบบของการรายงานผลว่าควรจะเป็นรูปแบบใด และการรายงานผลจะมุ่งเสนอข้อมูลที่บ่งชี้ให้เห็นว่าหลักสูตรมีคุณภาพหรือไม่เพียงใด มีส่วนใดบ้างที่ควรแก้ไข ปรับปรุงหรือยกเลิก

7. ขั้นนำผลที่ได้จากการประเมินไปพัฒนาหลักสูตรในโอกาสต่อไป

5.4 ขอบเขตของการประเมินหลักสูตร

โดยหลักการแล้วการประเมินหลักสูตรต้องดำเนินการให้ครอบคลุมทั้งระบบของหลักสูตร ซึ่งโบแชมป์ (Beauchamp. 1975 : 177) ได้กำหนดขอบเขตของการประเมินหลักสูตรว่า ควรประเมินให้ครอบคลุม 4 ด้าน คือ

1. ประเมินผลการใช้หลักสูตร
2. ประเมินผลรูปแบบของหลักสูตร
3. ประเมินผลการเรียนของนักเรียน
4. ประเมินระบบหลักฐาน

เซเลอร์ และอเล็กซานเดอร์ (Saylor and Alexander. 1974 : 310-346) กล่าวว่า การประเมินหลักสูตรมีขอบเขตดังนี้

1. ประเมินจุดมุ่งหมายของโรงเรียน จุดมุ่งหมายของหลักสูตร จุดมุ่งหมายเฉพาะวิชาและจุดมุ่งหมายในการสอน เพื่อจะดูว่าจุดมุ่งหมายเหล่านั้นเหมาะสมกับตัวผู้เรียนสภาพแวดล้อมหรือไม่ มีความเที่ยงตรงและครอบคลุมเพียงใด

2. การประเมินโครงการการศึกษาของโรงเรียนทั้งหมด เช่น การเตรียมพร้อมของโรงเรียน การดำเนินงานของกลุ่มโรงเรียน งบประมาณ การเงิน การแนะแนว ห้องสมุด ดูว่าการดำเนินงานโครงการต่างๆ ได้ดำเนินการไปอย่างไร และมีประสิทธิภาพเพียงใด

3. การประเมินองค์ประกอบของหลักสูตร เช่น การเลือกเนื้อหาและการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และกิจกรรมต่างๆ ว่าเหมาะสมเพียงใด

4. การประเมินผลการสอน เพื่อดูว่าการสอนของครูดำเนินไปโดยยึดตัวหลักสูตรหรือไม่ การสอนได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนไปตามที่ต้องการหรือไม่ เพราะผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนคือผลสัมฤทธิ์ในการสอนของครู

5. การประเมินผลโครงการประเมินผล เพื่อป้องกันการผิดพลาด ซึ่งจะทำให้การประเมินผลสัมฤทธิ์ผลของหลักสูตรผิดพลาดไปด้วย

สันต์ ธรรมบำรุง (2527 : 141 – 142) ได้กำหนดขอบเขตการประเมินผลหลักสูตรได้ดังนี้

1. ประเมินตามความมุ่งหมายและวัตถุประสงค์
2. ประเมินโครงการทั้งหมดของโรงเรียน
3. ประเมินโครงการเฉพาะส่วน
4. ประเมินการเรียนการสอน
5. ประเมินโครงการ การประเมินผล
6. ประเมินโครงการความสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนรวมถึงการสอนด้วย
7. ประเมินโครงการของผู้ที่เรียนจบออกไปว่าหางานทำได้หรือไม่

ส่วน ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 195 – 197) ได้กล่าวถึงสิ่งที่จะต้องประเมินในการประเมินหลักสูตร ควรอยู่ในขอบเขตต่อไปนี้

1. การประเมินเอกสารหลักสูตร เป็นการตรวจสอบสภาพขององค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร ว่าจุดหมาย จุดประสงค์ โครงสร้าง เนื้อหาสาระ และวิธีการวัดและประเมินผลมีความสอดคล้องเหมาะสม ครอบคลุมและถูกต้องตามหลักการพัฒนาหลักสูตรหรือไม่เพียงใด ภาษาที่ใช้สามารถสื่อให้เข้าใจและมีความชัดเจนในการนำไปสู่การปฏิบัติหรือไม่ หลักสูตรที่สร้างขึ้นเหมาะสมกับผู้เรียนหรือไม่ และความต้องการของสังคมมากน้อยเพียงใด การประเมินเอกสารหลักสูตรนี้มักใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) และใช้วิธีให้ผู้รู้ ผู้เชี่ยวชาญ หรือผู้เกี่ยวข้องดำเนินการประเมิน นอกจากนี้ยัง

สามารถใช้วิธีอื่นๆ เช่น การใช้การสัมภาษณ์ การตอบแบบสอบถามโดยกำหนดรายการและระดับที่ต้องการประเมิน เป็นต้น

2. การประเมินการใช้หลักสูตร เป็นการตรวจสอบว่าหลักสูตรสามารถนำไปใช้ได้ดีกับสถานการณ์จริงเพียงใด การจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรอย่างไร มีปัญหาอุปสรรคอะไรในการใช้หลักสูตรเพื่อจะได้แก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น และสามารถใช้หลักสูตรได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิภาพ วิธีการประเมินอาจจะใช้การสังเกต สัมภาษณ์ และส่งแบบสอบถามให้ผู้สอน ผู้บริหาร ผู้เรียน เป็นต้น การประเมินการใช้หลักสูตรอาจประเมินการใช้หลักสูตรทั้งหมดก็ได้ หรืออาจประเมินเฉพาะประสิทธิภาพการสอนของผู้สอน หรือบรรยากาศการเรียนการสอนในชั้นเรียน

3. การประเมินสัมฤทธิ์ผลของหลักสูตร เป็นการตรวจสอบสัมฤทธิ์ผลของผู้เรียนซึ่งประกอบด้วยผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ (academic achievement) ได้แก่ ความรู้ ความสามารถในการวิชาการต่างๆ ที่เรียนและสัมฤทธิ์ผลที่ไม่ใช่ทางวิชาการ (non – academic achievement) ได้แก่ บุคลิกภาพ ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ เป็นต้น การประเมินสัมฤทธิ์ผลของหลักสูตรนั้น นอกจากจะประเมินผู้เรียนที่กำลังศึกษาอยู่แล้วยังควรติดตามผลความก้าวหน้าของผู้สำเร็จการศึกษาว่าสามารถนำความรู้ไปใช้ในการปฏิบัติงานและประสบความสำเร็จในการทำงานหรือศึกษาต่อหรือไม่ เพียงใด มีความรู้และทักษะเพียงพอที่จะแก้ปัญหาได้หรือไม่ โดยติดตามสอบถามจากผู้เรียน ผู้สำเร็จการศึกษา นายจ้าง หรือเจ้าของสถานประกอบการซึ่งวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์ การส่งแบบสอบถาม เป็นต้น

4. การประเมินระบบหลักสูตร การประเมินผลหลักสูตรหากประเมินในแต่ละส่วนอาจทำให้มองเห็นภาพรวมไม่ชัดเจน และไม่ถูกต้องจึงควรมีการประเมินผลหลักสูตรทั้งระบบพร้อมกันไป เพราะการประเมินเอกสารหลักสูตร การประเมินการใช้หลักสูตร และการประเมินสัมฤทธิ์ผลของหลักสูตร เป็นสิ่งที่สัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน

5.5 ประโยชน์ของการประเมินหลักสูตร

ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539 : 197) และสุนีย์ ภูพันธ์ (2546 : 257 – 258) กล่าวถึงประโยชน์ของการประเมินหลักสูตรไว้สอดคล้องกันดังนี้

1. ทำให้ทราบว่าหลักสูตรที่สร้างหรือพัฒนานั้นมีจุดดีหรือจุดเสียตรงไหน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการวางแผนปรับปรุงได้ถูกต้อง ส่งผลให้หลักสูตรมีคุณภาพดียิ่งขึ้น
2. สร้างความน่าเชื่อถือ ความมั่นใจ และค่านิยมที่มีต่อโรงเรียนให้เกิดขึ้นในหมู่ประชาชน
3. ช่วยในการบริหารทางด้านวิชาการ ผู้บริหารจะได้รู้ว่าควรจะตัดสินใจและสนับสนุนช่วยเหลือ หรือบริการทางใดบ้าง
4. ส่งเสริมให้ประชาชนมีความเข้าใจในความสำคัญของการศึกษา

5. ส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับโรงเรียนมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้เพื่อให้การเรียนการสอนนักเรียนได้ผลดี ด้วยความร่วมมือกันทั้งทางโรงเรียนและที่บ้าน

6. ให้ผู้ปกครองทราบความเป็นไปอย่างสม่ำเสมอ เพื่อหาทางส่งเสริมและปรับปรุงแก้ไขร่วมกันระหว่างผู้ปกครองนักเรียนกับทางโรงเรียน

7. ช่วยให้การประเมินผลเป็นระบบระเบียบ เพราะมีเครื่องมือ และหลักเกณฑ์ทำให้เป็นเหตุผลในทางวิทยาศาสตร์มากขึ้น

8. ช่วยชี้ให้เห็นถึงคุณค่าของหลักสูตร

9. ช่วยให้เห็นสามารถวางแผนการเรียนในอนาคตได้ ข้อมูลของการประเมินผลหลักสูตร ทำให้ทราบเป้าหมายแนวทาง และขอบเขตในการดำเนินการจัดการศึกษาของโรงเรียน

5.6. รูปแบบการประเมินหลักสูตร

มีนักวิชาการทางด้านหลักสูตรได้เสนอรูปแบบวิธีการประเมินหลักสูตรหลายไว้มากมาย รูปแบบซึ่งผู้ประเมินหลักสูตรสามารถเลือกใช้ได้ตามความต้องการ โดยที่ สุณีย์ ภูพันธ์ (2546 : 259 – 260) ได้จัดกลุ่มรูปแบบการประเมินหลักสูตรออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ

1. รูปแบบการประเมินหลักสูตรที่สร้างเสริมใหม่ๆ เป็นการประเมินก่อนนำหลักสูตรไปใช้ รูปแบบการประเมินหลักสูตรที่เด่นของกลุ่มนี้คือ รูปแบบการประเมินหลักสูตรด้วยเทคนิคการวิเคราะห์แบบปุยแซงค์ (Puissance Analysis Technique)

2. รูปแบบการประเมินหลักสูตรในระหว่างหรือหลังการใช้หลักสูตร ซึ่งสามารถแบ่งเป็นกลุ่มย่อยๆ ได้เป็น 4 กลุ่มดังนี้

2.1. รูปแบบการประเมินหลักสูตรที่ยึดจุดหมายเป็นหลัก (Goal Attainment Model) เป็นรูปแบบการประเมินที่จะประเมินว่าหลักสูตรมีคุณค่ามากน้อยเพียงใด โดยพิจารณาจากจุดหมายเป็นหลัก กล่าวคือจะพิจารณาว่าผลที่ได้รับเป็นไปตามจุดหมายหรือไม่ เช่น รูปแบบการประเมินหลักสูตรของไทเลอร์ (Ralph W. Tyler) และรูปแบบการประเมินหลักสูตรของแฮมมอนด์ (Robert L. Hammond)

2.2. รูปแบบการประเมินหลักสูตรที่ไม่ยึดเป้าหมาย (Goal Free Evaluation Model) เป็นรูปแบบการประเมินที่ไม่นำความคิดเห็นของผู้ประเมินเป็นตัวกำหนดความคิดในโครงการประเมิน ผู้ประเมินจะประเมินเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง มีความเป็นอิสระในการประเมิน และต้องไม่มีความลำเอียง เช่น รูปแบบการประเมินหลักสูตรของสคริฟเวน (Michael Scriven)

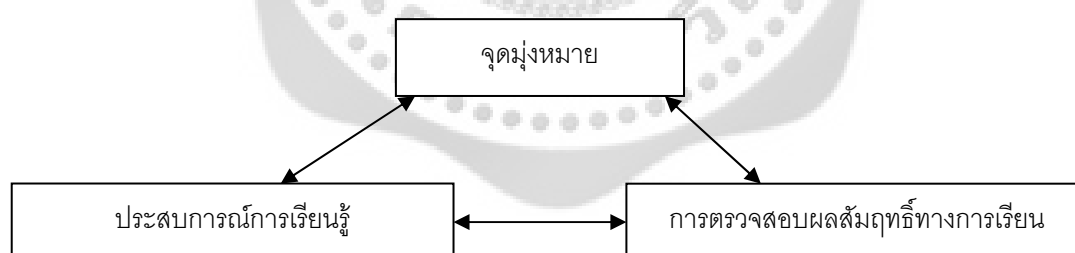
2.3. รูปแบบการประเมินหลักสูตรที่ยึดเกณฑ์เป็นหลัก (Criterion Model) เป็นรูปแบบการประเมินที่ผู้อาศัยผู้เชี่ยวชาญในการตัดสินคุณค่าของหลักสูตรโดยใช้เกณฑ์เป็นหลัก เช่น รูปแบบการประเมินหลักสูตรของสแตค (Robert E. Stake)

2.4. รูปแบบการประเมินหลักสูตรที่ช่วยในการตัดสินใจ (Decision-Making Model) เป็นรูปแบบการประเมินที่เน้นการทำงานอย่างมีระบบเกี่ยวกับการรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการเสนอผลที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลนั้นๆ เพื่อช่วยในการตัดสินใจของผู้บริหารหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น รูปแบบการประเมินหลักสูตรของโพรวัส (Malcolm Provus) รูปแบบการประเมินหลักสูตรของสตัฟเฟิลบีม (Daneil L. Stufflebeam) และรูปแบบการประเมินหลักสูตรของดอริส โกว (Doris T. Gow) เป็นต้น

ในที่นี้ผู้วิจัยจะนำเสนอรูปแบบการประเมินหลักสูตรที่สำคัญและเป็นพื้นฐานของการประเมินหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างทักษะการจัดการที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งมีดังนี้

1. รูปแบบการประเมินหลักสูตรของไทเลอร์

ไทเลอร์ (Ralph Tyler) เป็นผู้วางระบบการประเมินหลักสูตร โดยเสนอแนวคิดว่าการประเมินหลักสูตรเป็นการเปรียบเทียบว่าพฤติกรรมของผู้เรียนที่เปลี่ยนแปลงไปเป็นไปตามจุดหมายที่ตั้งไว้หรือไม่ โดยการศึกษารายละเอียดขององค์ประกอบของกระบวนการจัดการศึกษา 3 ส่วน คือ จุดมุ่งหมายทางการศึกษา การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และการตรวจสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน ดังภาพประกอบ 7 (สุนีย์ ภูพันธ์. 2546 : 270 – 271)



ภาพประกอบ 7 รูปแบบการประเมินหลักสูตรของไทเลอร์

ที่มา : สุนีย์ ภูพันธ์. 2546. แนวคิดพื้นฐานการสร้างและการพัฒนาหลักสูตร. หน้า 270

ไทเลอร์มีความเชื่อว่าจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้อย่างชัดเจนจะเป็นแนวทางในการประเมินผลในภายหลัง บทบาทของการประเมินหลักสูตรจึงอยู่ที่การดูผลผลิตของหลักสูตรว่าตรงตามจุดหมายที่กำหนดไว้หรือไม่ แนวคิดของไทเลอร์เกี่ยวกับการประเมินหลักสูตรจึงยึดความสำเร็จของจุดหมายเป็นหลักไทเลอร์มีความเห็นว่าจุดมุ่งหมายของการประเมินหลักสูตรคือ

1. เพื่อตัดสินใจจุดมุ่งหมายของการศึกษาที่ตั้งไว้ในรูปของจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม นั้นประสบผลสำเร็จหรือไม่ ส่วนใดที่ประสบความสำเร็จก็อาจเก็บไว้ใช้ต่อไป แต่ส่วนใดที่ไม่ประสบความสำเร็จควรปรับปรุงแก้ไข

2. เพื่อประเมินความก้าวหน้าทางการศึกษาของกลุ่มประชากรขนาดใหญ่ เพื่อให้สาธารณชนได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือและเข้าใจปัญหาความต้องการของการศึกษา และเพื่อให้ข้อมูลนั้นเป็นแนวทางในการปรับปรุงนโยบายทางการศึกษาที่คนส่วนใหญ่ไม่เห็นด้วย

ด้วยเหตุนี้การประเมินหลักสูตรจึงเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนการสอน และของการ ประเมินคุณค่าของหลักสูตร ไทเลอร์จึงได้จัดลำดับขั้นตอนการเรียนการสอนและการประเมินผลดังนี้

1. กำหนดจุดมุ่งหมายอย่างกว้างๆ โดยการวิเคราะห์ปัจจัยต่างๆ ในการกำหนดจุดมุ่งหมาย (Goal Sources) คือ ผู้เรียน สังคม และเนื้อหาสาระ ส่วนปัจจัยที่กำหนดขอบเขตจุดมุ่งหมาย (Goal Screens) คือ จิตวิทยาการเรียนรู้ และปรัชญาการศึกษา
2. กำหนดจุดประสงค์เฉพาะหรือจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมอย่างชัดเจน ซึ่งจะเป็นพฤติกรรมที่ต้องการวัดหลังจากจัดประสบการณ์การเรียนรู้
3. กำหนดเนื้อหาหรือประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้
4. เลือกวิธีการเรียนการสอนที่เหมาะสม ที่จะทำให้นเนื้อหาหรือประสบการณ์ที่วางไว้ประสบความสำเร็จ
5. ประเมินผลโดยการตัดสินใจด้วยการวัดผลทางการศึกษา หรือการทดสอบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
6. หากหลักสูตรไม่บรรลุตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ก็จะต้องมีการตัดสินใจที่จะยกเลิกหรือปรับปรุงหลักสูตรนั้น แต่ถ้าบรรลุตามจุดมุ่งหมายก็อาจจะใช้เป็นข้อมูลย้อนกลับ เพื่อปรับปรุงการกำหนดจุดมุ่งหมายให้สอดคล้องกับสังคมที่เปลี่ยนแปลงหรือใช้เป็นข้อมูลในการพัฒนาคุณภาพของหลักสูตร

2. รูปแบบการประเมินหลักสูตรของแฮมมอนด์

แฮมมอนด์ (ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์. 2539 : 226 - 231; อ้างอิงจาก Hammond.)

มีแนวคิดในการประเมินหลักสูตรโดยยึดจุดประสงค์เป็นหลักคล้ายไทเลอร์ แต่แฮมมอนด์ได้เสนอแนวคิดที่ต่างจากไทเลอร์ โดยเสนอว่าโครงสร้างสำหรับการประเมินนั้นประกอบด้วยมิติใหญ่ๆ หลายมิติด้วยกัน แต่ละมิติจะประกอบด้วยตัวแปรสำคัญๆ อีกหลายตัวแปร ความสำเร็จหรือความล้มเหลวของหลักสูตรขึ้นอยู่กับปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในมิติต่างๆ มิติทั้งหมดได้แก่ มิติด้านการเรียนการสอน มิติด้านสถาบัน และมิติด้านพฤติกรรม

1. มิติด้านการเรียนการสอน ประกอบด้วยตัวแปรสำคัญ 5 ตัวแปรคือ

- 1.1. การจัดชั้นเรียนและตารางสอน คือการจัดครูและนักเรียนให้พบกัน และดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอน ซึ่งการจัดในช่วงนี้จะต้องคำนึงถึงสถานที่และเวลาด้วย
- 1.2. เนื้อหาวิชา หมายถึง เนื้อหาวิชาที่จะนำมาจัดการเรียนการสอน การจัดลำดับเนื้อหาวิชาให้เหมาะสมกับบุคลิกภาวะของผู้เรียนแต่ละระดับ
- 1.3. วิธีการ หมายถึง หลักการเรียนรู้ การออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอน รวมทั้งปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน และนักเรียนกับนักเรียน
- 1.4. สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ หมายถึง สถานที่ อุปกรณ์ เครื่องมือและอุปกรณ์พิเศษ ห้องปฏิบัติการ วัสดุสิ้นเปลืองต่างๆ รวมถึงสิ่งที่มีผลมีผลต่อการใช้หลักสูตรและการสอนด้านอื่นๆ
- 1.5. งบประมาณ หมายถึง เงินที่ใช้เพื่ออำนวยความสะดวกในการจัดการเรียนการสอน การซ่อมแซม เงินเดือน ค่าจ้างบุคลากรที่จะทำให้หลักสูตรประสบความสำเร็จ

2. มิติด้านสถาบัน ประกอบด้วยตัวแปรที่คำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร 5 ตัวแปรคือ

- 2.1. นักเรียน มีองค์ประกอบที่ต้องคำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร ได้แก่ อายุ เพศ ระดับชั้นที่ศึกษา ความสนใจ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สุขภาพกายและสุขภาพใจ และภูมิหลังทางครอบครัว
- 2.2. ครู มีองค์ประกอบที่ต้องคำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร ได้แก่ อายุ เพศ คุณวุฒิทางการศึกษา ประสบการณ์ทางการสอน เงินเดือน กิจกรรมที่ทำในเวลาว่าง การฝึกอบรมเพิ่มเติมเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร และความพึงพอใจในการปฏิบัติงาน
- 2.3. ผู้บริหาร มีองค์ประกอบที่ต้องคำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร ได้แก่ อายุ เพศ คุณวุฒิทางการศึกษา ประสบการณ์ทางการบริหาร เงินเดือน ลักษณะทางบุคลิกภาพ การฝึกอบรมเพิ่มเติมเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร และความพึงพอใจในการปฏิบัติงาน
- 2.4. ผู้เชี่ยวชาญ มีองค์ประกอบที่ต้องคำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร ได้แก่ อายุ เพศ ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ลักษณะการให้คำปรึกษาหรือช่วยเหลือ ลักษณะทางบุคลิกภาพ และความพึงพอใจในการปฏิบัติงาน
- 2.5. ครอบครัว มีองค์ประกอบที่ต้องคำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร ได้แก่ สถานภาพสมรส ขนาดของครอบครัว รายได้ สถานที่อยู่ การศึกษา การเป็นสมาชิกของสังคม การโยกย้าย จำนวนบุตรที่อยู่ในโรงเรียนนี้ จำนวนญาติที่อยู่ร่วมโรงเรียน

2.6. ชุมชน มีองค์ประกอบที่ต้องคำนึงถึงในการประเมินหลักสูตร ได้แก่ สภาพชุมชน จำนวนประชากร การกระจายของอายุของประชากร ความเชื่อ (ค่านิยม ประเพณี ศาสนา) ลักษณะทางเศรษฐกิจ สภาพการให้บริการทางสุขภาพอนามัย และการรับนวัตกรรมและเทคโนโลยี

3. มิติด้านพฤติกรรม มีองค์ประกอบของพฤติกรรม 3 ด้านคือ พฤติกรรมด้านความรู้ (Cognitive Domain) พฤติกรรมด้านทักษะ (Psychomotor Domain) และพฤติกรรมด้านเจตคติ (Affective Domain)

แนวคิดการประเมินหลักสูตรของแฮมมอนด์ เริ่มด้วยการประเมินหลักสูตรที่กำลังใช้อยู่ในปัจจุบัน เพื่อให้ได้ข้อมูลพื้นฐานที่จะนำไปสู่การตัดสินใจ แล้วจึงเริ่มกำหนดทิศทางและกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงหลักสูตร ซึ่งมีขั้นตอนการประเมินหลักสูตรดังนี้

1. กำหนดสิ่งที่ต้องการประเมินซึ่งควรเริ่มจากวิชาใดวิชาหนึ่งในหลักสูตร และจำกัดระดับชั้นเรียน
2. กำหนดตัวแปรในมิติการสอนและมิติสถาบันให้ชัดเจน
3. การกำหนดจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม โดยระบุถึง (1) พฤติกรรมของนักเรียนที่แสดงว่าประสบความสำเร็จตามจุดประสงค์ที่กำหนด (2) เงื่อนไขพฤติกรรมที่เกิดขึ้น และ (3) เกณฑ์ของพฤติกรรมที่บอกให้รู้ว่านักเรียนประสบความสำเร็จตามจุดประสงค์
4. ประเมินพฤติกรรมที่ระบุไว้ในจุดประสงค์ ผลที่ได้จากการประเมินจะเป็นตัวกำหนดพิจารณาหลักสูตรที่ดำเนินการใช้อยู่เพื่อตัดสินใจ รวมทั้งการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงหลักสูตร
5. วิเคราะห์ผลภายในองค์ประกอบและความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ เพื่อให้ได้ข้อสรุปเกี่ยวกับพฤติกรรมแท้จริงที่เกิดขึ้น ซึ่งจะเป็นผลสะท้อนกลับไปสู่วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมที่ตั้งไว้ และเป็นการตัดสินใจว่าหลักสูตรนั้นมีประสิทธิภาพเพียงใด
6. พิจารณาสິงที่ควรเปลี่ยนแปลงปรับปรุง

3. รูปแบบการประเมินหลักสูตรของโพรวัส

โพรวัส (สูนีย์ ภูพันธ์. 2546 : 274 – 275; อ้างอิงจาก Provus.) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการประเมินหลักสูตรซึ่งเรียกว่า “การประเมินความแตกต่างหรือการประเมินความไม่สอดคล้อง” (Discrepancy Evaluation) ซึ่งจะประเมินหลักสูตรทั้งหมด 5 ส่วน คือ 1) การออกแบบ 2) ทฤษฎีหรือสิ่งที่เริ่มตั้งไว้เมื่อใช้หลักสูตร 3) กระบวนการ 4) ผลผลิตของหลักสูตร และ 5) ค่าใช้จ่ายหรือผลตอบแทน ในแต่ละส่วนจะมีขั้นตอนการประเมินผลเหมือนกัน โดยจะดำเนินการเป็น 5 ขั้นตอนดังนี้

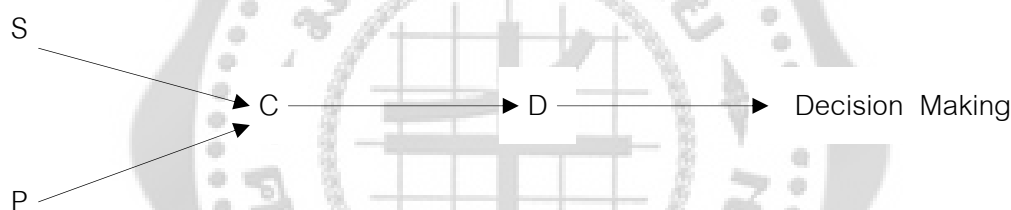
ขั้นที่ 1 ผู้ประเมินจะต้องกำหนดมาตรฐาน (Standard – S) ของสิ่งที่ต้องการวัดก่อน เช่น มาตรฐานเนื้อหา เป็นต้น

ขั้นที่ 2 ผู้ประเมินต้องรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการดำเนินงานหรือการปฏิบัติจริงของสิ่งที่ต้องการวัด (Performance – P)

ขั้นที่ 3 ผู้ประเมินนำข้อมูลที่รวบรวมได้ในขั้นที่ 2 มาเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานที่ตั้งไว้ในขั้นที่ 1 (Compare – C)

ขั้นที่ 4 ผู้ประเมินศึกษาความแตกต่างหรือความไม่สอดคล้องระหว่างผลการปฏิบัติจริงกับเกณฑ์มาตรฐาน (Discrepancy – D)

ขั้นที่ 5 ผู้ประเมินส่งผลการประเมินไปให้ผู้บริหารหรือผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นข้อมูลในการตัดสินใจเกี่ยวกับหลักสูตรว่าจะยกเลิกการใช้หลักสูตรที่ประเมิน หรือปรับปรุงแก้ไขการปฏิบัติหรือเกณฑ์มาตรฐานให้มีคุณภาพดีขึ้น (Decision Making)



ภาพประกอบ 8 แผนภูมิการประเมินหลักสูตรของไพรวัด

ที่มา : สุณีย์ ภูพันธ์. 2546. แนวคิดพื้นฐานการสร้างและการพัฒนาหลักสูตร. หน้า 274

S = Standard เป็นขั้นแรกของการดำเนินการประเมินหลักสูตร กล่าวคือ ผู้ประเมินผลต้องตั้งมาตรฐานที่ต้องการวัดไว้ก่อน

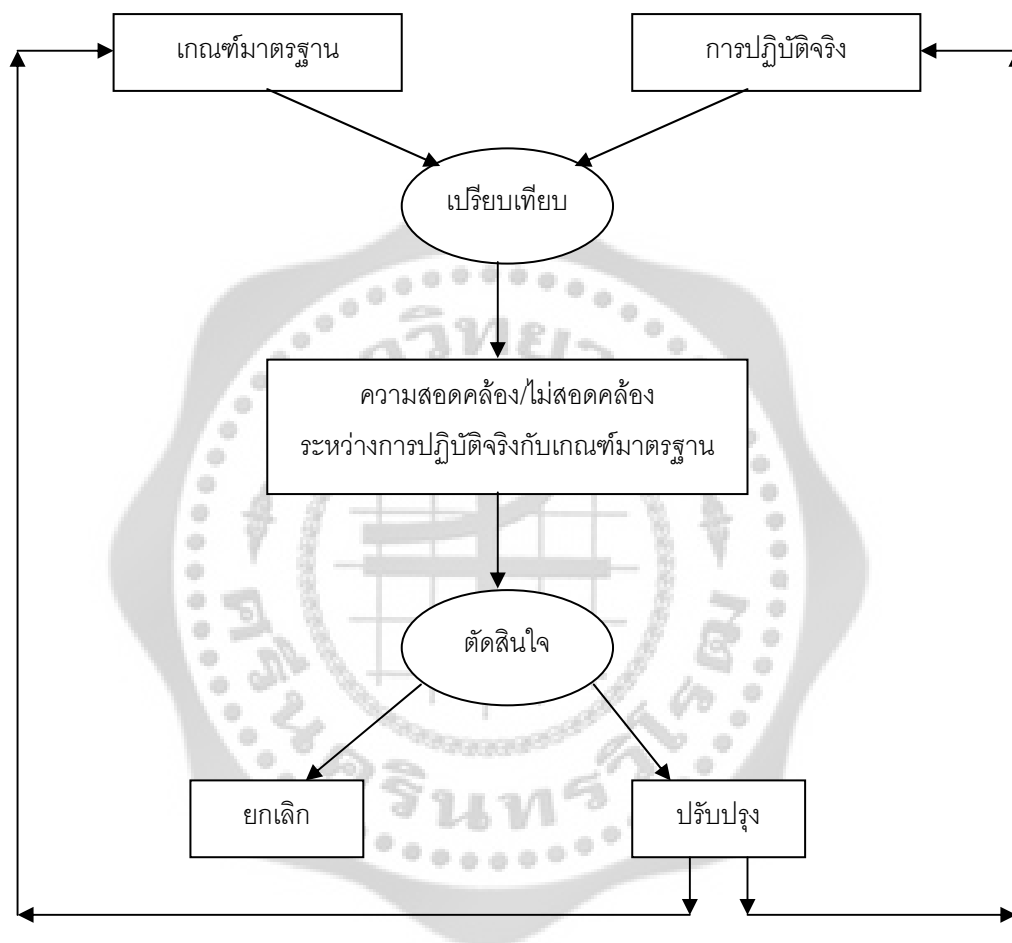
P = Performance หลังจากดำเนินการขั้นแรกเรียบร้อยแล้ว ผู้ประเมินต้องรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการดำเนินงานหรือการปฏิบัติจริงในสิ่งที่ต้องการวัดมาให้เพียงพอ ข้อมูลที่รวบรวมควรเป็นข้อมูลที่แสดงให้เห็นพฤติกรรมที่ชัดเจน

C = Compare เมื่อตั้งมาตรฐานและรวบรวมข้อมูลเสร็จแล้วก็นำข้อมูลมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์มาตรฐานที่ตั้งไว้

D = Discrepancy จากการเทียบข้อมูลกับมาตรฐานที่กำหนดไว้ ผู้ประเมินพบว่า

ช่องว่างอะไรเกิดขึ้นกับผลที่คาดหวัง

D = Decision Making ผู้ประเมินจะส่งผลประเมินไปให้ผู้ตัดสินใจเกี่ยวกับหลัก
สูตรเพื่อตัดสินใจอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งขั้นตอนการประเมินดังกล่าวสามารถอธิบายเป็นรูปแบบได้ด้วย
ภาพประกอบ 9



ภาพประกอบ 9 แผนภูมิกระบวนการตัดสินใจการประเมินหลักสูตรของโพรวัด

ที่มา : สุนีย์ ภูพันธ์. 2546. แนวคิดพื้นฐานการสร้างและการพัฒนาหลักสูตร. หน้า 275

4. รูปแบบการประเมินหลักสูตรของสศศ

การประเมินหลักสูตรตามแนวคิดของสศศเป็นการประเมินที่ยึดเกณฑ์เป็นหลัก
ซึ่งสศศให้ความหมายของการประเมินหลักสูตรว่าหมายถึง เป็นการบรรยายและตัดสินใจคุณค่าของ
หลักสูตร ซึ่งเน้นการบรรยายสิ่งที่จะถูกประเมิน โดยอาศัยผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ทรงคุณวุฒิในการตัดสินใจ

คุณค่า เสตคมีจุดมุ่งหมายที่จะประเมินหลักสูตรโดยการประเมินส่วนประกอบของการจัดการเรียนการสอนหลายๆ ส่วน ดังนั้นจึงได้เสนอว่าควรมีการพิจารณาข้อมูลเพื่อประเมินผลหลักสูตร 3 ด้านคือ

1. ด้านสิ่งที่มาก่อน หรือสภาพก่อนเริ่มโครงการ (Antecedent) หมายถึง สิ่งต่างๆ ที่ก่อให้เกิดผลจากหลักสูตรและเป็นสิ่งที่มีอยู่ก่อนการใช้หลักสูตร ประกอบด้วย 7 หัวข้อคือ บุคลิกและนิสัยของนักเรียน บุคลิกและนิสัยของครู เนื้อหาในหลักสูตร วัสดุอุปกรณ์การเรียนการสอน อาคารสถานที่ และลักษณะของชุมชน

2. ด้านกระบวนการเรียนการสอน (Instructional Process or Transactions) หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นขณะมีการเรียนการสอนระหว่างนักเรียนกับนักเรียน นักเรียนกับครู ครูกับผู้ปกครอง ฯลฯ เป็นขั้นของการใช้หลักสูตร ซึ่งประกอบด้วย 5 หัวข้อคือ การสื่อสาร การจัดแบ่งเวลา การลำดับเหตุการณ์ การให้กำลังใจ และบรรยากาศของสิ่งแวดล้อม

3. ด้านผลผลิต หรือผลที่ได้รับจากโครงการ (Outcomes) หมายถึง สิ่งที่เกิดขึ้นจากการใช้หลักสูตร ประกอบด้วย 5 หัวข้อคือ ผลสัมฤทธิ์ของนักเรียน ทศนคติของนักเรียน ทักษะของนักเรียน ผลที่เกิดขึ้นกับครู และผลที่เกิดขึ้นกับสถาบัน

ซึ่งรูปแบบการประเมินหลักสูตรของเสตคแสดงให้เห็นเป็นตารางดังนี้ (สุนีย์ ภูพันธ์. 2546 : 261)

ตาราง 4 ตารางวิเคราะห์หลักสูตรของสศศ

เกณฑ์ในการวิเคราะห์หลักสูตร	ข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์หลักสูตร			
	ข้อมูลเชิงบรรยาย		ข้อมูลเชิงตัดสิน	
	ผลที่คาดหวัง	ผลที่เกิดขึ้น	มาตรฐานที่ใช้	การตัดสินใจ
1. สภาพก่อนเริ่มโครงการ - บุคลิกและนิสัยของนักเรียน - บุคลิกและนิสัยของครู - เนื้อหาในหลักสูตร - อุปกรณ์การเรียนการสอน - บริเวณโรงเรียน - ระบบการจัดโรงเรียน - ชุมชน 2. กระบวนการในการสอน - การสื่อสาร - เวลาที่จัดให้ - ลำดับของเหตุการณ์ - สภาพสังคมหรือบรรยากาศ 3. ผลที่ได้รับจากโครงการ - ความสำเร็จของนักเรียน - ทักษะของนักเรียน - ทักษะของนักเรียน - ผลที่ครูได้รับ - ผลที่สถาบันได้รับ				

จากรูปแบบการประเมินหลักสูตรของสศศนี้ จะเห็นว่านอกจากจะพิจารณาข้อมูล 3 ด้านที่กล่าวมาแล้ว ผู้ประเมินยังต้องเก็บข้อมูลดังกล่าวเป็น 2 ส่วนคือ ส่วนที่เป็นการบรรยาย และส่วนที่เป็นการตัดสินคุณค่าดังนี้

1. ส่วนที่เป็นการบรรยายหรือที่เรียกว่า “ข้อมูลเชิงบรรยาย” (Descriptive Data) ประกอบด้วยข้อมูล 2 ชนิดคือ

1.1. ข้อมูลที่อาศัยสิ่งที่คาดหวังของหลักสูตร เกี่ยวกับสิ่งที่มีมาก่อน กระบวนการเรียนการสอน และผลผลิตของหลักสูตร

- 1.2. ข้อมูลที่อธิบายสิ่งที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติจริงซึ่งสังเกตได้หรือทดสอบได้เกี่ยวกับสิ่งที่มีมาก่อน กระบวนการเรียนการสอน และผลผลิตของหลักสูตร
2. ส่วนที่เป็นการพิจารณาตัดสินคุณค่าของหลักสูตรหรือที่เรียกว่า “ข้อมูลเชิงตัดสิน” (Judgemental Data) ประกอบด้วยข้อมูล 2 ชนิดคือ
 - 2.1. ข้อมูลที่เป็นเกณฑ์มาตรฐาน (Standard) ซึ่งเป็นแนวความคิดที่ผู้เชี่ยวชาญต่างๆ เช่น ครู ผู้บริหาร นักเรียน ผู้ปกครอง ฯลฯ เชื่อว่าควรใช้
 - 2.2. ข้อมูลที่เป็นการตัดสินของบุคคลต่างๆ ซึ่งเป็นความรู้สึกนึกคิด ในการตัดสินคุณภาพและความเหมาะสมของบุคคลต่างๆ

จากการศึกษารูปแบบการประเมินหลักสูตรจากแนวคิดของนักการศึกษาเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการประเมินหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างทักษะการจัดการที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมานั้น ผู้วิจัยจะไม่นำรูปแบบการประเมินของนักการศึกษาคนใดคนหนึ่งมาใช้โดยเฉพาะ แต่จะนำแนวคิดต่างๆ มาประกอบกันเพื่อความเหมาะสม โดยจะมีลักษณะการประเมินดังนี้

1. การประเมินตัวหลักสูตรโดยตรง ซึ่งประกอบด้วยการประเมินโดยตัวผู้พัฒนาหลักสูตรเอง ซึ่งเป็นการประเมินเบื้องต้นหลังจากร่างหลักสูตรเสร็จ ต่อไปก็จะประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งจะเป็นการประเมินในเรื่องของความสอดคล้องและความเหมาะสมขององค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร
2. การประเมินผู้เรียนเป็นการตรวจสอบผู้เรียนว่ามีความสามารถตามจุดมุ่งหมายของหลักสูตรหรือไม่อย่างไร
3. การประเมินกระบวนการใช้หลักสูตร เพื่อศึกษาปัญหาอุปสรรค ข้อบกพร่องของการนำหลักสูตรไปใช้เพื่อนำข้อมูลมาปรับปรุงหลักสูตรให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ตอนที่ 4 สรุปแนวคิดในการวิจัย

ในการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดต่างๆ มาเพื่อเป็นแนวทางดังนี้

1. รูปแบบการพัฒนาหลักสูตร ได้ศึกษาแนวคิดของไทเลอร์ (1949) ทาบา (1962) และสังกัดอุทรานันท์ (2532) รวมถึงได้ศึกษากระบวนการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรจากงานวิจัยในระดับบัณฑิตศึกษา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนของกระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองครั้งนี้ โดยกำหนดเป็น 5 ขั้นตอนคือ ขั้นศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ขั้นร่างหลักสูตร ขั้นประเมินโครงร่างหลักสูตร ขั้นนำหลักสูตรไปใช้ และขั้นประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

2. การกำหนดองค์ประกอบของหลักสูตร ประกอบด้วย

2.1. การกำหนดจุดหมายของหลักสูตร ประกอบด้วยแนวคิดของ ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539) อัมร บัวศรี (2542) และบุญชม ศรีสะอาด (2546) ซึ่งหลักสูตรต้องมีจุดหมายที่จะพัฒนาผู้เรียนอย่างสมดุล มุ่งสร้างให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่สอดคล้องกับความต้องการของสังคม และควรให้ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้มีส่วนร่วมในการกำหนดจุดหมายของหลักสูตรด้วย

2.2. การกำหนดเนื้อหาสาระ ประกอบด้วยแนวคิดของ ทาบา (1962) ธวัชชัย ชัยจิรธนากร (2529) และสุนีย์ ภูพันธ์ (2546) โดยเนื้อหาควรเน้นจัดตามหัวเรื่อง ตรงตามความต้องการของท้องถิ่น เหมาะสมกับวุฒิภาวะและภูมิหลังของผู้เรียน และเป็นเรื่อง que ผู้เรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตได้

2.3. กิจกรรมการเรียนการสอน ประกอบด้วยแนวคิดของรุจิร ภูสาระ (2545) และสัจจอุทรานันท์ (2532) ซึ่งให้แนวคิดว่ากิจกรรมการเรียนการสอนที่จะทำให้ผู้เรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองนั้นควรเน้นให้ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการทำงานร่วมกัน และควรเป็นกิจกรรมที่กระตุ้น ยั่วยุให้ผู้เรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้ นอกจากนี้ครูผู้สอนควรมีบทบาทในการสร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียน

2.4. การวัดผลประเมินผล ประกอบด้วยแนวคิดของ ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์ (2539) และวัฒนาพร ระงับทุกข์ (2542) ซึ่งการวัดผลควรเน้นการประเมินตามสภาพจริง และประเมินทั้งความรู้ ความคิด การปฏิบัติ และเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง นอกจากนี้ควรประเมินผลอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอและควรเป็นการประเมินแบบอิงเกณฑ์

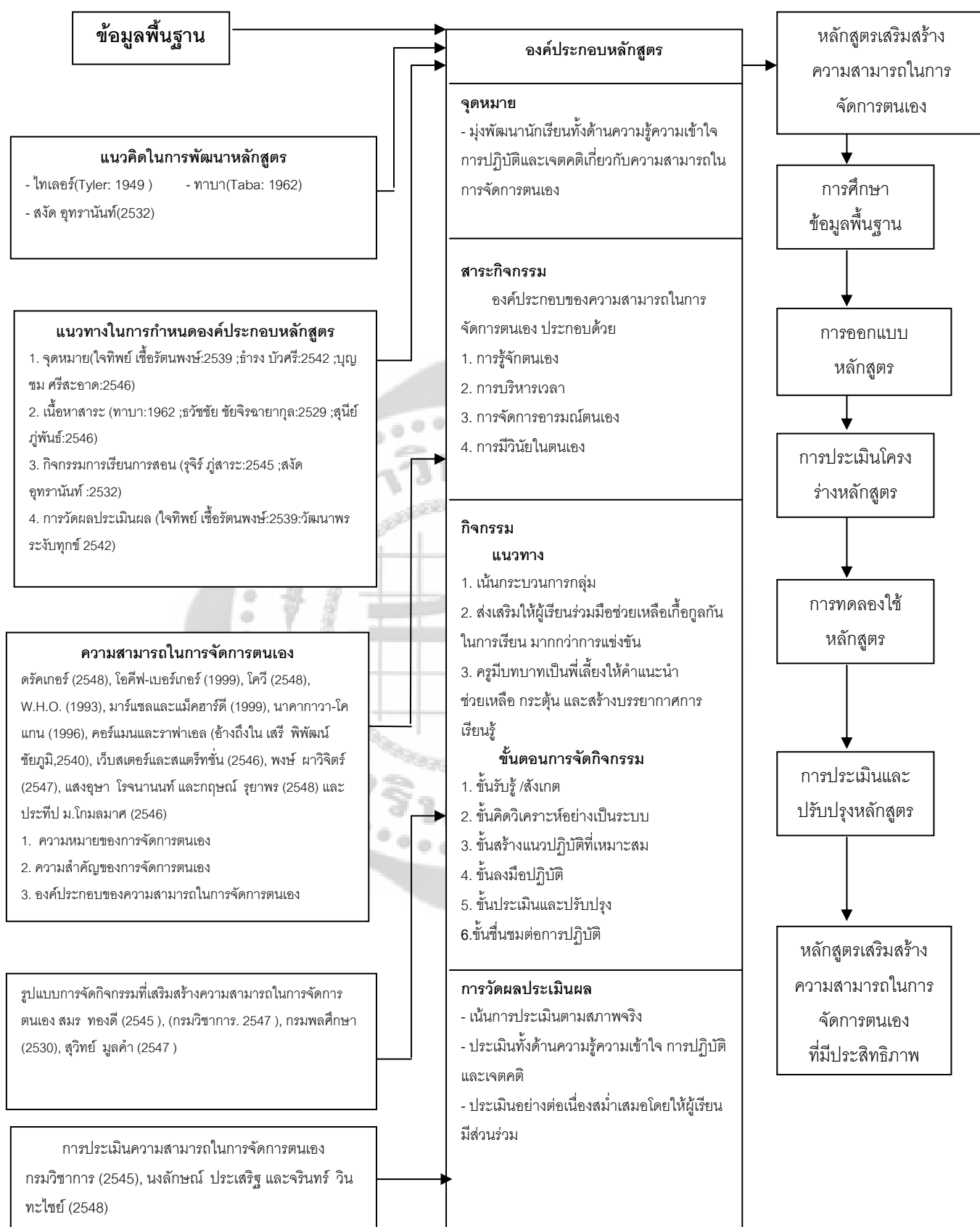
3. แนวคิดเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองซึ่งจะนำมากำหนดเป็นเนื้อหาสาระของหลักสูตรนั้นได้มาจากแนวคิดของ ดรัคเกอร์ (2548), โอศิฟ-เบอร์เกอร์ (1999), โควี (2548), W.H.O. (1993), มาร์แชลและแม็คฮาร์ดี (1999), นาซากาวา-โคแกน (1996), คอแมนและราฟาเอล (อ้างถึงใน เสรี พิพัฒน์ชัยภูมิ, 2540), เว็สเตอร์และสแตร์ทซ์ (2546), พงษ์ ภาวจิตร (2547), แสงอุษา โรจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร (2548) และประทีป ม.โกมลมาศ (2546) โดยสรุปได้ว่า ความสามารถในการจัดการตนเองที่ควรนำมากำหนดเป็นเนื้อหาสาระของหลักสูตรประกอบด้วย การรู้จักตนเอง การบริหารเวลา การจัดการอารมณ์ตนเอง และการมีวินัยในตนเอง

4. รูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดความสามารถในการจัดการตนเอง กรมวิชาการ (2545) เสนอว่า การจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนนั้นควรใช้กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน เพราะกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนค้นพบและพัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ ตลอดจนการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น โดยรูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่เสริมสร้างความสามารถ

ในการจัดการตนเองครั้งนี้จะใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมที่เรียกว่า กระบวนการสร้างนิสัย ตามแนวคิดของกรมวิชาการ (2530) และสุวิทย์ มูลคำ (2547)

โดยแนวคิดต่างๆ ดังที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ดังภาพประกอบ 10





ภาพประกอบ 10 สรุปแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การดำเนินการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยในลักษณะการวิจัยและพัฒนา ซึ่งมีกระบวนการพัฒนาหลักสูตรทั้งสิ้น 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เป็นการศึกษาและรวบรวมข้อมูลพื้นฐานที่จำเป็นเพื่อนำมาพัฒนาหลักสูตรให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการที่แท้จริง โดยในขั้นนี้แบ่งออกเป็น

1. การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง และรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
2. การศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นต้องเสริมสร้าง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยการสนทนากลุ่ม
3. จากกิจกรรมทั้ง 2 ข้อ ที่กล่าวมานำไปสู่การประมวลได้เป็นองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งนำไปกำหนดเป็นองค์ประกอบของหลักสูตร

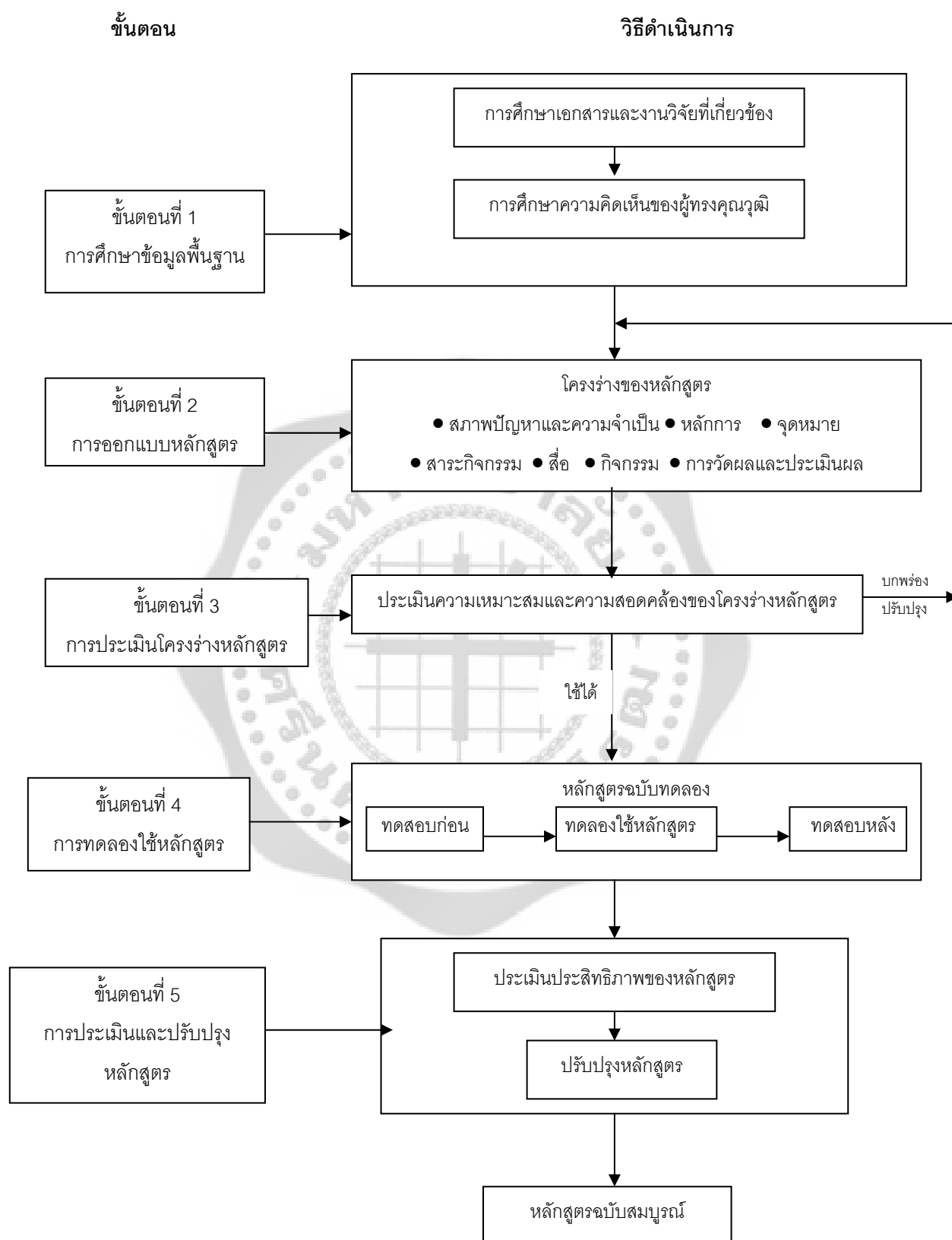
ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบหลักสูตร เป็นการนำสารสนเทศจากการศึกษาในขั้นตอนที่ 1 มากำหนดเป็นรายละเอียดต่างๆ ของโครงร่างหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร เป็นการตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรที่ได้จากขั้นตอนที่ 2 ซึ่งประเมินในด้านความเหมาะสมและความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญ แล้วทำการแก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะ ก่อนนำหลักสูตรไปทดลองใช้

ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร เป็นการนำหลักสูตรที่ได้จากขั้นตอนที่ 3 ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพื่อประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตรโดยมีการทดสอบทั้งก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร เป็นการนำผลที่ได้จากการทดลองใช้หลักสูตรมาประเมินและปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้หลักสูตรมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เพื่อให้พร้อมที่จะนำไปใช้ต่อไป

การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในครั้งนี้จึงมีขั้นตอนการดำเนินงาน ที่สามารถสรุปได้ดังภาพประกอบ 12



ภาพประกอบ 12 แสดงขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตร

จากภาพประกอบที่ 12 ที่แสดงถึงขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นั้น มีการดำเนินการในแต่ละขั้นตอนโดยสรุปดังตารางที่ 5

ตาราง 5 ขั้นตอนการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

ขั้นตอนการวิจัย	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	คำถามวิจัย	วิธีดำเนินการ	แหล่งข้อมูล	ผลที่ได้รับ
1.การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน	1. เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเอง 2. เพื่อศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง	1. ความสามารถในการจัดการที่จำเป็นต้องเสริมสร้างมีอะไรบ้าง 2. รูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับการเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองควรมีลักษณะอย่างไร	1.ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2.ศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยใช้การสนทนากลุ่ม	1.เอกสารตำราบทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2.ผู้ทรงคุณวุฒิ ด้านการจัดการตนเอง จำนวน 7 คน	สารสนเทศเกี่ยวกับองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเอง และรูปแบบกิจกรรมที่จะนำมากำหนดเป็นองค์ประกอบของหลักสูตร
2.การออกแบบหลักสูตร	เพื่อพัฒนาโครงร่างของหลักสูตรให้สอดคล้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง ที่จำเป็นต้องเสริมสร้างให้เกิดขึ้นกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	โครงร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีองค์ประกอบอะไรบ้าง	1.ศึกษาวิเคราะห์เอกสาร 2.เขียนโครงร่างหลักสูตร	1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2. สารสนเทศจากขั้นตอนที่ 1	โครงร่างหลักสูตร

ตาราง 5 (ต่อ)

ขั้นตอนการวิจัย	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	คำถามวิจัย	วิธีดำเนินการ	แหล่งข้อมูล	ผลที่ได้รับ
3.การประเมิน โครงร่างหลักสูตร	1.เพื่อประเมิน ความเหมาะสม ของโครงร่าง หลักสูตร 2. เพื่อประเมิน ความสอดคล้อง ของโครงร่าง หลักสูตร	1.องค์ประกอบ ต่างๆ ของโครง ร่างหลักสูตรที่ พัฒนาขึ้นมีความ เหมาะสมหรือไม่ 2. องค์ประกอบ ต่างๆ ของโครง ร่างหลักสูตรที่ พัฒนาขึ้นมีความ สอดคล้องกัน หรือไม่	ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ ประเมิน โดยใช้ แบบประเมิน โครงร่างหลักสูตร	ผู้เชี่ยวชาญด้าน การพัฒนา หลักสูตร ด้าน การจัดการตนเอง และด้านการ วัดผลประเมินผล รวมจำนวน 5 คน	โครงร่างหลักสูตร ที่ผ่านการ ประเมินจาก ผู้เชี่ยวชาญ
4.การทดลองใช้ หลักสูตร	เพื่อศึกษา ประสิทธิภาพของ หลักสูตร	หลักสูตรเพื่อ เสริมสร้าง ความสามารถใน การจัดการตนเอง ที่พัฒนาขึ้นมี ประสิทธิภาพ มากน้อยเพียงใด	ใช้วิธีการวิจัยเชิง ทดลอง โดยมี กลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม และกลุ่ม ควบคุม 1 กลุ่ม ซึ่งมีการทดสอบ ก่อนและหลังการ ทดลอง	นักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบาง เทา อ. ถลาง จ. ภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 63 คน	ได้ทราบถึง ประสิทธิภาพของ หลักสูตรที่ พัฒนาขึ้น
5.การประเมิน และปรับปรุง หลักสูตร	เพื่อตรวจสอบ ประสิทธิภาพของ หลักสูตรภายหลัง การทดลองใช้	หลักสูตรที่ได้ นำไปทดลองใช้มี ประสิทธิภาพ ตามเกณฑ์ หรือไม่	ประเมิน ประสิทธิภาพของ หลักสูตรตาม เกณฑ์ที่กำหนด	ข้อมูลจากการ ทดลองใช้ หลักสูตร	ได้หลักสูตรเพื่อ เสริมสร้าง ความสามารถใน การจัดการตนเอง สำหรับนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปี ที่ 1 ฉบับสมบูรณ์

ในกระบวนการพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ผู้วิจัยกำหนดดำเนินการตามขั้นตอน โดยมีรายละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

วิธีดำเนินการ การดำเนินการในขั้นตอนนี้ แบ่งออกเป็น 3 แนวทาง คือ

ส่วนที่ 1 การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง

ในส่วนนี้ผู้วิจัยทำการ ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง หลังจากนั้นนำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์เพื่อกำหนดเป็นกรอบคุณลักษณะของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง และศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง เพื่อเป็นกรอบรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

ส่วนที่ 2 การศึกษาความคิดเห็นจากผู้ทรงคุณวุฒิ

ในส่วนนี้ผู้วิจัยนำข้อสรุปที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง และรูปแบบกิจกรรมที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง มากำหนดเป็นประเด็นคำถามในการจัดสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 7 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับคุณลักษณะของผู้ที่มีความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งมีรายละเอียดสำหรับการดำเนินการดังนี้

1. เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในส่วนนี้คือคู่มือการสนทนากลุ่มที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งประกอบด้วยรายละเอียดสำคัญคือ จุดประสงค์ แนวทาง และประเด็นในการสนทนากลุ่ม

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยทำการติดต่อประสานงานกับผู้ทรงคุณวุฒิและดำเนินการสนทนากลุ่มเพื่อเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีการดำเนินงาน ตามลำดับดังนี้คือ ปรึกษาอาจารย์ผู้ควบคุมปริญญาโทในการกำหนดผู้ทรงคุณวุฒิ หลังจากนั้นผู้วิจัยติดต่อประสานงานกับผู้ทรงคุณวุฒิด้วยตนเองอย่างไม่เป็นทางการ พร้อมกำหนดวันจัดสนทนากลุ่ม ต่อจากนั้นขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเชิญผู้ทรงคุณวุฒิอย่างเป็นทางการ และสุดท้ายคือดำเนินการจัดสนทนากลุ่ม ซึ่งดำเนินการในวันที่ 17 สิงหาคม 2550 ณ ห้อง 301 อาคารบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการสร้างข้อสรุปจากการวิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็นการสนทนากลุ่ม เพื่อนำข้อสรุปดังกล่าวไปใช้ในขั้นตอนที่ 2

ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบหลักสูตร

วัตถุประสงค์ เพื่อกำหนดโครงร่างหลักสูตรที่สอดคล้องกับองค์ประกอบความสามารถในการจัดการจัดการตนเอง ที่จำเป็นต้องเสริมสร้างให้เกิดกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

วิธีดำเนินการ การดำเนินงานในขั้นตอนนี้เป็นการเขียนโครงร่างหลักสูตรที่ต้องการพัฒนาโดยนำองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นต้องเสริมสร้างให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มาพัฒนาเป็นหลักสูตร โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับองค์ประกอบของโครงร่างหลักสูตรดังนี้

1. สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร เป็นการพิจารณาข้อมูลที่ได้จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อนำมากำหนดเป็นหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
2. หลักการของหลักสูตร เป็นการกำหนดแนวคิดและวัตถุประสงค์ของหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองในภาพรวมอย่างกว้างๆ
3. จุดหมายของหลักสูตร เป็นการกำหนดคุณลักษณะที่คาดหวังของผู้เรียน โดยกำหนดให้สอดคล้องกับความต้องการจำเป็นของหลักสูตร ซึ่งการวิจัยครั้งนี้กำหนดจุดหมายของหลักสูตรเพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดี และมีคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง เพื่อให้เป็นลักษณะประจำตัวที่ส่งเสริมความสำเร็จในการดำรงชีวิตต่อไป
4. หน่วยกิจกรรม เป็นการนำข้อสรุปเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มากำหนดเป็นสาระกิจกรรมในหน่วยกิจกรรมของหลักสูตร โดยในแต่ละหน่วยประกอบด้วย
 - 4.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรม เป็นการอธิบายถึงภาพรวมของมโนทัศน์ของหน่วยกิจกรรมแต่ละหน่วย เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดจุดประสงค์ของกิจกรรม
 - 4.2. จุดประสงค์การจัดกิจกรรม กำหนดให้สอดคล้องกับจุดหมายของหลักสูตร โดยกำหนดให้อยู่ในรูปของจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม
 - 4.3. สาระกิจกรรม เป็นการกำหนดรายละเอียดขององค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองซึ่งได้จากขั้นตอนที่ 1 ที่ต้องการให้เกิดขึ้นกับนักเรียน โดยกำหนดให้สอดคล้องกับจุดประสงค์กิจกรรม

4.4. กิจกรรม กำหนดให้สอดคล้องกับจุดประสงค์การจัดกิจกรรม และสาระกิจกรรม เนื่องจากหลักสูตรมีจุดหมายหลักอยู่ที่ต้องการให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเอง ดังนั้น กิจกรรมที่จัดจึงต้องส่งเสริมให้นักเรียนมีความรู้ มีเจตคติที่ดี และเกิดคุณลักษณะความคู่กัน

4.5. การวัดและประเมินผล กำหนดให้สอดคล้องกับจุดหมายของหลักสูตร จุดประสงค์ การจัดกิจกรรมประจำหน่วย สาระกิจกรรม โดยแบ่งการวัดและประเมินผลออกเป็น 3 ลักษณะคือ

4.5.1. การวัดและประเมินผลในแต่ละหน่วยกิจกรรม

4.5.2. การวัดและประเมินความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน โดย พิจารณาจากผลการประเมินก่อนและหลังการจัดกิจกรรมตามหลักสูตรที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยเครื่องมือ ที่ใช้ ได้แก่ แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และแบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง

4.5.3. การวัดและประเมินผลการใช้หลักสูตร เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร

ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร

วิธีดำเนินการ ในขั้นตอนนี้เป็นการประเมินคุณภาพของโครงร่างหลักสูตรที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยอาศัยผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจสอบ เพื่อหาข้อบกพร่องต่างๆ และจะได้ทำการปรับปรุงแก้ไขก่อนนำหลักสูตรไปทดลองใช้ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. จุดประสงค์ของการประเมิน ในการประเมินโครงร่างหลักสูตรครั้งนี้ จะประเมินใน 2 ลักษณะคือ

1.1. การประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตร เป็นการพิจารณาในแต่ละ องค์ประกอบของโครงร่างหลักสูตร ซึ่งได้แก่ สภาพปัญหาและความต้องการ หลักการของหลักสูตร จุดหมายของหลักสูตร สาระกิจกรรมของหลักสูตร กิจกรรม และการวัดผลและประเมินผล ว่ามีความเหมาะสมกับวัยของผู้เรียนคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มากน้อยเพียงใด

1.2. การประเมินความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร เป็นการพิจารณาว่าองค์ประกอบ ต่าง ๆ ของหลักสูตรมีความสอดคล้องกันมากน้อยเพียงใด

2. ผู้ประเมินโครงร่างหลักสูตร

ผู้ทำหน้าที่ประเมินในครั้งนี้ประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 5 คน โดยให้ผู้ประเมินชุดนี้ประเมินทั้งความเหมาะสม และความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร

3. เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน ซึ่งมี 2 ส่วน คือ

ตอนที่ 1 การประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตร ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ ตามความเหมาะสม ตั้งแต่เหมาะสมมากที่สุด เหมาะสมมาก เหมาะสมปานกลาง เหมาะสมน้อย และเหมาะสมน้อยที่สุด โดยให้น้ำหนักคะแนนเป็น 5 4 3 2 และ 1 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 การประเมินความสอดคล้องขององค์ประกอบต่างๆ ในโครงร่างหลักสูตร ใช้แบบประเมินที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประเมินโดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง เป็นเกณฑ์ในการพิจารณา ซึ่งเกณฑ์ในการพิจารณาคือ สอดคล้อง ไม่แน่ใจ และไม่สอดคล้อง โดยให้น้ำหนักคะแนนเป็น 1 0 และ -1 ตามลำดับ

แบบประเมินทั้ง 2 ตอนมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

- 1) ศึกษารายละเอียดของโครงร่างหลักสูตร
- 2) กำหนดประเด็นที่จะทำการประเมินและเขียนเป็นข้อคำถาม
- 3) หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยการให้อาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบความเหมาะสม ทั้งประเด็นการประเมิน ข้อคำถาม และภาษาที่ใช้
- 4) ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมินตามข้อเสนอแนะ และจัดทำเป็นแบบประเมินโครงร่างหลักสูตรฉบับสมบูรณ์

4. การรวบรวมข้อมูล ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการประเมินโครงร่างหลักสูตร ผู้วิจัยดำเนินการติดต่อประสานงานกับผู้เชี่ยวชาญด้วยตนเอง พร้อมกับนำโครงร่างหลักสูตร และแบบประเมินโครงร่างหลักสูตรไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน ตอบโดยอิสระและรับกลับด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับคือ ปรึกษาอาจารย์ผู้ควบคุมปริญญาโทในการกำหนดตัวผู้เชี่ยวชาญ ติดต่อผู้เชี่ยวชาญด้วยตนเองอย่างไม่เป็นทางการ ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญอย่างเป็นทางการ ผู้วิจัยส่งหลักสูตรและเอกสารประกอบพร้อมแบบประเมินไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้วยตนเอง และไปปรับแบบประเมินกลับด้วยตนเอง

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจะดำเนินการดังนี้

5.1. การวิเคราะห์ข้อมูลการประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตร ผู้วิจัยจะนำเสนอในรูปแบบของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยนำคำตอบของผู้เชี่ยวชาญแต่ละคนมาให้น้ำหนักคะแนนดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 214)

มีความเห็นว่า	เหมาะสมมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
มีความเห็นว่า	เหมาะสมมาก	ให้	4	คะแนน
มีความเห็นว่า	เหมาะสมปานกลาง	ให้	3	คะแนน
มีความเห็นว่า	เหมาะสมน้อย	ให้	2	คะแนน
มีความเห็นว่า	เหมาะสมน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

จากนั้นคำนวณค่าเฉลี่ยความจำเป็นจากความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยแปลความหมายเทียบกับเกณฑ์ดังนี้

เหมาะสมมากที่สุด	ช่วงคะแนน	4.50 – 5.00
เหมาะสมมาก	ช่วงคะแนน	3.50 – 4.49
เหมาะสมปานกลาง	ช่วงคะแนน	2.50 – 3.49
เหมาะสมน้อย	ช่วงคะแนน	1.50 – 2.49
เหมาะสมน้อยที่สุด	ช่วงคะแนน	1.00 – 1.49

การกำหนดค่าเฉลี่ยคะแนนความเหมาะสม คือ ถ้าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามมีค่าตั้งแต่ 3.50 ขึ้นไป ถือว่าผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าโครงสร้างหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสม

5.2. การวิเคราะห์ข้อมูลการประเมินความสอดคล้องของโครงสร้างหลักสูตร ใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง โดยนำคำตอบของผู้เชี่ยวชาญแต่ละคนมาหาค่าน้ำหนักคะแนนดังนี้

มีความเห็นว่า	สอดคล้อง	กำหนดคะแนนเป็น	+1
มีความเห็นว่า	ไม่แน่ใจ	กำหนดคะแนนเป็น	0
มีความเห็นว่า	ไม่สอดคล้อง	กำหนดคะแนนเป็น	-1

จากนั้นนำมาแทนค่าในสูตรการหาดัชนีความสอดคล้อง (Index – Objective Congruence = IOC) เป็นเกณฑ์ในการพิจารณา (สำเร็จ บุญเรืองรัตน์. 2529 : 87)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC หมายถึง ดัชนีความสอดคล้อง
R หมายถึง คะแนนความคิดเห็น
N หมายถึง จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

ถ้าค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 ถือว่าโครงสร้างหลักสูตรมีความสอดคล้องกัน อยู่ในเกณฑ์ที่ไม่ต้องปรับปรุง

6. การแก้ไขปรับปรุงโครงสร้างหลักสูตร โดยนำผลจากการประเมินโครงสร้างของหลักสูตรจากผู้เชี่ยวชาญมาเป็นเกณฑ์ในการแก้ไขปรับปรุง ให้โครงสร้างหลักสูตรมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

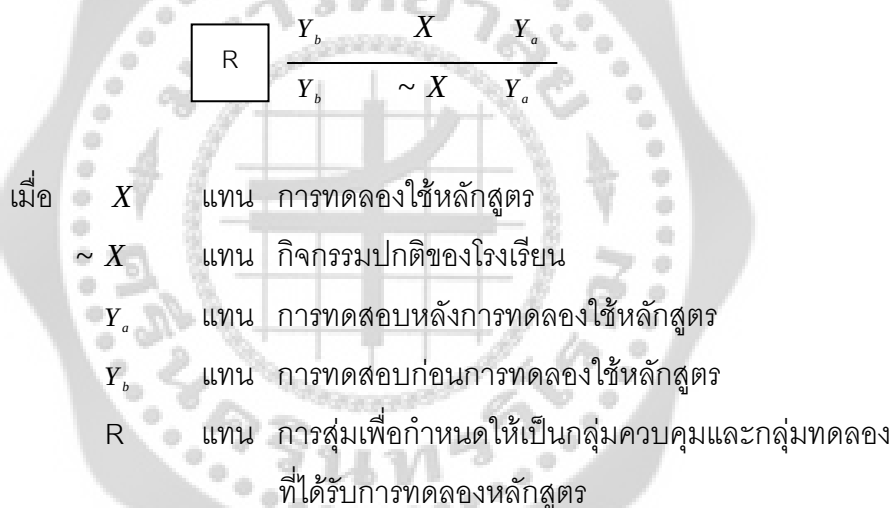
ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร

วัตถุประสงค์ เพื่อหาประสิทธิภาพของหลักสูตร

วิธีดำเนินการ การดำเนินการในขั้นตอนนี้เป็นการนำโครงร่างหลักสูตรที่แก้ไขปรับปรุงแล้วทั้งฉบับไปทดลองใช้ในสถานการณ์จริงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาประสิทธิภาพของหลักสูตร และความเหมาะสมของการนำหลักสูตรไปใช้ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการใช้หลักสูตรมีรายละเอียดการดำเนินการดังนี้

1. แบบแผนการทดลอง

แผนการทดลองใช้หลักสูตรครั้งนี้ ใช้แผนการทดลองแบบ Pretest-Posttest Control group design (Campbell and Stanley, 1966 : 13) โดยการกำหนดให้มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมอย่างละ 1 กลุ่ม และมีการทดสอบก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตรทั้งสองกลุ่ม ดังนี้



2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- ประชากร เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากูเกิต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 4 ห้องเรียน จำนวน 127 คน
- กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 2 ห้องเรียน จำนวน 63 คน โดยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 32 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/2 จำนวน 31 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม แล้วสุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน และกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน

3. เครื่องมือใช้ในการทดลอง ประกอบด้วยเครื่องมือดังนี้

3.1. เอกสารหลักสูตรที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ได้แก่ หลักสูตร แผนการจัดกิจกรรม ใบบงาน และใบความรู้ต่างๆ

3.2. เครื่องมือวัดความสามารถในการจัดการตนเอง ประกอบด้วย

3.2.1. แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ใช้วัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้หลักสูตร ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

- 1) ศึกษาสาระกิจกรรมเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง จากหน่วยกิจกรรมที่กำหนดไว้ในหลักสูตร เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2) สร้างแบบทดสอบวัดความรู้ชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก
- 3) นำแบบทดสอบที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และความเหมาะสมของภาษา แล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ
- 4) หาความยากง่ายและอำนาจจำแนกของแบบทดสอบรายข้อ โดยนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนถาวรสว่าง อำเภอลำลูกเกด จังหวัดภูเก็ต ประจำปีการศึกษา 2550 จำนวน 34 คน และใช้เกณฑ์การคัดเลือกข้อสอบที่มีความยากง่ายรายข้อ ระหว่าง 0.20 – 0.80 และอำนาจจำแนกที่มีค่าตั้งแต่ .20 ขึ้นไป (ประคอง กรรณสูตร. 2538 : 33) ได้ข้อสอบที่มีคุณภาพตามเกณฑ์ จำนวน 34 ข้อ
- 5) หาคุณภาพของแบบทดสอบทั้งฉบับ โดยการนำแบบทดสอบที่ผ่านการคัดเลือกตามเกณฑ์ความยากง่ายและอำนาจจำแนกเรียบร้อยแล้ว ไปทดสอบหาความเชื่อมั่นทั้งฉบับ โดยนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนถาวรสว่าง อำเภอลำลูกเกด จังหวัดภูเก็ต ประจำปีการศึกษา 2550 จำนวน 34 คน โดยใช้สูตรการคำนวณของ คูเดอร์-ริชาร์ดสัน ที่ 20 (KR-20) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .60

3.2.2. แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ใช้ศึกษาความคิดเห็นและความรู้สึกเกี่ยวกับการจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง ทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลองใช้หลักสูตร มีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

- 1) ศึกษาสาระกิจกรรมเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองจากหน่วยกิจกรรมที่กำหนดไว้ในหลักสูตร และเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2) สร้างแบบวัดเจตคติตามแบบของ ลิเคิร์ต (Likert) ซึ่งเป็นมาตราส่วน
ประมาณค่า 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ซึ่ง
กำหนดให้มีข้อความทั้งทางบวกและทางลบ โดยมีเกณฑ์พิจารณา ดังนี้

	เกณฑ์การให้คะแนน	
	มาตรวัดเจตคติเป็นข้อความทางบวก	มาตรวัดเจตคติเป็นข้อความทางลบ
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	5	1
เห็นด้วย	4	2
ไม่แน่ใจ	3	3
ไม่เห็นด้วย	2	4
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1	5

การแปลความหมายค่าเฉลี่ยน้ำหนักคะแนน แบ่งเป็น 5 ระดับ คือ

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ช่วงคะแนน	4.50 – 5.00
เห็นด้วย	ช่วงคะแนน	3.50 – 4.49
ไม่แน่ใจ	ช่วงคะแนน	2.50 – 3.49
ไม่เห็นด้วย	ช่วงคะแนน	1.50 – 2.49
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ช่วงคะแนน	1.00 – 1.49

3) นำแบบวัดเจตคติที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร
ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิง
เนื้อหาและความเหมาะสมของภาษา และความสอดคล้องของเจตคติที่ต้องการประเมิน แล้วปรับปรุง
แก้ไขตามข้อเสนอแนะ

4) นำแบบวัดเจตคติที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกลางพระนางสร้าง อำเภอลำปาง จังหวัดภูเก็ต ประจำปีการศึกษา 2550 จำนวน 34 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดเจตคติ โดยการวิเคราะห์
ด้วยสถิติ t-test และทำการคัดเลือกข้อที่มีอำนาจจำแนกตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป (พวงรัตน์ ทวีรัตน์.
2540 : 193) ได้แบบวัดที่มีคุณภาพตามเกณฑ์ จำนวน 50 ข้อ

5) หาคุณภาพของแบบวัดเจตคติทั้งฉบับโดยคำนวณหาความเชื่อมั่น
ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ตามวิธีของครอนบัค (Cronbach) โดยนำ แบบ
วัดจำนวน 50 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกลางพระนางสร้าง อำเภอลำปาง

กลาง จังหวัดภูเก็ต ประจำปีการศึกษา 2550 จำนวน 34 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .88

3.2.3. แบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ใช้วัด

คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประเมินตนเองทั้งก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยแบบประเมินฉบับนี้เป็นแบบวัดแบบมาตรประมาณค่า ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

- 1) ศึกษาสาระกิจกรรมเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง จากหน่วยกิจกรรมที่กำหนดไว้ในหลักสูตร และเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2) สร้างแบบวัดมาตรประมาณค่า 5 ระดับ
- 3) นำแบบทดสอบที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา และความเหมาะสมของภาษา แล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ
- 4) นำแบบประเมินความสามารถในการจัดการตนเองที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนถลางพระนางสร้าง อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ประจำปีการศึกษา 2550 จำนวน 34 คน เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดเจตคติ โดยการวิเคราะห์ด้วยสถิติ t-test และทำการคัดเลือกข้อที่มีอำนาจจำแนกตั้งแต่ 1.75 ขึ้นไป (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 193) ได้แบบวัดที่มีความสมบูรณ์ตามเกณฑ์ที่กำหนด จำนวน 40 ข้อ
- 5) หาคุณภาพของแบบวัดคุณลักษณะทั้งฉบับโดยคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น ด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ตามวิธีของครอนบาค (Cronbach) โดยนำไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนถลางพระนางสร้าง อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ประจำปีการศึกษา 2550 จำนวน 34 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดทั้งฉบับ เท่ากับ .91

3.3. แบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรสำหรับให้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประเมิน ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

- 1) ศึกษาองค์ประกอบต่างๆ ของหน่วยกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย คำอธิบายหน่วยกิจกรรม จุดประสงค์ สาระกิจกรรม กิจกรรม สื่อ และการวัดผลประเมินผล
- 2) สร้างแบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรในรูปแบบของแบบสอบถามความคิดเห็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ พึงพอใจมากที่สุด พึงพอใจมาก พึงพอใจปานกลาง พึงพอใจน้อย และพึงพอใจน้อยที่สุด ซึ่งกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540 : 214)

มีความเห็นว่า	พึงพอใจมากที่สุด	ให้	5	คะแนน
มีความเห็นว่า	พึงพอใจมาก	ให้	4	คะแนน
มีความเห็นว่า	พึงพอใจปานกลาง	ให้	3	คะแนน
มีความเห็นว่า	พึงพอใจน้อย	ให้	2	คะแนน
มีความเห็นว่า	พึงพอใจน้อยที่สุด	ให้	1	คะแนน

จากนั้นคำนวณค่าเฉลี่ยความพึงพอใจจากความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยเทียบเกณฑ์ดังนี้

พึงพอใจมากที่สุด	ช่วงคะแนน	4.50 – 5.00
พึงพอใจมาก	ช่วงคะแนน	3.50 – 4.49
พึงพอใจปานกลาง	ช่วงคะแนน	2.50 – 3.49
พึงพอใจน้อย	ช่วงคะแนน	1.50 – 2.49
พึงพอใจน้อยที่สุด	ช่วงคะแนน	1.00 – 1.49

การกำหนดค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจ คือ ถ้าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นของผู้ตอบ มีค่าตั้งแต่ 2.50 ขึ้นไป ถือว่าผู้ประเมินมีความพึงพอใจต่อการใช้นวัตกรรม

3) นำแบบวัดพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้นวัตกรรมที่สร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดและประเมินผล จำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษา และความสอดคล้องกับประเด็นที่ต้องการประเมิน ซึ่งผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าแต่ทุกประเด็นคำถามมีความสอดคล้องตามเกณฑ์

4. ระยะเวลาในการทดลองกำหนดทดลองใช้นวัตกรรมในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 เป็นเวลา 10 สัปดาห์ จำนวน 18 ชั่วโมง โดยแบ่งเป็นชั่วโมงสำหรับจัดกิจกรรม 16 ชั่วโมง และเป็นชั่วโมงสำหรับการทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียนอีก 2 ชั่วโมง ซึ่งระยะเวลาการทดลองใช้นวัตกรรมดังกล่าวนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณลักษณะผู้เรียนหลายเรื่อง เช่น วิจิตรพร หล่อสุวรรณกุล (2544) ที่พัฒนาการคิดวิจารณ์ญาณในกระบวนการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล ใช้เวลา 5 สัปดาห์ จำนวนชั่วโมงสอน 20 ชั่วโมง ขณะที่ภัทรภรณ์ ภัทรโยธิน (2545) พัฒนาความสามารถในการคิดวิจารณ์ญาณของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพอากาศ ใช้เวลา 3 สัปดาห์ จำนวนชั่วโมงสอน 22 ชั่วโมง ส่วนสมศรี ทองนุช (2542) พัฒนาความเป็นคนทันสมัยด้านจิตใจให้แก่ นักเรียนสาขาครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏ ใช้เวลาในการอบรม 6 วัน กนกนุช วสุธำรัตน์ (2548) พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แห่งตนของนักศึกษาพยาบาล ใช้เวลาในการพัฒนา 1 เดือน จำนวนชั่วโมงสอน 17 ชั่วโมง และวิยะดา รัตนสุวรรณ (2547) ที่พัฒนาความสามารถในการคิดไตร่ตรองของอาจารย์พยาบาล ใช้เวลา 3 วัน จำนวน 18 ชั่วโมง ซึ่งผลการวิจัยพบว่าระยะเวลาและ

จำนวนชั่วโมงในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนตามที่กำหนด สามารถทำให้ทั้งนักเรียนและผู้รับการอบรม สามารถพัฒนาคุณลักษณะได้ตามจุดประสงค์ของการวิจัย จากงานวิจัยทั้งหมดที่กล่าวมา จะเห็นว่านักวิจัยใช้เวลาในการพัฒนาคุณลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย ระหว่าง 17 – 22 ชั่วโมง ดังนั้นการกำหนดระยะเวลา 10 สัปดาห์ และจำนวนชั่วโมงในการจัดกิจกรรม 18 ชั่วโมง สำหรับการวิจัย การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวครั้งนี้ คงจะทำให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองตามจุดประสงค์ของหลักสูตรได้เช่นเดียวกัน

5. การดำเนินการทดลอง ในการดำเนินการทดลองใช้หลักสูตรมีวิธีการดำเนินการดังนี้

5.1 การเตรียมการก่อนการทดลอง

5.1.1 การจัดเตรียมเอกสารหลักสูตร และสื่อต่างๆ ตลอดจนการติดต่อประสานงานกับโรงเรียนเพื่อขออนุญาตเข้าไปทดลองใช้หลักสูตร

5.1.2 การติดต่อขอความร่วมมือกับโรงเรียนที่จะทดลองใช้หลักสูตร โดยดำเนินการดังนี้

- 1) ติดต่อขอความร่วมมือกับโรงเรียนด้วยตนเองอย่างไม่เป็นทางการในเบื้องต้น หลังจากนั้นติดต่อขออนุญาตทดลองใช้หลักสูตรอย่างเป็นทางการ โดยผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- 2) ติดต่อขอความร่วมมือกับครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนวของโรงเรียนเพื่อขอให้เป็นผู้นำหลักสูตรไปทดลองใช้ ซึ่งในเบื้องต้นเป็นการติดต่อโดยตรงอย่างไม่เป็นทางการ หลังจากนั้นทำหนังสือขอความร่วมมือให้เป็นผู้ทดลองใช้หลักสูตรอย่างเป็นทางการ โดยผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- 3) การชี้แจงทำความเข้าใจกับครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนวในการนำหลักสูตรไปใช้ จะดำเนินการใน 3 ลักษณะคือ
 - ชี้แจงทำความเข้าใจเกี่ยวกับรายละเอียดของหลักสูตรที่พัฒนาขึ้น รวมถึงวิธีการหรือแนวทางในการจัดกิจกรรม การวัดผลประเมินผล
 - ให้ครูผู้สอนศึกษาเอกสารหลักสูตร รวมถึงสื่อและอุปกรณ์ต่างๆ หลังจากนั้น 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยไปพบครูผู้สอนเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้และชี้แจงข้อสงสัยต่างๆ เกี่ยวกับหลักสูตรอีกครั้งหนึ่ง
 - ให้ครูผู้สอนทดลองใช้แผนการจัดกิจกรรม 1 แผน โดยมีผู้วิจัยคอยสังเกตการณ์จัดกิจกรรม เพื่อนำข้อบกพร่องและปัญหาอุปสรรคต่างๆ ที่จำเป็นต้องแก้ไขมาชี้แนะหลังจากการดำเนินกิจกรรมเสร็จ

5.2 การดำเนินทดลอง ในขั้นตอนการดำเนินการทดลองใช้หลักสูตรนี้ ใช้เวลาทั้งสิ้น 10 สัปดาห์ คือระหว่างวันที่ 2 มกราคม 2551 – วันที่ 7 มีนาคม 2551 โดยดำเนินการทดลองใช้หลักสูตรกับกลุ่มทดลอง ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมให้เรียนรู้ไปตามกระบวนการและกิจกรรมปกติของโรงเรียน ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1) ทำการทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และให้กลุ่มตัวอย่างประเมินเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง รวมทั้งประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ของตนเอง ทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองใช้หลักสูตร

2) ดำเนินการทดลองใช้หลักสูตร โดยมอบหมายให้ครูผู้สอนที่รับผิดชอบจัดกิจกรรมแนะแนวของโรงเรียน เป็นผู้ดำเนินการจัดกิจกรรมจนครบกระบวนการของหลักสูตร

3) ทำการทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และให้กลุ่มตัวอย่างประเมินเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง รวมทั้งประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ของตนเองอีกครั้งหนึ่ง ภายหลังสิ้นสุดการทดลองใช้หลักสูตร

6. การวิเคราะห์ข้อมูล การดำเนินการในขั้นนี้ ประกอบด้วย

6.1. เปรียบเทียบคะแนนจากแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และแบบประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตรทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยใช้การทดสอบด้วยสถิติทดสอบที (t-test) ดังนี้

1) การเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองใช้สถิติ t-test independent

2) การเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลอง ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองใช้สถิติ t-test dependent

6.2. การหาประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร) มีวิธีการดังนี้

1) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม โดยนำข้อมูลที่ได้จาก

แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองมาหาประสิทธิภาพของหลักสูตร ตามเกณฑ์ความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม (E_1/E_2) โดยกำหนดเกณฑ์ไว้ไม่ต่ำกว่า 80/80 โดยใช้สูตร E_1/E_2 (อรพวรรณ พรสีมา. 2530 : 130 -131)

$$E_1 = \frac{\bar{X} \times 100}{A}$$

เมื่อ E_1 หมายถึง ค่าประสิทธิภาพของการจัดกิจกรรมระหว่างการทดลอง
 $\bar{X}$ หมายถึง คะแนนสอบโดยเฉลี่ยจากแต่ละหน่วยกิจกรรมของกลุ่มทดลอง
 A หมายถึง คะแนนเต็มของการสอบจากแต่ละหน่วยกิจกรรม

$$E_2 = \frac{\bar{F} \times 100}{P}$$

E_2 หมายถึง ค่าประสิทธิภาพของกิจกรรมหลังการทดลอง
 $\bar{F}$ หมายถึง คะแนนเฉลี่ยการทดสอบของกลุ่มทดลองหลังเสร็จสิ้นการทดลอง
 P หมายถึง คะแนนเต็มของการทดสอบหลังเสร็จสิ้นการทดลอง

2) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง กำหนดเกณฑ์อยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

3) การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง กำหนดกำหนดเกณฑ์อยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

7. เกณฑ์ในการพิจารณาประสิทธิภาพของหลักสูตร

7.1. ด้านผู้เรียน เป็นการพิจารณาคะแนนเฉลี่ยของนักเรียนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง

1) คะแนนเฉลี่ย ด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) คะแนนเฉลี่ย ด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการ

จัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

7.2. ด้านหลักสูตร ประกอบด้วย

1) ความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรของนักเรียน โดยกำหนดเกณฑ์ความพึงพอใจอยู่ในระดับไม่ต่ำกว่าระดับปานกลาง (ไม่ต่ำกว่า 2.50)

2) ค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร

- การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม โดยใช้ค่า E_1/E_2 กำหนดเกณฑ์ไม่ต่ำกว่า 80/80

- การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง กำหนดเกณฑ์อยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

- การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง กำหนดเกณฑ์อยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

วัตถุประสงค์ เพื่อประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตรภายหลังจากนำหลักสูตรไปทดลองใช้

วิธีดำเนินการ ในขั้นตอนนี้ เป็นการประเมินผลหลังจากนำหลักสูตรไปทดลองใช้และปรับปรุงหลักสูตรให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นจากข้อมูลที่ได้ โดยพิจารณา ดังนี้

1. เกณฑ์ในการพิจารณาประสิทธิภาพของหลักสูตร (การใช้หลักสูตร)

1.1. ด้านผู้เรียน ประกอบด้วย

1) ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้งด้านด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2) ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้งด้านด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2. ด้านหลักสูตร ประกอบด้วย

1) ความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรของนักเรียนอยู่ในระดับไม่ต่ำกว่าปานกลาง (ไม่ต่ำกว่า 2.50)

2) ค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร) ประกอบด้วย

- ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรมมีค่า E_1/E_2 ไม่ต่ำกว่า 80/80
- ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติ เกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนอยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)
- ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนอยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

2. ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตร

3. ข้อเสนอแนะของครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว

หลังจากทำการแก้ไขปรับปรุงเรียบร้อยแล้ว ก็จัดทำเป็นหลักสูตรฉบับสมบูรณ์ที่สามารถนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1 ต่อไป

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1” ผู้วิจัยนำเสนอตามขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตร โดยแบ่งออกเป็น 5 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง

ส่วนที่ 2 ผลการศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ เกี่ยวกับคุณลักษณะของความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้การสนทนากลุ่ม (focus group)

ขั้นตอนที่ 2 ผลการออกแบบหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 3 ผลการประเมินโครงร่างหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 4 ผลการทดลองใช้หลักสูตร

ขั้นตอนที่ 5 ผลการประเมิน และปรับปรุงหลักสูตร

สำหรับรายละเอียดแต่ละขั้นตอน มีดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้แบ่งออกเป็นสองส่วนคือ ผลการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเองและผลการศึกษาความคิดเห็นจากผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับคุณลักษณะของความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้การสนทนากลุ่ม (focus group) โดยมีรายละเอียดของผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในแต่ละส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง

ผลการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเองจากความคิดเห็นนักการศึกษา นักจิตวิทยา และนักวิชาการด้านอื่นๆ สรุปได้ว่า คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นต้องเสริมสร้างในนักเรียนประกอบด้วย คุณลักษณะ 4 ด้าน คือ 1) การรู้จักตนเอง 2) การบริหารเวลา 3) การจัดการอารมณ์ตนเอง และ 4) การมีวินัยในตนเอง

ส่วนที่ 2 ผลการศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิเกี่ยวกับคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้เทคนิคการสนทนากลุ่ม

ผลการศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งเป็นนักการศึกษา นักจิตวิทยา จำนวน 7 คน ได้ข้อสรุปว่า ความสามารถในการจัดการตนเอง ที่จำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย

1. ความสามารถในการรู้จักตนเอง ประกอบด้วย การรู้จักลักษณะทั่วไปของตนเอง จุดเด่นจุดด้อย ความถนัดของตนเอง การแก้ไขปรับปรุงและพัฒนาตนเอง การยอมรับตนเอง
2. ความสามารถในการบริหารเวลา ประกอบด้วย คุณลักษณะด้านการรู้จักวิเคราะห์การใช้เวลา การวางแผนการใช้เวลา การจัดลำดับความสำคัญของการทำงาน หรือกิจกรรมต่างๆ ที่ได้รับมอบหมาย การรู้จักแบ่งเวลาทำกิจกรรมต่างๆ อย่างสมดุลและเหมาะสม
3. ความสามารถด้านการจัดการอารมณ์ตนเอง ประกอบด้วยคุณลักษณะด้าน การรู้จักอารมณ์ตนเองในด้านต่างๆ ของตนเอง และผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม
4. การมีวินัยในตนเอง ประกอบด้วย คุณลักษณะด้านการมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ได้รับมอบหมายหรือหน้าที่ของตนเอง การมีความซื่อสัตย์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น การมีความอดทนต่อปัญหาอุปสรรคและความยากลำบากต่างๆ และการมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 ผลการออกแบบหลักสูตร

ผู้วิจัยนำผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากขั้นตอนที่ 1 มาเป็นแนวทางในการพัฒนาโครงสร้างหลักสูตร เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยโครงสร้างหลักสูตรประกอบด้วยรายละเอียดดังนี้

1. ปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร

ความสามารถในการจัดการตนเอง เป็นคุณลักษณะสำคัญที่เป็นตัวชี้บ่งถึงการเป็นคนมีคุณภาพ ซึ่งความสามารถในการจัดการตนเองเป็นเรื่องของการกำกับควบคุม ความคิด เจตคติ การประพฤติปฏิบัติตนของบุคคลให้อยู่ในแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม โดยที่ความสามารถในการจัดการตนเองนี้จะเป็นรากฐานสำหรับการเรียนการทำงานและการใช้ชีวิตอยู่ในสังคมตลอดไป ดังนั้นความสามารถในการจัดการตนเองจึงควรได้รับการปลูกฝัง ตั้งแต่วัยเด็ก เพราะจะได้เป็นภูมิคุ้มกันไม่ให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมในชีวิตช่วงต่อไป

เมื่อพิจารณาสถานการณ์ ปัญหาต่างๆ ของเด็กและเยาวชนในปัจจุบันพบว่า เด็กวัยรุ่นคือวัยที่มีปัญหามากที่สุดทั้งปัญหากับเพื่อน ครอบครัว ครูอาจารย์ สังคมรอบข้าง หรือแม้แต่มีปัญหากายใน

ตนเอง ดังนั้น การปลูกฝัง หรือเสริมสร้างให้เด็กมีความสามารถในการจัดการตนเองได้ตั้งแต่ตอนเด็ก เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น จะเป็นการเตรียมการเพื่อป้องกันไม่ให้นักเรียนมีปัญหาประพฤติปฏิบัติไม่เหมาะสม ในวัยรุ่นต่อไป การเสริมสร้างให้เด็กในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสามารถในการจัดการตนเอง จึงมีความเหมาะสมเป็นอย่างยิ่ง

2. หลักการของหลักสูตร

หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีหลักการดังนี้

1) เป็นหลักสูตรสำหรับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในกิจกรรมแนะแนว ซึ่งมุ่งส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสามารถในการจัดการตนเองโดยสามารถนำความรู้ หรือแนวคิดที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหา ปรับปรุง และพัฒนาตนเองในเรื่อง การรู้จักตนเอง การบริหารเวลา การจัดการอารมณ์ของตนเอง และการมีวินัยในตนเองได้อย่างเหมาะสม

2) เป็นหลักสูตรที่มีจุดหมายเพื่อมุ่งเน้นการปลูกฝังทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และพฤติกรรม การมีความสามารถในการจัดการตนเอง

3) รูปแบบการจัดกิจกรรม ยึดกระบวนการสร้างนิสัยเป็นแนวทางหลักในการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง

3. จุดหมายของหลักสูตร

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เจตคติที่ดี และสามารถจัดการตนเองได้ในเรื่องต่อไปนี้

1) การรู้จักตนเองประกอบด้วย การรู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง การแก้ไขปรับปรุงตนเอง
2) การบริหารเวลาประกอบด้วย การใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งการเรียน การทำงาน และการพักผ่อน

3) การจัดการอารมณ์ตนเองประกอบด้วย การควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม

4) การมีวินัยในตนเองประกอบด้วย การมีความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ ความอดทน และการมีความเชื่อมั่นในตนเอง

4. หน่วยกิจกรรม

หลักสูตรแบ่งหน่วยกิจกรรมออกเป็น 4 หน่วย ซึ่งแต่ละหน่วย ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรม แต่ละแผนการจัดกิจกรรม ใช้เวลา 1 คาบ คาบละ 50 นาที

ในแต่ละแผนการจัดกิจกรรม ประกอบด้วยรายละเอียด ได้แก่ สาระสำคัญ วัตถุประสงค์ สาระกิจกรรม กิจกรรม สื่อ และการวัดผลประเมินผล

5. สารกิจกรรม

สารกิจกรรมของหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย 4 หน่วยกิจกรรม คือ

หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง

หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา

หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง

หน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง

6. กิจกรรม

กิจกรรมตามหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้เน้นการใช้กิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การ
แก้ปัญหา การใช้กิจกรรมกลุ่ม การเรียนแบบร่วมมือ โดยยึดกระบวนการสร้างนิสัยเป็นแนวทางหลักใน
การจัดกิจกรรมในแต่ละแผนการจัดกิจกรรม ซึ่งกระบวนการสร้างนิสัยประกอบด้วย 6 ขั้นตอนคือ

ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้/สังเกต เป็นขั้นที่ครูผู้สอนนำเสนอสิ่งเร้า เช่น วัตถุหรือเหตุการณ์
เกี่ยวกับคุณลักษณะที่ต้องการเสริมสร้างให้เกิดกับนักเรียนให้ผู้เรียนรับรู้หรือสังเกต

ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ เป็นขั้นที่ครูผู้สอนกระตุ้นให้นักเรียนคิด
และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณค่าของคุณลักษณะ และผลกระทบของการประพฤติปฏิบัติและไม่
ประพฤติปฏิบัติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เพื่อกระตุ้นและจูงใจให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการ
ประพฤติปฏิบัติ

ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม เป็นขั้นที่ครูผู้สอนกระตุ้นให้นักเรียนคิด
หาวิธีที่ดีที่สุดในการประพฤติปฏิบัติตนหรือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ โดยพิจารณาข้อดีข้อเสียและ
ผลกระทบต่างๆ อย่างรอบคอบ

ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่นักเรียนเป็นผู้ปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนดทั้ง
ในโรงเรียนและชีวิตประจำวัน ขั้นนี้ครูผู้สอนจะต้องแนะนำนักเรียนอย่างใกล้ชิด เพื่อให้ นักเรียนเห็น
ประโยชน์ของสิ่งที่ประพฤติปฏิบัติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง เป็นขั้นที่ครูผู้สอนกระตุ้นแนะนำให้นักเรียน
ประเมินผลการประพฤติปฏิบัติและแนะนำให้ปรับปรุงการประพฤติหรือปฏิบัตินั้นให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ เป็นขั้นที่กระตุ้นความคิดความรู้สึกหรือเจตคติ
ของนักเรียน ให้เห็นถึงผลสำเร็จและพอใจที่จะกระทำหรือแสดงคุณลักษณะเหล่านั้นต่อไป

7. สื่อ

สื่อที่ใช้ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ ประกอบด้วย ใบงาน ใบความรู้ ต่างๆ

8. การวัดผลประเมินผล

การวัดและประเมินผล ตามหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง ที่พัฒนาขึ้นนั้น กำหนดการวัดและประเมินผลออกเป็น 3 ด้าน คือ

1. การวัดและประเมินผลด้านความรู้ความเข้าใจ โดยใช้แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจ
2. การวัดและประเมินผลทางด้านเจตคติ โดยใช้แบบวัดเจตคติ
3. การวัดและประเมินผลด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้ แบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง

ขั้นตอนที่ 3 ผลการประเมินโครงร่างหลักสูตร

จากการทำโครงร่างหลักสูตรไปให้ผู้เชี่ยวชาญซึ่งประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดผลประเมินผล จำนวน 5 คน ความเหมาะสมของโครงร่างและหลักสูตรประเมินความสอดคล้อง ใช้ผลการประเมินดังนี้

1. ผลการประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญได้ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และระดับความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตรดังแสดงในตาราง 6

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ (N=5)

ข้อ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1.	สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร	4.44	0.33	มาก
2.	หลักการของหลักสูตร	4.07	0.15	มาก
3.	จุดหมายของหลักสูตร	4.20	0.47	มาก
4.	สาระกิจกรรมของหลักสูตร	3.95	0.11	มาก
5.	กิจกรรม	4.03	0.25	มาก
6.	สื่อ	3.87	0.18	มาก
7.	การวัดผลประเมินผล	3.80	0.21	มาก
8.	หน่วยกิจกรรมที่ 1	4.00	0.05	มาก

ตาราง 6 (ต่อ)

ข้อ	รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเหมาะสม
9.	หน่วยกิจกรรมที่ 2	4.00	0.05	มาก
10.	หน่วยกิจกรรมที่ 3	3.98	0.18	มาก
11.	หน่วยกิจกรรมที่ 4	4.06	0.17	มาก

จากตาราง 6 พบว่า ผลการประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตรในองค์ประกอบต่างๆ ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญมีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.80 – 4.44 และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานมีค่าตั้งแต่ 0.05 – 0.47 แสดงว่าผู้เชี่ยวชาญเห็นว่าทุกองค์ประกอบของโครงร่างหลักสูตรมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากขึ้นไป และเมื่อพิจารณาค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน พบว่า ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานของหน่วยกิจกรรมที่ 1 และหน่วยกิจกรรมที่ 2 มีค่าต่ำกว่าองค์ประกอบอื่นๆ แสดงว่าผู้เชี่ยวชาญมีความคิดเห็นต่อองค์ประกอบ 2 ด้านนี้สอดคล้องกันมากกว่าองค์ประกอบด้านอื่นๆ

2. ผลการประเมินความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ ได้ตัวดัชนีความสอดคล้อง ดังแสดงในตาราง 7

ตาราง 7 ค่าดัชนีความสอดคล้อง และความหมายของค่าดัชนีความสอดคล้องของหลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ (N=5)

ข้อ	ดัชนีความสอดคล้อง	ความหมาย
1. สภาพปัญหาความจำเป็นกับหลักการของหลักสูตร	1.00	สอดคล้อง
2. หลักการของหลักสูตรกับจุดหมายของหลักสูตร	1.00	สอดคล้อง
3. จุดหมายของหลักสูตรกับสาระกิจกรรมของหลักสูตร	1.00	สอดคล้อง
4. เนื้อหาของหลักสูตรกับกิจกรรม	1.00	สอดคล้อง
5. กิจกรรมกับสื่อ	1.00	สอดคล้อง
6. กิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล	0.80	สอดคล้อง
7. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรมที่ 1	1.00	สอดคล้อง
8. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรมที่ 2	1.00	สอดคล้อง

ตาราง 7 (ต่อ)

ข้อ	ดัชนีความ สอดคล้อง	ความหมาย
9. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรมที่ 3	1.00	สอดคล้อง
10. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรมที่ 4	1.00	สอดคล้อง
11. ความสอดคล้องภายในหน่วยกิจกรรมที่ 1	0.92	สอดคล้อง
12. ความสอดคล้องภายในหน่วยกิจกรรมที่ 2	0.80	สอดคล้อง
13. ความสอดคล้องภายในหน่วยกิจกรรมที่ 3	0.88	สอดคล้อง
14. ความสอดคล้องภายในหน่วยกิจกรรมที่ 4	0.88	สอดคล้อง

จากตาราง 7 พบว่า ผลการประเมินความสอดคล้องของหลักสูตรตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.80 – 1.00 นั่นคือ ผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่าองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร มีความสอดคล้องกัน

3. ผลการปรับปรุงโครงร่างหลักสูตรก่อนนำไปทดลองใช้

ผู้วิจัยทำการปรับปรุงโครงร่างหลักสูตรตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ ดังนี้

1. สภาพปัญหา และความจำเป็นของหลักสูตร ปรับปรุงในด้านการใช้ภาษาให้กระชับ ชัดเจน สละสลวย และเข้าใจง่ายมากยิ่งขึ้น
2. จุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรม ปรับให้เหมาะสมกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษามากยิ่งขึ้น
3. กิจกรรมในแผนการจัดกิจกรรม ปรับลดกิจกรรมในบางแผนเพื่อให้เหมาะสมกับคาบเวลา

ขั้นตอนที่ 4 ผลการทดลองใช้หลักสูตร

จากการที่ผู้วิจัยได้นำหลักสูตรที่ได้รับการปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนบ้านบางเทา อ.ถลาง จ.ภูเก็ต จำนวน 2 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 63 คน ประกอบด้วยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/1 จำนวน 32 คน และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1/2 จำนวน 31 คน โดยจะนำเสนอผลการทดลองใช้หลักสูตร ดังนี้

ส่วนที่ 1 ผลการทดลองใช้หลักสูตรประกอบด้วยผลการวิเคราะห์ความเข้าใจ ผลการวิเคราะห์เจตคติของนักเรียน ผลการวิเคราะห์คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน

ส่วนที่ 2 ผลการประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ประสิทธิภาพของหลักสูตร

ส่วนที่ 4 สรุปผลการทดลองใช้หลักสูตร

ส่วนที่ 1 ผลการทดลองใช้หลักสูตร

ในการวิเคราะห์ผลการทดลองการใช้หลักสูตร ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. การวิเคราะห์คะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร โดยมีรายละเอียด ดังตาราง 8

ตาราง 8 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร

การทดสอบ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t-test
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
ก่อนทดลองใช้หลักสูตร	18.72	3.26	20.29	3.94	1.72
หลังทดลองใช้หลักสูตร	27.41	2.03	20.65	4.28	7.96 ***
t-test	27.24 ***		1.69		

*** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตาราง 8 พบว่า

1) ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ของกลุ่มนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนทดลองใช้หลักสูตร แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2) ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

3) ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4) ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง หลังทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลองใช้หลักสูตร สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

2. การวิเคราะห์เจตคติเกี่ยวกับการจัดการตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร ซึ่งมีรายละเอียดดังตาราง 9

ตาราง 9 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย เจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร

การทดสอบ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t-test
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
ก่อนทดลองใช้หลักสูตร	3.46	.53	3.37	.39	0.93
หลังทดลองใช้หลักสูตร	3.75	.36	3.48	.32	2.39*
t-test	3.06**		1.15		

* นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 9 พบว่า

1) ค่าเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนทดลองใช้หลักสูตร แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2) ค่าเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง หลังทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) ค่าเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4) ค่าเฉลี่ยเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง หลังทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่าก่อนทดลองใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. การวิเคราะห์คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร รายละเอียดดังตาราง 10

ตาราง 10 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร

การทดสอบ	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		t-test
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
ก่อนทดลองใช้หลักสูตร	3.24	.20	3.28	.19	0.77
หลังทดลองใช้หลักสูตร	3.65	.31	3.33	.33	4.06 ***
t-test	6.06 ***		1.39		

*** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

จากตาราง 10 พบว่า

- 1) ค่าเฉลี่ยการประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
- 2) ค่าเฉลี่ยการประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตร ของกลุ่มทดลอง สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
- 3) ค่าเฉลี่ยการประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
- 4) ค่าเฉลี่ยการประเมินคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ของนักเรียนกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง สูงกว่าก่อนทดลองใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

ส่วนที่ 2 ผลการประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร

การประเมินความคิดเห็นของนักเรียน ต่อความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากผู้เรียนจำนวน 32 คน ปรากฏผลการวิเคราะห์ดังตาราง 11

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจของนักเรียนเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร

รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1. สาระของกิจกรรม	4.24	.37	มาก
1.1 มีความยากง่ายเหมาะสม	4.25	.57	มาก
1.2 นักเรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้	4.63	.55	มากที่สุด
1.3 มีความจำเป็นต่อชีวิตของนักเรียน	4.09	.53	มาก
1.4 ตรงกับความต้องการของนักเรียน	4.00	.84	มาก
2. กิจกรรม	4.01	.44	มาก
2.1 มีความหลากหลาย	4.16	.77	มาก
2.2 กระตุ้นให้นักเรียนกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม	4.16	.77	มาก
2.3 ส่งเสริมความร่วมมือกันในการเรียน	4.19	.69	มาก
2.4 เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออก	4.16	.77	มาก
2.5 นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ	4.16	.81	มาก
2.6 เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม	4.09	.82	มาก
2.7 ส่งเสริมให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเอง	3.78	.79	มาก
2.8 มีการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่นักเรียน	3.75	.88	มาก
2.9 สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดี	3.78	.79	มาก
2.10 ส่งเสริมให้นักเรียนมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน	3.91	.82	มาก
3. สื่อ	4.11	.57	มาก
3.1 สอดคล้องกับจุดประสงค์ของกิจกรรม	4.16	.72	มาก
3.2 สอดคล้องกับเนื้อหาสาระกิจกรรม	4.13	.71	มาก
3.3 สอดคล้องกับกิจกรรม	4.16	.85	มาก
3.4 สอดคล้องกับวัยของนักเรียน	3.94	.67	มาก
3.5 นักเรียนมีส่วนร่วมในการใช้สื่อ	4.16	.85	มาก
4. การวัดผลประเมินผล	3.94	.46	มาก
4.1 วิธีการวัดผลประเมินผลมีความเหมาะสม	4.00	1.05	มาก
4.2 วิธีการวัดผลประเมินผลมีความหลากหลาย	3.75	.76	มาก

ตาราง 11 (ต่อ)

รายการประเมิน	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
4.3 การวัดผลก่อนเรียนมีความเหมาะสม	4.16	.77	มาก
4.4 การวัดผลระหว่างเรียนมีความเหมาะสม	3.94	.80	มาก
4.5 การวัดผลหลังเรียนมีความเหมาะสม	3.84	.95	มาก
4.6 นักเรียนมีส่วนร่วมในการวัดผลประเมินผล	3.97	.97	มาก
รวมทุกด้าน	4.08	.34	มาก

จากตาราง 11 พบว่า ความความพึงพอใจของนักเรียนเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 3.75 ถึง 4.63 และเมื่อพิจารณาเป็นด้าน พบว่า ด้านที่นักเรียนมีความพึงพอใจสูงสุด คือ ด้านสาระของกิจกรรม ($\bar{X} = 4.24$) ส่วนประเด็นที่นักเรียนมีความพึงพอใจต่ำที่สุด คือ ด้านการวัดผลประเมินผล ($\bar{X} = 3.94$)

ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ประสิทธิภาพของหลักสูตร

ในการหาประสิทธิภาพของหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองหลังการทดลองใช้หลักสูตรโดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดขึ้น เป็นการเปรียบเทียบผลการวิเคราะห์ใน 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง โดยเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้ในแต่ละด้าน โดยมีรายละเอียดดังตาราง 12

ตาราง 12 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะ
ความสามารถในการจัดการตนเอง

ความสามารถในการจัดการตนเอง	คะแนน เต็ม	คะแนนเฉลี่ยที่ ได้	เกณฑ์ที่ กำหนด	ความหมาย
1. ด้านความรู้ความเข้าใจ				
1.1 ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรม	40	33.56 (83.90)	$E_1=80$	สูงกว่าเกณฑ์
1.2 หลังการจัดกิจกรรม	34	27.41 (80.62)	$E_2=80$	สูงกว่าเกณฑ์
2. ด้านเจตคติ	5	3.75	3.50	สูงกว่าเกณฑ์
3. ด้านคุณลักษณะความสามารถ ในการจัดการตนเอง	5	3.65	3.50	สูงกว่าเกณฑ์

จากตาราง 12 พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเองทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองมีค่าสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด

ส่วนที่ 4 การสรุปผลการทดลองใช้หลักสูตร

จากผลการทดลองใช้หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เมื่อพิจารณาตามเกณฑ์ประสิทธิภาพของหลักสูตรสามารถสรุปผลได้ดังนี้

1. ด้านผู้เรียน

1.1 การเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนการทดลองใช้หลักสูตรระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่านักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

1.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตรของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจเจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ขณะที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมีความรู้ความเข้าใจเจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

1.3 การเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของนักเรียนทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านเจตคติ พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลอง มีเจตคติต่อการจัดการตนเอง สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ด้านหลักสูตร

2.1 ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรตามความคิดเห็นของนักเรียน โดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 ซึ่งมีความเหมาะสม อยู่ในระดับมาก โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 2.50)

2.2 ค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร) ประกอบด้วย

2.2.1 ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ ความสามารถในการจัดการตนเองระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 83.90/80.62 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด ($E_1 / E_2 = 80/80$)

2.2.2 ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองมีค่าอยู่ในระดับมากเท่ากับ 3.75 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

2.2.3 ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองมีค่าอยู่ในระดับมากเท่ากับ 3.65 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

ขั้นตอนที่ 5 ผลการประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

เมื่อผู้วิจัยนำหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ไปทดลองใช้เสร็จเรียบร้อยแล้ว ได้มีการประเมินประสิทธิภาพ และแก้ไขปรับปรุงหลักสูตร ดังนี้

การประเมินหลักสูตร ประกอบด้วยรายละเอียด ดังนี้

1. จุดประสงค์ในการประเมิน เพื่อประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตรภายหลังจากการนำหลักสูตรไปทดลองใช้

2. สิ่งที่ใช้ในการประเมินได้แก่

2.1 เกณฑ์ในการพิจารณาประสิทธิภาพของหลักสูตร แบ่งออกเป็น

2.1.1 ด้านผู้เรียน ประกอบด้วย

2.1.1.1 ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนการทดลองใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

2.1.1.2 ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนหลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

2.1.2 ด้านหลักสูตร ประกอบด้วย

2.1.2.1 ความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรตามความคิดเห็นของนักเรียนอยู่ในระดับไม่ต่ำกว่าปานกลาง (ไม่ต่ำกว่า 2.50)

2.1.2.2 ค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร) ประกอบด้วย

- ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม มีค่า E_1 / E_2 ไม่ต่ำกว่า 80/80
- ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติ เกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนอยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)
- ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนอยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

2.2 ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตร

2.2 ข้อเสนอแนะของผู้จัดกิจกรรมแนะแนว

3. ผลการประเมินเมื่อพิจารณาค่าสถิติจากตารางข้างต้นสามารถสรุปได้ดังนี้

3.1 เกณฑ์ในการพิจารณาถึงประสิทธิภาพของหลักสูตรในด้านผู้เรียน พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเองหลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนการทดลองใช้หลักสูตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง ของกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนในด้านหลักสูตร พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรตามความคิดเห็นของนักเรียนโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 2.50) ส่วนค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร พบว่า คะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 83.90/80.62 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (E_1 / E_2 ไม่ต่ำกว่า 80/80)

ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติ เกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองมีค่าอยู่ในระดับมากเท่ากับ 3.75 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 3.50) และค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองมีค่าเท่ากับ 3.65 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

3.2 ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญในการปรับปรุง ประเด็นแรกคือการใช้ภาษาในองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร ให้ใช้ภาษาเขียนหรือภาษาให้ชัดเจนและกระชับยิ่งขึ้น

3.3 ข้อเสนอแนะของครูผู้จัดกิจกรรมให้พิจารณาปรับลดกิจกรรมในแผนการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับเวลา ปรับกิจกรรมให้สอดคล้องกับวัย และสิ่งแวดล้อมของนักเรียน

จากผลการประเมินหลักสูตรดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า หลักสูตรที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการศึกษาครั้งนี้ มีประสิทธิภาพและสามารถนำไปใช้ได้จริง โดยช่วยเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้น

การปรับปรุงหลักสูตร

หลังจากที่ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากการประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตรตลอดจนข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตร และครูผู้สอนแล้ว ผู้วิจัยได้ปรับปรุงหลักสูตรในประเด็นต่อไปนี้

1. ปรับปรุงการใช้ภาษาในการเขียนให้เหมาะสมยิ่งขึ้น
2. ปรับปรุงการเขียนในหัวข้อสภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตรให้กระชับยิ่งขึ้น
3. ปรับลดกิจกรรมในแผนการจัดกิจกรรมบางหน่วยให้เหมาะสมกับเวลาและลักษณะของ

ผู้เรียน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ” มีสาระสำคัญสรุปได้ดังนี้

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาหลักสูตรที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
2. เพื่อหาประสิทธิภาพของหลักสูตรที่เสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

วิธีดำเนินการวิจัย

1. การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีวิธีดำเนินการวิจัย 5 ขั้นตอน คือ
 - ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน
การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้ เป็นการศึกษาค้นคว้าข้อมูลพื้นฐานที่จำเป็นในการพัฒนาโครงร่างหลักสูตรให้สอดคล้องกับปัญหา และความจำเป็น โดยการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง นำข้อมูลที่ได้มาสรุปเป็นข้อมูลเบื้องต้นเพื่อนำไปจัดสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งประกอบด้วย ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 7 คน เมื่อนำผลที่ได้เป็นข้อสรุปจากขั้นตอนนี้ไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับพัฒนาโครงร่างหลักสูตรต่อไป
 - ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบหลักสูตร
การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้เป็นการนำผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 มากำหนดเป็นประเด็นต่างๆ ในการพัฒนาโครงร่างหลักสูตร ได้แก่ ปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร หลักการของหลักสูตร จุดหมายของหลักสูตร หน่วยกิจกรรม สาระกิจกรรม กิจกรรม สื่อ และการวัดผลประเมินผล
 - ขั้นตอนที่ 3 การประเมินโครงร่างหลักสูตร
การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้ เป็นการนำหลักสูตรฉบับร่างที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญซึ่งประกอบด้วย ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดผลประเมินผล จำนวน 5 คน ประเมินคุณภาพโดยพิจารณาถึงความเหมาะสม และความสอดคล้องของ

องค์ประกอบต่างๆ ของโครงร่างหลักสูตร เครื่องมือที่ใช้ประเมิน คือ แบบประเมินโครงร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย และค่าดัชนีความสอดคล้อง เมื่อได้ผลการประเมินแล้วผู้วิจัยนำผลที่ได้และข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขให้ได้โครงร่างหลักสูตรที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 4 การทดลองใช้หลักสูตร

การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้ เป็นการนำหลักสูตรฉบับร่างที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปและปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา ประจําภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 2 ห้องเรียน จำนวนนักเรียน 63 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองอย่างละ 1 ห้องเรียน โดยการสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน

(ม.1/1) จำนวนนักเรียน 32 คน กลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน (ม.1/2) จำนวนนักเรียน 31 คน

การทดลองใช้แบบแผนการทดลอง Pre test-Post test Control group Design โดยใช้ระยะเวลาในการดำเนินการทดลองเป็นเวลา 10 สัปดาห์ ตั้งแต่วันที่ 2 มกราคม 2551 – 7 มีนาคม 2551

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วย

1. เอกสารหลักสูตร ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น
2. เครื่องมือวัดความสามารถในการจัดการตนเอง ประกอบด้วย แบบทดสอบวัด

ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง แบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง

3. แบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร

ในการดำเนินการทดลองนั้นในเบื้องต้นผู้วิจัยได้ชี้แจงทำความเข้าใจกับครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว ในเรื่องขั้นตอนกระบวนการในการนำหลักสูตรไปทดลองใช้ โดยผู้วิจัยร่วมกับครูผู้จัดกิจกรรมทำการทดสอบก่อนการทดลองใช้หลักสูตรโดยให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังจากนั้นให้ครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว ดำเนินการใช้หลักสูตรให้กับนักเรียนกลุ่มทดลอง สัปดาห์ละ 2 ชั่วโมง จนถึงสิ้นสุดแผนการจัดกิจกรรม ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมให้เรียนและทำกิจกรรมตามปกติของโรงเรียน เมื่อเสร็จสิ้นการทดลองใช้หลักสูตรของครูผู้จัดกิจกรรม ผู้วิจัยร่วมกับครูได้ให้นักเรียนทั้งกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง อีกครั้งหนึ่ง โดยใช้เครื่องมือวัดชุดเดิมที่ใช้ทดสอบก่อนทดลองใช้หลักสูตร และให้นักเรียนกลุ่มทดลอง ประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรโดยใช้แบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร

ในขั้นตอนนี้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลความแตกต่างของคะแนนแบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง และแบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง โดยก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ใช้สถิติทดสอบ คือ t-test independent ส่วนก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติทดสอบ คือ t-test dependent การประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร โดยค่าเฉลี่ยและ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน รวมทั้งเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง ในด้านความรู้ เจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรกับเกณฑ์ที่กำหนด

ขั้นตอนที่ 5 การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

การดำเนินการวิจัยในขั้นตอนนี้ เป็นการประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตรหลังจากที่ได้นำหลักสูตรไปทดลองใช้ โดยพิจารณาจากเกณฑ์ที่ใช้ในการประเมินซึ่งมีอยู่ 2 ด้าน คือ

1. ด้านนักเรียน พิจารณาจากค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนการทดลองใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเองหลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มทดลองสูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนหลังการทดลองใช้หลักสูตรของกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ด้านหลักสูตร พิจารณาจากความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรตามความคิดเห็นของนักเรียนอยู่ในระดับไม่ต่ำกว่าปานกลาง (ไม่ต่ำกว่า 2.50) และค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร) ซึ่งประกอบด้วยค่าเฉลี่ยด้านความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังกิจกรรม มีค่า E_1/E_2 ไม่ต่ำกว่า 80/80 ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50) และค่าเฉลี่ยคะแนนคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองอยู่ในระดับมาก (ไม่ต่ำกว่า 3.50) รวมทั้งพิจารณาจากข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตร และข้อเสนอแนะของครูผู้จัดกิจกรรมแนะแนว ซึ่งเป็นผู้ทดลองใช้หลักสูตรโดยตรง

ส่วนในการปรับปรุงหลักสูตรนั้นพิจารณาจากเกณฑ์ที่ใช้ในการพิจารณาถึงประสิทธิภาพของหลักสูตร และข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตรและครูผู้ทดลองใช้หลักสูตร

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 7 คน ได้ข้อสรุปว่าคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองที่ควรเสริมสร้างในตัวนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย ความสามารถในการรู้จักตนเอง ความสามารถในการบริหารเวลา ความสามารถในการจัดการอารมณ์ตนเอง และการมีวินัยในตนเอง

2. ผลการออกแบบหลักสูตร

การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีจุดมุ่งหมายเพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ มีเจตคติ และมีความรู้คุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองเกิดขึ้นในตัวนักเรียน ซึ่งโครงร่างหลักสูตรที่ได้จากการดำเนินการในขั้นตอนนี้ เป็นโครงร่างหลักสูตรที่ประกอบด้วยองค์ประกอบ คือ สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร หลักการของหลักสูตร จุดหมายของหลักสูตร หน่วยกิจกรรม สาระกิจกรรม กิจกรรม สื่อ และการวัดผลประเมินผล

3. ผลการประเมินโครงร่างหลักสูตร

ผลการพิจารณาตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดผลประเมินผล รวมทั้งสิ้นจำนวน 5 คน โดยเป็นการพิจารณาและตรวจสอบโครงร่างหลักสูตรในด้านความเหมาะสมและความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร ผลการประเมินพบว่า โครงร่างหลักสูตร มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก และมีความสอดคล้องกันในทุกองค์ประกอบของหลักสูตร

ส่วนผลการปรับปรุงโครงร่างหลักสูตรก่อนการนำไปทดลองใช้นั้น ได้มีการปรับปรุงการใช้ภาษา ในองค์ประกอบของหลักสูตรให้มีความชัดเจนและกระชับยิ่งขึ้น

4. ผลการทดลองใช้หลักสูตร

ผลจากการนำหลักสูตรไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ได้ผลดังนี้

4.1 ด้านนักเรียน

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนการทดลองใช้หลักสูตรระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร ของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองหลังการทดลองใช้หลักสูตรสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ในขณะที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมีความสามารถในการจัดการตนเองทั้ง 3 ด้าน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร

ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรระหว่างนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการจัดการตนเองด้านความรู้ความเข้าใจ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองนั้น พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีเจตคติสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.2 ด้านหลักสูตร

ผลการประเมินความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรตามความคิดเห็นของนักเรียนพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรโดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.08 ซึ่งมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 2.50)

ผลของค่าประสิทธิภาพของหลักสูตร (การทดลองใช้หลักสูตร) พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรม กับหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 83.90/80.62 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (E_1 / E_2 ไม่ต่ำกว่า 80/80) ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนมีค่าอยู่ในระดับมาก เท่ากับ 3.75 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 3.50) และค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง มีค่าเท่ากับ 3.65 ซึ่งอยู่ในระดับมาก โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (ไม่ต่ำกว่า 3.50)

5. ผลการประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

5.1 ผลการประเมินหลักสูตร

ผลการประเมินหลักสูตรเมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ โดยพิจารณาประสิทธิภาพหลักสูตรด้านผู้เรียน พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้ง 3 ด้าน หลังการทดลองใช้หลักสูตรของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้ง 3 ด้าน หลังการทดลอง

ใช้หลักสูตรของนักเรียนกลุ่มทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 เช่นเดียวกัน

ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญและครูผู้สอนให้ปรับปรุงหลักสูตรในประเด็น สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร กิจกรรมการเรียนการสอน และปรับการใช้ภาษาให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

5.2 ผลการปรับปรุงหลักสูตร

หลังจากผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากการประเมินประสิทธิภาพของหลักสูตร ตลอดจนข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตร และครูผู้สอนแล้ว ผู้วิจัยได้ปรับปรุงหลักสูตรในเรื่อง การใช้ภาษาที่เหมาะสม ปรับสภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตรให้กระชับ ชัดเจนยิ่งขึ้น ปรับกิจกรรมการเรียนการสอนในแผนการสอนบางหน่วยให้เหมาะสมกับเวลาและนักเรียน

การอภิปรายผลการวิจัย

1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการตนเอง รวมทั้งจากการศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ โดยใช้เทคนิคการสนทนากลุ่ม จำนวน 7 คน เกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองที่ควรเสริมสร้างสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งพบว่าความสามารถในการจัดการตนเองที่ควรเสริมสร้างให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 คือ ความสามารถในการรู้จักตนเอง ความสามารถในการบริหารเวลา ความสามารถในการจัดการอารมณ์ตนเอง และการมีวินัยในตนเอง ทั้งนี้เพราะความสามารถในการรู้จักตนเองนั้นเป็นเรื่องของการรับรู้และยอมรับถึงสิ่งที่ตนเองเป็นอยู่ ทั้งจุดเด่นจุดด้อย ของตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานสำคัญสำหรับนักเรียนในการเลือกเรียน หรือทำกิจกรรมต่างๆ ให้เหมาะสมกับตนเอง ดังที่ โรเจอร์ (Roger. อ้างอิงจาก เริงชัย หมื่นชนะ. 2538 : 15) ที่กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการตนเองว่า การรู้จักตนเองมีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลต่อชีวิตบุคคล เพราะการรู้จักตนเองอย่างดีนั้นจะทำให้บุคคลนั้นไม่สับสนในตัวเอง และจะมีการแสดงออกเลือกคิดเลือกทำสิ่งต่างๆ อย่างเหมาะสม มีการยอมรับในความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งจะทำให้ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าความสามารถในการรู้จักตนเองเป็นคุณลักษณะพื้นฐานของผู้มีความสามารถในการจัดการตนเอง

ในด้านความสามารถในการบริหารเวลานั้น กล่าวได้ว่าเป็นคุณสมบัติที่มีความจำเป็นของบุคคลเช่นเดียวกัน ทั้งนี้เพราะบุคคลที่มีคุณภาพและจะประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมต่างๆ ดังที่ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543 : 18 – 27 จุฬารักษ์ โสตะ (2544 : 47) และสมิท และสมิท (Smith and Smith. 1990 :9) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการบริหารเวลาว่าจะช่วยลดความเครียด

และวิตกกังวลจากการเรียน หรือการทำงาน ช่วยให้การใช้เวลาสำหรับทำกิจกรรมต่างๆ เหมาะสม และมีประสิทธิภาพ ช่วยให้ชีวิตมีความสมดุลทุกด้าน และสุดท้ายจะช่วยให้ชีวิตประสบความสำเร็จในการทำงานหรือการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ เคลลี (Kelly. 2002 : 12) ที่พบว่า การบริหารจัดการเวลาที่มีประสิทธิภาพมีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จในการทำงาน ดังจึงกล่าวได้ว่า คนที่บริหารจัดการเวลาได้ดีก็คือคนที่บริหารจัดการชีวิตได้ดีเช่นเดียวกัน

ส่วนความสามารถในการจัดการอารมณ์ตนเองนั้น เป็นคุณสมบัติที่สำคัญของบุคคลเป็นอย่างมากไม่น้อยไปกว่ากัน เพราะการกำกับควบคุมอารมณ์ของเราให้แสดงออกอย่างเหมาะสม จะทำให้เราเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตได้อย่างมั่นคง และสามารถตัดสินใจได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับสถานการณ์ ดังที่ สำนวณ กำจัดภัย และผจญจิต อินทสุวรรณ (2546 : 63) และสันต์ ศัลยศิริ (2548 : 24) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการอารมณ์ตนเองจะทำให้เราสามารถควบคุมตนเองให้เป็นปกติ รู้จักอดทนอดกลั้น และรู้จักคลายเครียดอย่างเหมาะสม จากที่กล่าวมาจะเห็นว่าการบริหารจัดการอารมณ์ตนเองอย่างมีประสิทธิภาพจะทำให้เรามีความสุขในชีวิต

สำหรับด้านการมีวินัยในตนเองนั้น เป็นคุณลักษณะที่สำคัญของบุคคลไม่น้อยไปกว่าคุณลักษณะ 3 ประการที่กล่าวมา เพราะการมีวินัยในตนเอง จะทำให้เราแสดงออกหรือทำกิจกรรมต่างๆ ของชีวิตด้วยตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ โดยไม่จำเป็นต้องมีปัจจัยภายนอก เช่น ระเบียบกฎเกณฑ์ หรือข้อบังคับต่างๆ มาคอยกำหนดหรือควบคุม ซึ่งนักวิชาการอย่าง บุญชม ศรีสะอาด และคนอื่นๆ (2528 : 111) สุชาและสุรางค์ จันท์ธอม (2521 : 97) ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2527 : 3) และ ออซูเบล (Ausubel. 1965 อ้างถึงในพรหมทิพย์ พันทอง. 2534 : 28 – 29) ได้กล่าวถึงความสำคัญและความจำเป็นของการมีวินัยในตนเอง ที่มีต่อนักเรียนไว้สอดคล้องกันว่า วินัยในตนเองเป็นเครื่องมือเตรียมเด็กสำหรับการดำเนินชีวิตในอนาคต วินัยในตนเองเป็นสิ่งวัดความดีของคน วินัยในตนเองเป็นเครื่องมือกำกับควบคุมตนเองเพื่อถ่วงความเลื่อมเสีย วินัยในตนเองทำให้เด็กเป็นระเบียบเรียบร้อย และรู้จักรับผิดชอบหน้าที่ของตนเอง

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น แสดงให้เห็นว่า ความสามารถในการรู้จักตนเอง ความสามารถในการบริหารเวลา ความสามารถในการจัดการอารมณ์ตนเอง การมีวินัยในตนเอง เป็นความสามารถในการจัดการตนเองที่จำเป็นที่จะต้องเสริมสร้างให้เกิดขึ้นกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เพราะเป็นคุณลักษณะสำคัญประจำตัวนักเรียนในการประสบความสำเร็จในการเรียนและการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตต่อไป

2. การพัฒนาโครงร่างของหลักสูตร

ในการพัฒนาโครงร่างหลักสูตรนั้น ผู้วิจัยนำข้อสรุปที่ได้จากขั้นตอนที่ 1 คือ การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ซึ่งประกอบด้วยการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการศึกษาความคิดเห็นของ

ผู้ทรงคุณวุฒิ มากำหนดเป็นโครงร่างหลักสูตร ซึ่งมีองค์ประกอบคือ สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร หลักการของหลักสูตร จุดหมายของหลักสูตร หน่วยการเรียนรู้ เนื้อหาสาระ กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอน และการวัดผลประเมินผล ซึ่งสอดคล้องกับรูปแบบการพัฒนาหลักสูตรของทาบ (Taba. 1962 : 425) ที่ประกอบด้วย การกำหนดวัตถุประสงค์ของหลักสูตร เนื้อหาวิชา กระบวนการเรียนการสอน และการประเมินผล และรูปแบบการพัฒนาหลักสูตรของไทเลอร์ (Tyler. 1949 : 1) ที่ประกอบด้วย การกำหนดจุดมุ่งหมายของหลักสูตร การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และการประเมินผล

เมื่อพิจารณาในแต่ละองค์ประกอบของหลักสูตร ผู้วิจัยนำผลที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการศึกษาความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ มาเป็นข้อมูลในการเขียนสภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร พร้อมทั้งเขียนหลักการของหลักสูตรให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร จุดหมายของหลักสูตรกำหนดให้สอดคล้องกับผลที่ได้จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง

- หน่วยกิจกรรมแบ่งออกเป็น 4 หน่วย โดยกำหนดให้สอดคล้องกับจุดหมายของหลักสูตร ในแต่ละหน่วยประกอบด้วย สาระสำคัญ จุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรม สาระกิจกรรม กิจกรรม สื่อ และการวัดผลประเมินผล

- สาระกิจกรรม เป็นรายละเอียดสาระทั้งหมดในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ ในหลักสูตร

- กิจกรรม เป็นรายละเอียดเกี่ยวกับแนวทางหลักในการจัดกิจกรรมเน้นแนวตามหลักสูตร ซึ่งคือกระบวนการสร้างนิสัย อันประกอบไปด้วย 6 ขั้นตอน คือ ขั้นรับรู้/สังเกต ขั้นคิดวิเคราะห์ อย่างเป็นระบบ ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นประเมินและปรับปรุง และขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ

- สื่อ เป็นสื่อที่ใช้ประกอบในการจัดกิจกรรมเน้นแนวตามหลักสูตร

- การวัดผลและประเมินผล เป็นวิธีการวัดและประเมินผลตามหลักสูตร

3. การประเมินโครงร่างหลักสูตร

หลังจากที่ผู้วิจัยพัฒนาโครงร่างหลักสูตรเสร็จเรียบร้อยแล้ว จึงได้นำโครงร่างหลักสูตรดังกล่าวไปให้ผู้เชี่ยวชาญ ด้านการพัฒนาหลักสูตร ด้านการจัดการตนเอง และด้านการวัดผลประเมินผล จำนวน 5 คน ทำการประเมินทั้งความเหมาะสมและความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร ผลการประเมินพบว่า คุณภาพของโครงร่างหลักสูตรเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด โดยเมื่อพิจารณาถึงความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตร มีค่าเฉลี่ยความเหมาะสมในแต่ละองค์ประกอบของหลักสูตร ตั้งแต่ 3.80 – 4.44 และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน มีตั้งแต่ 0.05 – 0.47 นั้นหมายความว่าทุกองค์ประกอบของโครงร่างหลักสูตรมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือ 3.50 เมื่อ

พิจารณาถึงความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร พบว่า มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.80 – 1.00 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ 0.50 ซึ่งหมายความว่าทุกองค์ประกอบของโครงร่างหลักสูตรมีความสอดคล้องกัน

จากผลการประเมินที่ได้ทั้งด้านความเหมาะสมและความสอดคล้อง ของโครงร่างหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นนั้น สามารถนำไปทดลองใช้ได้อย่างมีคุณภาพ ทั้งนี้เนื่องมาจากกระบวนการในการพัฒนาหลักสูตรของผู้วิจัยครั้งนี้ ดำเนินการตามกระบวนการพัฒนาหลักสูตรของนักการศึกษา อย่าง ทาบา (Taba. 1962 : 422 - 425) ไทเลอร์ (Tyler. 1949) และสงัด อุทรานันท์ 2532. 38 – 43) ที่เริ่มต้นจากการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน เพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษามากำหนดเป็นโครงร่างของหลักสูตรที่เหมาะสมและสอดคล้องกับสภาพปัญหาที่แท้จริง ตลอดจนมีการตรวจสอบความเหมาะสมและสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร จากผู้เชี่ยวชาญ แล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ เพื่อให้ได้โครงร่างหลักสูตรที่สมบูรณ์ก่อนนำไปทดลองใช้

4. การทดลองใช้หลักสูตร

ในขั้นตอนการทดลองใช้หลักสูตร เป็นการนำโครงร่างหลักสูตรที่ผ่านการแก้ไขปรับปรุงเรียบร้อยแล้ว ไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมาย คือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านบางเทา อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 2 ห้องเรียน จำนวนนักเรียนทั้งหมด 63 คน โดยสุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน และกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน โดยขอความร่วมมือให้ครูผู้สอนที่จัดกิจกรรมแนะนำนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ของโรงเรียน เป็นผู้ดำเนินการจัดกิจกรรม และผู้วิจัยเข้าไปสังเกตการณ์เป็นระยะ

ในการดำเนินการทดลองนั้น ผู้วิจัยร่วมกับครูผู้จัดกิจกรรมจัดให้มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร ทั้งนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ซึ่งพบว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตร นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม มีความสามารถในการจัดการตนเองไม่แตกต่างกัน ส่วนการดำเนินการทดลองนั้น ใช้เวลาทั้งสิ้น 10 สัปดาห์

ผลการทดลองใช้หลักสูตรที่ควรนำมาอภิปรายผลมีดังนี้

4.1 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง ระหว่างก่อนและหลังการทดลองของนักเรียนกลุ่มทดลอง พบว่า นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นสามารถพัฒนาความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองได้จริง ทั้งนี้เหตุผลสำคัญประการหนึ่งคือ หลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมีองค์ประกอบต่างๆ ที่สอดคล้องและเหมาะสมสำหรับการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน และ

ประการหนึ่งคือรูปแบบการจัดกิจกรรมที่ยึดกระบวนการสร้างนิสัย เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม ซึ่งกระบวนการสร้างนิสัยนี้ เป็นกิจกรรมที่อยู่ในลักษณะของกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของนักเรียน โดยเริ่มตั้งแต่การให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเอง วิเคราะห์ตนเองอย่างเป็นระบบ การสร้างแนวทางในการพัฒนาตนเอง การลงมือปฏิบัติเพื่อพัฒนาตนเอง ตลอดจนการประเมินและปรับปรุงกระบวนการเหล่านั้น ซึ่งกระบวนการดังกล่าวเหล่านี้ มีความสอดคล้องหรือส่งเสริมการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน (กรมพลศึกษา.2530 : 1 และ สุวิทย์ และอรรถัย มูลคำ. 2547 : 72-76) นอกจากนี้กระบวนการเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนตามหลักสูตรนี้ ใช้ในกิจกรรมแนะแนวของสถานศึกษา ซึ่งกิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่มีความหลากหลายในวิธีการจัดกิจกรรม โดยเน้นให้ผู้เรียนได้ลงมือคิด และปฏิบัติอย่างมีชีวิตชีวา และกิจกรรมแนะแนวยังมีจุดมุ่งหมายหลักอยู่ที่การพัฒนาศักยภาพของนักเรียนให้มีความสุข ทั้งด้านอารมณ์ สังคม และจิตใจ ดังที่ เซิร์ตเซอร์และสโตน (Shertzer and Stone, 1966 : 42-44) ได้กล่าวถึงหลักการสำคัญของการแนะแนวว่า เป็นการช่วยให้นักเรียนได้ตระหนักรู้ในความจริงเกี่ยวกับตนเองให้มากที่สุด เพื่อจะได้รู้จักปรับตัว ปรับความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเอง และพัฒนาตนเองตามศักยภาพที่เป็นจริง ซึ่งสอดคล้องกับวัฒนา พัทธราวิช (2531 : 27) ที่กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนพัฒนาการไปอย่างถูกวิธี โดยพัฒนาไปทั้งด้านร่างกาย สมอง อารมณ์ และสังคม

สำหรับนักเรียนกลุ่มควบคุม ที่พบว่ามีความสามารถในการจัดการตนเอง ทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะในการจัดการตนเองก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิตินั้น อาจเป็นเพราะว่ากระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนตามปกติของโรงเรียนยังไม่ได้เน้นหรือส่งเสริมให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองอย่างจริงจังและเป็นระบบ

เพราะฉะนั้น สามารถสรุปได้ว่า การที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการจัดการตนเองทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง หลังการทดลองใช้หลักสูตรสูงกว่าก่อนการทดลองใช้หลักสูตรนั้น เนื่องจากหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นมีองค์ประกอบต่างๆ ในการพัฒนานักเรียนที่เหมาะสม

4.2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองหลังการทดลองใช้หลักสูตรระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีความสามารถในการจัดการตนเองด้านความรู้ความเข้าใจ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ส่วนด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเองนั้นกลุ่มนักเรียนกลุ่ม

ทดลอง สูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า หลักสูตรที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น สามารถพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนได้จริง ทั้งนี้เป็นเพราะหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นนี้ได้ผ่านการรวบรวมข้อมูลพื้นฐานจากผู้ทรงคุณวุฒิในการนำองค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเองมากำหนดเป็นสาระของกิจกรรมในหลักสูตร และในกระบวนการพัฒนาหลักสูตร ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดของนักการศึกษาถึงวิธีการพัฒนาหลักสูตรที่เหมาะสม รวมถึงโครงสร้างหลักสูตรได้ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญ นอกจากนี้กระบวนการสร้างนิสัยซึ่งเป็นแนวทางหลักในการจัดกิจกรรมตามหลักสูตรนี้ เป็นแนวทางที่สอดคล้องและเหมาะสมในการพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียน โดยเฉพาะกิจกรรมต่างๆ ที่ดำเนินการในแต่ละแผนการจัดกิจกรรมนั้นเน้นให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ ซึ่งเหมาะกับนักเรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น ที่ชอบกิจกรรมหลากหลาย ทำหาย และไม่เบื่อหน่าย (สมร ทองดี. 2545 : 36 – 37)

4.3 ผลการประเมินความพึงพอใจของนักเรียนเกี่ยวกับการใช้หลักสูตร พบว่า โดยภาพรวม นักเรียนมีค่าเฉลี่ยความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก เท่ากับ 4.08 แสดงว่า ในการจัดกิจกรรมและแนวตามหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นนี้ ทำให้นักเรียนเห็นว่าเขาได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสม โดยเฉพาะด้านสาระของกิจกรรมนั้น นักเรียนมีความพึงพอใจสูงสุด แสดงว่า การที่หลักสูตรมุ่งส่งเสริมและพัฒนาให้นักเรียนในเรื่องการรู้จักตนเอง การบริหารเวลา การจัดการอารมณ์ตนเอง และการมีวินัยในตนเองนั้น สอดคล้องกับความต้องการของนักเรียนมาก รวมถึงลักษณะกิจกรรมที่จัดมีความสนุกสนาน หลากหลาย ไม่ซ้ำซากจำเจ และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออก มากกว่าการเรียนรู้ในกลุ่มสาระการเรียนรู้อื่นๆ

4.4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเองหลังการทดลองใช้หลักสูตรกับเกณฑ์ที่กำหนด พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความรู้ความเข้าใจ ระหว่างกระบวนการจัดกิจกรรมกับหลังการจัดกิจกรรม มีค่าเท่ากับ 83.90/80.62 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด และค่าเฉลี่ยคะแนนด้านเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง มีค่าอยู่ในระดับมาก เท่ากับ 3.75 โดยสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (3.50) และค่าเฉลี่ยคะแนนด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองมีค่าเท่ากับ 3.65 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด (3.50) เช่นเดียวกัน แสดงว่าหลักสูตรที่พัฒนาขึ้น ส่งผลให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการตนเองทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง เป็นไปตามเกณฑ์การพิจารณาประสิทธิภาพของหลักสูตร

เพราะฉะนั้น จากผลการทดลองใช้หลักสูตร แสดงให้เห็นว่าหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนี้มีประสิทธิภาพจริง โดยทำให้ความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะ

ความสามารถในการจัดการตนเองสูงขึ้นอย่างชัดเจน นอกจากนั้นผลของการวัดความพึงพอใจของนักเรียนเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรฉบับนี้ โดยภาพรวมนักเรียนมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการจัดการตนเองทั้งด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านเจตคติ และด้านคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียน ล้วนแต่สูงกว่าเกณฑ์การพิจารณาประสิทธิภาพของหลักสูตรตามที่กำหนดไว้ ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองโดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สามารถนำไปใช้ในการส่งเสริมและพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนได้ต่อไป

5. การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร

หลังจากที่ได้นำหลักสูตรไปทดลองใช้แล้ว ขั้นตอนต่อไปคือการประเมินถึงประสิทธิภาพของหลักสูตร เพื่อนำผลการประเมินที่ได้ไปปรับปรุงองค์ประกอบของหลักสูตรให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น โดยพิจารณาจากทั้งด้านนักเรียนและด้านหลักสูตร รวมทั้งพิจารณาข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญที่ประเมินโครงร่างหลักสูตรและครูผู้สอน แล้วจัดทำเป็นหลักสูตรฉบับสมบูรณ์ที่สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาควรกำหนดนโยบายให้โรงเรียนในสังกัดมีโครงการ/กิจกรรมในการพัฒนาหรือส่งเสริมนักเรียนในด้านการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเอง

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

2.1 โรงเรียนสามารถนำหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง ไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของโรงเรียน

2.2 ในการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเอง ควรใช้กิจกรรมที่หลากหลาย เน้นให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ

2.3 ครูผู้สอนสามารถนำกระบวนการสร้างนิสัยไปประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนการสอนหรือกิจกรรมอื่นๆ ในโรงเรียนได้อย่างหลากหลาย เพื่อส่งเสริมและพัฒนาบุคลิกภาพของผู้เรียนอย่างสมดุล

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป

3.1. ควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการติดตามผลความคงทนของความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

3.2. ควรมีการวิจัยในลักษณะการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของครูผู้
ใช้หลักสูตร

3.3. ควรมีการศึกษาค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับผลของการใช้กระบวนการสร้างนิสัยใน
กิจกรรมการเรียนการสอนสาระการเรียนรู้อื่นๆ หรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในระดับชั้นอื่นๆ

3.4. ควรมีการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการ
ตนเอง สำหรับนักเรียนในระดับชั้นหรือช่วงอายุอื่น ๆ เพราะความสามารถในการจัดการตนเองสามารถ
เสริมสร้างให้เกิดขึ้นในช่วงวัยต่างๆ ของนักเรียนได้หลากหลาย





บรรณานุกรม

- กนกนุช วสุธรัตน์. (2548). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมด้านการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์
 แห่งตนสำหรับนักศึกษาพยาบาล. ปรินิพนธ์.กศ.ด.(การอุดมศึกษา).กรุงเทพฯ :
 บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร
- กรมวิชาการ. (2537). คู่มือและสื่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง. กรุงเทพฯ :
 โรงพิมพ์การศาสนา.
- _____. (2544). หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช.
- _____. (2544). การจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- _____. (2545). คู่มือบริหารจัดการแนะแนว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- _____. (2545). คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและ
 พัสดุภัณฑ์..
- _____. (2547). แนวทางการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
 พุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กรมสุขภาพจิต. (2548). ปัญหาวัยรุ่น. (ออนไลน์) สืบค้นได้จาก <http://www.forums.dmh.go.th/index.php?PHPSESSID=4a3b2420e88690385d70f09623e94f5d&board=13.0>
 เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2548.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2542). การสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของเด็กไทย
 ด้านความรับผิดชอบและมีวินัยในตนเอง. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- กองบรรณธิการ. (2548, 28 ตุลาคม). ทำอย่างไรเมื่อนาคตเด็กไทยอยู่ในภาวะเสี่ยง. มติชน.
 หน้า 27.
- กัลยา สุวรรณรอด. (2537). การวิเคราะห์องค์ประกอบความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้น
 ประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ปรินิพนธ์ กศ.ม.
 (การวัดผลการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
 ถ่ายเอกสาร.
- กาญจนา คุณารักษ์. (2527). หลักสูตรและการพัฒนา. นครปฐม : คณะศึกษาศาสตร์
 มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- การปรับปรุงงาน. (2548). (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก http://www.ftpi.or.th/dwnld/pwold/pw46/46_pickup1.pdf วันที่สืบค้น 7 มีนาคม 2548.

การรู้จักตนเอง. (2550). (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก [http://www.jobs2easy.com/file.php?](http://www.jobs2easy.com/file.php?file=/1/Nat_for_Print/chapter2.doc)

[file=/1/Nat_for_Print/chapter2.doc](http://www.jobs2easy.com/file.php?file=/1/Nat_for_Print/chapter2.doc) วันที่สืบค้น 8 เมษายน 2550

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2534). *อัตศึกษา : ศาสตร์แห่งการรู้จักตนเอง*. พิมพ์ครั้งที่ 4.

กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2548, กุมภาพันธ์). สร้างเด็กหุ้มเกราะสู่สมรรถมิสยังอยู่ในสังคม.

แม่และเด็ก. 28(396) : 104-105.

_____. (2543, พฤษภาคม - สิงหาคม). การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่บกพร่อง :

เหตุสำคัญองวิกฤตเศรษฐกิจไทย. *สุทธิปริทรรศน์*. 14(43) : 25 - 33.

_____. (2543). *บริหารเวลาเพื่อความสำเร็จ*. กรุงเทพฯ : ชัคเชสมิเดีย.

_____. (2544, ตุลาคม). โฉมหน้าของโลกใหม่ : เตรียมความพร้อมประเทศไทยในศตวรรษที่ 21.

วิทยาการจัดการปริทรรศน์. 4(4) : 80-86.

_____. (2541, มกราคม - เมษายน). การพัฒนาเด็กและเยาวชนไทยสู่สังคมไทยที่พึงประสงค์.

วารสารสมาคมนักวิจัยทางสังคมศาสตร์. 4(1) : 12-20.

กลุ่มภูมิปัญญาไทย. (2550). การรู้จักตน. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก [http://www.nk.ac.th/elearning/](http://www.nk.ac.th/elearning/Mod/resorce/view.php?inpopup=true&id=4819)

[Mod/resorce/view.php?inpopup=true&id=4819](http://www.nk.ac.th/elearning/Mod/resorce/view.php?inpopup=true&id=4819) วันที่สืบค้น 8 เมษายน 2550.

เกศินี วิฑูรชาติ. (2548). *PDCA การวางแผนการปรับปรุงงาน*. (ออนไลน์) สืบค้นได้จาก

[http://www.tu.ac.th/org/ofrector/person/train/know/see/see_kasinee.files/](http://www.tu.ac.th/org/ofrector/person/train/know/see/see_kasinee.files/frame.htm#slide0027.htm)

[frame.htm#slide0027.htm](http://www.tu.ac.th/org/ofrector/person/train/know/see/see_kasinee.files/frame.htm#slide0027.htm) เมื่อวันที่ 7 มีนาคม 2548.

โกวิท ประวาลพุกษ์. (2535). *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สำหรับอนาคต*. พิมพ์ครั้งที่ 2.

กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.

คณะกรรมการจัดทำคัมภีร์หลักธรรมสำหรับนิสิตนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย. (2543). *หลักการรู้จัก*

ตนเอง รู้จักผู้อื่น รู้จักธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมในมิติแห่งพระพุทธศาสนาเพื่อชีวิตที่สมบูรณ์.

มปป.

คมเพชร จัตรสุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2544). *รายงานการวิจัยเรื่อง การสร้างมาตรฐาน*

ประเมินและปฏิตวิสัยของความฉลาดทางอารมณ์สำหรับวัยรุ่นไทย. กรุงเทพฯ : ภาควิชา

แนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

คุณลักษณะคนไทยที่พึงประสงค์. (2547). (ออนไลน์) สืบค้นได้จาก [http://www.act.ac.th/](http://www.act.ac.th/script_application/vichagan/b01.html)

[script_application/vichagan/b01.html](http://www.act.ac.th/script_application/vichagan/b01.html). เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2547.

- จาตุรนต์ ฉายแสง. (2548). *รพว.ศธ.กับวิสัยทัศน์ด้านการศึกษาของประเทศไทย*. (ออนไลน์)
สืบค้นได้จาก <http://www.moc.moe.go.th/modules.php?name=Sections&op=listarticles&secid=16> เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2548.
- จิตตินันท์ บุญสถิตกุล. (กันยายน – ตุลาคม 2547). การบริหารเวลาที่มีประสิทธิภาพ.
ศึกษาศาสตร์ปริทัศน์. 19(3) : 79 – 87.
- จิตติมา พุ่มพรวณ. (2547). *ผลของโปรแกรมการจัดการตนเองต่อพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของข้าราชการทหารชั้นประทวน*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพยาบาล
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จิตวิไล ประมัย. (2548). *การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาการรู้คิดของนักเรียน
ช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนสวนบัว เขตพญาไท กรุงเทพฯ*. สารนิพนธ์. ศศ.ม. (จิตวิทยาและการ
แนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- จีระพันธ์ พูลพัฒน์. (กันยายน – ธันวาคม 2545). การใช้เวลาให้คุ้มค่า. *ศึกษาศาสตร์ปริทัศน์*.
17(3) : 87 – 97.
- จุมพล พูลภัทรชีวิน. (2540). “การวิจัยอนาคตแบบ EDFR” ใน ทิศนา ขัมมณี และสร้อยสน
สกลรักษ์,บรรณานิการ. *แบบแผนและเครื่องมือวิจัยทางการศึกษา*. หน้า 259-271.
กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จุฬารณย์ โสตะ. (กรกฎาคม – กันยายน 2544). เทคนิคการบริหารเวลา. *ศูนย์บริการวิชาการ*.
9(3) : 47 – 50.
- ใจทิพย์ เชื้อรัตน์พงษ์. (2539). *การพัฒนาหลักสูตร : หลักการและแนวปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
อลีนเพรส.
- ชนาธิป พรกุล. (2542). *แคทส์ : รูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง*.
กรุงเทพฯ : เสมาธรรม.
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง. (2541) *การจัดกิจกรรมแนะแนว*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก
<http://academic.obec.go.th/gdc/knowhow/index-4.htm>.
วันที่สืบค้น 30 พฤศจิกายน 2548.
- ช่อลัดดา ขวัญเมือง. (2547). *กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน*. กรุงเทพฯ : วิทย์พัฒน์.
- ชาญชัย ศรีไสยเพชร. (2528). *หลักสูตรและการบริหารหลักสูตร*. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยครูพระนคร.
- ชิดกมล สังข์ทอง. (2535). *การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อวินัยของวัยรุ่น*.
วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ชุติมา พงศ์วรินทร์. (2540). ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการบริหารเวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฉนวน โค้ว. (2548). 7 อุปนิสัยให้วัยรุ่นเป็นเลิศ. แปลโดย อมรรัตน์ ศรีสุรินทร์. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดเคชั่น.
- ณรงควิทย์ แสนทอง. (2548). E.Q. ดี อารมณ์ดี ชีวิตสดใส. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดเคชั่น.
- ดนัย เทียนพุฒ. (2541, มกราคม – มิถุนายน). ประเมินผลงานระบบ 360 องศา. วิทยวิทยาการวิจัย. 11(1) : 29-49
- ดรัคเกอร์ ปีเตอร์ เอฟ. และคนอื่นๆ. (2548). คู่มือบริหารจัดการตนเอง. แปลและเรียบเรียงโดย นรินทร์ องค์อินทร์. กรุงเทพฯ : บริษัทเอ็กซ์เปอร์เน็ท จำกัด.
- ดวงใจ เนตรโรจน์. (2527). การสร้างแบบทดสอบบุคลิกภาพด้านความมีวินัยในตนเองระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. เขตการศึกษา 3 กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2527). จิตวิทยาการปลูกฝังวินัยแห่งตน. วารสารแนะแนว. 18(91) : 58 – 71 ; กุมภาพันธ์ – มีนาคม 2527.
- ดาร์ตัน ยินดีพ. (2548). การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2. สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ถวัลย์ มาศจรัส. (2545). ปทานุกรมหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ : ธารอักษร.
- ทิพย์วรรณ กิตติพร. (2545, กรกฎาคม - ธันวาคม). วิฤตคุณภาพคน : แนวทางการแก้ไขและพัฒนา. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยนครสวรรค์. 10(2) : 40-46.
- ทิสนา เขมมณี. (2545). ศาสตร์การสอน. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- _____. (2546). รูปแบบการสอนทางเลือกที่หลากหลาย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทคนิคการหางานทำ – การรู้จักตนเอง. (2550). สืบค้นได้จาก <http://www.pantown.com/board.php?id=7268&area=1&name=board33&topic=62&action=view> วันที่สืบค้น 8 เมษายน 2550

ธวัชชัย ชัยจิรฉายกุล. (2529). *การพัฒนาหลักสูตร จากแนวคิดสู่การปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ :
อักษรบัณฑิต.

อํารง บัวศรี. (2542). *ทฤษฎีหลักสูตร : การออกแบบและการพัฒนา*. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ : ธนรัช การพิมพ์.

นงลักษณ์ ประเสริฐ และจรินทร์ วินทะไชย์. (2548). *หลักการแนะแนว*. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เนตรนภา อินทอง. (2542). *ทักษะพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับนักศึกษาในปัจจุบัน*. (ออนไลน์).
สืบค้นได้จาก <http://www.stou.ac.th>. วันที่สืบค้น 10 ตุลาคม 2548.

นิตยา เรืองแป้น. (2542). *จิตวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น*. ยะลา : สถาบันราชภัฏยะลา.

นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2545). *การแนะแนวเบื้องต้น*. สงขลา : มหาวิทยาลัยทักษิณ.

บุญชม ศรีสะอาด. (2528). *การพัฒนาหลักสูตรและการสอน*. มหาสารคาม : ภาควิชาพื้นฐาน
การศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.

_____. (2546). *การพัฒนาหลักสูตรและการวิจัยเกี่ยวกับหลักสูตร*. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น

บุญชม ศรีสะอาด และคนอื่นๆ. (2528). *ปัญหาในระดับมัธยมศึกษา*. มหาสารคาม :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.

บุญชัย ปัญจรัตนกร. (2540). *ข้อคิดเพื่อพิชิตเวลา*. กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดดูเคชั่น.

บุบผา เมฆศรีทองคำ. (2545). *การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม
ในวิชาชีพหนังสือพิมพ์สำหรับนักศึกษาวารสารศาสตร์*. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ด. (การวิจัยและ
พัฒนาหลักสูตร) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ปทีป เมธาคุณวุฒิ. (2544). *การจัดการเรียนการสอนที่ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง*. กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประคอง กรรณสูต. (2538). *สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประคอง สุคนธ์จิตต์. (ตุลาคม 2547 – พฤษภาคม 2548). *เทคนิคการบริหารเวลา. ร่วมพฤษ*.
23(1 – 2) : 88 – 96).

ประทีป ม. โกมลมาศ. (2546). *ยุทธศาสตร์การจัดการศึกษาเพื่อเพิ่มขีดความสามารถของคนไทยใน
บริบทของการอุดมศึกษาไทยในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์*. สืบค้นได้จาก
http://www.journal/au.edu/abac_newsletter/2003/nor03/article_138.html. วันที่สืบค้น
20 กุมภาพันธ์ 2549.

ประเวศ วะสี. (2544). ยุทธศาสตร์ชาติเพื่อความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจ สังคมและศิลปกรรม.

กรุงเทพฯ : หมอชาวบ้าน.

_____. (2543 พฤษภาคม) ปฏิรูปการเรียนรู้เพื่อแก้ความทุกข์ยากของคนทั้งแผ่นดิน.

สถานปฏิรูป. 3(26) : 58-59.

ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์. (2547). รู้จักตนเองก่อนดีไหม. กรุงเทพฯ : มติชน.

ปราณี รามสูต. (2528). จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์รุ่งวัฒนา.

พงษ์ ภาวิจัต. (2549). บริษัท ตัวเอง จำกัด. กรุงเทพฯ : สุานมีเดีย เน็ตเวิร์ค.

พงษ์ศักดิ์ ศรีจันทร์. (2545). การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะครูวิชาชีพให้
แก่นักศึกษาสายครูวิชาชีพของสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล. ปรินิพนธ์ กศ.ด.

กรุงเทพฯ : (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

พนม เกตุมาน. (2548). บริษัทคลินิก-จิตประสาท. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก http://www.psyclin.co.th/new_page_57.htm เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2548.

พนม ลิ้มอารีย์. (2548). การแนะแนวเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

พวงค์ จาดช้าง. (2539). การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลสังกัด
กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพยาบาล
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พรพิมล เจียมนาคินทร์. (2539). พัฒนาการวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ต้นอ่อนแถมมี.

พรพนทิพย์ พันทอง. (2539). การเปรียบเทียบผลการใช้บทบาทสมมติแบบมีบทและแบบไม่มีบทที่มี
ต่อความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนบุญทริก อำเภอบุญทริก จังหวัดอุบลราชธานี. ปรินิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

พระครูสุนทรธรรมโสภณ. (พฤษภาคม – สิงหาคม 2547). คุณภาพเด็กไทย : ล่มสลาย.

สิรินทรปริทรรศน์. 5(12) : 3 – 8.

พลุ เดชะรินทร์. (2548). คู่มือผู้บริหาร. กรุงเทพฯ : ผู้จัดการ.

พันตำรวจโทศิริพงษ์ เสาเกาณ. (2545). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถใน
การจัดการกับความขัดแย้งของตำรวจชุมชน. ปรินิพนธ์ กศ.ด. (การบริหารการศึกษา)
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. กรุงเทพฯ :

สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- พิมพ์นัส เอี่ยมสมบูรณ์. (2547). กลยุทธ์การบริหารตนเอง. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก <http://eln.nan.rmutl.ac.th/eln/01-120-001/unit802.htm> วันที่สืบค้น 8 เมษายน 2550
- ภัทรภรณ์ ภัทรโยธิน. (2545). การพัฒนาหลักสูตรรายวิชาการพยาบาลผู้ใหญ่เพื่อส่งเสริมการคิด
วิจารณ์ญาณ. ปรินญาณินท์ กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร) กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.
- ภูษณ ปริย์มาโนช. (2544). ฝ่าหนามกุหลาบโลกาภิวัตน์. กรุงเทพฯ : ภัคธรศ.
- มยุรี วิสุทราศัย. (2547). ผลการใช้กิจกรรมแนะแนวที่มีต่อการตระรู้ในตนเองของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 2. ปรินญาณินท์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว.
มหาวิทยาลัยบูรพา.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. (2543). ประมวลสาระชุดวิชาการพัฒนาหลักสูตรและวิทยวิธี
ทางการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- _____. (2545). เอกสารการสอนชุดวิชาพฤติกรรมวัยรุ่น. พิมพ์ครั้งที่ 8. นนทบุรี :
สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- ยุค ศรีอาริยะ. (2544). มายาโลกาภิวัตน์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โครงการวิถิทธรรศ.
- _____. (2548). คลื่นปฏิวัติโลกใหม่สู่อารยธรรมไร้พรมแดน. กรุงเทพฯ : สถาบันวิถิทธรรศ.
- เยาวลักษณ์ ทองประยูร. (2548). การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาคุณธรรมและ
จริยธรรมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะ
แนว. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ :
อักษรเจริญทัศน์.
- รุจิรี ภู่อาระ. (2546). การพัฒนาหลักสูตรตามแนวปฏิรูปการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ :
บุ๊คพอยท์.
- เรณู พินิจการ. (2545). การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวด้านส่วนตัวและสังคมสำหรับนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบางลี่วิทยา อำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี. สารนิพนธ์
กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร
- แรมสมร อยู่สถาพร. (2535). การสร้างเสริมวินัยในตนเอง. ใน หนูน้อยน่ารัก. ทิศนา ขัมมณี
และวารี ธีระจิตร. หน้า 46 – 52. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วงศ์กร ภูทอง และอลงกต ศรีเสน. (ม.ป.ท.) แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9
(พ.ศ. 2545 – 2549). กรุงเทพฯ : อมรการพิมพ์.

- วัฒนาพร ระจับทุกข์. (2541). การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. กรุงเทพฯ :
 ตันอ้อ ๑๙๙๙.
- _____. (2542). แผนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ :
 แอล ที เพรส.
- _____. (2545). การจัดทำหลักสูตรสถานศึกษาตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช
 2544. กรุงเทพฯ : พริกหวานกราฟฟิค.
- วัลลภ กันทรัพย์. (2534). ข้อคิดเบื้องต้นในการสอนและสอบที่เน้นกระบวนการ. กรุงเทพฯ :
 โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- วิจิตร ศรีสะอ้าน. (2539). อนาคตการศึกษาไทยในสองทศวรรษหน้า. ใน เมืองไทยในปี 2560 :
 อนาคตเมืองไทยในสองทศวรรษหน้า. เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. บรรณาธิการ.
 หน้า 127 – 133. กรุงเทพฯ : ชัคเชสมีเดีย.
- วิจิตรพร หล่อสุวรรณกุล. (2544). การพัฒนาหลักสูตรเสริมเพื่อพัฒนาทักษะการคิดอย่างมี
 วิจ্ঞานญาณในกระบวนการพยาบาล. ปรินญานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาการวิจัย
 และพัฒนาหลักสูตร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิชัย ดิสสระ. (2535). การพัฒนาหลักสูตรและการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ภาควิชา
 หลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิชัย วงษ์ใหญ่. (2534 มกราคม). การพัฒนาหลักสูตรแบบครบวงจร. ข่าวสารกองบริการ
 การศึกษา. 2(7) : 13 – 24.
- _____. (2537). กระบวนการพัฒนาหลักสูตรและการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ. กรุงเทพฯ :
 สุวีริยาสาส์น.
- _____. (2535). การพัฒนาหลักสูตรแบบครบวงจร. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- _____. (ม.ป.ป.). ทฤษฎีและการพัฒนาหลักสูตร. (เอกสารอัดสำเนา)
- วิทยากร เชียงกุล. (2544). ทางรอดประเทศไทยปฏิวัติกรอบวิธีการคิดและระบบการเรียนรู้ใหม่.
 กรุงเทพฯ : เรือนปัญญา.
- วิยะดา รัตนะสุวรรณ. (2547). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมพัฒนาความสามารถในการคิดไตร่ตรอง
 ของอาจารย์พยาบาล. ปรินญานิพนธ์ กศ.ด. (การบริหารการศึกษา) กรุงเทพฯ :
 บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- วิวัฒน์ อัสวานิชย์. (2523). ความสัมพันธ์ระหว่างการมีวินัยในตนเองกับความซื่อสัตย์ของเด็กไทย.
 ปรินญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วิวัฒน์ชัย อุตถากร. (2546). ยุทธศาสตร์ใหม่ของชาติกับเศรษฐกิจการเมืองภาคประชาชนในยุค
ทุนนิยมโลกาภิวัตน์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : มูลนิธิ 14 ตุลา.

เว็บสเตอร์ – สแตรทั้น, แคโรลีน. (2546). วิธีเสริมสร้างทักษะทางอารมณ์และสังคมของเด็ก.

แปลโดย วิภาดา อังสุมาลิน และศรีนทิพย์ สิริศิลป์. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

ศรีศักดิ์ จามรมาร. (2548). วิจัยวัยรุ่นไทยดื่มจัดใช้ยาเสพติด. (ออนไลน์) สืบค้นได้จาก

<http://www.komchadluek.net/news/2005/01-23/p1--54665.html>

เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2548.

สงบ ลักษณะ. (2534). จากหลักสูตรสู่แผนการสอน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.

สัจด์ อุทรานันท์. (2532). พื้นฐานและหลักการพัฒนหลักสูตร. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์มิตรสยาม.

สธิดาพร คำสด. (2546). การศึกษาพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา) กรุงเทพฯ :

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สมชาย ศรีสันติสุข. (พฤศจิกายน 2541). การบริหารเวลา. สรรพากรสาร. 45(11) : 63 – 67.

สมนึก ภัททิยธนี. (2541). การวัดผลการศึกษา. มหาสารคาม : ประสานการพิมพ์.

สมพงษ์ สิงหะพล. (2541 พฤศจิกายน – 2542 มีนาคม). เทคนิคการสอนของการเรียนแบบร่วมมือ.

สีมาจารย์. 13(25) : 41 – 44.

สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2541). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับปรุงพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมร ทองดี. (2545). แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมแนะแนว. ใน มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ประมวลชุดวิชาการพัฒนาเครื่องมือและกิจกรรมแนะแนว หน่วยที่ 9 – 15. หน้า 1 -68.

นนทบุรี : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สมศักดิ์ สิ้นธุระเวชญ์. (2544). กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช.

สมศักดิ์ สิ้นธุระเวชญ์. (2545). สร้างความเข้าใจสู่การปฏิบัติจริงการวัดและประเมินผลการเรียนรู้

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช.

สมศรี ทองนุช. (2542). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะความเป็น

คนทันสมัยด้านจิตใจสำหรับนักศึกษาสาขาครุศาสตร์ของสถาบันราชภัฏ. ปริญญานิพนธ์

กศ.ด. (การอุดมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ถ่ายเอกสาร.

สมิต สัจฉกร. (มิกนุยา 2548). คุณภาพชีวิตกับการใช้เวลา. *For Quality*. 12(92) : 41 – 43.

สันต์ ธรรมบำรุง. (2527). *หลักสูตรและการบริหารหลักสูตร*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา.

สันต์ ศัลยศิริ. (2548). *บริหารอารมณ์อย่างชาญฉลาด*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ :

ชบา พบลิชิง เวิร์กส์.

สายบัว นนทศิลา. (2548). *การสร้างชุดการสอนกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาด้านสังคมของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2*. สารนิพนธ์. กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สุชา จันทรเฒ และสุรางค์ จันทรเฒ. (2521). *จิตวิทยาในห้องเรียน*. กรุงเทพฯ : โอ
เดียนสโตร์.

สุชาดา จักรพิสุทธิ. (2548). *วัยรุ่นคือปัญหาหรือเผชิญปัญหา*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก

<http://www.midnightuniv.org/midnight2545/document9708.html>

เมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2548.

สุนทรธรรมโสภณ, พระครู. (2547, พฤษภาคม-สิงหาคม). คุณภาพเด็กไทย : ล่มสลาย.

สิรินธรปริทรรศน์. 5(12) : 3-8.

สุนีย์ ภูพันธ์. (2546). *แนวคิดพื้นฐานการสร้างและพัฒนาหลักสูตร*. เชียงใหม่ : The Knowledge
Center.

สุนีย์ เหมะประสิทธิ์. (2537). *เอกสารประกอบการสอนวิชา ปถ.511 การพัฒนาหลักสูตรและ
การสอนในระดับประถมศึกษา*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุนันทา พรหมบุญ และคณะ. (2540). *การเรียนรู้แบบร่วมแรงร่วมใจ ใน ทฤษฎีการเรียนรู้แบบมี
ส่วนร่วม : ต้นแบบการเรียนรู้ ทางด้านหลักทฤษฎีและแนวปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ :
ไอดีเอสแควร์.

สุมิตร คุณานุกร. (2518). *หลักสูตรและการสอน*. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย

สุรัชย์ สุวดีชน. (2542, กรกฎาคม-กันยายน). การประเมินผลการปฏิบัติงานภาคปฏิบัติ.
การบริหารคน. 20(3) : 28-38.

สุรพงษ์ ชูเดช. (2542). *ผลของการฝึกอบรมตามแนวทางไตรสิกขาที่มีต่อการพัฒนานิยในตนเอง
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. ปริญญานิพนธ์ วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
ประยุกต์) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

สุริชัย หวันแก้ว. (2546). “คำนำ” ใน *ปีติมานโลกาภิวัตน์*. โดย วอลเดน เบลโล.

แปลโดย ไพโรจน์ ภูมิประดิษฐ์. กรุงเทพฯ : สวนเงินมีมา.

สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ. (2543). *เรียนรู้สู่ครูมืออาชีพ*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ทีพีพรินส์.

แสงอุษา โลจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร. (2548). *กลยุทธ์สะกิดความเก่งเพื่อสร้างผู้นำ*

สายพันธุ์ใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : เอเชียแปซิฟิก อินโนเวชั่น เซ็นเตอร์ จำกัด.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (ม.ป.ท). *แผนการศึกษา ศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรมแห่งชาติ (พ.ศ. 2545 – 2559)*. (เอกสารอัดสำเนา).

_____. (2544). *ทฤษฎีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม*. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช.

_____. (2545?). *พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545*. กรุงเทพฯ : พรินทกราฟฟิค จำกัด.

_____. (2546). *ภาพอนาคตและคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์*. กรุงเทพฯ : โครงการวิธีการเรียนรู้ของคนไทย.

สำราญ กำจัดภัย และฉงจจิต อินทสุวรรณ. (พฤษภาคม – สิงหาคม 2546). การพัฒนาหลักสูตรสร้างเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจัดการกับอารมณ์ตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. *วารสารมหาวิทยาลัยนเรศวร*. 11(2) : 61 – 74.

สำเริง บุญเรืองรัตน์. (2529). *ทฤษฎีการวัดและการประเมินผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ :

สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ไสว พักขาว. (2542). *การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง*. กรุงเทพฯ : เอมพันธ์.

โสภณ ภูเก้าล้วน. (2550). ทำอย่างไรจึงจะรู้จักตนเอง. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก <http://gotoknow.org/blog/sopone1/63579> วันที่สืบค้น 8 เมษายน 2550.

อมรวิรัช นาครทรรพ. (2547). *วิกฤตวัยรุ่นไทยยังไม่สายเกินแก้*. ใน *เด็กไทยวัยกึก*.

จุไรรัตน์ แสนใจรักษ์ บรรณานิการ. กรุงเทพฯ : สถาบันวิถีทรรศน์.

อรรถพรณ พรสีมา. (2530). *เอกสารประกอบการสอน วิชาเทคโนโลยี 437 บทเรียนด้วยตนเอง*.

กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ บางเขน.

อรรถพรณ พนาพันธ์. (2535). *เอกสารประกอบการอบรม เรื่องการพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นการศึกษา นอกโรงเรียน (ฉบับปรับปรุง)*. พิมพ์ครั้งที่ 2. ลำปาง : ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนภาคเหนือ ลำปาง.

อจริยา วชิราวิวัฒน์. (2544). *การพัฒนาหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างสมรรถนะทางการวิจัยสำหรับ*

นักศึกษพยาบาลศาสตร์. ปริญญาโท กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร) กรุงเทพฯ :

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ถ่ายเอกสาร.

อัมพวัน อัมพรสินธุ์. (2542). จิตวิทยาการแนะแนวได้กั้วยุ่น.

ราชบุรี : คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง.

อาภรณ์ ใจเที่ยง. (2540). หลักการสอน. พิมพ์ครั้งที่ 2. นครปฐม : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน

คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏนครปฐม.

อารี สันทนต์. (2542). การเรียนแบบร่วมมือ ใน สารานุกรมศึกษาศาสตร์ ฉบับมหามงคล

เฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 5 ธันวาคม 2542 : 328.

อารีญา ภ. (2548). ความเป็นมาของวิทยาลัยการจัดการทางสังคม. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก

www.thaiknowledge.org. วันที่สืบค้น 1 พฤศจิกายน 2548.

อิสรา รุ่งทิวชัย. (2548). การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา. ปรินิพนธ์ กศ.ม.

(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ถ่ายเอกสาร.

เอกรินทร์ สีมหาศาล. (2545). กระบวนการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา : แนวคิดสู่ปฏิบัติ.

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย.

อุทัย ดุลยเกษม. (2534). คุณภาพประชากรกับการศึกษา. ใน คุณภาพประชากรในทศวรรษหน้า.

กฤตยา อาชวนิจกุล กุศล สุนทรธาดา และอรทัย อาจอำ บรรณาธิการ. หน้า 3 – 21.

นครปฐม : สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

อุไร จักร์ตรึงมล. (2544). การพัฒนาโครงสร้างเขาวงกตสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4

ปรินิพนธ์ กศ.ด. (การทดสอบและวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

อุไร ชุมชุม. (2538). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพของบุคลากร

ฝ่ายนักศึกษาของสถาบันราชภัฏ เรื่องการสร้างและพัฒนาคณะทำงาน. ปรินิพนธ์

กศ.ด. (การอุดมศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ถ่ายเอกสาร.

Beauchamp, George A. (1975). *Curriculum Theory*. 3rd ed. Illinois : The Kagg Press.

Brisbane, H. E. (1994). *The Developing Child*. 6th. New York : Mcgraw-Hill.

Campbell, Donald T. and Julian, C. Stanley. (1966). *Experimental and*

Quasi-Experimental Design for Research. Chicaco : Rand McNally & Company.

Cooper, Joseph D. (1952). *How to Get More Done in Less Time*. New York :

Doubleday & Company.

- Dorsey B. (2548). *Student As Self-manager*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก <http://www.lehigh.edu/projectrech/self-management.htm>. วันที่สืบค้น 13 พฤศจิกายน 2548.
- Edwards, J. A. and Ewen A. (1996). *360 Feedback*. New York : AMACOM.
- Ferris, Buckley and Fedor. (2002). *Self-Management*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก <http://66.102.7.104> วันที่สืบค้น 13 ตุลาคม 2548.
- Gagne, Robert M. and Leslie J. Briggs. (1974). *Principles of Instructional Design*. U.S.A. : Holt, Rinehart and Winston.
- Goldman D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York : Bantam Books.
- Gordon T. (1989). *Teaching Children Self-Discipline*. 1st. New York : Random House, Inc.
- Gresham Frank and others. *Self-management*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก <http://www.lehigh.edu/projectrech/self-management.htm>. วันที่สืบค้น 13 พฤศจิกายน 2548.
- Kelly, William E. (2002). Harnessing the river of time : A theoretical framework of time use efficiency with suggestions for counselors. *Journal of Employment Counseling*. 39 : 12 -21.
- Marshall, John C. and Mchady, Bob. (2548). *Principle of Self-Management*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก <http://www.Self-Management.com>. วันที่สืบค้น 11 พฤศจิกายน 2548.
- _____. (1999). *Principle of Self-Management*. Canada : Selection Testing Consultants International Ltd.
- Megginson Leon C. (1972). *Personal A Behavioral Aproaach To Administration*. Illinois : Homewood.
- MillKovich, George T. and John W. Boudreau. (1988). *Personal/Human Resource Management*. 5th ed. Texas : Business Publications.
- Mitchem Katherine J. and Mitchem Tim. (2548). *Self-Management Strategies To Promote Inclusion*. (ออนไลน์). สืบค้นได้จาก http://www.isec2000.org.uk/abstracts/papers_m/mitchem_2.htm. วันที่สืบค้น 13 พฤศจิกายน 2548.
- O'Keefe Edward J. and Berger Donna S. (1999). *Self-Management for College Student*. New York : Partridge Hill Publishers.
- Nakagawa-Kogan H. (1996). Using The Brain To Manage The Body. In A. B. McBride (ed). *Psychiatric Mental Health Nursing, Intigrating The Behavioral And Biological Science*. Philadephia : W.B.Saunders.

- Rowntree, D. (1981). *A Dictionary of Education*. London : Harpet & Row.
- Schunk D.H. (1994). *Self-Regulation Of Self-efficacy and Attribution In Academic Setting*. In D.H. Schunk And B.J. Zimmerman (eds). *Self-regulation Of Learning And Performance : Issues And Educational Applications*. , pp. 76 - 79. New Jersey : Lawrence.
- Shertzer, Bruce and Stone, Shelley C. (1971). *Fundamentals of Guidance*. Boston : Hough Mifflin.
- Smith, Sanda F. & Smith Cristopher M. (199). *Personal Health Choices*. New York : Jone & Bartlett Publisher.
- Slavin, Robert E. (1995). *Cooperative Learning Theory : Research and Practice*. 2nd ed. Massachusetts : Allyn and Bacon.
- Tyler, Ralph. W. (1949). *Basic Principles of Curriculum and Instruction*. Chicago : The University of Chicago Press.
- Taba, Hilda. (1962). *Curriculum Development : Theory and Practice*. New York : Harcourt, Brace & Wold.
- Saylor, J. Galen. and William, M. Alexander. (1974). *Planning Curriculum for Schools*. U.S.A. : Holt, Rinehart and Winston.
- Zimmerman, B. J. (1998). *Developing Self-Management Cycle Of Academic Regulation : An analysis Of Exemplary Instructional Model*. In D.H. Schunk And B.J. Zimmerman (eds). *Self-Regulated From Teaching To Self-Reflective Practice*., pp. 1-10. New Jersey : Gulford.

ภาคผนวก



ภาคผนวก ก
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ และผู้เชี่ยวชาญ



รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อังศิรินทร์ อินทรกำแหง
2. อาจารย์ ดร. พรรณี บุญประกอบ
3. อาจารย์ ดร. เหวดี ทรงเที่ยง
4. อาจารย์ ดร. วรณี เจตจำนงนุช
5. อาจารย์ ฐิติพงษ์ รักแตงาม
6. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สติรนนท์ อยู่คงแก้ว
7. ว่าที่ร้อยตรี ดร.มนัส บุญประกอบ



รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร. นงนุช กุลบุญ
2. อาจารย์สุดาร์ตน์ จุทอง
3. อาจารย์อุดร จันทร์สร้าง
4. อาจารย์รัฐพล พรหมสะอาด
5. อาจารย์ปาริย์ ต້องห่วย





ภาคผนวก ข

แบบประเมินโครงร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี

**แบบประเมินโครงร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

แบบประเมินฉบับนี้เป็นแบบประเมินโครงร่างหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนว สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ใช้ประเมินความเหมาะสมและความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร

แบบประเมินมี 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 แบบประเมินความเหมาะสมของโครงร่างหลักสูตร

ตอนที่ 2 แบบประเมินความสอดคล้องของโครงร่างของหลักสูตร

ขอความร่วมมือให้ท่านซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญได้กรุณาพิจารณาความเหมาะสมและความสอดคล้องระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง โดยใช้กิจกรรมแนะแนวสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ตอนที่ 1 แบบประเมินความเหมาะสมของโครงร่างของหลักสูตร

เป็นการพิจารณาองค์ประกอบต่างๆ ของโครงร่างหลักสูตรว่ามีความเหมาะสมเพียงใด ในองค์ประกอบต่อไปนี้

1. สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร
2. หลักการของหลักสูตร
3. จุดหมายของหลักสูตร
4. สาระกิจกรรมของหลักสูตร
5. กิจกรรม
6. สื่อ
7. การวัดผลและประเมินผล
8. หน่วยกิจกรรม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความเหมาะสมตามความคิดเห็นของท่าน

รายการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1. สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร					
1.1. ความจำเป็นที่ต้องพัฒนาหลักสูตรนี้					
1.2. ความสมเหตุสมผลที่ต้องพัฒนาหลักสูตร					
1.3. ความสอดคล้องกับสภาพปัญหาสังคมปัจจุบัน					
1.4. แนวทางในการแก้ปัญหามีความเหมาะสม					
1.5. ความเป็นไปได้ของแนวทางในการแก้ปัญหา					
2. หลักการของหลักสูตร					
2.1. มีความชัดเจน					
2.2. มีความเหมาะสม					
2.3. มีความเป็นไปได้					
3. จุดหมายของหลักสูตร					
3.1. มีความชัดเจน					
3.2. มีความเหมาะสมกับผู้เรียน					
3.3. มีความสอดคล้องกับความต้องการของสังคม					
3.4. มีความเป็นไปได้					
3.5. มีความครอบคลุมความสามารถในการจัดการตนเองที่ต้องการพัฒนา					
4. สารกิจกรรมของหลักสูตร					
4.1. การตอบสนองจุดหมายของหลักสูตร					
4.2. การเรียงลำดับสารกิจกรรม					
4.3. การกำหนดหัวข้อสารกิจกรรม					
4.4. ครอบคลุมสารกิจกรรมที่จำเป็นสำหรับนักเรียน					

รายการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
5. กิจกรรม					
5.1. สอดคล้องกับสาระที่กำหนด					
5.2. ความเหมาะสมของกิจกรรม					
5.3. ส่งเสริมความสามารถในการจัดการตนเองของผู้เรียน					
5.4. สามารถนำไปใช้จัดกิจกรรมแนะแนวให้ประสบความสำเร็จตามจุดหมายได้					
5.5. มีความเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน					
5.6. มีความน่าสนใจ					
6. สื่อ					
6.1. มีความเหมาะสมกับผู้เรียน					
6.2. สอดคล้องกับกิจกรรม					
6.3. สนับสนุนให้กิจกรรมบรรลุจุดหมายของหลักสูตรได้					
7. การวัดผลประเมินผล					
7.1. ความเหมาะสมของเครื่องมือที่ใช้วัด					
7.2. ความเป็นไปได้ในการวัด					
7.3. สามารถใช้ตรวจสอบการบรรลุจุดหมายของหลักสูตรได้					
7.4. ครอบคลุมพฤติกรรมการเรียนรู้ทุกด้านของผู้เรียน					
8. หน่วยกิจกรรมที่ 1					
8.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมมีความชัดเจน					
8.2. จุดประสงค์มีความชัดเจน					
8.3. จุดประสงค์มีเหมาะสม					
8.4. ขอบเขตสาระกิจกรรมมีความเหมาะสม					

รายการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
8.5. ขอบเขตสาระกิจกรรมช่วยให้บรรลุจุดประสงค์การจัดกิจกรรม					
8.6. กิจกรรมมีความเหมาะสม					
8.7. กิจกรรมที่กำหนดสามารถนำไปใช้ได้					
8.8. กิจกรรมช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ได้					
8.9. สื่อมีความเหมาะสม					
8.10. สื่อช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ของกิจกรรม					
8.11. เครื่องมือวัดผลประเมินผลมีความเหมาะสม					
8.12. วิธีการวัดผลประเมินผลมีความเป็นไปได้					
8.13. การวัดผลประเมินผลเป็นการตรวจสอบการบรรลุจุดประสงค์ของกิจกรรม					
9. หน่วยกิจกรรมที่ 2					
9.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมมีความชัดเจน					
9.2. จุดประสงค์มีความชัดเจน					
9.3. จุดประสงค์มีความเหมาะสม					
9.4. ขอบเขตสาระกิจกรรมมีความเหมาะสม					
9.5. ขอบเขตสาระกิจกรรมช่วยให้บรรลุจุดประสงค์การจัดกิจกรรม					
9.6. กิจกรรมมีความเหมาะสม					
9.7. กิจกรรมที่กำหนดสามารถนำไปใช้ได้					
9.8. กิจกรรมช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ได้					
9.9. สื่อมีความเหมาะสม					
9.10. สื่อช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ของกิจกรรม					
9.11. เครื่องมือวัดผลประเมินผลมีความเหมาะสม					
9.12. วิธีการวัดผลประเมินผลมีความเป็นไปได้					
9.13. การวัดผลประเมินผลเป็นการตรวจสอบการบรรลุจุดประสงค์ของกิจกรรม					

รายการประเมิน	ระดับความเหมาะสม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
10. หน่วยกิจกรรมที่ 3					
10.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมมีความชัดเจน					
10.2. จุดประสงค์มีความชัดเจน					
10.3. จุดประสงค์มีความเหมาะสม					
10.4. ขอบเขตสาระกิจกรรมมีความเหมาะสม					
10.5. ขอบเขตสาระกิจกรรมช่วยให้บรรลุ จุดประสงค์การจัดกิจกรรม					
10.6. กิจกรรมมีความเหมาะสม					
10.7. กิจกรรมที่กำหนดสามารถนำไปใช้ได้					
10.8. กิจกรรมช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ได้					
10.9. สื่อมีความเหมาะสม					
10.10. สื่อช่วยให้บรรลุจุดประสงค์ของกิจกรรม					
10.11. เครื่องมือวัดผลประเมินผลมีความ เหมาะสม					
10.12. วิธีการวัดผลประเมินผลมีความเป็นไปได้					
10.13. การวัดผลประเมินผลเป็นการตรวจสอบ การบรรลุจุดประสงค์ของกิจกรรม					
11. หน่วยกิจกรรมที่ 4					
11.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมมีความชัดเจน					
11.2. จุดประสงค์มีความชัดเจน					
11.3. จุดประสงค์มีความเหมาะสม					
11.4. ขอบเขตสาระกิจกรรมมีความเหมาะสม					
11.5. ขอบเขตสาระกิจกรรมช่วยให้บรรลุ จุดประสงค์การจัดกิจกรรม					
11.6. กิจกรรมมีความเหมาะสม					
11.7. กิจกรรมที่กำหนดสามารถนำไปใช้ได้					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมอื่นๆ.....

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมอื่นๆ.....

ตอนที่ 2 แบบประเมินความสอดคล้องของโครงร่างหลักสูตร

เป็นการพิจารณาองค์ประกอบต่างๆ ของโครงร่างหลักสูตรว่ามีความสอดคล้องกันหรือไม่ ในองค์ประกอบต่อไปนี้

1. ความสอดคล้องระหว่างปัญหาและความจำเป็นกับหลักการของหลักสูตร
2. ความสอดคล้องระหว่างหลักการของหลักสูตรกับจุดหมายของหลักสูตร
3. ความสอดคล้องระหว่างจุดหมายของหลักสูตรกับสาระกิจกรรมของหลักสูตร
4. ความสอดคล้องระหว่างสาระกิจกรรมกับกิจกรรม
5. ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล
6. ความสอดคล้องระหว่างจุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์ของแต่ละหน่วยกิจกรรม
7. ความสอดคล้องภายในของแต่ละหน่วยกิจกรรม คือ
 - 7.1. ความสอดคล้องระหว่างคำอธิบายหน่วยกิจกรรมกับจุดประสงค์
 - 7.2. ความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์กับขอบเขตสาระกิจกรรม
 - 7.3. ความสอดคล้องระหว่างขอบเขตสาระกิจกรรมกับกิจกรรม
 - 7.4. ความสอดคล้องระหว่างกิจกรรมกับสื่อ
 - 7.5. ความสอดคล้องระหว่างจุดประสงค์กับการวัดผลประเมินผล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “ระดับความสอดคล้อง” ที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

รายการประเมิน	ระดับความสอดคล้อง		
	สอดคล้อง	ไม่แน่ใจ	ไม่สอดคล้อง
1. สภาพปัญหาและความจำเป็นกับหลักการของหลักสูตร			
2. หลักการของหลักสูตรกับจุดหมายของหลักสูตร			
3. จุดหมายของหลักสูตรกับสาระกิจกรรมของหลักสูตร			
4. สาระกิจกรรมของหลักสูตรกับกิจกรรม			
5. กิจกรรมกับสื่อ			
6. กิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล			
7. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์หน่วยกิจกรรมที่ 1			
8. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์หน่วยกิจกรรมที่ 2			
9. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์หน่วยกิจกรรมที่ 3			
10. จุดหมายของหลักสูตรกับจุดประสงค์หน่วยกิจกรรมที่ 4			
11. ความสอดคล้องภายในของหน่วยกิจกรรมที่ 1			
11.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมกับจุดประสงค์ของกิจกรรม			
11.2. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับขอบเขตสาระกิจกรรม			
11.3. ขอบเขตสาระกิจกรรมกับกิจกรรม			
11.4. กิจกรรมกับสื่อ			
11.5. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล			
12. ความสอดคล้องภายในของหน่วยกิจกรรมที่ 2			
12.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมกับจุดประสงค์ของกิจกรรม			
12.2. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับขอบเขตสาระกิจกรรม			
12.3. ขอบเขตสาระกิจกรรมกับกิจกรรม			
12.4. กิจกรรมกับสื่อ			
12.5. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล			

รายการประเมิน	ระดับความสอดคล้อง		
	สอดคล้อง	ไม่แน่ใจ	ไม่สอดคล้อง
13. ความสอดคล้องภายในของหน่วยกิจกรรมที่ 3			
13.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมกับจุดประสงค์ของกิจกรรม			
13.2. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับขอบเขตสาระกิจกรรม			
13.3. ขอบเขตสาระกิจกรรมกับกิจกรรม			
13.4. กิจกรรมกับสื่อ			
13.5. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล			
14. ความสอดคล้องภายในของหน่วยกิจกรรมที่ 4			
14.1. คำอธิบายหน่วยกิจกรรมกับจุดประสงค์ของกิจกรรม			
14.2. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับขอบเขตสาระกิจกรรม			
14.3. ขอบเขตสาระกิจกรรมกับกิจกรรม			
14.4. กิจกรรมกับสื่อ			
14.5. จุดประสงค์ของกิจกรรมกับการวัดผลประเมินผล			

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมอื่นๆ.....

.....

.....

.....

.....

.....

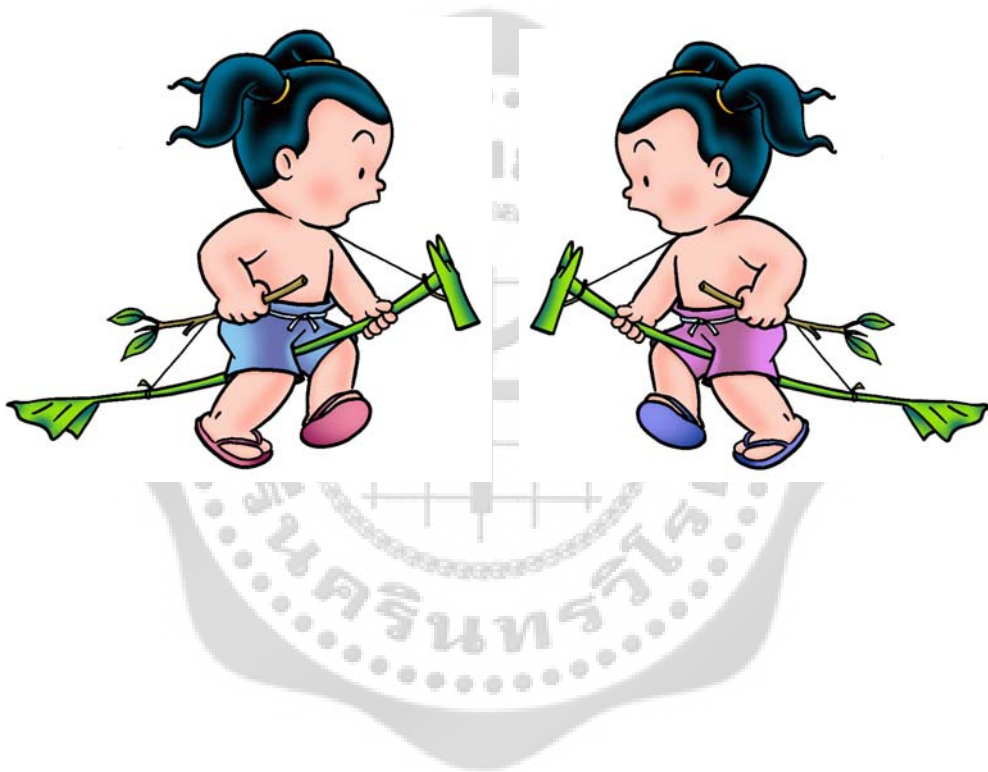
.....

.....

ภาคผนวก ค

หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



โดย

นายอดุล นาคะโร

นิสิตปริญญาเอก สาขาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

คำนำ

หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นหลักสูตรสำหรับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในกิจกรรมแนะแนว ซึ่งมุ่งส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสามารถในการจัดการตนเองมาใช้ในการจัดการตนเอง โดยสามารถนำความรู้ หรือแนวคิดที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหา ปรับปรุง และพัฒนานุคลิกภาพ และสามารถปฏิบัติตนด้านการจัดการตนเองในเรื่องการรู้จักตนเอง การจัดการอารมณ์ตนเอง การบริหารเวลา และการมีวินัยในตนเอง ได้อย่างเหมาะสม หลักสูตรนี้เนื้อหามุ่งเน้นการปลูกฝังทั้งด้านความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการมีความสามารถในการจัดการตนเองให้แก่ นักเรียน โดยยึดกระบวนการสร้างนิสัยเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม

สาระกิจกรรมตามหลักสูตรประกอบด้วย 4 หน่วยกิจกรรม คือ หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรมคือ แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 ตัวเราที่เรารู้จัก แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 ตัวเราในสายตาของคนอื่น แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 การปรับปรุงและพัฒนาตนเอง และแผนการจัดกิจกรรมที่ 4 การครองตน หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรมคือ แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เราใช้เวลาของเราอย่างไร แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 การวางแผนการใช้เวลา แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 การทำตารางการใช้เวลา และแผนการจัดกิจกรรมที่ 4 วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรม คือ แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 เราเป็นคนอารมณ์แบบใด แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 การแสดงอารมณ์ให้เหมาะสม แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 วิธีการควบคุมอารมณ์ และแผนการจัดกิจกรรมที่ 4 ผลเสียของการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้ และหน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรมคือ แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 ความรับผิดชอบ แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 ความซื่อสัตย์ แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 ความอดทนต่อความเหนื่อยยาก และแผนการจัดกิจกรรมที่ 4 ความเชื่อมั่นในตนเอง

ผู้วิจัยหวังว่าหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง ฉบับนี้จะมีประโยชน์สำหรับโรงเรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในการนำไปใช้จัดกิจกรรมเพื่อปลูกฝังคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักเรียนในอนาคตต่อไป

นายอดุล นาคะโร

ผู้วิจัย

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1	
ปัญหาและความจำเป็น	1
หลักการของหลักสูตร.....	2
จุดหมายของหลักสูตร	2
สาระกิจกรรม	3
กิจกรรม.....	4
แนวทางการวัดผลประเมินผล	4
ความสอดคล้องของแผนการจัดกิจกรรมกับกระบวนการสร้างนิสัย.....	5
หน่วยกิจกรรมที่ 1 : การรู้จักตนเอง.....	9
แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 ตัวเราที่เรารู้จัก.....	11
แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 ตัวเราในสายตาคนอื่น.....	17
แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 การปรับปรุงตนเองและพัฒนาตนเอง	25
แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 การครองตน.....	28
แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 1	33
หน่วยกิจกรรมที่ 2 : การบริหารเวลา	35
แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เราใช้เวลาของเราอย่างไร	37
แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 การวางแผนการใช้เวลา.....	40
แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 การทำตารางการใช้เวลา	44
แผนการจัดกิจกรรมที่ 8 วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด	47
แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 2	49

หน่วยกิจกรรมที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง	51
แผนการจัดกิจกรรมที่ 9 เราเป็นคนอารมณ์แบบใด.....	52
แผนการจัดกิจกรรมที่ 10 การแสดงอารมณ์ให้เหมาะสม.....	55
แผนการจัดกิจกรรมที่ 11 วิธีการควบคุมอารมณ์.....	57
แผนการจัดกิจกรรมที่ 12 ผลเสียของการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้.....	61
แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ประจำหน่วยที่ 3	63
 หน่วยกิจกรรมที่ 4 การมีวินัยในตนเอง.....	65
แผนการจัดกิจกรรมที่ 13 ความรับผิดชอบ	67
แผนการจัดกิจกรรมที่ 14 ความซื่อสัตย์.....	70
แผนการจัดกิจกรรมที่ 15 ความอดทนต่อความยากลำบาก.....	75
แผนการจัดกิจกรรมที่ 16 ความเชื่อมั่นในตนเอง	79
แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 4	82

หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

ปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตร

แนวทางการพัฒนาประเทศในปัจจุบันตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 เป็นต้นมา ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคน โดยยึดหลักว่าคนเป็นศูนย์กลางในการพัฒนา เพราะเป็นที่ยอมรับตรงกันว่า หากสังคมมีคนที่มีความรู้หรือมีศักยภาพสูงแล้ว การพัฒนาในด้านอื่นๆ ก็จะตามมาอย่างไม่หยุดยั้ง รวมถึงคนที่มีคุณภาพก็ย่อมที่จะสร้างสังคมที่สงบสุขดังที่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 เรียกว่า “สังคมเข้มแข็งและมีคุณภาพ”

คุณลักษณะสำคัญประการหนึ่งของคนที่เป็นตัวชี้ถึงความเป็นคนมีคุณภาพคือ การมีความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องของการกำกับควบคุมความคิดเจตคติ การประพฤติปฏิบัติตนของคนให้อยู่ในแนวทางที่ถูกต้องเหมาะสม โดยที่ความสามารถในการจัดการตนเองนี้ จะเป็นรากฐานสำหรับการเรียน การทำงาน และการใช้ชีวิตอยู่ในสังคมตลอดไป ซึ่งความสามารถในการจัดการตนเองนี้ ควรจะได้รับการปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็กเพราะนอกจากจะเป็นวัยที่เหมาะสมต่อการปลูกฝังคุณลักษณะที่พึงประสงค์ต่างๆ แล้ว การมีความสามารถในการจัดการตนเองตั้งแต่วัยเด็กนั้น จะเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันไม่ให้ประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ไม่ถูกต้องเหมาะสมได้เป็นอย่างดี

เนื่องจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นวัยที่กำลังย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือเป็นวัยรุ่นตอนต้น ซึ่งเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมของเด็ก จากการเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่นนี้ ทำให้เด็กวัยรุ่นก่อปัญหาต่างๆ ขึ้นมามากมายขึ้นในสังคมดังที่เป็นที่รับรู้กันทั้งปัญหาเกี่ยวกับบุคลิกภาพส่วนตัว ปัญหาเกี่ยวกับพ่อแม่ผู้ปกครองและคนรอบข้าง ตลอดจนปัญหาในการเรียน เป็นต้น จนบางครั้งวัยรุ่นถูกขนานนามว่าเป็น “วัยแห่งปัญหา” หรือที่นักวิชาการหลายคนบอกว่าวัยรุ่นเป็น “วัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต” ซึ่งถ้าเด็กมีบุคลิกภาพ การประพฤติปฏิบัติ หรือวิถีชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม ตั้งแต่ในตอนวัยรุ่นแล้วก็จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีมีคุณภาพต่อไป แต่ถ้าหากเด็กมีบุคลิกภาพ การกระทำที่ไม่เหมาะสมในวัยรุ่นแล้วคุณลักษณะที่ไม่ดีไม่เหมาะสมเหล่านั้นก็จะติดตัวเด็กไปจนเป็นผู้ใหญ่เช่นเดียวกัน

ดังนั้น การเสริมสร้างให้เด็กมีความสามารถในการจัดการตนเอง ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จึงมีความเหมาะสม เพราะคุณลักษณะด้านความสามารถในการจัดการตนเองนี้ จะคอยกำหนดหรือกำกับให้วัยรุ่นมีบุคลิกภาพและการประพฤติปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ อยู่ในทิศทางที่

ถูกต้องเหมาะสม หรืออาจกล่าวได้ว่า ความสามารถในการจัดการตนเอง เป็นภูมิคุ้มกันที่ดีของชีวิตที่จะทำให้เราเป็นคนดีมีคุณภาพต่อไป

หลักการของหลักสูตร

หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีหลักการดังนี้

1. เป็นหลักสูตรสำหรับกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนในกิจกรรมแนะแนว ซึ่งมุ่งส่งเสริมให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีความสามารถในการจัดการตนเองมากรถ โดยสามารถนำความรู้ หรือแนวคิดที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหา ปรับปรุง และพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง และสามารถปฏิบัติตนด้านการจัดการตนเองในเรื่องการรู้จักตนเอง การจัดการอารมณ์ตนเอง การบริหารเวลา และการมีวินัยในตนเองได้อย่างเหมาะสม

2. เป็นหลักสูตรที่มุ่งเน้นการปลูกฝังทั้งด้านความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการมีความสามารถในการจัดการตนเอง

3. รูปแบบการจัดกิจกรรมยึดกระบวนการสร้างนิสัยเป็นแนว ทางหลักในการจัดกิจกรรม

จุดหมายของหลักสูตร

เพื่อให้ นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เจตคติ และความสามารถในการจัดการตนเองในเรื่องต่อไปนี้

1. การรู้จักตนเอง ประกอบด้วย การรู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง การแก้ปรับปรุงพัฒนาตนเอง

2. การบริหารเวลา ประกอบด้วย การใช้เวลาของตนเองให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งการเรียน การทำงาน และการพักผ่อน

3. การจัดการอารมณ์ตนเอง ประกอบด้วย การควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม

4. การมีวินัยในตนเอง ประกอบด้วย การมีความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ ความอดทน และความเชื่อมั่นในตนเอง

สาระกิจกรรม

สาระกิจกรรมของหลักสูตรเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ประกอบด้วย 4 หน่วยกิจกรรม คือ

หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมที่ 1 ตัวเราที่เรารู้จัก

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2 ตัวเราในมุมมองของเพื่อน

แผนการจัดกิจกรรมที่ 3 ตัวเราในความคาดหวัง

แผนการจัดกิจกรรมที่ 4 การปรับปรุงตนเอง

หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมที่ 5 เราใช้เวลาของเราอย่างไร

แผนการจัดกิจกรรมที่ 6 การวางแผนการใช้เวลา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7 การทำตารางการใช้เวลา

แผนการจัดกิจกรรมที่ 8 วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด

หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมที่ 9 เราเป็นคนอารมณ์แบบใด

แผนการจัดกิจกรรมที่ 10 การแสดงอารมณ์ให้เหมาะสม

แผนการจัดกิจกรรมที่ 11 วิธีการควบคุมอารมณ์

แผนการจัดกิจกรรมที่ 12 ผลเสียของการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

หน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง ประกอบด้วย 4 แผนการจัดกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมที่ 13 ความรับผิดชอบ

แผนการจัดกิจกรรมที่ 14 ความซื่อสัตย์

แผนการจัดกิจกรรมที่ 15 ความอดทนต่อความเหนื่อยยาก

แผนการจัดกิจกรรมที่ 16 ความเชื่อมั่นในตนเอง

กิจกรรม

ในการจัดกิจกรรมตามหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในแต่ละหน่วยกิจกรรมนั้นมุ่งเน้นการใช้กิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การแก้ปัญหา การใช้กิจกรรมกลุ่ม การเรียนแบบร่วมมือ โดยยึดกระบวนการสร้างนิสัยเป็นแนวทางหลัก ในการจัดกิจกรรมในแต่ละแผนการจัดกิจกรรม ซึ่งกระบวนการสร้างนิสัยประกอบด้วย 6 ขั้นตอนคือ

ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้/สังเกต เป็นขั้นที่ครูผู้จัดกิจกรรมนำสิ่งเร้า เช่น วัตถุหรือเหตุการณ์ เกี่ยวกับคุณลักษณะที่ต้องการเสริมสร้างให้เกิดกับนักเรียนให้ผู้เรียนรับรู้หรือสังเกต

ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ เป็นขั้นที่ครูผู้จัดกิจกรรมกระตุ้นให้นักเรียนคิด และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณค่าของคุณลักษณะ และผลกระทบของการประพฤติปฏิบัติและไม่ประพฤติปฏิบัติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เพื่อกระตุ้นและจูงใจให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการประพฤติปฏิบัติ

ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม เป็นขั้นที่ครูผู้จัดกิจกรรมกระตุ้นให้นักเรียนคิดหาวิธีที่ดีที่สุดในการประพฤติปฏิบัติตนหรือปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ โดยพิจารณาข้อดีข้อเสีย และผลกระทบต่างๆ อย่างรอบคอบ

ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่นักเรียนเป็นผู้ปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนดทั้งในโรงเรียนและชีวิตประจำวัน ขั้นนี้ครูผู้จัดกิจกรรมจะต้องแนะนำนักเรียนอย่างใกล้ชิด เพื่อให้นักเรียนเห็นประโยชน์ของสิ่งที่ประพฤติปฏิบัติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง เป็นขั้นที่ครูผู้จัดกิจกรรมกระตุ้นแนะนำให้ นักเรียนประเมินผลการประพฤติปฏิบัติและแนะนำให้ปรับปรุงการประพฤติหรือปฏิบัตินั้นให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ เป็นขั้นที่กระตุ้นความคิดความรู้สึกหรือเจตคติ ของนักเรียน ให้เห็นถึงผลสำเร็จและพอใจที่จะกระทำหรือแสดงคุณลักษณะเหล่านั้นต่อไป

หมายเหตุ : การจัดกิจกรรมแนะแนวในแต่ละแผนการจัดกิจกรรม อาจไม่จำเป็นต้องดำเนินการตามกระบวนการสร้างนิสัยครบทุกขั้นตอน

แนวทางการวัดผลประเมินผล

การวัดผลประเมินผลตามหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเอง สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 นี้ มี 2 ลักษณะคือ

1. การวัดและประเมินผลภายหลังการเสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมในแต่ละหน่วย กิจกรรม ด้วยเครื่องมือวัดซึ่งกำหนดไว้ในแต่ละหน่วย ซึ่งได้แก่แบบทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม

2. การวัดผลประเมินผลหลักสูตร เป็นการวัดความสามารถในการจัดการตนเอง
 ของนักเรียน ทั้งก่อนและหลังการทดลองใช้หลักสูตร ด้วยแบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจ แบบวัด
 เจตคติ แบบคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง

ความสอดคล้องของแผนการจัดกิจกรรมกับกระบวนการสร้างนิสัย

หน่วยที่	แผนการจัดกิจกรรม	กระบวนการสร้างนิสัย
1. การรู้จักตนเอง	1. ตัวเราที่เรารู้จัก	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ
	2. ตัวเราในสายตาคนอื่น	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ
	3. การปรับปรุงและพัฒนาตนเอง	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง
	4. การครองตน	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ

ความสอดคล้องของแผนการสอนกับกระบวนการสร้างนิสัย(ต่อ)

หน่วยที่	แผนการสอนที่	กระบวนการสร้างนิสัย
2. การบริหารเวลา (ต่อ)	5. เราใช้เวลาของเราอย่างไร 6. การวางแผนการใช้เวลา 7. การทำตารางการใช้เวลา 8. วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ
3. การจัดการอารมณ์ตนเอง	9. เราเป็นคนอารมณ์แบบใด 10. การแสดงอารมณ์ให้เหมาะสม	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม

ความสอดคล้องของแผนการจัดกิจกรรมกับกระบวนการสร้างนิสัย (ต่อ)

หน่วยที่	แผนการสอนที่	กระบวนการสร้างนิสัย
3. การจัดการอารมณ์ ตนเอง (ต่อ)	11. วิธีการควบคุมอารมณ์ 12. ผลเสียของการควบคุมอารมณ์ ตนเองไม่ได้	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ
4. การมีวินัยในตนเอง	13. ความรับผิดชอบ 14. ความซื่อสัตย์	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ

ความสอดคล้องของแผนการจัดกิจกรรมกับกระบวนการสร้างนิสัย (ต่อ)

หน่วยที่	แผนการสอนที่	กระบวนการสร้างนิสัย
4. การมีวินัยในตนเอง (ต่อ)	15. ความอดทนต่อความ ยากลำบาก	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ
	16. ความเชื่อมั่นในตนเอง	ขั้นที่ 1 ขั้นรับรู้ / สังเกต ขั้นที่ 2 ขั้นคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ขั้นที่ 3 ขั้นสร้างแนวปฏิบัติที่เหมาะสม ขั้นที่ 4 ขั้นลงมือปฏิบัติ ขั้นที่ 5 ขั้นประเมินและปรับปรุง ขั้นที่ 6 ขั้นชื่นชมต่อการปฏิบัติ

หน่วยกิจกรรมที่ 1

การรู้จักตนเอง

สาระสำคัญ

การรู้ว่าคุณลักษณะอย่างไร บุคลิกภาพแบบใด จุดเด่นจุดด้อยเรื่องใด รวมถึงวิธีที่จะพัฒนาและปรับปรุงตนเอง สิ่งเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานในการปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานในการทำงานหรือเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ที่เหมาะสมกับตัวเรา ซึ่งจะทำให้เราที่ความสุขและประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมต่างๆ

จุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรม

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการรู้จักตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการรู้จักตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์และบอกลักษณะบุคลิกภาพของตนเองได้
4. เพื่อให้นักเรียนสามารถปรับปรุงและพัฒนาตนเองได้

สาระกิจกรรม

1. ความแตกต่างระหว่างบุคคล
2. ความสามารถและความถนัดของบุคคล
3. การเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่สอดคล้องและเหมาะสมกับตนเอง

กิจกรรม

1. การศึกษาใบงาน
2. การร่วมอภิปราย
3. ปฏิบัติกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรม
4. ทำแบบทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม

สื่อ

1. ใบงาน

การวัดผลประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ การตอบคำถาม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตพฤติกรรม
3. การทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม



แผนการจัดกิจกรรมที่ 1

หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง
เรื่อง ตัวเราที่เรารู้จัก

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การวิเคราะห์หาจุดเด่นจุดด้อย ความชอบ ความถนัด ตลอดจนเจตคติ ของตนเองต่อสิ่งต่างๆ จะทำให้เรารู้จักและเข้าใจตนเองดียิ่งขึ้น อันจะเป็นพื้นฐานสำคัญในการเลือกหรือตัดสินใจในการเรียน ทำกิจกรรมต่างๆ ตลอดจนการทำงาน ได้ถูกต้องเหมาะสมกับตัวเรา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกจุดเด่นจุดด้อยของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกความถนัดและความชอบของตนเองได้

สาระกิจกรรม

1. จุดเด่นจุดด้อยของบุคคล
2. ความถนัดของบุคคล
3. การวิเคราะห์ตนเอง

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ให้นักเรียนจับคู่เล่นเกม กระจกกเงา
2. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับเกมกระจกกเงา

ขั้นกิจกรรม

3. ครูชี้แจงทำความเข้าใจกับนักเรียนถึงความหมายของคำว่าบุคลิกภาพ จุดเด่น จุดด้อย ความชอบ ความถนัด ให้นักเรียนเข้าใจ
4. ให้นักเรียนทำใบงานที่ 2 เรื่องการสำรวจตนเอง
5. ให้นักเรียนบอกเพื่อนๆ ว่า ตนเองมีจุดเด่นหรือความชอบ ความถนัดอะไรบ้าง
6. ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มตามจุดเด่น (ที่คิดว่าเด่นที่สุดของตนเอง) แล้วให้แต่ละกลุ่มช่วยกันอภิปราย จากจุดจุดเด่นที่มี ว่าจะสามารถนำไปใช้ในการเลือกทำกิจกรรม หรือใช้ประโยชน์อะไรบ้าง
7. ให้นักเรียนช่วยกันสรุปลักษณะของตนเองลงในใบงานที่ 4

ขั้นสรุป

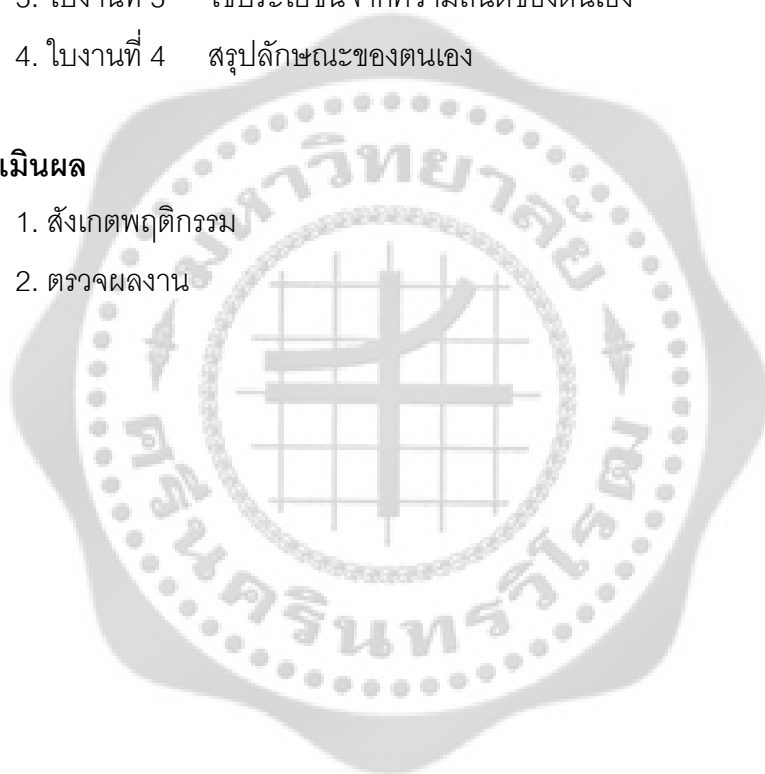
8. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงประโยชน์ของการรู้จักสามารถ ความถนัด หรือความชอบของตนเอง ว่าจะเป็นประโยชน์ในการนำไปใช้ในการเลือกเรียน ทำกิจกรรม หรือทำงานที่เหมาะสมกับตนเองต่อไป

สื่อ

1. ใบงานที่ 1 เกมกระจกเงา
2. ใบงานที่ 2 การสำรวจตนเอง
3. ใบงานที่ 3 ใช้ประโยชน์จากความถนัดของตนเอง
4. ใบงานที่ 4 สรุปลักษณะของตนเอง

การวัดผลประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงานที่ 1

เกมกระเจกเงา

วิธีเล่นเกม

1. ให้นักเรียนจับคู่ตามความพอใจ
2. ให้แต่ละคู่ยื่นหันหน้าเข้าหากัน
3. ให้นักเรียนแต่ละคู่ผลัดกันเป็นคนและเป็นเงาในกระเจก
4. นักเรียนที่แสดงบทบาทเป็นคนแสดงกิริยาท่าทางต่างๆ หน้ากระเจก โดยที่เงาในกระเจกจะต้องทำตามให้เหมือนทุกอริยาบท
5. ผลัดเปลี่ยนบทบาทกันประมาณ 2 – 3 ครั้ง
6. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่าการมองกระเจกเงาก็คือเป็นการสำรวจตนเองวิธีหนึ่ง



ใบงานที่ 2

การสำรวจตนเอง

คำชี้แจง : ให้นักเรียนบอกลักษณะของตนเองในเรื่องต่อไปนี้

ลักษณะของเรา	ลักษณะที่เรารับรู้
หน้าตา	
ความถนัด	
นิสัยใจคอ	
สติปัญญา	
อารมณ์	
ความชอบ	
ฐานะของครอบครัว	
อื่นๆ	

ใบงานที่ 3

เรื่อง การสำรวจตนเอง

คำชี้แจง : ให้นักเรียนวิเคราะห์ตนเองในประเด็นต่อไปนี้

จุดเด่น/ความถนัด	การนำไปใช้ประโยชน์
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

ใบงานที่ 4
การสรุปลักษณะของตนเอง

คำชี้แจง : ให้นักเรียนสรุปลักษณะของตนเอง ในด้านต่อไปนี้

ลักษณะทั่วไป	จุดเด่น/ความถนัด	จุดที่ควรปรับปรุง/พัฒนา

ชื่อ.....ชั้น.....เลขที่.....

แผนการจัดกิจกรรมที่ 2

หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง
เรื่อง ตัวเราในสายของคนอื่น

ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การที่เราสำรวจตัวเองโดยตัวของเรานั้น บางครั้งอาจจะมองเห็นได้ไม่ละเอียดหรือไม่ครบทุกด้าน ดังนั้นการให้คนอื่นเป็นคนบอกลักษณะหรือวิพากษ์วิจารณ์ตัวเรา จะเป็นการเติมเต็มที่จะทำให้เรามองเห็นตนเองอย่างชัดเจนและครอบคลุมมากยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นเราทุกคนควรยอมรับการวิพากษ์วิจารณ์หรือการติชมของคนอื่น เพื่อจะได้นำข้อมูลเหล่านั้นมาปรับปรุงและพัฒนาตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกลักษณะทั่วไป จุดเด่น จุดด้อยของเพื่อนได้
2. เพื่อให้นักเรียนเข้าใจและยอมรับการบอกจุดเด่นและจุดบกพร่องจากเพื่อนได้
3. เพื่อให้นักเรียนนำข้อมูลที่ได้จากเพื่อนมาปรับปรุงและพัฒนาตนเอง

สาระกิจกรรม

1. ลักษณะทั่วไป จุดเด่น จุดด้อยของบุคคล
2. การวิเคราะห์ลักษณะบุคคล
3. การยอมรับคำวิพากษ์วิจารณ์จากเพื่อน

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. แบ่งกลุ่มนักเรียนกลุ่มละ 5 คน
2. ให้แต่ละกลุ่มดูภาพในใบงานที่ 1 โดยในแต่ละกลุ่มช่วยกันพิจารณาว่า ในแต่ละภาพนักเรียนเห็นอะไรบ้าง
3. ครูสรุปให้นักเรียนเห็นว่าในการมองสิ่งต่างๆ นั้น เราอาจจะเห็นไม่เหมือนกัน ดังนั้นเราควรนำสิ่งที่ผู้อื่นมองเห็นมาเป็นข้อมูลเพื่อการมองเห็นของเรา

ขั้นกิจกรรม

4. ครูชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจถึงการมองคนอื่นหรือวิเคราะห์คนอื่น ว่าจะต้องมองให้รอบคอบทั้งด้านดีและไม่ดี เพื่อเขาจะได้นำข้อมูลนั้นไปพัฒนาตนเองต่อไป ซึ่งในการมองจุดด้อยของคนอื่นนั้นจะต้องกระทำอย่างระมัดระวังเพื่อหลีกเลี่ยงความเข้าใจผิด ขณะเดียวกันผู้ที่ได้รับการ

วิเคราะห์หรือวิพากษ์วิจารณ์ ก็ควรยอมรับและนำข้อมูลเหล่านั้นไปปรับปรุงตนเอง และจะต้องถือว่าข้อวิพากษ์วิจารณ์จากคนอื่นจะทำให้เรารู้จักตนเองได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

5. ให้นักเรียนแต่ละคนเลือกเพื่อน 5 คน และให้บอกลักษณะทั่วไป จุดเด่น จุดด้อย หรือข้อดีข้อเสียของเพื่อน และกรอกข้อมูลลงในใบงานที่ 2

6. ให้นักเรียนรวบรวมข้อมูลในใบงานที่ 2 ที่เพื่อนๆ เขียนถึงลักษณะของตนเอง มาพิจารณาว่าสอดคล้องกันหรือไม่อย่างไร แล้วสรุปลักษณะของเราตามความเห็นของเพื่อนลงในใบงานที่ 3

7. ให้นักเรียนแต่ละคนบอกว่าเพื่อนมองตนเองว่าเป็นอย่างไร แล้วให้เพื่อนๆ ทั้งชั้นช่วยกันพิจารณาว่าเห็นด้วยตามนั้นหรือไม่

ขั้นสรุป

8. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปว่าคนเรานั้นมีทั้งด้านดีและไม่ดี และการที่เราจะรู้จักตนเองได้นั้นการให้เพื่อนหรือคนรู้จักเป็นคนบอกเราก็จะทำให้เรารู้จักตนเองได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

9. ให้นักเรียนส่งใบงานที่ 3 ให้ครู

สื่อ

1. ใบงานที่ 1 ภาพหลายมิติ
2. ใบงานที่ 2 เพื่อนมีลักษณะอย่างไร
3. ใบงานที่ 3 ลักษณะของเราในสายตาของเพื่อน

การวัดผลประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. ตรวจงาน

ใบงานที่ 1/1

ภาพที่ 1



ที่มา : <http://topicstock.pantip.com/wahkor/topicstock/X3593573/X3593573.html>

ใบงานที่ 1/2
ภาพที่ 2



ที่มา : <http://topicstock.pantip.com/wahkor/topicstock/X3593573/X3593573.html>

ใบงานที่ 1/3

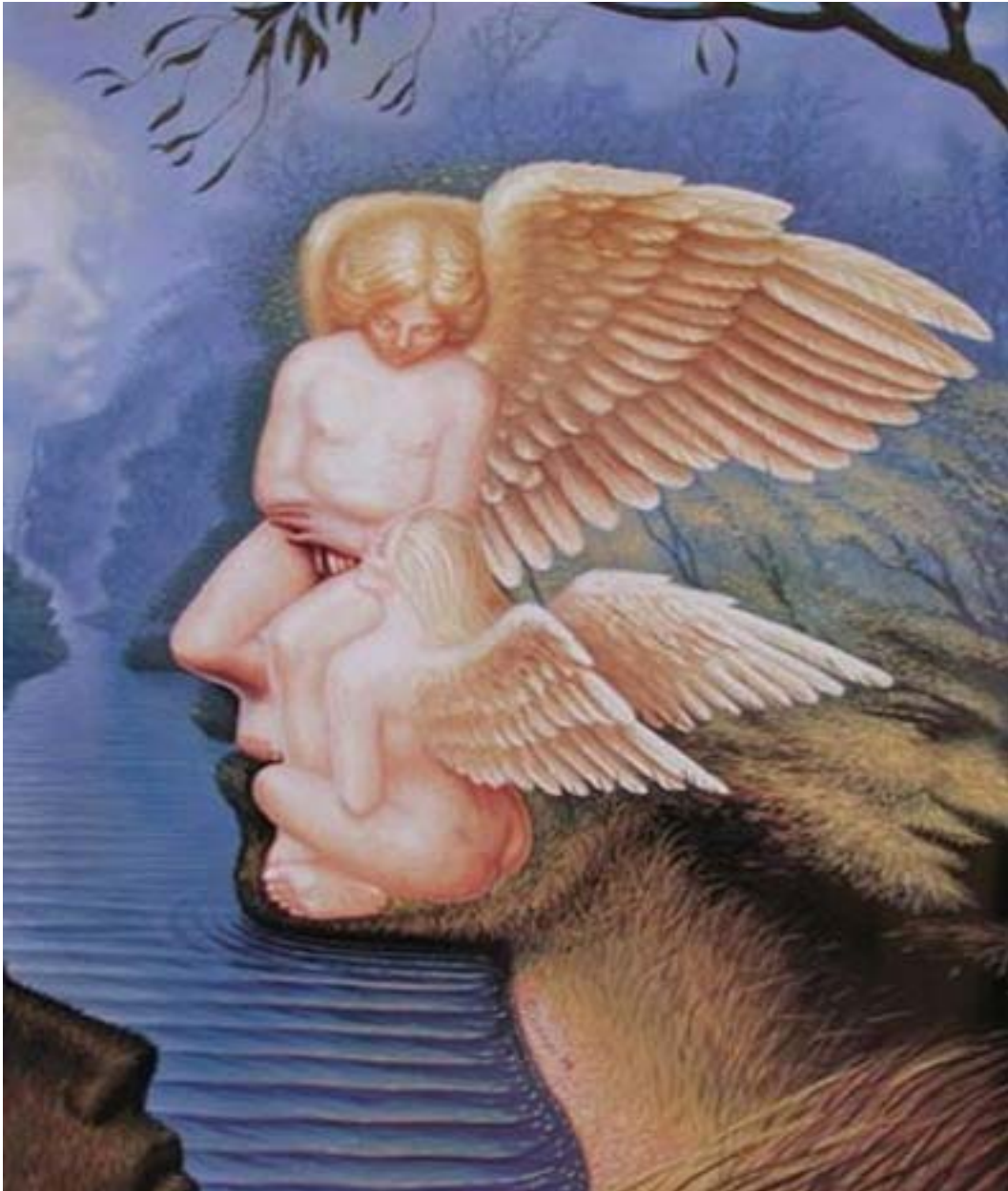
ภาพที่ 3



ที่มา : <http://topicstock.pantip.com/wahkor/topicstock/X3593573/X3593573.html>

ใบงานที่ 1/4

ภาพที่ 4



ที่มา : <http://topicstock.pantip.com/wahkor/topicstock/X3593573/X3593573.html>

ใบงานที่ 2

เพื่อนเราเป็นอย่างไร

เพื่อนคนที่.....ชื่อ.....

[illegible]

ใบงานที่ 2

เพื่อนเราเป็นอย่างไร

เพื่อนคนที่.....ชื่อ.....

[illegible]

ใบงานที่ 3

ตัวเราในสายตาของเพื่อน

ชื่อ.....เลขที่.....ชั้น.....

ลักษณะทั่วไป	จุดเด่น/สิ่งที่ดี	จุดด้อย/สิ่งที่ควรปรับปรุง



แผนการจัดกิจกรรมที่ 3

หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง
เรื่อง การปรับปรุงและพัฒนาตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การปรับปรุงและพัฒนาตนเองเกิดจากการที่เรารู้ตัวตนเองว่าเรามีข้อบกพร่อง หรือมีจุดที่ควรพัฒนาในเรื่องใดบ้าง ซึ่งการปรับปรุงตนเองนั้นเราควรทำอย่างสม่ำเสมอเมื่อรู้จุดบกพร่องหรือจุดที่ควรพัฒนาของตนเอง และในการปรับปรุงและพัฒนาตนเองนั้นเราควรตั้งเป้าหมายให้ชัดเจนว่าจะทำอะไรบ้างเพื่อไปถึงจุดที่ต้องการ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์หาจุดบกพร่องของตนเองได้
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกวิธีการในการปรับปรุงตนเองได้
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถสร้างแนวปฏิบัติในการปรับปรุงตนเองได้
4. เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติตนในการปรับปรุงตนเองได้

สาระสาระกิจกรรม

1. การวิเคราะห์จุดบกพร่องของตนเอง
2. แนวทางการปรับปรุงตนเอง

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ครูชวนนักเรียนพูดคุยเกี่ยวกับรายการชิงร้อยชิงล้าน ถึงแก้มสามขา ที่จะต้องแข่งขันกับแขกรับเชิญที่เข้าร่วมรายการ จะเห็นว่าเวลาแข่งพวกเขาจะได้รับโอกาสในการแข่งมากกว่า 1 ครั้ง และในการแข่งครั้งที่ 2 หรือ ครั้งที่ 3 พวกเขาจะทำผลงานได้ดีกว่าครั้งแรกเสมอ เพราะได้มีการปรับปรุงวิธีการแข่งขันหรือได้ปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม

2. ให้นักเรียนช่วยกันยกตัวอย่าง สถานการณ์ต่างๆ ที่เคยพบเห็นที่มีการปรับปรุงตนเอง จนทำให้ผลการดำเนินงานดีขึ้นกว่าเดิม

ขั้นกิจกรรม

3. ครูถามนักเรียนถึงเหตุผลที่เราจะต้องปรับปรุงตนเอง ให้นักเรียนช่วยกันตอบโดยครูเขียนคำตอบเหล่านั้นลงบนกระดานดำ

4. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงผลดีของการปรับปรุงตนเอง
5. แจกใบงานที่ 1 ให้นักเรียนเขียนข้อบกพร่องหรือจุดด้อยที่คิดว่าสำคัญที่สุดของตนเอง คนละ 3 อย่าง แล้วให้บอกว่าจะแก้ไขหรือปรับปรุงจุดบกพร่องนั้นอย่างไร
6. ให้นักเรียนบอกจุดบกพร่องของตนเองทั้ง 3 ด้าน ให้เพื่อนๆ ฟัง พร้อมทั้งบอกแนวทางปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เพื่อนๆ ช่วยกันเป็นพยานและคอยนำเป็นกำลังใจให้เพื่อนปฏิบัติให้สำเร็จ
ขั้นสรุป
7. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงผลดีของการปรับปรุงตนเอง และให้นักเรียนนำแนวทางการปรับปรุงตนเองที่ได้บอกไว้ไปปฏิบัติโดยครูและเพื่อนๆ คอยสังเกตต่อไป
8. ให้นักเรียนส่งใบงานที่ 1

สื่อ

1. ใบงานที่ 1 ข้อบกพร่องและแนวทางปรับปรุงตนเอง

การวัดผลและประเมินผล

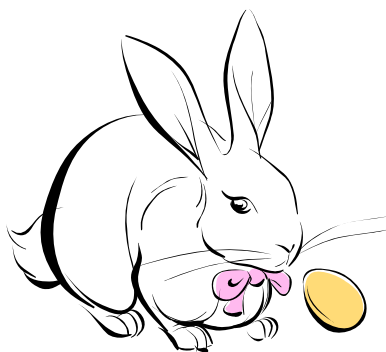
1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. ตรวจผลงาน
3. ติดตามการประพฤติปฏิบัติของนักเรียน

ใบงานที่ 1

คำชี้แจง : ให้นักเรียนเขียนข้อบกพร่องของตนเองที่เห็นว่าสำคัญและจำเป็นต้องปรับปรุงแก้ไขมากที่สุด 3 อันดับ พร้อมทั้งบอกแนวทางหรือวิธีการปรับปรุงแก้ไข

ข้อบกพร่องของตน	แนวทางการปรับปรุงแก้ไข
1.	
2.	
3.	

ชื่อ..... เลขที่..... ชั้น.....



แผนการจัดกิจกรรมที่ 4

หน่วยที่ 1 การรู้จักตนเอง
เรื่อง การครองตน

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การประพฤติปฏิบัติตนให้เหมาะสมตามลักษณะบุคลิกภาพของเราเอง โดยไม่ขัดต่อหลักศีลธรรมอันดีงามจะทำให้เรามีความสุข

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกแนวปฏิบัติในการครองตนอย่างเหมาะสมได้
2. เพื่อให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่เหมาะสมเป็นที่ยอมรับของสังคม

สาระกิจกรรม

แนวทางในการครองตนของวัยรุ่น (ใบความรู้ที่ 1)

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ครูชวนนักเรียนพูดคุยเกี่ยวกับการประพฤติปฏิบัติตนไม่เหมาะสมของนักเรียนวัยรุ่นที่เป็นข่าวหรือที่เคยพบเห็น

ขั้นกิจกรรม

2. ครูอธิบายความหมายของคำว่า วัยรุ่น พร้อมทั้งอธิบายถึงลักษณะของวัยรุ่น โดยชี้ให้เห็นว่าขณะนี้นักเรียนอยู่ในช่วงวัยรุ่น
3. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 1 เรื่อง แนวทางปฏิบัติในการครองตนของวัยรุ่น ใช้เวลาในการศึกษา 15 นาที
4. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบ ตามใบงานที่ 1 เรื่อง การครองตนจำนวน 10 ข้อ โดยครูเน้นย้ำนักเรียนให้ทำงานด้วยความตั้งใจ และรักษาเวลา
5. นักเรียนและครูร่วมกันเฉลยคำตอบ และสอดแทรกคุณธรรมจริยธรรมด้านความซื่อสัตย์ต่อตนเองและผู้อื่น โดยนักเรียนเป็นผู้ตรวจให้คะแนนตนเองครูเน้นย้ำการประพฤติปฏิบัติในการครองตนให้เหมาะสมของนักเรียนทุกคน

ขั้นสรุป

6. ให้นักเรียนส่งใบงานที่ 1

7. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงลักษณะการครองตนที่ถูกต้องเหมาะสมตามวัยของนักเรียน ตลอดจนผลที่ได้รับจากการครองตนที่ถูกต้องซึ่งจะเป็นที่ชื่นชอบจากทุกๆ คน และบุคคลที่นักเรียนเห็นว่าสมควรจะยึดเป็นแบบอย่างในการครองตน

สื่อ

ใบงานที่ 1 แบบทดสอบ เรื่องการครองตน

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตการร่วมกิจกรรม
2. การทดสอบ
3. ติดตามการประพฤติปฏิบัติของนักเรียน



ใบความรู้ที่ 1

แนวทางปฏิบัติในการครองตนของวัยรุ่น

1. รู้จักหน้าที่ของตน คือขยันหมั่นเพียรในการศึกษาเล่าเรียน ซึ่งเป็นการตอบแทนพระคุณของพ่อแม่ ผู้ปกครองที่ดีที่สุดอย่างหนึ่ง ช่วยเหลือพ่อแม่ทำงานบ้านเท่าที่จะทำได้ รู้จักออมทรัพย์ และประหยัดในการใช้จ่าย ฝึกตนให้เป็นคนมีระเบียบวินัยและประพฤติตนตามกฎหมายของสังคมที่ดีงาม
2. รู้จักเคารพครู อาจารย์ พ่อแม่ผู้ปกครอง และบุคคลอื่นที่พึงเคารพ บางครั้งเด็กๆ อาจไม่เห็นด้วยในบางอย่างตามผู้ใหญ่ โดยมีเหตุผลของตนเอง แต่ต้องแสดงออกในรูปของการคารวะผู้ใหญ่ เช่น ในการแสดงเหตุผลของตน หรือในการทักท้วงผู้ใหญ่ นั้น ต้องใช้วิธีการอันนุ่มนวล มีเหตุผลชี้แจงให้เป็นเรื่องเป็นราว
3. รู้จักวางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะอันควร โดยวางตนให้เหมาะสมกับเพศและวัยของตน มีมารยาทอันควร รู้จักสังเกต รอบคอบ รู้จักระมัดระวังตน และกล้าในโอกาสอันควร รู้จักสงบนั่งเงียบในวาระอันควร มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่นไม่ดูดาย
4. รู้จักใช้เหตุผล และวิจารณ์ญาณในการตัดสินสิ่งต่างๆ ในปัจจุบัน บ้านเมืองเจริญขึ้นเรื่อยๆ เราได้รับเอาวัฒนธรรมต่างชาติมาไว้มากมายเยาวชนควรพิจารณารับเอาแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ การทำตนเลียนแบบต่างชาติ จนทำให้วัฒนธรรมของเราเองเสื่อมโทรมนั้น เป็นสิ่งที่ไม่ควรทำ
5. เมื่อมีปัญหาคับข้องใจ ทั้งปัญหาครอบครัว หรือการเรียน ควรใช้เหตุผลไตร่ตรองหาทางแก้ไข หรือปรึกษาผู้ปกครอง ครูอาจารย์ ตลอดจนเพื่อนที่ไว้ใจ
6. รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
7. รู้จักเลือกคบเพื่อน

แหล่งอ้างอิง

กรมพลศึกษา. ม.ป.ป.. สุขภาพสดใส สุขใจวัยรุ่น . กรุงเทพฯ : บริษัทริชาร์ดสัน วิคส์ จำกัด.

ใบงานที่ 1
แบบทดสอบ การครองตน

ชื่อ-สกุล.....ชั้น.....เลขที่.....

คำสั่ง : ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ถูก หน้าข้อที่นักเรียนพิจารณาว่าข้อความที่ถูกต้อง และ เขียน
เครื่องหมาย ผิด หน้าข้อที่นักเรียนพิจารณาว่าเป็นข้อความที่ผิด

- 1. วัยรุ่นทุกคน เป็นปัญหาสังคมที่ต้องแก้ไข
- 2. หน้าที่สำคัญของวัยรุ่น คือ การศึกษาเล่าเรียน
- 3. เมื่อเราไม่เห็นด้วยกับผู้ใหญ่ เราควรโต้แย้งทันที
- 4. การแต่งกายชุดสีดำไปงานศพ เป็นการวางตนที่เหมาะสม
- 5. เมื่อมีปัญหาคับข้องใจ ควรหาทางออกด้วยตนเอง
- 6. เพื่อนคือชีวิต เราต้องทำทุกอย่างเพื่อเพื่อน
- 7. วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อารมณ์ และสังคม จึงควรรู้จักตนเอง
- 8. เราควรรับวัฒนธรรมต่างชาติทุกอย่าง เพื่อความทันสมัย
- 9. การแสดงเหตุผลที่ไม่เห็นด้วยตามผู้ใหญ่ ต้องเป็นไปด้วยความนุ่มนวล
- 10. การรักษากฎจราจรในการใช้รถใช้ถนน เป็นหน้าที่ของวัยรุ่น



เฉลย

เรื่อง การครองตน

ข้อ	เฉลย
1	ผิด
2	ถูก
3	ผิด
4	ถูก
5	ผิด
6	ผิด
7	ถูก
8	ผิด
9	ถูก
10	ถูก

เกณฑ์การประเมินผล

คะแนน 8-10 คะแนน ให้อยู่ในระดับดี

คะแนน 5-7 คะแนน ให้อยู่ในระดับพอใช้

คะแนน น้อยกว่า 5 คะแนน ให้อยู่ในระดับปรับปรุง

แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 1

เรื่อง การรู้จักตนเอง

จำนวนข้อสอบ 10 ข้อ

เวลา 15 นาที

คำชี้แจง : จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

- นักเรียนคิดว่าเหตุผลข้อใดสำคัญประการแรกที่เราจะต้องรู้จักตนเอง
 - เพื่อให้เข้ากับเพื่อนได้
 - เพื่อเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ที่เหมาะกับตน
 - เพื่อให้รู้จักเด่นจุดด้อยของตนเอง
 - เพื่อให้เราประสบความสำเร็จในการเรียน
- นักเรียนคิดว่าเราควรรู้จักตัวเองในเรื่องใดบ้าง
 - นิสัย
 - ความถนัด
 - ลักษณะทางร่างกาย
 - ถูกทุกข้อ
- สมชายรู้ว่าตนเองเป็นคนใจร้อน ว่าม แสดงว่าสมชายรู้จักตนเองในด้านใด
 - ความถนัด
 - อารมณ์
 - สุขภาพ
 - เจตคติ
- ข้อใดแสดงถึงการเป็นคนรู้จักตนเอง
 - สมศรีเลี้ยงหมา 3 ตัว
 - สมศักดิ์ขับรถอย่างระมัดระวัง
 - สมพรไปวัดทุกวันพระ
 - สนใจแต่งตัวตามฐานะ
- การที่เพื่อนบอกให้เรารู้ในสิ่งที่ เป็นข้อบกพร่องของเรา เราควรทำอย่างไร
 - พิจารณานำไปปรับปรุงแก้ไขตนเอง
 - ไม่ควรสนใจ
 - นำเรื่องนี้ไปฟ้องครู
 - บอกข้อบกพร่องของเพื่อนบ้าง
- เราควรปรับปรุงตนเองเมื่อใด
 - ครูหรือผู้ปกครองตักเตือน
 - เมื่อรู้ถึงข้อบกพร่องของตนเอง
 - เมื่อเราสร้างความเดือดร้อนให้คนอื่น
 - เมื่อเป็นทุกข์ใจ
- เราสามารถปรับปรุงตนเองโดยใช้ข้อมูลจากที่ใด
 - ครู
 - ผู้ปกครอง
 - เพื่อน
 - ถูกทุกข้อ
- หากเราไม่รู้จักตนเองดีพออาจเกิดผลเสียกับเราตามข้อใดมากที่สุด
 - ควบคุมอารมณ์ตนเองลำบาก
 - เป็นคนไม่ตรงต่อเวลา
 - เป็นคนไม่มีสมาธิ
 - ไม่สามารถเลือกทำกิจกรรมตรงกับความถนัดของตนเอง

9. ถ้าหากไม่มีเพื่อนในห้องคนใดยอมเป็นมิตรกับนักเรียน นักเรียนควรทำอย่างไร

- ก. ไปสนิทสนมกับเพื่อนห้องอื่น
- ข. อยู่คนเดียว
- ค. บอกเพื่อนว่าให้มาเล่นกับเราบ้าง
- ง. พิจารณาหาข้อบกพร่องของตนเอง

10. หากทำสิ่งต่างๆ ผิดพลาด นักเรียนควรทำตามข้อใด

- ก. ปกปิดไว้ไม่ให้คนอื่นรู้
- ข. ปล่อยให้ผ่านไปอีกไม่นานก็ลืม
- ค. ทบทวนเพื่อปรับปรุงแก้ไข
- ง. หาเหตุผลเพื่ออธิบายความผิดพลาดที่เกิดขึ้น



หน่วยกิจกรรมที่ 2

การบริหารเวลา

สาระสำคัญ

การรู้จักแบ่งเวลา ใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพ จะทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียนและการทำงาน ตลอดจนจนใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

จุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรม

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการบริหารเวลา
2. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารเวลา
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้เวลาได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

สาระกิจกรรม

1. ความสำคัญของการบริหารเวลา
2. วิธีการบริหารเวลา

กิจกรรม

1. การฝึกปฏิบัติ
2. กิจกรรมกลุ่ม
3. การร่วมอภิปราย
4. ปฏิบัติกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรม
5. ทำแบบทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม

สื่อ

1. ใบงาน
2. แบบบันทึกตารางการใช้เวลา

การวัดผลประเมินผล

1. ตรวจผลงาน
2. สังเกตความสนใจ การตอบคำถาม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
3. สังเกตพฤติกรรม

4. การทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม



แผนการจัดกิจกรรมที่ 5

หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง เราใช้เวลาของเราอย่างไร

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การจัดระเบียบการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด คุ่มค่ามากที่สุด จะทำให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จและเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานและชีวิตจะประสบความสำเร็จ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนได้สำรวจเวลาในแต่ละวันว่าได้ทำสิ่งที่มีประโยชน์ หรือไร้ประโยชน์บ้าง
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า

สาระกิจกรรม

การสำรวจกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติในแต่ละวัน

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ให้นักเรียนปฏิบัติตามใบงาน “ชีวิตฉัน เมื่อวานนี้”
2. สุ่มตัวแทนนักเรียนเล่าถึงสิ่งที่นักเรียนได้ปฏิบัติไปเมื่อวานนี้ ตามที่เขียนไว้ในใบงาน
3. ให้นักเรียนแต่ละคนแยกประเภทสิ่งที่นักเรียนเขียนโดยให้แต่ละคนกำหนดเกณฑ์ในการแยกประเภทขึ้นเอง
4. สุ่มตัวแทนนักเรียนบอกถึงประเภท และสิ่งที่ปฏิบัติตามประเภทที่กำหนด

ขั้นกิจกรรม

5. ให้นักเรียนแต่ละคนเรียงลำดับความสำคัญของสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติ (ที่ไม่ใช่กิจส่วนตัว เช่น อาบน้ำ แปรงฟัน) จากมากไปน้อย
6. ชักถามนักเรียนว่าได้ปฏิบัติตามลำดับความสำคัญหรือไม่ และสิ่งที่นักเรียนปฏิบัตินั้น คุ่มค่ากับเวลาที่เสียไปหรือไม่
7. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่า ถ้าย้อนเวลาคืนได้ นักเรียนจะใช้เวลาอย่างคุ้มค่าอย่างไร

ขั้นสรุป

8.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความสำคัญของการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า และครูมอบหมายให้นักเรียนอ่านหนังสือ เวลาเป็นของมีค่า (พระนิพนธ์ในสมเด็จพระปิ่นางเธอเจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์) พร้อมทั้งทำสรุปย่อ

สื่อ

ใบงาน “ชีวิตฉัน เมื่อวานนี้”

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงาน เรื่อง “ชีวิตฉัน เมื่อวานนี้”

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติตั้งแต่ตื่นนอน จนถึงเวลาเข้านอนของเมื่อวานนี้
อย่างละเอียด



แผนการจัดกิจกรรมที่ 6

หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา
เรื่อง การวางแผนการใช้เวลา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การวางแผนการใช้เวลา เป็นการกำหนดว่าในวันหนึ่งๆ เราจะทำกิจกรรมอะไรบ้าง เพื่อเป็นการกำหนดเป้าหมายของกิจกรรมหรืองานแต่ละอย่าง เพราะจะช่วยให้รู้ทิศทางในการลงมือปฏิบัติและสามารถทำให้กำหนดเวลาได้ล่วงหน้า ซึ่งโดยทั่วไปจะแบ่งกิจกรรมหรืองานออกเป็น 1. งานสำคัญเร่งด่วน 2. งานสำคัญไม่เร่งด่วน 3. งานไม่สำคัญเร่งด่วน 4. งานไม่สำคัญไม่เร่งด่วน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการวางแผนการใช้เวลา
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถวางแผนการใช้เวลาได้

สาระกิจกรรม

1. ความสำคัญของการวางแผนการใช้เวลา
2. การวางแผนการใช้เวลา

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มปฏิบัติตามใบงานที่ 1 “ทุกคนมีเวลาเท่ากัน”
2. ให้ตัวแทนกลุ่มแสดงความคิดเห็นตามใบงานที่ 1

ขั้นกิจกรรม

3. ครูและนักเรียนสรุปถึงความสำคัญของการใช้เวลา และการใช้เวลาให้คุ้มค่านั้นจะต้องมีการวางแผนที่ดี
4. ให้นักเรียนแต่ละคนปฏิบัติตามใบงานที่ 2 “งานที่ฉันต้องทำในวันนี้”
5. สุ่มนักเรียนออกมาเขียน งานที่ฉันต้องทำในวันนี้ และให้ทุกคนช่วยกันวิเคราะห์ว่างานใดเป็น
1. งานสำคัญเร่งด่วน 2. งานสำคัญไม่เร่งด่วน 3. งานไม่สำคัญเร่งด่วน 4. งานไม่สำคัญไม่เร่งด่วน พร้อมทั้งให้เหตุผลประกอบ

6. ให้นักเรียนแต่ละคนวางแผนการทำงาน ในใบงานที่ 2 และให้นำไปปฏิบัติจริง พร้อมบันทึกผล

ขั้นสรุป

7. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงความสำคัญของการใช้เวลา และการวางแผนการใช้เวลาที่ดี จะช่วยให้การทำงานบรรลุผล อีกทั้งยังเป็นการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า

สื่อ

1. ใบงานที่ 1 “ทุกคนมีเวลาเท่ากัน”
2. ใบงานที่ 2 “งานที่ฉันต้องทำในวันนี้”

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงานที่ 1 “ทุกคนมีเวลาเท่ากัน”

กลุ่ม

คำสั่ง ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับบทความที่กำหนดให้ พร้อมทั้งให้เหตุผลหรือตัวอย่างประกอบ

“ ทุกคนต่างมีเวลาเท่ากัน

ในแต่ละนาที ชั่วโมง วัน เดือน ปี

ไม่มีใครได้รับเวลามากน้อยไปกว่าใคร

วันเวลาที่ทุกคนเป็นเจ้าของอยู่

จึงเป็นสิทธิที่เจ้าของเวลาจะใช้ประโยชน์

ใช้得多มาก ได้น้อย อยู่ที่ ใช้เป็นหรือเปล่า”

แหล่งอ้างอิง

ประสาร มฤคพิทักษ์. **คำบันดาลใจ**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : บริษัทเคล็ดไทย, 2533.



ใบงานที่ 2 “งานที่ฉันต้องทำในวันนี้”

ชื่อ นามสกุล

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนกิจกรรมที่นักเรียนจะต้องปฏิบัติในวันนี้

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

ผลการวิเคราะห์

[illegible]

แผนการจัดกิจกรรมที่ 7

หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง การทำตารางการใช้เวลา

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การทำตารางการใช้เวลา เป็นการกำหนดว่าในวันหนึ่งๆ เราจะทำกิจกรรมอะไรบ้าง จะช่วยให้รู้เวลา และลำดับในการลงมือปฏิบัติอย่างชัดเจน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการทำตารางการใช้เวลา
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถทำตารางการใช้เวลาได้

สาระกิจกรรม

1. การทำตารางการใช้เวลา
2. ความสำคัญของการทำตารางการใช้เวลา

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. สนทนาเรื่อง ความสำคัญของเวลา และการวางแผนการใช้เวลา
2. ชักถามถึงผลการปฏิบัติตามแผนการใช้เวลาซึ่งแต่ละคนได้จัดทำขึ้น

ขั้นกิจกรรม

3. สุ่มนักเรียนบอกถึงข้อดีของการวางแผนการใช้เวลา
4. ครูเสนอแนะวิธีการวางแผนการใช้เวลาทั้งที่เป็นกิจวัตรประจำวัน และเป็นกิจกรรมที่อาจจะได้รับมอบหมาย หรือเกิดขึ้นโดยไม่ทราบมาก่อน โดยการทำตารางการใช้เวลา
5. ให้นักเรียนแต่ละคนปฏิบัติตามใบงานที่ 1 “ตารางการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า”

ขั้นสรุป

6. ให้นักเรียนจับคู่สัญญาในการตรวจสอบว่าแต่ละคนได้ทำตามตารางเวลาที่กำหนดไว้หรือไม่ พร้อมมอบหมายงานให้มีการบันทึกแสดงความคิดเห็นว่า เมื่อได้วางแผนการใช้เวลา และปฏิบัติตาม เกิดผลดีอย่างไร โดยให้บันทึกไว้ และนำมาติดที่ป้ายประกาศในวันรุ่งขึ้นของแต่ละวัน จนครบหนึ่งสัปดาห์

สี่

ใบงานที่ 1 “ตารางการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า”

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงานที่ 1 “ตารางการใช้เวลาอย่างคุ้มค่า”

ชื่อ นามสกุล

วัน	กิจกรรม/เวลา							
จันทร์								
อังคาร								
พุธ								
พฤหัสบดี								
ศุกร์								
เสาร์								
อาทิตย์								

..... ผู้รับรอง

แผนการจัดกิจกรรมที่ 8

หน่วยที่ 2 การบริหารเวลา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุดนั้นควรมีการกำหนดเป้าหมายของงานแต่ละอย่าง มีการวางแผนงาน มีการวิเคราะห์การใช้เวลาของตนเอง มีการจัดลำดับงาน ฝึกนิสัยในการทำงานให้สำเร็จ และหลีกเลี่ยงการผัดวันประกันพรุ่ง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนรู้วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด
2. เพื่อให้นักเรียนยกตัวอย่างผลดีที่เกิดจากการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด

สาระกิจกรรม

วิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. สนทนาเรื่อง เวลาเป็นของมีค่า
2. ชักถามถึงความคิดเห็นของนักเรียน เมื่อได้อ่านเรื่อง เวลาเป็นของมีค่า และสิ่งที่ได้รับจากการอ่านหนังสือเล่มนี้

ขั้นกิจกรรม

3. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นถึงวิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด
4. ให้นักเรียนแสดงความรู้สึกที่ได้ปฏิบัติตามตารางเวลาที่กำหนดไว้ และเกิดผลดีขึ้นกับ

นักเรียนอย่างไร

ขั้นสรุป

5. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงวิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด พร้อมทั้งกำหนดให้นักเรียนจัดทำตารางการใช้เวลาของตนเอง ตลอดทั้งเดือนพร้อมทั้งบันทึกผลที่ได้จากการปฏิบัติ

สื่อ

หนังสือพระนิพนธ์ เวลาเป็นของมีค่า

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 2

เรื่อง การบริหารเวลา

จำนวนข้อสอบ 10 ข้อ

เวลา 15 นาที

คำชี้แจง : จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. นักเรียนคิดว่าตนเองควรใช้เวลาในการทำสิ่งใดมากที่สุด

- ก. พักผ่อน
- ข. ทำงานบ้าน
- ค. เรียนหนังสือ
- ง. ทำงานอดิเรก

2. หากนักเรียนต้องการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด จะต้องทำอย่างไร

- ก. วางแผนการใช้เวลา
- ข. ทำงานโดยไม่ต้องสนใจเวลา
- ค. ยกเลิกงานหรือกิจกรรมที่มีความยุ่งยาก
- ง. เลื่อนงานที่ทำไม่ทันไปทำในวันต่อไป

3. ต่อไปนี้เป็นประโยชน์ของการบริหารเวลาได้ดี ยกเว้นข้อใด

- ก. ช่วยลดความเครียดให้เรา
- ข. ทำให้เรามีเวลาพักผ่อนมากขึ้น
- ค. ทำให้เรามีชีวิตที่สมดุล
- ง. เราได้ทำงานหนักขึ้น

4. หากครูสั่งการบ้านทั้งวิชาคณิตศาสตร์ สังคมศึกษา วิทยาศาสตร์ และภาษาไทย นักเรียนจะใช้คำตอบข้อใดเป็นเกณฑ์ในการพิจารณาว่าจะทำการบ้านวิชาใดก่อน

- ก. วิชาง่ายทำก่อน
- ข. วิชายากทำก่อน
- ค. วิชาที่กำหนดส่งก่อนทำก่อน
- ง. วิชาที่ชอบทำก่อน

5. ต่อไปนี้นักเรียนจะทำงานในข้อใดเป็นลำดับแรก

- ก. งานสำคัญและเร่งด่วน
- ข. งานสำคัญแต่ไม่เร่งด่วน
- ค. งานไม่สำคัญแต่เร่งด่วน
- ง. งานไม่สำคัญและไม่เร่งด่วน

6. การเขียนบันทึกประจำวันมีประโยชน์ตามข้อใดมากที่สุด

- ก. วางแผนการทำงานในแต่ละวัน
- ข. ทบทวนการทำงานเพื่อวางแผนในวันต่อไป
- ค. ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- ง. ฝึกทักษะการเขียน

7. งานลักษณะใดที่สามารถทำพร้อมๆ กันได้

- ก. งานที่ไม่ยุ่งยาก
- ข. งานที่ใช้เวลาไม่มาก
- ค. งานที่มีลักษณะเหมือนกัน
- ง. งานที่สำคัญเท่าๆ กัน

8. หากตัวนักเรียนเองมาโรงเรียนสายบ่อยๆ ข้อใดที่นักเรียนควรทำเป็นอันดับแรก

- ก. ขอร้องให้ครูเลื่อนเวลาเข้าแถวให้เข้าไปอีกครั้งชั่วโมง
- ข. เดินทางมาโรงเรียนอย่างเร่งรีบมากขึ้น
- ค. เลื่อนที่พักอาศัยมาอยู่ใกล้โรงเรียน
- ง. ตรวจสอบกิจกรรมที่ต้องทำก่อนมาโรงเรียนเพื่อยกเลิกสิ่งที่ไม่สำคัญ

9. ข้อใดเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

- ก. อ่านหนังสือระหว่างคอยรถกลับบ้าน
- ข. ทำงานพร้อมๆ กันหลายอย่าง
- ค. ทำการบ้านพร้อมๆ กับการดูโทรทัศน์
- ง. ขอช่วยเพื่อนที่ว่างอยู่ช่วยทำการบ้าน

10. ใครมีการกระทำที่เหมาะสม

- ก. ดำอ่านหนังสือทั้งคืนเพื่อไปสอบในตอนเช้า
- ข. แต่งทำรายงานในคืนก่อนส่งครู
- ค. เขียวลอกการบ้านเพื่อนเพราะไม่ต้องเสียเวลา
- ง. ขาดทบทวนบทเรียนทุกวัน



หน่วยกิจกรรมที่ 3

การจัดการอารมณ์ตนเอง

สาระสำคัญ

อารมณ์ของคนเราเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ต่างๆ ที่มากระทบได้ง่าย ผู้ที่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี รวมถึงแสดงออกทางอารมณ์อย่างเหมาะสม จะเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี และสามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุข รวมถึงสามารถมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น

จุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรม

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการจัดการอารมณ์ตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการจัดการหรือการควบคุมอารมณ์ของตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนสามารถแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

สาระกิจกรรม

1. ความสำคัญของการจัดการอารมณ์ตนเอง
2. วิธีการจัดการอารมณ์ตนเอง

กิจกรรม

1. กิจกรรมตามใบงาน
2. การร่วมอภิปราย
3. ปฏิบัติกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรม
4. ทำแบบทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม

สื่อ

1. ใบงาน

การวัดผลประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ การตอบคำถาม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตพฤติกรรม
3. การทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม

แผนการจัดกิจกรรมที่ 9

หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง เราเป็นคนอารมณ์แบบใด

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

อารมณ์ เป็นความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ ถ้าเราสามารถรู้ตัวว่าเราเป็นคนอารมณ์แบบใด และสามารถควบคุมได้ก็จะส่งผลดีต่อการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

วัตถุประสงค์

เพื่ออธิบายถึงความรู้สึกที่เป็นพื้นฐานของมนุษย์

สาระกิจกรรม

1. ความหมายของอารมณ์
2. อารมณ์พื้นฐานของมนุษย์

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ครูทักทายและสื่อนักเรียนสนทนาถึงเรื่องเหตุการณ์ที่ผ่านมาในวันนี้ 1 เหตุการณ์
2. ให้นักเรียนบอกถึงความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้น
3. ให้นักเรียนช่วยกันจัดหมวดหมู่ความรู้สึกที่ได้จากคำตอบของนักเรียน ตามความรู้สึก

พื้นฐาน 4 ประการลงบนกระดานดำ ดังตัวอย่าง

สุข

กลัว

เศร้า

โกรธ

ขั้นกิจกรรม

4. ให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 1 และสรุปความ
5. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผลเสียของการเกิดอารมณ์

ขั้นสรุป

6.ครูให้นักเรียนสรุปผลเสียของอารมณ์ที่สำคัญ ได้แก่ ผลเสียทางร่างกาย ผลเสียต่อการทำงาน และผลเสียทางสังคม

สื่อ

ใบความรู้ที่ 1

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบความรู้ที่ 1



อารมณ์ หมายถึง สภาวะความหวั่นไหวของร่างกาย เป็นความรู้สึกที่รุนแรง ทำให้จิตใจปั่นป่วน และแสดงพฤติกรรมออกมาไม่เป็นไปตามปกติ พฤติกรรมที่แสดงออกมักรุนแรงกว่าธรรมดา และมักควบคู่ไปกับความเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ การเกิดอารมณ์มีทั้งผลดีและผลเสีย

ข้อดีของการเกิดอารมณ์ก็คือ ในบางครั้งอารมณ์ทำให้เพิ่มพลัง สามารถทำงานได้ดีกว่าปกติ อารมณ์ทำให้ร่าเริง สนุกสนาน แต่ผลเสียของอารมณ์ก็มีอยู่เช่นกัน ผลเสียที่สำคัญได้แก่

- ผลเสียทางร่างกาย เช่น อาหารไม่ย่อย ท้องอืดเฟ้อ หายใจแรงจนเหนื่อย
- ผลเสียต่อการทำงาน ทำให้ทำงานได้ไม่ดีเท่าที่ควร หรืออาจทำงานไม่ได้
- ผลเสียทางสังคม คนที่มีอารมณ์รุนแรงอยู่เสมอ เปลี่ยนแปลงได้ง่าย มักจะเข้ากับใครไม่ได้ ไม่มีใครอยากคบค้าสมาคมด้วย อารมณ์รุนแรงมาก อาจนำไปสู่การมีปัญหาด้านจิตหรือประสาทได้

อารมณ์หรือความรู้สึกพื้นฐานของมนุษย์มี 4 แบบ คือ

1. สุข ดีใจ สดหวัง
2. เศร้า ทุกข์ใจ ผิดหวัง
3. กลัว ตกใจ ตัวสั่น
4. โกรธ หงุดหงิด โมโห

อารมณ์ทั้ง 4 แบบนี้จะมีอิทธิพลต่อการรับรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัวเรา ในความเป็นจริงอารมณ์นั้นจะเกิดขึ้นหลังความคิด อันเกิดจากการรับรู้ของบุคคลที่เป็นผลมาจากการแปลความหมายเหตุการณ์นั้นๆ แต่เนื่องจากกระบวนการที่เกิดขึ้นรวดเร็วมาก จึงทำให้คนส่วนใหญ่เข้าใจว่าอารมณ์นั้นจะเกิดก่อนสิ่งใด เมื่อบุคคลเผชิญต่อเหตุการณ์ แต่อย่างไรก็ตาม บุคคลสามารถทำความเข้าใจกับอารมณ์ ฝึกการควบคุมและแสดงออกให้เหมาะสมกับเวลา สถานที่ และบุคคลได้

แหล่งอ้างอิง

สาธิตสุข,กระทรวง. 2543. **คู่มือส่งเสริมสุขภาพจิตนักเรียนระดับมัธยมศึกษา สำหรับครู.**

พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ ร.ส.พ.

แผนการจัดกิจกรรมที่ 10

หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง การแสดงอารมณ์ให้เหมาะสม

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

อารมณ์ เป็นความคิด ความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงอยู่เรื่อยๆ หากสามารถควบคุมและแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ สถานที่และบุคคล ก็จะช่วยให้บุคคลนั้นประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน และเป็นที่รักของทุกๆ คน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถรู้วิธีการแสดงอารมณ์ให้เหมาะสม

สาระกิจกรรม

วิธีการแสดงอารมณ์ที่เหมาะสมกับสถานที่ เวลาและบุคคล

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ครูทบทวนความรู้เรื่องความรู้สึกพื้นฐาน 4 ประการ คือ ความรู้สึกสุข ความรู้สึกเศร้า ความรู้สึกกลัว และความรู้สึกโกรธ
2. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม 4 กลุ่ม จับฉลากเลือกความรู้สึก และหาวิธีการแสดงออกของความรู้สึกพื้นฐานที่จับฉลากได้

ขั้นกิจกรรม

3. ให้นักเรียนอภิปรายร่วมกันดังนี้
ความสุข แสดงออกอย่างไรบ้าง โดยทั่วๆ ไป
 - การแสดงออกเมื่ออยู่บ้าน
 - การแสดงออกเมื่ออยู่ที่โรงเรียน
 - การแสดงออกกับเพื่อนสนิท
4. ให้นักเรียนนำสิ่งที่คิดได้เขียนลงในกระดาษ และนำเสนอให้เพื่อนในห้องฟัง

ขั้นสรุป

5. ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงการแสดงออกที่แตกต่างกันในแต่ละอารมณ์ในสถานการณ์ต่างๆ

สี่

ฉลาก

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



แผนการจัดกิจกรรมที่ 11

หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง วิธีการควบคุมอารมณ์

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การควบคุมอารมณ์ไม่ใช่การไม่แสดงออกทางอารมณ์ แต่เป็นการจัดการกับสถานการณ์อย่างมีเหตุมีผล แสดงออกในทางที่ส่วนรวมยอมรับ และส่งผลเสียต่อตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจน้อยที่สุด

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม

สาระกิจกรรม

1. ความหมายของการควบคุมอารมณ์
2. การควบคุมอารมณ์
3. หลักการควบคุมอารมณ์

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ครูนำภาพรถจักรยานยนต์ และมอบหมายให้ตัวแทนนักเรียนอ่านบทความต่อไปนี้
“ถ้านักเรียนได้รถจักรยานยนต์มาหนึ่งคัน นักเรียนเป็นเจ้าของซึ่งต้องรับผิดชอบ ดูแลรักษาเป็นอย่างดี ให้มีสภาพดีและสามารถใช้ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่ หากนักเรียนที่รถจักรยานยนต์ไม่เป็น จะต้องพยายามหัดให้สามารถขี่รถจักรยานยนต์ได้ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องหาผู้อื่นที่ไว้วางใจได้เพื่อมาช่วยดูแลไม่ให้รถล้มขณะหัด และเมื่อขี่จักรยานยนต์เป็นแล้วและสามารถควบคุมรถได้ด้วยตนเอง รู้จักใช้ห้ามล้อหรือเบรกในการลดความเร็วหรือหยุดรถทันที เพื่อไม่ให้รถชนสิ่งกีดขวางต่างๆ ทำให้นักเรียนมีความปลอดภัยในการขับขี่ ซึ่งเปรียบเสมือนเวลาที่นักเรียนโกรธเพื่อนและทำร้ายเพื่อน หากนักเรียนรู้จักลดความโกรธ หรือหยุดการกระทำนั้นเพื่อหลีกเลี่ยงการทำร้าย การปะทะ หรือเป็นการแสดงออกที่จะมีผลเสียต่อตัวนักเรียน ต่อเพื่อน และผู้อื่น

ขั้นกิจกรรม

2. ครูและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงความสำคัญของการควบคุมอารมณ์

3. ให้นักเรียนสรุปความรู้จากใบความรู้ที่ 1 “การควบคุมอารมณ์”
4. ให้นักเรียนปฏิบัติตามใบงานที่ 1 “หยุด... คิดก่อน”
5. ครูสุ่มนักเรียนอ่านสิ่งที่นักเรียนเลือกปฏิบัติตามใบงานที่ 1 และให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น

ขั้นสรุป

6. ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปถึงวิธีการควบคุมอารมณ์ และ หลักการควบคุมอารมณ์

สื่อ

1. ใบความรู้ที่ 1 “การควบคุมอารมณ์”
2. ใบงานที่ 1 “หยุด... คิดก่อน”

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบความรู้ที่ 1

การควบคุมอารมณ์

การควบคุมอารมณ์ไม่ใช่การเก็บกด ไม่แสดงออกทางอารมณ์เลย แต่เป็นการเรียนรู้ที่จะจัดการกับสถานการณ์อย่างมีเหตุผล แสดงออกในทางที่สังคมยอมรับ และมีผลเสียต่อตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจน้อยที่สุด ฉะนั้นการที่วัยรุ่นแสดงความก้าวร้าวหรือเก็บกดอารมณ์เอาไว้ จึงมิใช่การควบคุมอารมณ์อย่างเหมาะสม เพราะความก้าวร้าว นั้นสังคมไม่ยอมรับ ในขณะที่เดียวกันการเก็บกดอารมณ์ก็ย่อมเกิดผลเสียด้านจิตใจต่อตัวของวัยรุ่นเอง ดังนั้นควรช่วยให้วัยรุ่นเรียนรู้ความเหมาะสมในการแสดงอารมณ์ว่าเมื่อไรแสดงได้ เมื่อไรต้องควบคุมอารมณ์ไว้ รวมทั้งเรียนรู้การแสดงอารมณ์ในแบบที่สังคมยอมรับด้วย

การควบคุมอารมณ์ มี 2 ด้าน ได้แก่

1. การควบคุมวิธีการแปลความหมายเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มาเร้าให้เกิดอารมณ์
2. ควบคุมการแสดงออกต่อเหตุการณ์นั้น ๆ

สรุปได้ว่า อารมณ์ทุกอารมณ์นั้นเกิดกับบุคคลทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย โดยอารมณ์ในแง่ลบ เช่น อารมณ์โกรธ และอารมณ์เศร้าที่มักทำให้เกิดผลเสียต่อบุคคลมาก ดังนั้นบุคคลจึงควรที่จะสำรวจตัวเอง และยอมรับได้ว่าตนเองกำลังอยู่ในสภาวะอารมณ์อะไร และฝึกหัดที่จะระบายอารมณ์และควบคุมตัวเองได้อย่างเหมาะสม และเป็นไปในทางสร้างสรรค์ หรือรู้จักที่จะยับยั้งหรือควบคุมอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมไม่ได้ โดยเฉพาะครูเป็นบุคคลที่ต้องเป็นแม่แบบให้แก่นักเรียนในการแสดงความสามารถที่จะควบคุมอารมณ์และระบายออกมาในทางเหมาะสมและเป็นประโยชน์ อันจะช่วยเสริมสร้างให้นักเรียนรู้จักควบคุมอารมณ์ สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม นับเป็นการลดปัญหาสุขภาพจิตได้อีกทางหนึ่ง

ใบงานที่ 1 “หยุด . . . คิดก่อน”

ชื่อ สกุล



แผนการจัดกิจกรรมที่ 12

หน่วยที่ 3 การจัดการอารมณ์ตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง ผลเสียของการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

ถ้าหากคนเราไม่สามารถจะควบคุมอารมณ์ได้ ย่อมมีผลเสียมากกว่าผลดี และจะเป็นผลเสียทั้งทางร่างกาย จิตใจ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถบอกผลเสียของการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

สาระกิจกรรม

ผลเสียของการควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ครูนำภาพจากหนังสือพิมพ์ “คราบเลือด มัดผ้าโหด ชำควั่นท้องเมีย” และเล่าความโดยสรุปว่า ภรรยาขอหย่า และสามีได้สอบถามถึงสาเหตุที่แท้จริงที่ภรรยาขอหย่าก็คือ ภรรยาได้มีความสัมพันธ์กับหมอมุ่มนคนหนึ่ง ด้วยความโมโหจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองไว้ได้ จึงพลั้งมือบีบคอภรรยาจนเสียชีวิต หลังก่อเหตุด้วยความขาดสติ จึงนำร่างภรรยาควั่นท้องนำอวัยวะภายในออกมาเพื่อให้ร่างเบาลง นำร่างไปถ่วงน้ำ

ขั้นกิจกรรม

2. ให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น สาเหตุของปัญหาคืออะไร และถ้านักเรียนอยู่ในสถานการณ์นั้นจะทำอย่างไร
3. ผลของการไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของบุคคลในกรณีตัวอย่าง คืออะไร
4. ในกรณีเช่นเดียวกัน หากนักเรียนถูกยั่วแหย่ให้โกรธ หรือไม่พอใจ นักเรียนจะมีวิธีการระงับอารมณ์โกรธ ไม่พอใจ ได้อย่างไร

ขั้นสรุป

5. ครูให้นักเรียนสรุปผลเสียของการไม่ควบคุมอารมณ์ และวิธีการควบคุมอารมณ์ และครูสรุปเสริมอีกครั้ง

สื่อ

ภาพข่าวจากหนังสือพิมพ์

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 3

เรื่อง การจัดการอารมณ์ตนเอง

จำนวนข้อสอบ 10 ข้อ

เวลา 15 นาที

คำชี้แจง : จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

- ถ้าหากมีเพื่อนทำนักเรียนไม่พอใจ นักเรียนควรทำอย่างไร
 - ทำร้ายเพื่อนเพื่อเป็นการโต้ตอบ
 - บอกรับผิดชอบ
 - บอกเพื่อนว่าการทำอย่างนั้นเราไม่ชอบ
 - รีบไปบอกครู
 - ตวาดให้หยุด
 - รีบไปบอกครู
- หากจันทราบอกนักเรียนว่าดวงเดือนด่าว่านักเรียนลับหลัง นักเรียนจะทำอย่างไร
 - ไปต่อว่าดวงจันทร์ทันที
 - ไปสอบถามข้อเท็จจริงจากดวงเดือน
 - ด่าว่าดวงเดือนฝากไปกับจันทรา
 - กลับไปฟ้องผู้ปกครองให้เอาเรื่องดวงเดือน
- หากมีเพื่อนของนักเรียนสองคนทะเลาะกัน นักเรียนจะทำอย่างไร
 - เลือกเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง
 - รีบออกไปห่างๆ
 - เข้าไปห้ามปรามให้เพื่อนสงบลง
 - ส่งเสียงเชียร์
- ข้อใดเป็นลักษณะของคนหูเบา
 - เชื่อคนง่าย
 - โมโหง่าย
 - ไม่ไวใจคนอื่น
 - เข้าใจเรื่องต่างได้ยาก
- ข้อใดที่อาจเกิดขึ้นได้กับคนที่มีนิสัยวู่วาม
 - ทำงานล่าช้า
 - ตัดสินใจผิดพลาด
 - กังวลสูง
 - ชอบผัดวันประกันพรุ่ง
- การเป็นคนหูเบาจะเกิดผลเสียในข้อใดมากที่สุด
 - ขาดความซื่อสัตย์
 - ขาดความมั่นคงทางอารมณ์
 - ไม่ตรงต่อเวลา
 - ขาดความมีน้ำใจ
- คุณลักษณะในข้อใดของนักเรียนที่จะทำเป็นที่รักของเพื่อนมากที่สุด
 - ความเป็นผู้นำ
 - เป็นคนอารมณ์ดี
 - เป็นคนตรงต่อเวลา
 - เป็นคนมีความอดทน
- หากมีเพื่อนทำให้เราโกรธ นักเรียนจะทำอย่างไร
 - แสดงออกทางสีหน้าให้เห็นชัดเจน
 - โยนวายใส่คนเพื่อน
 - พิจารณาว่าเหตุใดเพื่อนจึงทำอย่างนั้น
 - เก็บไว้ใส่ใจเพื่อหาโอกาสแก้แค้น

9. คนที่มีอารมณ์ลักษณะใดที่นักเรียนคิดว่าน่าคบหาที่สุด

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| ก. เก็บกดไม่ค่อยแสดงออก | ข. ร่าเริงแจ่มใส |
| ค. โกรธง่ายหายเร็ว | ง. เดียวดีเดียวร้าย |

10. นักเรียนควรทำอะไรเพื่อให้เป็นคนยิ้มแย้มแจ่มใส

- | | |
|--|--------------------------------------|
| ก. หลีกเลียงสถานการณ์ที่ทำให้อารมณ์ขุ่นมัว | ข. เลือกวิธีผ่อนคลายอารมณ์ที่เหมาะสม |
| ค. ยอมรับความเป็นตัวของเราเอง | ง. ถูกทุกข้อ |



หน่วยกิจกรรมที่ 4

การมีวินัยในตนเอง

สาระสำคัญ

การมีวินัยในตนเองจะทำให้เราเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ ความอดทนต่อความเหนื่อยยาก ความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้จะทำให้เราเป็นผู้ที่สามารถควบคุมตนเองได้ มีความคิดและการกระทำที่เหมาะสม

จุดประสงค์ของหน่วยกิจกรรม

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวินัยในตนเอง
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของการมีวินัยในตนเอง
3. เพื่อให้นักเรียนมีวินัยในตนเอง

สาระกิจกรรม

1. ความสำคัญของการมีวินัยในตนเอง
2. ลักษณะของผู้มีวินัยในตนเอง
2. วิธีการฝึกวินัยในตนเอง

กิจกรรม

1. กิจกรรมตามใบงาน
2. การร่วมอภิปราย
3. ปฏิบัติกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรม
4. ทำแบบทดสอบประจำหน่วยการเรียนรู้

สื่อ

1. ใบงาน
2. แบบสังเกตพฤติกรรม

การวัดผลประเมินผล

1. สังเกตความสนใจ การตอบคำถาม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
2. สังเกตพฤติกรรม

3. การทดสอบประจำหน่วยกิจกรรม



แผนการจัดกิจกรรมที่ 13

หน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง
เรื่อง ความรับผิดชอบ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การกระทำสิ่งใดของแต่ละคนนั้นจะต้องกระทำด้วยความตั้งใจและกระทำอย่างมีสติ เพราะแต่ละคนจะต้องเป็นผู้ยอมรับผลจากการกระทำนั้น ไม่ว่าผลนั้นจะดีหรือไม่ดีก็ตาม ซึ่งการยอมรับผลจากการกระทำนั้น เรียกว่า ความรับผิดชอบ ซึ่งทุกคนจะต้องมี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความรับผิดชอบ
2. เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความรับผิดชอบที่มีต่อการดำรงชีวิต

สาระกิจกรรม

ความรับผิดชอบต่อตนเองและผู้อื่น

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. สอนทบทวนถึงเรื่องเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันที่มีผู้กระทำผิดแล้วยอมรับผิด และให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้น
2. ให้นักเรียนทำใบงาน “ครั้งหนึ่ง . . . ในชีวิตฉัน”

ขั้นกิจกรรม

3. สุ่มนักเรียนอ่านใบงาน “ครั้งหนึ่ง . . . ในชีวิตฉัน” ให้เพื่อนๆ ฟัง
 4. ให้เพื่อนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น มีผลดีอย่างไร
 5. ครูยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับคนที่มีความรับผิดชอบ กับคนที่ไม่มีความรับผิดชอบ
- ให้นักเรียนฟัง

6. ให้นักเรียนบอกความหมายของ “ความรับผิดชอบ” พร้อมทั้งยกตัวอย่างประกอบ ตามความคิดเห็นของนักเรียน

7. ครูสรุปและอธิบายความหมายของ “ความรับผิดชอบ”

8. ให้ทุกคนร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นว่าความรับผิดชอบเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ เพราะเหตุใด

9. สุ่มตัวแทนนักเรียนออกมาแสดงความคิดเห็นว่า ถ้าเราทุกคนขาดความรับผิดชอบแล้วจะส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตอย่างไร
ขั้นสรุป

10.ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความรับผิดชอบที่ทุกคนต้องมี ไม่ว่าความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ เพราะจะทำให้ทุกส่วนของสังคมนั้นมีความเจริญก้าวหน้า และที่สำคัญที่สุดคือ ต้องมีความรับผิดชอบต่อตนเอง

สื่อ

ใบงาน “ครั้งหนึ่ง . . . ในชีวิตฉัน”

การวัดผลและประเมินผล

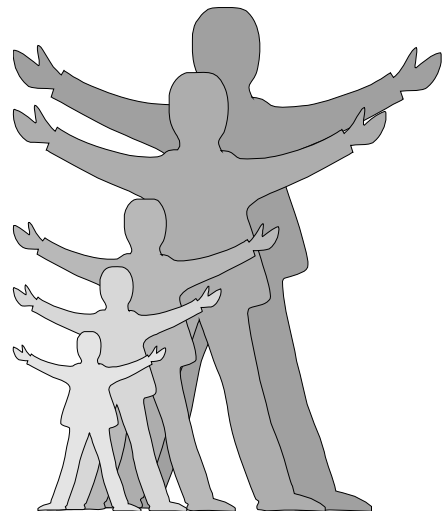
1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงานเรื่อง “ครั้งหนึ่ง . . . ในชีวิตฉัน”

คำชี้แจง ให้นักเรียนบรรยายสิ่งต่างๆ ต่อไปนี้ตามความเป็นจริง

เหตุการณ์ ครั้งหนึ่ง . . . ในชีวิตที่นักเรียนได้กระทำให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งลงไปแล้ว ไม่ว่าจะผลจะออกมาดีหรือไม่ดี
ก็ตามนักเรียนยอมรับผลของการกระทำนั้นอย่างภาคภูมิใจ



แผนการจัดกิจกรรมที่ 14

หน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง
เรื่อง ความซื่อสัตย์

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

บุคคลที่มีความประพฤติตรงและจริงใจ ไม่คิดคด ทนยศ ไม่คดโกงและหลอกลวง ถือว่าบุคคลนั้นมีความซื่อสัตย์ เป็นบุคคลที่ควรได้รับการยกย่อง เชิดชู และเป็นบุคคลที่สังคมต้องการ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความซื่อสัตย์
2. เพื่อให้นักเรียนวิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้นหากสังคมขาดบุคคลที่มีความซื่อสัตย์

สาระกิจกรรม

1. ความหมายของความซื่อสัตย์
2. ผลดีและผลเสียหากบุคคลขาดความซื่อสัตย์

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ให้นักเรียนอ่านนิทานเรื่อง เมล็ดพืชของสั๊กกะ

ขั้นกิจกรรม

2. แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มแสดงความคิดเห็นว่า นิทานเรื่อง เมล็ดพืชของสั๊กกะให้ข้อคิดอะไรแก่นักเรียนบ้าง และการกระทำของสั๊กกะ นักเรียนควรจะยึดถือเป็นแบบอย่างด้วยหรือไม่ เพราะอะไร ในขณะที่มีการแสดงความคิดเห็นนั้น กลุ่มอื่นสามารถแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมได้
3. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงความหมาย และความสำคัญของ ความซื่อสัตย์
4. ให้ทุกคนร่วมกันอภิปรายแสดงความคิดเห็นว่าความซื่อสัตย์เป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ เพราะเหตุใด
5. ครูให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นว่าหากทุกคนในสังคมขาดความซื่อสัตย์จะเกิดอะไรขึ้นบ้างโดยสุ่มตัวแทนนักเรียนออกมาแสดงความคิดเห็นว่า ถ้าเราทุกคนขาดความรับผิดชอบแล้วจะส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร

6. ครูให้นักเรียนยกตัวอย่างบุคคลที่นักเรียนเห็นว่าเป็นบุคคลที่ได้รับการยกย่องและสมควรเป็นแบบอย่างในเรื่องความซื่อสัตย์

ขั้นสรุป

7. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความซื่อสัตย์ที่ทุกคนต้องมี ไม่ว่าความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ของตนเอง ต่อเพื่อน ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ และให้สัญญาว่าจะเป็นคนที่มีความซื่อสัตย์ตามบุคคลแบบอย่างที่ได้รับการยกย่อง

สื่อ

นิทานเรื่อง เมล็ดพืชของสั๊กกะ

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



นิทานเรื่อง เมล็ดพืชของสักกะ

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว มีพระราชองค์หนึ่ง ทรงปกครองประเทศบ้านเมืองโดยยึดหลัก ทศพิธราชธรรมเป็นที่ตั้ง ดังนั้นพระองค์จึงเป็นที่รักของพลชนิกมมาก ทว่า เป็นเรื่องน่าเศร้าเหลือล้นที่ พระองค์ไม่มีพระราชโอรสหรือพระราชธิดาสืบทอดราชสมบัติ ด้วยเหตุนี้เมื่อทรงมีพระชนมายุครบแปดสิบพรรษาและพระวรกายอ่อนแอลง พระราชาจึงทรงพระราชดำริว่า ถึงเวลาแล้วที่จะต้องมีการสืบพระวงศ์ใหม่มาดูแลปกครองบ้านเมืองและประชาชนของพระองค์ต่อไป แต่ก็ยังมิได้ตรัสเรื่องนี้กับผู้ใด

พระราชาทรงตั้งหลักเกณฑ์ไว้ในพระทัยว่า ผู้ที่จะมาเป็นพระราชโอรสต่อจากพระองค์นั้นจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้เฉลียวฉลาด แต่ขณะเดียวกันก็ต้องมีความดีงามในจิตใจด้วย ดังนั้นพระองค์จึงทรงคัดเลือกเหล่าเสนาอำมาตย์ รวมไปถึงบัณฑิตในวังที่มีสติปัญญาดีและเป็นที่ยอมรับของประชาชน 20 คนมาเข้าเฝ้า พร้อมกับมีรับสั่งว่า

“ข้าจะขอให้พวกท่านนำเมล็ดพืชที่ข้าแจกให้ไปปลูกในแปลงผักหลังวังคนละครึ่งไร่ หลังจากนั้นให้พวกท่านรับผิดชอบดูแลพืชผักเหล่านั้นให้ดี หมั่นรดน้ำพรวนดินและใส่ปุ๋ยอยู่เสมอ ในเวลาสามเดือนหากเมล็ดพืชของข้าเจริญงอกงามได้ดีที่สุดในแปลงผักของใคร ข้าจะมีรางวัลให้เจ้าของแปลงๆ นั้นอย่างงาม”

เมื่อได้ฟังดังนั้น เหล่าเสนาอำมาตย์และบัณฑิตที่ถูกคัดเลือกทั้งยี่สิบคนก็รีบนำเมล็ดพืชจากพระราชทานไปปลูกในแปลงผักหลังวังทันที

สักกะเป็นบัณฑิตหนุ่มอนาคตไกลที่ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมปลูกผักในครั้งนี้ด้วย เขานำเมล็ดพืชที่ได้รับพระราชทานไปปลูกในแปลงผักหลังวังและรดน้ำพรวนดินอย่างแข็งขัน แต่เมื่อเวลาผ่านไปหนึ่งเดือน แปลงผักของทุกคนต่างก็มีพืชผักงอกงามด้วยกันทั้งหมด ยกเว้นแปลงของสักกะที่ไม่มีอะไรงอกขึ้นมาเลย กระนั้นสักกะก็ยังไม่ย่อท้อ เขาคงเฝ้าใส่ปุ๋ยพรวนดินให้กับเมล็ดพืชของเขาต่อไปอย่างแข็งขัน

สามเดือนต่อมา ครบกำหนดที่พระราชทานจะต้องเสด็จมาดูพืชผักของทั้งยี่สิบคน ทรงทอดพระเนตรเห็นว่าแปลงผักทุกแปลงต่างก็มีผักที่งอกงามไม่แพ้กัน เมื่อเสด็จผ่านแปลงผักของใครก็จะตรัสทักทายเจ้าของแปลงผักนั้นไปด้วย

“ผักของเจ้างอกงามดีนะ เจ้าทำอะไรหรือ”

เจ้าของแปลงผักยิ้มหน้าบาน ก่อนจะทูลตอบว่า “เพราะหม่อมฉันดูแลอย่างดี รดน้ำพรวนดินตามเวลาเดิมทุกวันมิได้ขาด ดังนั้นผักในแปลงของหม่อมฉันจึงงอกงามเช่นนี้พระเจ้าข้า”

เมื่อเสด็จไปยังแปลงผักอีกแปลง ก็ตรัสกับเจ้าของแปลงนั้นอีกว่า

“ผักของเจ้าเขียวสดงดงามดีแท้ เจ้าใช้อะไรมาบำรุงเป็นพิเศษอย่างนั้นหรือ”

“หม่อมฉันได้ใช้ปุ๋ยชั้นดีจากเมืองไกลมาบำรุงพืชผักในแปลงนี้พระเจ้าข้า ปุ๋ยชนิดนี้ราคาแพงมาก มีแต่หม่อมฉันเท่านั้นที่รู้จักและไปสรรหามาบำรุงเมล็ดพืชของพระองค์ให้เจริญงอกงามได้”

เจ้าของแปลงผักกล่าวอย่างโอ้อวด แต่พระราชินีไม่ได้ตรัสอะไรนอกจากแย้มพระโอษฐ์เล็กน้อยอย่างขื่นๆ

พระราชินีทอดเสด็จพระเนตรแปลงผักไปทุกแปลงจนถึงแปลงสุดท้ายที่เป็นของสีกกะ ซึ่งมีแต่คันดินว่างเปล่า ไม่มีสิ่งใดงอกขึ้นมาเลย

“อะไรนี่ ใครคือเจ้าของแปลงผักแปลงนี้” พระราชินีตรัสถามเสียงดังจนสีกกะสะดุ้งโหยงด้วยความตกใจ เขาก็มั่นหน้าไม่กล้าสู้พระพักตร์พลางทูลตอบเสียงสั่นว่า

“พระอาณานิพนธ์เกล้าฯ แปลงผักที่ว่างเปล่านี้เป็นของหม่อมฉันเองพระเจ้าข้า”

“ของเจ้ารี ถ้าอย่างนั้นจงตอบข้ามาว่าพืชผักของข้าไปไหน เหตุใดจึงไม่มีอยู่ในแปลงของข้าเลย หรือว่าเจ้าดูแลผักของข้าได้ไม่ดีพอ”

สีกกะทูลตอบพระราชินีว่า

“หม่อมฉันหาได้ละเลยหน้าที่ที่พระองค์มอบหมายไม่ หม่อมฉันมาดูแลพืชผักในแปลงนี้ทุกวัน พยายามรดน้ำ พรุนดิน ใส่ปุ๋ย และศึกษานานาวิธีที่จะทำให้พืชผักเจริญงอกงาม แต่ไม่ว่าจะใช้วิธีไหน พืชผักในแปลงของหม่อมฉันก็หาได้งอกงามขึ้นมาไม่ หากพระองค์จะทรงลงโทษคนไร้ความสามารถอย่างหม่อมฉัน ก็สมควรแล้วพระเจ้าข้า”

“ดี” พระราชินีเสียงกร้าว “พรุ่งนี้เราจะตัดสินว่าเจ้าควรได้รับสิ่งใดตอบแทนสำหรับเรื่องนี้ต่อหน้าข้าราชการบริพารและชาวเมืองทุกคน”

แล้วพระราชินีเสด็จกลับพระราชฐาน สีกกะยืนคอดคอกอยู่ตรงนั้น ยอมรับในชะตากรรมที่จะมาถึงในวันพรุ่งนี้ของตนเอง

วันต่อมา ชาวเมืองได้รับการป่าวประกาศให้มารวมตัวกันหน้าพระราชวังเพื่อรับฟังข่าวสำคัญ เมื่อทุกคนมาพร้อมกันแล้ว พระราชินีจึงทรงประกาศข่าวสำคัญด้วยพระองค์เองให้ชาวเมืองทุกคนทราบ

“เนื่องจากข้าปกครองบ้านเมืองมานาน บัดนี้ถึงคราวที่ข้าจะมอบหน้าที่ดังกล่าวให้พระราชาองค์ใหม่ และข้าก็ได้คัดเลือกคนที่เหมาะสมมาแล้ว”

ชาวเมืองได้ฟังดังนั้นก็ส่งเสียงฮือฮาด้วยความประหลาดใจ

“อย่าได้กังวลไปชาวเมืองของข้า คนที่ข้าเลือกนั้นมีคุณธรรมและความซื่อสัตย์ ข้าเชื่อว่าเขาจะปกครองพวกเจ้าให้มีความสุขได้มากที่สุด” พระราชินีตรัส ก่อนจะทรงเรียกหาสีกกะ บัณฑิตหนุ่มผู้ไม่สามารถทำให้เมล็ดพืชของพระองค์งอกงามได้

สักระเดินเข้ามาหาพระราชอาอย่างงงวย และยิ่งตะลึงงันเมื่อพระองค์ประกาศว่าเขาคือ
พระราชองค์ต่อไป

“ฝ่าบาทประทานรางวัลให้ผิดคนแล้ว เจ้าบัณฑิตคนนั้นมันมีโชคนี่ทำให้เมล็ดพืชของ
พระองค์งอกงามได้สักต้นเดียวมันก็ปลูกไม่ขึ้นด้วยซ้ำ” พวกอำมาตย์และบัณฑิตสิบเก้าคนที่ปลูกพืช
งอกงามทักท้วงพระราช พระองค์ทรงพระสรวลลั่นก่อนจะตรัสชี้แจงว่า

“ก็ไฉนนะสิ ข้าพุดอย่างนั้น ใครก็ตามที่ทำให้เมล็ดพืชของข้าเจริญงอกงามที่สุดจะได้รางวัลจาก
ข้าอย่างงาม แต่พวกเจ้ารู้หรือไม่ว่าเมล็ดพืชที่ข้าให้พวกเจ้าไปเป็นเมล็ดพืชที่ต้มจนสุกแล้ว ดังนั้นมันจึง
ไม่สามารถงอกขึ้นมาในแปลงไหนได้ ก็เห็นจะมีแต่แปลงของคนชั่วเท่านั้นแหละ”

ประชาชนส่งเสียงเฮชอบใจในคำตรัสของพระราช ผิดกับเสนาอำมาตย์และบัณฑิตสิบเก้าคน
ที่ได้แต่ก้มหน้างูๆ ไม่กล้าสู้พระพักตร์กับพระองค์ พระราชตรัสสรุปท้ายว่า

“ด้วยเหตุนี้ข้าจึงเห็นชัดว่า มีเพียงสักกะคนเดียวเท่านั้นที่มีความซื่อสัตย์ ไม่ยอมเปลี่ยนเมล็ด
พืชใหม่มาปลูกแทนเหมือนพวกเจ้า ดังนั้นเขาจึงเหมาะที่จะเป็นพระราชองค์ใหม่มากที่สุด

ตรัสจบ พระราชาก็ทรงแต่งตั้งให้สักกะเป็นพระราชท่ามกลางความยินดีของชาวเมืองที่จะได้
คนดี มีความซื่อสัตย์มาเป็นพระราชพระองค์ใหม่ และส่งลงโทษทั้งสิบเก้าคนที่เ็นถึงข้าราชการ แต่ไม่
มีความซื่อสัตย์ตามโทษทัณฑ์ที่สมควร.

แหล่งอ้างอิง

อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา. 2550. ด้วยรักบันดาล ใน นิทานสีขาว เล่ม 3 . หน้า 63-67. กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์ ปริมาตย์,

แผนการจัดกิจกรรมที่ 15

หน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

เรื่อง ความอดทนต่อความเหนื่อยยาก

เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

การทำงานหรือการลงมือกระทำสิ่งใดก็ตาม ย่อมจะมีอุปสรรคเกิดขึ้นได้ ซึ่งทุกงานที่ทำจะมีความยากง่ายแตกต่างกันไป ซึ่งหากต้องการให้งานบรรลุผลตามที่ต้องการได้นั้นจะต้องมีความอดทนต่อความเหนื่อยยากที่เกิดขึ้น

วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความอดทนต่อความเหนื่อยยากในการทำงาน

สาระกิจกรรม

ความสำคัญของความอดทนต่อความเหนื่อยยากในการทำงาน

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. ให้นักเรียนเขียนสุภาษิตไทยให้มากที่สุดในงานสุภาษิตไทยที่ฉันรู้ ภายใน 5 นาที
2. เมื่อหมดเวลาให้นักเรียนนับจำนวนสุภาษิตที่นักเรียนเขียนได้สูงที่สุด และให้จัดประเภทตามความหมาย

ขั้นกิจกรรม

3. ชักถามนักเรียนถึงความหมายของ “ฝนทิ้งให้เป็นเข็ม” (เพียรพยายามสุดความสามารถจนกว่าจะสำเร็จผล)
4. ให้นักเรียนเขียนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเองที่จะต้องอดทนต่อความเหนื่อยยากในการทำงาน จนผลงานสำเร็จตามที่ต้องการในงาน “เรื่องจริงที่ฉันภูมิใจ”
5. แลกเปลี่ยนให้เพื่อนๆ อ่าน พร้อมเขียนความคิดเห็นในการกระทำของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น
6. ตั้งคำถาม “หากนักเรียนไม่มีความอดทนต่อความเหนื่อยยากแล้ว จะเกิดผลดีหรือผลเสียเพราะเหตุใด และเราควรจะมีปฏิบัติตนอย่างไรจึงจะถือว่าเป็นผู้ที่มีความอดทนต่อความเหนื่อยยาก”

ขั้นสรุป

7. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปถึงความอดทนต่อความเหนื่อยยากจะส่งผลดีอย่างไร และวิธีการปฏิบัติตนอย่างไรจึงจะถือว่าเป็นผู้ที่มีความอดทนต่อความเหนื่อยยาก

สื่อ

ใบงาน “สุภาสิตไทย ที่ฉันรู้”

ใบงาน “เรื่องจริงที่ฉันภูมิใจ”

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงาน “สุภาวดีไทย ที่ฉันรู้”

ชื่อ นามสกุล

จงเขียนสุภาษิตไทยที่นักเรียนรู้จัก ให้มากที่สุดภายในเวลา 5 นาที



ใบงาน “เรื่องจริงที่ฉันภูมิใจ”

ชื่อ นามสกุล

จงเขียนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเองที่จะต้องอดทนต่อความเหนื่อยยากในการทำงาน จน
ผลงานสำเร็จตามที่ต้องการ



แผนการจัดกิจกรรมที่ 16

หน่วยที่ 4 การมีวินัยในตนเอง
เรื่อง ความเชื่อมั่นในตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
เวลา 1 คาบ

สาระสำคัญ

ความเชื่อมั่นในตนเอง คือ ความสามารถของบุคคลในการคิดและการกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความมั่นใจ ไม่ท้อแท้ และยอมรับในผลที่เกิดจากการกระทำที่เกิดขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยความมั่นใจ และยอมรับในผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำ
2. เพื่อให้นักเรียนรู้ถึงคุณค่าของตัวเอง มีความภาคภูมิใจในตัวเอง

สาระกิจกรรม

1. คุณค่าของตัวเอง
2. ความมั่นใจในตัวเอง
3. การยอมรับผลที่เกิดขึ้น

กิจกรรม

ขั้นนำ

1. นักเรียนทำใบงาน เรื่อง “เอกลักษณ์ของฉัน”
2. นักเรียนและครูร่วมกันอภิปรายเกี่ยวกับใบงาน เรื่อง เอกลักษณ์ของฉัน

ขั้นกิจกรรม

3. ครูชี้แจงทำความเข้าใจกับนักเรียนถึงความเชื่อมั่นในตนเอง พฤติกรรมไหนที่เรียกว่าความมั่นใจในตนเอง และพฤติกรรมไหนที่ไม่มั่นใจในตนเอง
4. ให้นักเรียนสำรวจว่าตัวเองมีพฤติกรรมที่มั่นใจในตนเองหรือไม่
5. ให้นักเรียนแต่ละคนสรุปว่า ตนมีพฤติกรรมอย่างไร
6. นักเรียนสรุปพฤติกรรมของตัวเองและวิธีแก้ไข

ขั้นสรุป

7. ครูและนักเรียนช่วยกันสรุปถึงความเชื่อมั่นในตนเองว่ามีประโยชน์อย่างไรในการดำรงชีวิต หรือมีประโยชน์อย่างไรในการอยู่ในสังคม และเราควรจะพัฒนาตัวเองอย่างไรให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีระเบียบวินัย และมีความสุขในสังคม

สื่อ

ใบงาน เรื่อง เอกลักษณ์ของชั้น

การวัดผลและประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรม
2. ตรวจผลงาน



ใบงาน เรื่อง “เอกลักษณ์ของฉัน”

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่นักเรียนพิจารณาแล้วมีความคิดหรือความรู้สึกว่า
นักเรียนมีลักษณะนั้นในตัวตามความเป็นจริงที่นักเรียนเป็นอยู่

ความต้องการ	สิ่งที่คิด/รู้สึกต่อตนเอง		สิ่งที่ผู้อื่นคิด/รู้สึกต่อท่าน	
	ใช่	ไม่ใช่	ใช่	ไม่ใช่
1) มีอาชีพที่มั่นคง				
2) พึ่งตัวเองเสมอ				
3) ทำในสิ่งที่ตนต้องการ				
4) ทำตามค่านิยม				
5) ทำงานที่เป็นกิจวัตรไม่มีการเปลี่ยนแปลง				
6) ชอบอยู่คนเดียว				
7) ไปซื้อของเองโดยไม่ชวนผู้อื่น				
8) มีอิทธิพลเหนือผู้อื่น				
9) ยอมรับผลที่เกิดขึ้น				
10) เสียความรู้สึกเมื่อทำงานพลาด และ จะไม่ทำอีก				

แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจประจำหน่วยที่ 4

เรื่อง การมีวินัยในตนเอง

จำนวนข้อสอบ 10 ข้อ

เวลา 15 นาที

คำชี้แจง : จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. ใครมีวินัยในตนเอง

- ก. สมหมายเตะฟุตบอลกับเพื่อนทุกวัน
- ข. สมพรตื่นเช้าทุกวันเพราะกลัวไปโรงเรียนสาย
- ค. สมใจช่วยอธิบายบทเรียนที่เพื่อนไม่เข้าใจ
- ง. สมคิดอ่านหนังสือในเวลาว่าง

2. ข้อใดแสดงถึงความไม่เชื่อมั่นในตนเอง

- ก. จรรยาไม่กล้าพูดหน้าชั้นเรียน
- ข. จันทร์ขายของบนหน้าโรงเรียน
- ค. จันทร์เพี้ยนไม่ทำการบ้านเป็นประจำ
- ง. จันทนาชอบดื่มน้ำอัดลม

3. ใครเป็นคนมีความอดทน

- ก. พิชานนอนตื่นเช้า
- ข. อานนท์ส่งการบ้านตามเวลาที่ครูกำหนด
- ค. ไพรัตน์ทำงานที่ยากด้วยตนเองจนสำเร็จ
- ง. เดชาได้รับเลือกให้เป็นหัวหน้าห้อง

4. วิถีชีวิตนักเรียนเป็นประจำ แสดงว่าวิถีชีวิตคุณสมบัตินั้นข้อใด

- ก. ความซื่อสัตย์
- ข. ความมีวินัย
- ค. การรักษาเวลา
- ง. การวางแผนการทำงาน

5. นักเรียนคิดว่านักเรียนที่ควรจะได้รับคัดเลือกเป็นนายหมู่ลูกเสือ ควรมีความสมบัติข้อใดที่สำคัญที่สุด

- ก. ความซื่อสัตย์
- ข. การตรงต่อเวลา
- ค. ความอาวุโส
- ง. ความเป็นผู้นำ

6. จันทร์เพี้ยนล้มเลิกการทำงานกลางคันเพราะคิดว่ายากเกินความสามารถของตนเอง แสดงว่าจันทร์เพี้ยนขาดคุณสมบัติข้อใดมากที่สุด

- ก. ความซื่อสัตย์
- ข. ความอดทน
- ค. ความเป็นผู้นำ
- ง. ความเชื่อมั่นในตนเอง

7. นักเรียนคิดว่าข้อใดที่ไม่ใช่ ผลดีของการมีความสามารถในการจัดการตนเอง

- ก. มีความสุขมากขึ้น
- ข. ร่ำรวยมากขึ้น
- ค. เข้าใจตนเองมากขึ้น
- ง. เห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

8. นักเรียนคิดว่าข้อใดไม่ใช่องค์ประกอบของความสามารถในการจัดการตนเอง

ก. การเป็นคนตรงต่อเวลา

ข. การเป็นคนมีวินัยในตนเอง

ค. การเป็นคนรู้จักตนเอง

ง. การเป็นคนใจบุญ

9. ข้อใดเป็นลักษณะของคนไม่มีวินัยในตนเอง

ก. คัดดาส่งการบ้านช้ากว่าที่ครูกำหนด

ข. สายใหม่เป็นคนขี้สงสัย

ค. สิ่งที่ไม่รู้ความถนัดของตนเอง

ง. สมรมาโรงเรียนสายบ่อยๆ

10. ข้อใดไม่ใช่วินัยในตนเอง

ก. ความอดทน

ข. ความซื่อสัตย์

ค. ความรับผิดชอบ

ง. ความอ่อนน้อมถ่อมตน





ภาคผนวก ง

แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

**แบบวัดเจตคติเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
(สำหรับนักเรียนเป็นผู้ตอบ)**

คำชี้แจง ขอให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

ข้อ ที่	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	เราจำเป็นต้องรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนเอง					
2	การรู้ว่าเราทำสิ่งใดได้ดีและสิ่งใดไม่ได้ดีจะเป็นประโยชน์ต่อเราในการเลือกทำสิ่งต่างๆ					
3	การรู้จักความสามารถของตนเองเป็นเรื่องของผู้ใหญ่					
4	เราควรเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ให้เหมือนคนอื่น					
5	เราจะต้องรู้ว่าตัวเรามีความต้องการสิ่งใด					
6	เราควรภูมิใจในสิ่งที่เราเป็นแม้จะแตกต่างจากคนอื่น					
7	เราควรเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ตามความถนัดของตนเอง					
8	การกำหนดตารางเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ จะทำให้เราไม่มีความสุขในการดำรงชีวิต					
9	การวางแผนการใช้เวลาจะทำให้ชีวิตของเราเป็นระบบ					
10	เราควรทำการบ้านวิชาที่ชอบก่อนวิชาอื่น					
11	เราควรจัดลำดับความสำคัญของงานก่อนลงมือทำ					
12	หากเราทำงานหรือการบ้านไม่เสร็จควรขอเลื่อนครูผู้สอนไปเรื่อยจนกว่าจะเสร็จ					
13	เราควรทำงานให้เสร็จตามเวลาที่กำหนด					
14	เวลาสำหรับการพักผ่อนมีความสำคัญที่สุด					
15	การรู้จักแบ่งเวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ จะทำให้เราไม่วุ่นวาย					
16	การแบ่งเวลาเพื่อใช้พักผ่อนหย่อนใจจะทำให้เสียเวลาในการทำงานหรือกิจกรรมอื่น					

ข้อที่	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
17	นักเรียนควรใช้เวลาสำหรับการเรียนเท่านั้น					
18	การวางแผนในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็นประจำเป็น สิ่งจำเป็น					
19	การทำกิจกรรมต่างๆ ตามเวลาที่กำหนดเป็นเรื่องน่าเบื่อ					
20	การกำหนดตารางการทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้เรา ไม่มีความสุข					
21	การรู้จักควบคุมอารมณ์จะทำให้เป็นที่น่านับถือ ของบุคคลอื่น					
22	เมื่อรู้สึกอย่างไรเราควรแสดงอารมณ์นั้นออกมา					
23	คนเก็บกดคือคนที่เก็บความรู้สึกได้ดี					
24	ผู้ที่อารมณ์ดีจะเป็นที่รักของบุคคลอื่น					
25	หากเราไม่พอใจควรแสดงอารมณ์โกรธออกมาเพื่อ ให้คนอื่นรู้					
26	คนใจเย็นมักจะตัดสินใจไม่ผิดพลาด					
27	เราต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จทุกครั้ง					
28	ผู้ที่มีความซื่อสัตย์จะได้รับความเชื่อถือจากบุคคลอื่น					
29	เราต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายโดยไม่ต้องให้ใครคอย ตักเตือน					
30	เราควรเปิดเผยและตรงไปตรงมากับทุกคน					
31	เมื่อทำผิดพลาดเราควรต้องกล้ายอมรับผิด					
32	เราควรเลือกทำงานที่ง่าย ๆ เพราะจะไม่เหนื่อย					
33	กิจกรรมหรืองานชิ้นใดที่ค่อนข้างยากหรือนานกว่า จะสำเร็จเราควรเลิกทำเพราะจะทำให้เสียเวลา					
34	หากเราเชื่อว่าสิ่งใดที่เราทำได้เราก็จะสามารถทำ สิ่งนั้นได้จริงๆ					

ข้อที่	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
35	ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นพลังที่จะทำให้เราประสบความสำเร็จในการทำงาน					
36	ความเชื่อมั่นในตนเองทำให้ประมาท					
37	ผู้ที่มีความซื่อสัตย์มักจะถูกผู้อื่นเอาใจเอาเปรียบ					
38	การบ้านวิชาใดที่ยากเราควรให้คนอื่นทำให้เรา					
39	คนเราเมื่อลงมือทำสิ่งใดแล้วจะต้องไม่โลเลหรือเปลี่ยนใจง่าย ๆ					
40	การทำงานกลุ่มเป็นเรื่องที่ดี เพราะจะได้ให้คนอื่นทำงานแทนเรา					
41	ในการตัดสินใจเรื่องต่างๆ เราควรคล้อยตามเสียงส่วนใหญ่ไม่ว่าจะผิดหรือถูก					
42	ถึงแม้งานที่ทำจะมีอุปสรรคเราจะต้องไม่หมดความพยายามในการทำงานนั้น					
43	เราควรทำการบ้านหรือแบบฝึกหัดเฉพาะวิชาที่คิดว่าครูจะตรวจเท่านั้น					
44	บางครั้งเราจำเป็นจะต้องโกหกพ่อแม่ว่าไปโรงเรียนในวันหยุดเพื่อที่จะได้หนีไปเที่ยวกับเพื่อน					
45	วิชาใดที่ไม่ชอบเราก็ไม่ควรเข้าเรียน					
46	เราควรแต่งกายให้ถูกต้องตามระเบียบโรงเรียน					
47	หากสอบได้คะแนนน้อยเราควรขยันให้มากขึ้น					
48	หากพูดโกหกแล้วจะทำให้เราไม่ถูกลงโทษ ก็ควรทำ					
49	เราควรทำงานให้สำเร็จด้วยตนเอง ก่อนคิดพึ่งพาคนอื่น					
50	เงินของพ่อแม่เราสามารถหยิบไปใช้จ่ายได้โดยไม่ต้องขออนุญาต					

ภาคผนวก จ

แบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1



**แบบวัดคุณลักษณะความสามารถในการจัดการตนเอง
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1**

คำชี้แจง ขอให้นักเรียนพิจารณาว่าตนเองมีคุณลักษณะ หรือพฤติกรรม หรือการแสดงออกในเรื่อง
ต่างๆ เหล่านี้อยู่ในระดับใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็นที่ตรงกับคุณลักษณะ
ของนักเรียน หรือสิ่งที่นักเรียนปฏิบัติ

ข้อ	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย มากที่สุด	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย ปานกลาง	เห็นด้วย น้อย	เห็นด้วย น้อยที่สุด
1	นักเรียนรู้ว่าสิ่งใดที่นักเรียนทำแล้วได้ผลดีและสิ่งไหน ที่ทำแล้วไม่ค่อยได้ผลดี					
2	นักเรียนรู้ในสิ่งที่ตนเองชอบและไม่ชอบ					
3	นักเรียนรู้ความถนัดของตนเอง					
4	นักเรียนเป็นคนปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ					
5	นักเรียนมักจะเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ตามเพื่อน					
6	นักเรียนบอกคนอื่นได้ว่าตนเองเป็นคนอย่างไร					
7	นักเรียนมักจะวางแผนการทำงานหรือกิจกรรม ในแต่ละวัน					
8	นักเรียนทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จทันตาม กำหนดเสมอ					
9	นักเรียนจะตั้งเป้าหมายไว้ก่อนว่าแต่ละวันจะต้อง ทำงานอะไรให้สำเร็จบ้าง					
10	นักเรียนสามารถจัดลำดับได้ว่ากิจกรรมหรือ งานใดที่ควรทำก่อนหรือทำหลัง					
11	นักเรียนสามารถระบุได้ว่าในแต่ละวันมี ภาระงานหรือกิจกรรมใดบ้างที่นักเรียนจะต้องทำ					
12	ก่อนลงมือทำงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ นักเรียน จะกำหนดได้ว่าจะใช้เวลาประมาณเท่าใด					
13	ก่อนลงมือทำกิจกรรมหรืองานแต่ละอย่าง นักเรียนจะกำหนดเป้าหมายของงานนั้น ๆ ก่อน					

ข้อ	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วย มากที่สุด	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย ปานกลาง	เห็นด้วย น้อย	เห็นด้วย น้อยที่สุด
14	นักเรียนสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองให้เป็นปกติได้ในทุกสถานการณ์					
15	นักเรียนมีวิธีการคลายเครียดที่เหมาะสม					
16	นักเรียนจะรับฟังเมื่อมีเพื่อนหรือครูคอยชี้แนะตักเตือน					
17	นักเรียนแสดงออกทางอารมณ์ได้เหมาะสม					
18	เมื่อมีสิ่งใดทำให้อารมณ์ขุ่นมัวนักเรียนจะถอยห่างออกจากสิ่งนั้น					
19	นักเรียนแสดงอารมณ์โกรธต่อเพื่อนๆ เป็นประจำ					
20	นักเรียนกล้าขอความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น					
21	นักเรียนกล้าบอกคนอื่นว่าตนเองทำสิ่งใดไม่ได้					
22	นักเรียนเป็นคนตรงไปตรงมากับทุกคน					
23	เมื่อทำสิ่งใดผิดพลาดนักเรียนกล้าที่จะยอมรับผิด					
24	นักเรียนทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จเรียบร้อยเสมอ					
25	นักเรียนจะทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จถึงแม้ว่า จะเป็นเรื่องยากแค่ไหนก็ตาม					
26	นักเรียนเป็นคนท้อแท้ง่าย					
27	นักเรียนเป็นคนเชื่อมั่นในตนเอง					
28	นักเรียนชอบอ่านหนังสือหรือทำการบ้านตอนพักเที่ยง					
29	นักเรียนมาโรงเรียนสายบ่อยๆ					
30	นักเรียนกล้าที่จะถามครูหากมีข้อสงสัยหรือไม่เข้าใจ					
31	นักเรียนมักจะส่งการบ้านช้ากว่าที่ครูกำหนด					
32	นักเรียนทำตามสิ่งที่ครูหรือผู้ปกครองบอกให้ ปรับปรุงแก้ไข					
33	นักเรียนเป็นคนตรงต่อเวลา					
34	นักเรียนลอกการบ้านเพื่อนเสมอ					

ข้อ	รายการประเมิน	ระดับความคิดเห็น				
		เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยปานกลาง	เห็นด้วยน้อย	เห็นด้วยน้อยที่สุด
35	นักเรียนทบทวนบทเรียนหลังจากการเรียนรู้ อย่างสม่ำเสมอ					
36	นักเรียนมีเรื่องทะเลาะหรือโต้เถียงกับเพื่อนในห้อง บ่อยๆ					
37	นักเรียนเป็นคนชอบทำอะไรตามใจตนเอง					
38	นักเรียนเป็นคนคิดรอบคอบก่อนลงมือทำสิ่งต่างๆ					
39	นักเรียนมักจะได้รับเลือกจากเพื่อนให้เป็นหัวหน้ากลุ่ม					
40	นักเรียนชอบเป็นผู้นำคนอื่น					



ภาคผนวก จ

แบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถใน
การจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

**แบบวัดความพึงพอใจเกี่ยวกับการใช้หลักสูตรเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการ
ตนเองของนักเรียนของนักเรียน**

คำชี้แจง ขอให้นักเรียนอ่านข้อความแต่ละข้อแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับความคิดเห็น
ที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุด

รายการประเมิน	ระดับความ พึงพอใจ				
	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด
1. สารของกิจกรรม					
1.1 มีความง่ายเหมาะสม					
1.2 นักเรียนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้					
1.3 มีความจำเป็นต่อชีวิตของนักเรียน					
1.4 ตรงกับความต้องการของนักเรียน					
2. กิจกรรม					
2.1 มีความหลากหลาย					
2.2 กระตุ้นให้นักเรียนกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรม					
2.3 ส่งเสริมความร่วมมือกันในการทำกิจกรรม					
2.4 เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออก					
2.5 นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ					
2.6 เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม					
2.7 ส่งเสริมให้นักเรียนมีความสามารถในการจัดการ ตนเอง					
2.8 มีการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่นักเรียน					
2.9 สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดี					
2.10 ส่งเสริมให้นักเรียนมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน					
3. สื่อ					
3.1 สอดคล้องกับจุดประสงค์การจัดกิจกรรม					
3.2 สอดคล้องกับสาระกิจกรรม					

รายการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
3.3 สอดคล้องกับกิจกรรม					
3.4 สอดคล้องกับวัยของผู้เรียน					
3.5 นักเรียนมีส่วนร่วมในการใช้สื่อ					
4. การวัดผลประเมินผล					
4.1 วิธีการวัดผลประเมินผลมีความเหมาะสม					
4.2 วิธีการวัดผลประเมินผลมีความหลากหลาย					
4.3 การวัดผลก่อนเรียนมีความเหมาะสม					
4.4 การวัดผลระหว่างเรียนมีความเหมาะสม					
4.5 การวัดผลหลังเรียนมีความเหมาะสม					
4.6 นักเรียนมีส่วนร่วมในการวัดผลประเมินผล					

ภาคผนวก ช

แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการตนเอง

แบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการตนเอง

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

จำนวนข้อสอบ 34 ข้อ

เวลา 45 นาที

คำชี้แจง : จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. นักเรียนคิดว่าเหตุผลข้อใดสำคัญประการแรกที่เราจะต้องรู้จักตนเอง

- | | |
|---|---|
| ก. เพื่อให้เข้ากับเพื่อนได้ | ข. เพื่อเลือกทำกิจกรรมต่างๆ ที่เหมาะกับตน |
| ค. เพื่อให้รู้จักจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง | ง. เพื่อให้เราประสบความสำเร็จในการเรียน |

2. นักเรียนคิดว่าเราควรรู้จักตัวเองในเรื่องใดบ้าง

- | | |
|---------------------|--------------|
| ก. นิสัย | ข. ความถนัด |
| ค. ลักษณะทางร่างกาย | ง. ถูกทุกข้อ |

3. สมชายรู้ว่าตนเองเป็นคนใจร้อน ว่าวาม แสดงว่าสมชายรู้จักตนเองในด้านใด

- | | |
|-------------|-----------|
| ก. ความถนัด | ข. อารมณ์ |
| ค. สุขภาพ | ง. เจตคติ |

4. ข้อใดแสดงถึงการเป็นคนรู้จักตนเอง

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| ก. สมศรีเลี้ยงหมา 3 ตัว | ข. สมศักดิ์ขับรถอย่างระมัดระวัง |
| ค. สมพรไปวัดทุกวันพระ | ง. สมใจแต่งตัวตามฐานะ |

5. การที่เพื่อนบอกให้เรารู้ในสิ่งที่ เป็นข้อบกพร่องของเรา เราควรทำอย่างไร

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------|
| ก. พิจารณานำไปปรับปรุงแก้ไขตนเอง | ข. ไม่ควรสนใจ |
| ค. นำเรื่องนี้ไปฟ้องครู | ง. บอกข้อบกพร่องของเพื่อนบ้าง |

6. เราควรปรับปรุงตนเองเมื่อใด

- | | |
|--|----------------------------------|
| ก. ครูหรือผู้ปกครองตักเตือน | ข. เมื่อรู้ถึงข้อบกพร่องของตนเอง |
| ค. เมื่อเราสร้างความเดือดร้อนให้คนอื่น | ง. เมื่อเป็นทุกข้อ |

7. เราสามารถปรับปรุงตนเองโดยใช้ข้อมูลจากที่ใด

- | | |
|-----------|--------------|
| ก. ครู | ข. ผู้ปกครอง |
| ค. เพื่อน | ง. ถูกทุกข้อ |

-2-

8. นักเรียนคิดว่าตนเองควรใช้เวลาในการทำสิ่งใดมากที่สุด

- | | |
|-----------------|----------------|
| ก. พักผ่อน | ข. ทำงานบ้าน |
| ค. เรียนหนังสือ | ง. ทำงานอดิเรก |

9. หากนักเรียนต้องการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด จะต้องทำอย่างไร

- | | |
|---|---------------------------------------|
| ก. วางแผนการใช้เวลา | ข. ทำงานโดยไม่ต้องสนใจเวลา |
| ค. ยกเลิกงานหรือกิจกรรมที่มีความยุ่งยาก | ง. เลื่อนงานที่ทำไม่ทันไปทำในวันต่อไป |

10. ต่อไปนี้เป็นประโยชน์ของการบริหารเวลาได้ดี ยกเว้นข้อใด

- | | |
|----------------------------|---------------------------------|
| ก. ช่วยลดความเครียดให้เรา | ข. ทำให้เรามีเวลาพักผ่อนมากขึ้น |
| ค. ทำให้เรามีชีวิตที่สมดุล | ง. เราได้ทำงานหนักขึ้น |

11. หากครูสั่งการบ้านทั้งวิชาคณิตศาสตร์ สังคมศึกษา วิทยาศาสตร์ และภาษาไทย นักเรียนจะใช้

คำตอบข้อใดเป็นเกณฑ์ในการพิจารณาว่าจะทำการบ้านวิชาใดก่อน

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| ก. วิชาง่ายทำก่อน | ข. วิชายากทำก่อน |
| ค. วิชาที่กำหนดส่งก่อนทำก่อน | ง. วิชาที่ชอบทำก่อน |

12. ต่อไปนี้ นักเรียนจะทำงานในข้อใดเป็นลำดับแรก

- | | |
|---------------------------|------------------------------|
| ก. งานสำคัญและเร่งด่วน | ข. งานสำคัญแต่ไม่เร่งด่วน |
| ค. งานไม่สำคัญแต่เร่งด่วน | ง. งานไม่สำคัญและไม่เร่งด่วน |

13. การเขียนบันทึกระหว่างวันมีประโยชน์ตามข้อใดมากที่สุด

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------------|
| ก. วางแผนการทำงานในแต่ละวัน | ข. ทบทวนการทำงานเพื่อวางแผนในวันต่อไป |
| ค. ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ | ง. ฝึกทักษะการเขียน |

14. งานลักษณะใดที่สามารถทำพร้อมๆ กันได้

- | | |
|----------------------------|-------------------------|
| ก. งานที่ไม่ยุ่งยาก | ข. งานที่ใช้เวลาไม่มาก |
| ค. งานที่มีลักษณะเหมือนกัน | ง. งานที่สำคัญเท่าๆ กัน |

-3-

15. หากตัวนักเรียนเองมาโรงเรียนสายบ่อยๆ ข้อใดที่นักเรียนควรทำเป็นอันดับแรก
- ก. ขอร้องให้ครูเลื่อนเวลาเข้าแถวให้ช้าไปอีกครึ่งชั่วโมง
 - ข. เดินทางมาโรงเรียนอย่างเร่งรีบมากขึ้น
 - ค. เลื่อนที่พักอาศัยมาอยู่ใกล้โรงเรียน
 - ง. ตรวจสอบกิจกรรมที่ต้องทำก่อนมาโรงเรียนเพื่อยกเลิกสิ่งที่ไม่สำคัญ
16. ข้อใดเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
- ก. อ่านหนังสือระหว่างคอยรถกลับบ้าน
 - ข. ทำงานพร้อมๆ กันหลายอย่าง
 - ค. ทำการบ้านพร้อมๆ กับการดูโทรทัศน์
 - ง. ขอช่วยเพื่อนที่ว่างอยู่ช่วยทำการบ้าน
17. ใครมีภาระหน้าที่เหมาะสม
- ก. ดำอ่านหนังสือทั้งคืนเพื่อไปสอบในตอนเช้า
 - ข. แต่งทำรายงานในคืนก่อนส่งครู
 - ค. เชี่ยวลอกรถบ้านเพื่อนเพราะไม่ต้องเสียเวลา
 - ง. ขาวทบทวนบทเรียนทุกวัน
18. ถ้าหากมีเพื่อนทำนักเรียนไม่พอใจ นักเรียนควรทำอย่างไร
- ก. ทำร้ายเพื่อนเพื่อเป็นการโต้ตอบ
 - ข. ตวาดให้หยุด
 - ค. บอกเพื่อนว่าการทำอย่างนั้นเราไม่ชอบ
 - ง. รีบไปบอกครู
19. หากจันทราบอกนักเรียนว่าดวงเดือนด่าว่านักเรียนลับหลัง นักเรียนจะทำอย่างไร
- ก. ไปต่อว่าดวงจันทร์ทันที
 - ข. ไปสอบถามข้อเท็จจริงจากดวงเดือน
 - ค. ด่าว่าดวงเดือนฝากไปกับจันทรา
 - ง. กลับไปฟ้องผู้ปกครองให้เอาเรื่องดวงเดือน
20. หากมีเพื่อนของนักเรียนสองคนทะเลาะกัน นักเรียนจะทำอย่างไร
- ก. เลือกเข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง
 - ข. รีบออกไปห่างๆ
 - ค. เข้าไปห้ามปรามให้เพื่อนสงบลง
 - ง. ส่งเสียงเชียร์
21. ข้อใดเป็นลักษณะของคนหูเบา
- ก. เชื่อคนง่าย
 - ข. โหม่งง่าย
 - ค. ไม่ไวใจคนอื่น
 - ง. เข้าใจเรื่องต่างได้ยาก

-4-

22. ข้อใดที่อาจเกิดขึ้นได้กับคนที่มีนิสัยขี้กลัว

- ก. ทำงานล่าช้า ข. ตัดสินใจผิดพลาด
ค. กังวลสูง ง. ชอบผัดวันประกันพรุ่ง

23. ใครมีวินัยในตนเอง

- ก. สมหมายเตะฟุตบอลกับเพื่อนทุกวัน
ข. สมพรตื่นเช้าทุกวันเพราะกลัวไปโรงเรียนสาย
ค. สมใจช่วยอธิบายบทเรียนที่เพื่อนไม่เข้าใจ
ง. สมคิดอ่านหนังสือในเวลาว่าง

24. ข้อใดแสดงถึงความไม่เชื่อมั่นในตนเอง

- ก. จรรยาไม่กล้าพูดหน้าชั้นเรียน ข. จันทน์ฉายชอบหนีโรงเรียน
ค. จันทรเพ็ญไม่ทำการบ้านเป็นประจำ ง. จันทนาชอบดื่มน้ำอัดลม

25. ใครเป็นคนมีความอดทน

- ก. พิชญานอนตื่นเช้า ข. อานนท์ส่งการบ้านตามเวลาที่ครูกำหนด
ค. ไพรัตน์ทำงานที่ยากด้วยตนเองจนสำเร็จ ง. เดชาได้รับเลือกให้เป็นหัวหน้าห้อง

26. วิชิตหนีโรงเรียนเป็นประจำ แสดงว่าวิชิตขาดคุณสมบัติข้อใด

- ก. ความซื่อสัตย์ ข. ความมีวินัย
ค. การรักษาเวลา ง. การวางแผนการทำงาน

27. นักเรียนคิดว่านักเรียนที่ควรจะได้รับคัดเลือกเป็นนายหมู่ลูกเสือ ควรมีคุณสมบัติข้อใดที่สำคัญที่สุด

- ก. ความซื่อสัตย์ ข. การตรงต่อเวลา
ค. ความอาวุโส ง. ความเป็นผู้นำ

28. จันทรเพ็ญล้มเลิกการทำงานกลางคันเพราะคิดว่ายากเกินความสามารถของตนเอง แสดงว่าจันทรเพ็ญขาดคุณสมบัติข้อใดมากที่สุด

- ก. ความซื่อสัตย์ ข. ความอดทน
ค. ความเป็นผู้นำ ง. ความเชื่อมั่นในตนเอง



ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย	นายอดุล นาคะโร
วันเดือนปีเกิด	29 ธันวาคม พ.ศ.2511
สถานที่เกิด	อำเภอหัวไทร จังหวัดนครศรีธรรมราช
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	21/75 หมู่ที่ 6 ถนนเทพกระษัตรี ตำบลรัชฎา อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต 83000
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ตำแหน่ง คีษานินเทศก์
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากฎเกิต ถนนแม่หลวน ตำบลตลาดใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต 83000
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2534	ครุศาสตรบัณฑิต (การประถมศึกษา) จากวิทยาลัยครูสงขลา
พ.ศ. 2539	ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (การประถมศึกษา) จากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
พ.ศ. 2551	การศึกษาดุษฎีบัณฑิต (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ