

ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชน
ในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ



นาย จักรี อรชุน

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

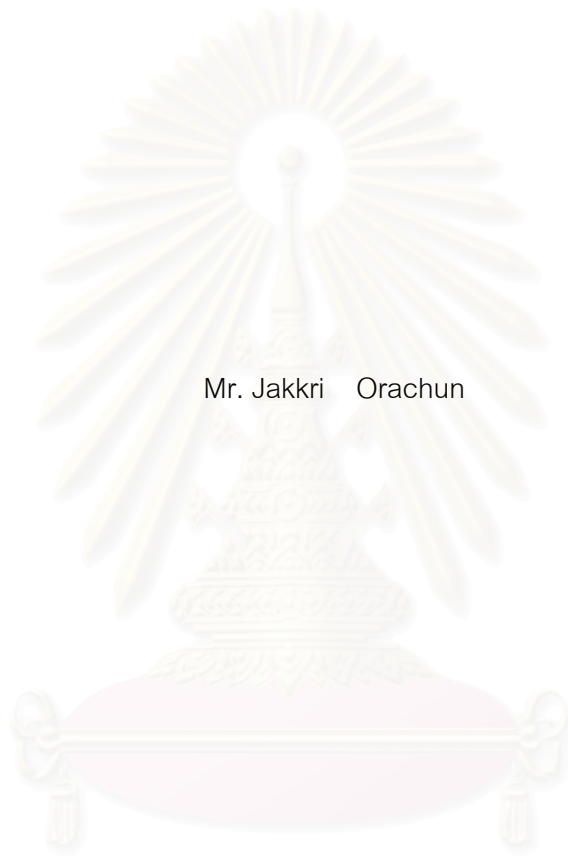
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชานโยบาย การจัดการ และความเป็นผู้นำทางการศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2550

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF ORGANIZING NON-FORMAL EDUCATION ACTIVITIES ON EMOTIONAL
QUOTIENT OF YOUTHS IN KREDTRAKARN PROTECTION AND OCCUPATIONAL
DEVELOPMENT CENTRE



Mr. Jakkri Orachun

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education Program in Non-Formal Education

Department of Educational Policy, Management, and Leadership

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2007

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนที่มีต่อ
ความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและ
พัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

โดย

นายจักรี อรชุน


สาขาวิชา

การศึกษาจากระบบโรงเรียน

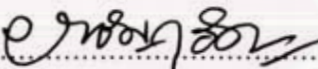
อาจารย์ที่ปรึกษา

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา

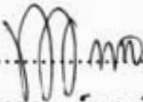
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็น
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

 คณบดีคณะครุศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.พฤทธิ ศรีบรรณพิทักษ์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

 ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.อาชญญา รัตนอุบล)

 อาจารย์ที่ปรึกษา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา)

 กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.เกียรติวรรณ อมาตยกุล)

จักรี อรชุน : ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ. (EFFECTS OF ORGANIZING NON-FORMAL EDUCATION ACTIVITIES ON EMOTIONAL QUOTIENT OF YOUTHS IN KREDTRAKARN PROTECTION AND OCCUPATIONAL DEVELOPMENT CENTRE) อ. ที่ปรึกษา : ผศ. ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 165 หน้า.

การวิจัยในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม 2) ศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ คือ เยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ จำนวน 80 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองซึ่งจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 40 คน และกลุ่มควบคุมซึ่งจัดกิจกรรมแบบปกติ จำนวน 40 คน เครื่องมือวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แผนการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ และแบบการประเมินความพึงพอใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่ามัธยฐานเลขคณิต (\bar{X}) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
2. ผลของความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการพบว่า ความพึงพอใจโดยภาพรวมทั้งด้านผู้สอน สถานที่ อุปกรณ์ ระยะเวลา ลักษณะของกิจกรรม เนื้อหาหลักสูตร อยู่ในระดับมาก

ภาควิชานโยบายการ จัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา... ลายมือชื่อนิสิต
สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน
ปีการศึกษา 2550

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

4883664227 : MAJOR NON-FORMAL EDUCATION

KEY WORD: NON-FORMAL EDUCATION / ACTIVITIES/ EMOTIONAL QUOTIENT

JAKKRI ORACHUN : EFFECTS OF ORGANIZING NON-FORMAL EDUCATION ACTIVITIES ON EMOTIONAL QUOTIENT OF YOUTHS IN KREDTRAKARN PROTECTION AND OCCUPATIONAL DEVELOPMENT CENTRE. THESIS ADVISOR : ASST.PROF. WIRATHEP PATHUMCHAROENWATTANA, Ph.D., 165 pp.

The purposes of this research were to study and compare effects of organizing non-formal education activities on emotional quotient of youths in Kredtrakarn protection and occupational development centre between the experiment group and control group, and study satisfaction towards the organizing non-formal education activities on emotional quotient of youths in Kredtrakarn protection and occupational development centre. The subjects were 80 Kredtrakarn protection and occupational development centre. They were divided into two groups. 40 students in each group which included experiment and control groups. The instruments for research were emotional quotient evaluation form, non-formal education activities on emotional quotient and satisfaction evaluation form. The collected data were analyzed by arithmetic means, standard deviation and t-test.

The research results were as follows.

1. Experiment group had emotional intelligence higher than the control group at the .01 level of significance.
2. Effects of satisfaction towards the organizing non-formal education activities on emotional quotient of youths in Kredtrakarn protection and occupational development centre had satisfaction of the teacher, place, the research instruments, the duration of experiment, type of activities and content were good level.

Department: Education Policy, Management and Leadership

Field of study: Non-Formal Education

Academic Year: 2007

Student's Signature: *Jakkri Orachun*

Advisor's signature: *Wirathep P. Charoenwattana*

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ตลอดจนการวิจัย รวมทั้งให้กำลังใจ ข้อคิดในการดำเนินชีวิตและการทำงานที่มีประโยชน์แก่ผู้วิจัย เป็นอย่างมาก ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อชัญญา รัตนอุบล ประธานกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.เกียรติวรรณ อมาตยกุล กรรมการสอบที่กรุณาให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย ที่ให้ทุนสนับสนุนการวิจัย เพื่อเผยแพร่งานวิจัย ทำให้ผู้วิจัยมีกำลังใจและความเพียรพยายามในการศึกษาค้นคว้าเพื่อให้งานวิจัยเสร็จสมบูรณ์และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้มากที่สุด

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สิริพันธุ์ สุวรรณมรรคา อาจารย์ ดร.วรรัตน์ อภินันท์กุล และคุณกนกลักษณ์ ชองกิ่ง ที่กรุณาสละเวลาตรวจแก้ไข ให้ข้อเสนอแนะในการแก้ไขปรับปรุง เครื่องมือในการวิจัย รวมทั้งคำปรึกษาและข้อแนะนำอันมีประโยชน์ในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบพระคุณผู้อำนวยการ เจ้าหน้าที่ และเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการทุกคน ที่ได้ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บข้อมูล

ขอขอบพระคุณคุณปู่สมนึก ออรชุน ที่ได้ให้ข้อคิดในการดำเนินชีวิตและอบรมเลี้ยงดูอย่างดี ทำให้ผู้วิจัยมีโอกาสที่ดีในการศึกษา พร้อมทั้งคอยให้การสนับสนุนในทุกๆด้าน ขอขอบคุณ น้องสาว กัลยาณมิตร รุ่นพี่ และรุ่นน้อง ทุกคนที่ให้ความช่วยเหลือต่างๆ เป็นอย่างดีเสมอมา

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณ คุณทัศนีย์ หนูนาคุณ คุณพรพิมล รอดเคราะห์ คุณอารี อิมสมบัติ และคุณหนูนา ที่ให้กำลังใจและความช่วยเหลือในการจัดทำวิทยานิพนธ์ให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

สารบัญ

| บทที่ | หน้า |
|---|------|
| บทคัดย่อภาษาไทย..... | ง |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ..... | จ |
| กิตติกรรมประกาศ..... | ฉ |
| สารบัญ..... | ช |
| สารบัญตาราง..... | ญ |
| บทที่ 1 บทนำ..... | 1 |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา..... | 1 |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย..... | 12 |
| ขอบเขตของการวิจัย..... | 13 |
| คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย..... | 13 |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ..... | 15 |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 16 |
| ตอนที่ 1 แนวคิดทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน..... | 16 |
| 1. ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียน..... | 16 |
| 2. วัตถุประสงค์และความจำเป็นของการศึกษานอกระบบโรงเรียน..... | 19 |
| 3. ประเภทของการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน..... | 22 |
| 4. ลักษณะสำคัญของการศึกษานอกระบบโรงเรียน..... | 23 |
| ตอนที่ 2 กิจกรรมกลุ่ม..... | 25 |
| 1. ความหมายของกลุ่ม..... | 25 |
| 2. ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม..... | 27 |
| 3. ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม..... | 28 |
| 4. จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม..... | 29 |
| 5. คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม..... | 31 |
| 6. ประเภทกลุ่ม..... | 34 |
| 7. ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม..... | 36 |
| 8. เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม..... | 37 |
| 9. ประโยชน์การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม..... | 38 |
| 10. หลักการจัดกิจกรรมกลุ่ม..... | 39 |

| | หน้า |
|--|------|
| 11. ลำดับชั้นของกิจกรรมกลุ่ม..... | 42 |
| 12. กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม..... | 46 |
| ตอนที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์..... | 47 |
| 1. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์..... | 47 |
| 2. องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์..... | 49 |
| 3. ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์..... | 58 |
| 4. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์..... | 59 |
| ตอนที่ 4 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ.... | 68 |
| 1. ประวัติความเป็นมา..... | 68 |
| 2. ความสามารถในการให้บริการ..... | 69 |
| 3. กระบวนการให้ความคุ้มครอง..... | 70 |
| ตอนที่ 5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 71 |
| ตอนที่ 6 กรอบแนวคิดในการวิจัย..... | 88 |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย..... | 89 |
| การออกแบบการวิจัย..... | 89 |
| การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... | 90 |
| ประชากรและตัวอย่างประชากร..... | 91 |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... | 92 |
| การเก็บรวบรวมข้อมูล..... | 94 |
| การวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอข้อมูล..... | 97 |
| บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... | 98 |
| ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในการทำแบบประเมิน ความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนและหลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุม..... | 98 |
| ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของ คะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนของ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม..... | 100 |

| | |
|--|-----|
| ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของ คะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียน และคะแนน การทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนของกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม..... | 101 |
| ตอนที่ 4 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของ คะแนนในการทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม..... | 102 |
| ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการทำแบบประเมิน ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อ เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนา อาชีพบ้านเกร็ดตระการ..... | 104 |
| บทที่ 5 สรุป อภิปรายและเสนอแนะ..... | 105 |
| สรุปผลการวิจัย..... | 108 |
| อภิปรายผลการวิจัย..... | 109 |
| ข้อเสนอแนะ..... | 111 |
| รายการอ้างอิง..... | 113 |
| ภาคผนวก..... | 122 |
| ภาคผนวก ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ..... | 123 |
| ภาคผนวก ข แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต..... | 125 |
| ภาคผนวก ค กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาด ทางอารมณ์..... | 129 |
| ภาคผนวก ง แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนใน สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ..... | 163 |
| ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์..... | 165 |

สารบัญตาราง

| ตาราง | หน้า |
|---|------|
| 1 การสังเคราะห์หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตาม นักการศึกษา..... | 78 |
| 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดย ใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา..... | 82 |
| 3 ตารางเวลาการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาความฉลาดทาง อารมณ์..... | 95 |
| 4 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการทำแบบประเมิน ความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนและหลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุม..... | 98 |
| 5 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนของ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม..... | 100 |
| 6 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียน และคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนของ กลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม..... | 101 |
| 7 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ของคะแนนในการทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม..... | 102 |
| 8 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการทำแบบประเมิน ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อ เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนา อาชีพบ้านเกร็ดตระการ..... | 103 |

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เด็กและเยาวชนเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศในฐานะที่เป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการสืบทอดสังคมต่อไปในอนาคต เด็กและเยาวชนทุกคนจึงเป็นผู้ที่ควรจะได้รับ การอบรมเลี้ยงดู และพัฒนาให้เป็นประชากรที่มีคุณภาพทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพื่อที่เด็กและเยาวชนเหล่านี้จะเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพและทำประโยชน์แก่สังคมต่อไป

แต่ในปัจจุบันผลกระทบจากสภาพความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมทำให้ทุกคนต่างดิ้นรนเพื่อชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ทำให้ความผูกพันกันของคนในครอบครัวและชุมชนลดลง การให้บริการด้านสวัสดิการสังคมของภาครัฐบาลไม่เพียงพอกับความต้องการ ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา เช่น ปัญหาเรื่องค่าครองชีพที่สูงขึ้น การว่างงาน ปัญหาอาชญากรรม ฯลฯ ซึ่งสภาพปัญหาดังกล่าวนี้เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้สถาบันครอบครัวอ่อนแอลง ความสามารถในการดูแลและรับผิดชอบครอบครัวของบิดา มารดาลดลง บางครอบครัวไม่สามารถทำหน้าที่ในการเลี้ยงดูบุตรของตนเองได้หรือทำไม่ได้เต็มที่ หลายครอบครัวแก้ปัญหาโดยการทอดทิ้งเด็กและเยาวชนให้เด็กอาศัยกับญาติหรือบุคคลอื่น หรือให้เด็กทำงานเพื่อหารายได้แก่ครอบครัวก่อนถึงวัยอันควร แทนที่จะพัฒนาเด็กอย่างเหมาะสมตามวัย เป็นผลให้เกิดปัญหาเด็กกำพร้า ปัญหาเด็กเร่ร่อนไร้ที่พึ่ง ปัญหาเด็กยากจน ทำให้เด็กไม่ได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสม เด็กบางส่วนถูกกระทำทารุณ ถูกละเมิดสิทธิจากคนในครอบครัวหรือบุคคลอื่นและประสบปัญหาต่างๆมากมาย (กรมประชาสงเคราะห์, 2543)

นางลักษณีย์ เทพสวัสดิ์ (2545 อ้างถึงใน ศรีสุวรรณ สรศักดิ์, 2542) ได้กล่าวถึงปัญหาของเด็กและเยาวชนที่มักจะพบเห็นอยู่เสมอๆ และเป็นปัญหาทางสังคมอย่างมาก ได้แก่ เด็กเกเร เด็กเร่ร่อน เด็กหนีโรงเรียน เด็กกระทำผิด และเด็กมีความประพฤติไม่ถูกต้องเหมาะสม เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับรายงานของกองทุนคุ้มครองสวัสดิภาพเด็กและเยาวชน กรมประชาสงเคราะห์ (2545 อ้างถึงใน ศรีสุวรรณ สรศักดิ์, 2542) พบว่าในแต่ละปีเด็กและเยาวชนมีปัญหาค่าความประพฤติ ประพฤติตนไม่สมควรแก่วัย และเร่ร่อนขอทานมีเป็นจำนวนมาก นอกจากนี้ยังมีปัญหาเด็กและเยาวชนอีกประการหนึ่งคือปัญหาเด็กและเยาวชนถูกทารุณกรรม ถูกทอดทิ้งปล่อยปละละเลย และถูกปฏิบัติจากสังคมรอบข้างอย่างไม่เป็นธรรม ได้รับความทุกข์ยากลำบากทั้งทางร่างกายและจิตใจ ขาดที่พึ่ง และตกอยู่ในสภาพที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเอง เด็กและเยาวชนเหล่านี้ย่อม

ต้องการความรักความอบอุ่นและที่พึ่งจากสังคม โดยเฉพาะด้านจิตใจ ส่วนมากจะมีสภาพจิตใจที่อ่อนล้า ท้อแท้ เหงื่อหน้าผาก เป็นเหตุให้ดำเนินชีวิตไปในทางที่ผิดหรือกระทำผิดกฎหมายทั้งโดยเจตนาและไม่เจตนา เด็กและเยาวชนดังกล่าวจึงต้องถูกส่งตัวเข้ารับการคุ้มครองดูแลตามกฎหมายเพื่อการบำบัดฟื้นฟู และพัฒนาคุณภาพชีวิตในสถานสงเคราะห์โดย

กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ มีสถานสงเคราะห์เพื่อเป็นที่พักอาศัยแก่เด็กและเยาวชน 2 ประเภทคือ

1. สถานสงเคราะห์ทั่วไป รับเด็กกำพร้าอนาถา ถูกทอดทิ้ง พลัดหลง และครอบครัวแตกแยก
2. สถานแรกรับและสถานคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก รับเด็กเร่ร่อน เด็กถูกทารุณกรรม และเด็กมีปัญหาความประพฤติ

เนื่องจากเด็กและเยาวชนที่ประสบปัญหาและถูกนำตัวมายังสถานดังกล่าวมีเป็นจำนวนมาก ข้อมูลจากกองสงเคราะห์เด็กและบุคคลวัยรุ่น และกองคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก (2545) รายงานจำนวนเด็กและเยาวชนที่เข้ามาอยู่ในสถานสงเคราะห์ทั้งสองประเภทมีจำนวนมากถึง 6,271 คนส่งผลให้สภาพของสถานสงเคราะห์แออัด เด็กไม่ได้รับบริการที่เพียงพอในชีวิตประจำวัน อยู่ภายใต้สภาพกฎเกณฑ์เข้มงวด ส่งผลให้เกิดภาวะเครียด การควบคุมตนเองมีน้อยลง มักแสดงพฤติกรรมทะเลาะวิวาท ก้าวร้าวรุนแรง มีจำนวนมากที่แยกตัวเงียบ ซึมเศร้า (ธีรภา เกษประดิษฐ์, 2544)สอดคล้องกับการสำรวจเพื่อพัฒนางานสุขภาพจิตเด็กด้อยโอกาสไทยของกระทรวงยุติธรรม และกรมสุขภาพจิตพบว่า เด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กส่วนใหญ่รู้สึกอึดอัด เบื่อ ไม่ไว้วางใจใคร ขาดอิสระทางความคิดและการกระทำ ครูหรือเจ้าหน้าที่บางคนไม่เข้าใจความรู้สึก มักจะใช้อารมณ์ในการตัดสินลงโทษ ไม่มีเหตุผล ใช้คำพูดที่หยาบคาย ไม่สุภาพ ตำหนิและตอกย้ำความผิดอยู่เสมอ

จากข้อมูลข้างต้นเห็นได้ว่าเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์ดังกล่าวเป็นเด็กที่ประสบปัญหาหลายด้านแตกต่างกันออกไป เช่น ถูกทอดทิ้ง เร่ร่อน ยากจน กำพร้า ไร้ที่พึ่ง ถูกทารุณกรรม ถูกละเมิดสิทธิ ฯลฯ เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่จึงมักจะมีปัญหาพฤติกรรมในเรื่องต่างๆ ซึ่งสามารถสรุปได้ ดังนี้ (น้ำค้าง คันธรักษ์, 2535)

1. ปัญหาด้านอารมณ์จิตใจ เช่น การทะเลาะวิวาทอย่างรุนแรง รู้สึกเหงา โดดเดี่ยว ซึมเศร้า เก็บตัว ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ ปรับตัวยาก เป็นต้น
2. ปัญหาเรื่องเพศ เช่น เด็กที่มีพฤติกรรมรักร่วมเพศ เป็นต้น

3. ปัญหาพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เช่น ลักขโมย ดื้อรั้น เฉื่อยชา ก้าวร้าว ขาดความรับผิดชอบ ขาดความเป็นระเบียบ เป็นต้น

นอกจากนี้ได้มีการศึกษาสภาพความเป็นอยู่ในปัจจุบันของศิษย์เก่าสถานสงเคราะห์เด็กกรมประชาสงเคราะห์: ศึกษากรณีศิษย์เก่าทำร่วมงานลูกพระประชาบดีคืนสู่เหย้าประจำปี (สุมาลี สุขพัฒน์, 2544) พบว่าเด็กและเยาวชนที่มาจากสถานสงเคราะห์บางส่วนมีปัญหาในการพัฒนาตนเองด้านการตระหนักรู้น้อย จึงทำให้เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์บางส่วนมีความรู้สึกเช่นนั้นอยู่ เช่นเดียวกับนิภา ส. ตูมรสุนทร และคณะ (2539 อ้างถึงใน สุมาลี สุขพัฒน์, 2544) พบว่าเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์มักมีปัญหาเรื่องการเรียน ขาดความกระตือรือร้น เกียจคร้าน ไม่ค่อยให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมต่างๆ ขาดการสร้างแรงจูงใจที่ดี นอกจากนี้เด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์มักขาดความอบอุ่น เฉื่อยชา เก็บตัว และไม่สามารรถเข้ากับผู้อื่นได้ เนื่องจากเด็กมักจะรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจในเรื่องของตนเอง และครุ่นคิดถึงแต่ปัญหาของตนเอง ทำให้ไม่ค่อยนึกถึงผู้อื่นและขาดความเข้าใจในตัวผู้อื่น การให้ความสำคัญในการพัฒนาเรื่องการเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น การให้โอกาสผู้อื่น และส่งเสริมผู้อื่นในทางที่เหมาะสมจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องพัฒนาเด็กและเยาวชน (สุมาลี สุขพัฒน์, 2544)

วิธีการหนึ่งที่จะทำให้เด็กและเยาวชนมีวุฒิทางอารมณ์ที่เข้มแข็ง มองเห็นคุณค่าของตนเอง สามารถเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตและหาทางแก้ไขได้อย่างเหมาะสมก็คือการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งการพัฒนาความสามารถทางอารมณ์นี้ เป็นการพัฒนาความสามารถของเด็กและเยาวชน ในการแก้ไขความขัดแย้งทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้เข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นอย่างแท้จริง ตลอดทั้งการมีสติอยู่ตลอดเวลา (เทอดศักดิ์ เดชคง, 2545)

ความฉลาดทางอารมณ์ หรือ EQ (Emotional Quotient) เป็นความสามารถทางจิตใจที่ทำให้คนเรามีความสุขในชีวิตได้ง่าย มองโลกมองชีวิตด้านบวก สามารถอดทนรอคอย มุ่งมั่นในการกระทำจนกระทำจนบรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้อย่างมีความสุขและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขในสถานการณ์ของชีวิต (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2547) กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ที่ประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. ด้านความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1.1 รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1.2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้

1.1.3 แสดงออกอย่างเหมาะสม

1.2 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น

1.2.1 ใส่ใจผู้อื่น

1.2.2 เข้าใจและยอมรับผู้อื่น

1.2.3 แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบ

1.3.1 รู้จักการให้ รู้จักการรับ

1.3.2 รู้จักรับผิด รู้จักให้อภัย

1.3.3 เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

2. ด้านความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง

2.1.1 รู้ศักยภาพของตนเอง

2.1.2 สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้

2.1.3 มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย

2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

2.2.1 รับรู้และเข้าใจปัญหา

2.2.2 มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม

2.2.3 มีความยืดหยุ่น

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

2.3.1 รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.3.2 กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

2.3.3 แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

3. ด้านความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ความภูมิใจในตนเอง

3.1.1 เห็นคุณค่าในตนเอง

3.1.2 เชื้อมั่นในตนเอง

3.2 ความพึงพอใจในชีวิต

3.2.1 รู้จักมองโลกในแง่ดี

3.2.2 มีอารมณ์ขัน

3.2.3 พพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 ความสงบทางใจ

3.3.1 มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข

3.3.2 รู้จักผ่อนคลาย

นอกจากนี้ สโลเวย์ และ เมเยอร์ (Salovey and Mayer, 1990 อ้างถึงใน วิพงษ์ชัย รุ่งชั้น แก้ว, 2548) ได้เสนอองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 ประการ คือ

1. การตระหนักรู้ตนเอง (Knowing One's Emotion หรือ Self-Awareness) หมายถึง การรับรู้และเข้าใจความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมความรู้สึกได้

2. ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง (Managing Emotion) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมตามสถานการณ์ เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด มีเทคนิคคลายเครียด สกัดความวิตกกังวลรุนแรงได้อย่างรวดเร็วไม่ฉุนเฉียวง่าย ทำให้อารมณ์ชุ่มฉ่ำหายไปโดยเร็ว

3. การรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น (Recognizing Emotion if Other) หมายถึง การเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

4. ความสามารถจูงใจตนเอง (Motivation Oneself) หมายถึง การควบคุมความต้องการจากแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถคอยการสนองความต้องการได้ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ดีกว่า มองโลกในแง่ดี สามารถจูงใจและให้กำลังใจตนเองได้

5. ความสามารถสร้างความสัมพันธ์ (Handling Relationship) หมายถึง ความสามารถสร้างความสัมพันธ์ กับคนรอบข้างได้มีมนุษยสัมพันธ์ดี

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้จากการอบรมเลี้ยงดูและการฝึกฝนทั้งจากตนเองและสังคมรอบข้าง ซึ่งเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์ก็เป็นบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ เพื่อที่จะทำให้สามารถจัดการกับอารมณ์ ความรู้สึก ความขัดแย้งภายในจิตใจ และความเครียดของตนเองได้ดีขึ้น และสามารถเผชิญกับสิ่งที่กดดันและปัญหาในชีวิตได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งที่ทางสถานสงเคราะห์มุ่งเน้น เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้รับการพัฒนาทางด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม อารมณ์ ภายใต้อสภาพจิตใจที่เหมาะสมและสามารถใช้ชีวิตปรับตัวเข้ากับสังคมภายนอกได้อย่างเป็นสุขต่อไป (อรรชร ดิเลกุลอุตมชัย , 2530) ซึ่งสอดคล้องกับที่สุมาลี สุขพัฒน์ (2544) ได้ศึกษาทัศนคติเรื่องความสามารถทางอารมณ์พบว่าเจ้าหน้าที่มีทัศนคติตระหนักถึงความสำคัญในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีค่าเฉลี่ยรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเจ้าหน้าที่เล็งเห็นถึงประโยชน์ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์แก่เด็กในสถานสงเคราะห์ ซึ่งในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จะต้องอาศัยบุคลากรที่เอาใจใส่ในพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ต้องใช้ระยะเวลาในการพัฒนาที่ค่อนข้างยาวนานและต้องทำการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง จึงจะทำให้การพัฒนาเด็กและเยาวชนทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ได้ผลดีและเกิดประโยชน์มากที่สุด

มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงได้ด้วยการคิดด้านบวก ความคิดด้านบวกมีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ มาจนเกือบเรียกได้ว่าเป็นสิ่งเดียวกัน โดยคุณสมบัติข้อแรกและเป็นข้อที่สำคัญที่สุดของคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง คือ การมีความคิดด้านบวก ดังนั้นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จะต้องเริ่มจากการพัฒนาความคิด คำพูด และการกระทำทางด้านบวกก่อนคุณสมบัติข้อใดๆ ทั้งสิ้น เนื่องจากความคิดเป็นจุดเริ่มต้นของการกระทำ และการกระทำใด ถ้าทำเสมอๆ การกระทำนั้นจะกลายเป็นนิสัยของคนเรา และพฤติกรรมต่างๆ จึงเริ่มต้นจากความคิดของเรา ความคิดด้านบวกจึงเป็นจุดเริ่มต้นของการมีความฉลาดทางอารมณ์สูง โดยถ้ามีคุณสมบัติข้อนี้แล้ว คุณสมบัติข้ออื่นๆ ของคนที่มีความฉลาดทาง

อารมณ์สูงก็จะสามารถพัฒนาขึ้นได้ง่าย เช่น ความเชื่อมั่นในตนเอง ความมุ่งมั่น ความอดทน ความเคารพตัวเอง ความเคารพผู้อื่น มนุษย์สัมพันธ์ และความสุข

ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญเป็นอย่างมากในการที่บุคคลจะประสบผลสำเร็จในชีวิตได้ ความฉลาดทางอารมณ์สามารถส่งเสริม ผักผ่อนและเรียนรู้ได้ ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์นั้นควรมีสถานการณ์ที่เหมาะสม คือสถานการณ์ที่บุคคลจะได้เข้าร่วมมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นเพื่อที่จะรับรู้ถึงความรู้สึกของผู้อื่น และให้ผู้อื่นสะท้อนถึงตน เพื่อความเข้าใจตนที่มากขึ้น ฉะนั้นการเลือกใช้กิจกรรมกลุ่มในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนจึงน่าจะเป็นวิธีส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้

เนื่องจากเยาวชนในสถานสงเคราะห์ถือว่าเป็นกลุ่มเป้าหมายทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนดังนั้นหลักสูตรและกิจกรรมที่จัดจึงมักจะใช้แนวคิดทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน เช่น กรมประชาสงเคราะห์ สังกัดกระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม ได้จัดการศึกษา โดยใช้หลักสูตรของสำนักบริหารงานการศึกษานอกโรงเรียน จัดให้มีการสอนแบบการศึกษาผู้ใหญ่สำหรับผู้ไม่รู้หนังสือ หรือไม่จบการศึกษาภาคบังคับ นอกจากนี้ยังได้จัดการศึกษาสายอาชีพเพื่อให้ผู้ที่เข้ารับการสงเคราะห์ได้มีความรู้และทักษะด้านวิชาชีพ สามารถนำไปประกอบอาชีพได้ด้วยตนเอง ไม่ให้กลับมาประกอบอาชีพเดิมอีก (อุไรวรรณ โปธิ, 2540) และจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตให้อยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข (สำนักบริหารงานการศึกษานอกโรงเรียน, 2549)

วิธีการของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีหลายวิธีการ แต่ที่นิยมใช้กันมี 8 วิธี ได้แก่ การอภิปรายเป็นกลุ่ม การอภิปรายเป็นคณะ การระดมพลังสมอง การบรรยายเป็นชุด โดยผู้ทรงคุณวุฒิ การเล่นเกมบทบาทสมมติ การใช้อภิปรายตัวอย่าง การทำงานบูรณาการ และการสาธิต เห็นได้ว่าวิธีการเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งของการจัดกิจกรรมกลุ่มซึ่งเป็นหนึ่งในรูปแบบวิธีการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยมีหลักการสำคัญดังต่อไปนี้

1. ให้ผู้เรียนมีโอกาสร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนอย่างมีชีวิตชีวา
2. ให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์กัน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่กว้างขวาง
3. ให้ผู้เรียนได้ค้นพบข้อเรียนรู้ด้วยตนเอง แทนที่จะใช้วิธีบอกกล่าว เพื่อให้การเรียนรู้ที่มีความหมายแก่ผู้เรียนมากขึ้น
4. ให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์อภิปรายในเรื่องที่เรียน เพื่อช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่ชัดเจน

5. ให้มีการเชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้จากกิจกรรมไปสู่การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อช่วยให้การเรียนรู้เกิดประโยชน์

ในการจัดกิจกรรมกลุ่มให้ได้ตามหลักการสำคัญดังกล่าว จำเป็นต้องใช้วิธีการต่างๆ เข้าช่วย เช่น เกมการสอน บทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง การอภิปรายกลุ่มย่อย แบบต่างๆ (ทิสนา แชมมณี, 2545) สอดคล้องกับวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนอกระบบโรงเรียน ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) กล่าวว่ากิจกรรมกลุ่มช่วยสร้างความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้อง เพราะโดยปกติคนทั่วไปอาจจะคิดว่าตนเองมีความเข้าใจในตนเองไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นช่วยชี้แจงว่าตนเป็นคนอย่างไร ในทางจิตวิทยาแล้วมนุษย์ย่อมเข้าใจตนเอง แต่บางครั้งอาจจะไม่เข้าใจตนเองได้ดีเท่าที่ควร หรือบางครั้งก็เข้าใจตนเองผิดพลาดได้ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนก็มีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม โดยใช้การป้องกันตัวที่แตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้กิจกรรมกลุ่มจึงช่วยมนุษย์ได้โดยเป็นกระจกเงาสະທ້ອນให้เห็นภาคของตนเองทุกๆ ด้าน นอกเหนือไปจากความเข้าใจในตนเองแล้ว กิจกรรมกลุ่มยังสร้างความเข้าใจบุคคลอื่น ทั้งนี้เนื่องจากมนุษย์มีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือ ความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจในบุคคลอื่นจะทำให้เกิดการยอมรับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิกจะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ของแต่ละคนได้เป็นอย่างดี ความสำคัญของกิจกรรมกลุ่มไม่เพียงแต่เสริมสร้างความเข้าใจในตนเองและผู้อื่นเท่านั้น หากแต่ยังสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก ซึ่งนอกจากจะอาศัยความรู้ความสามารถและประสบการณ์สมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่ม คือ ความร่วมมือ ซึ่งถ้าขาดความร่วมมือจะทำให้การทำงานของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นการทำกิจกรรมกลุ่มจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีให้แก่สมาชิกกลุ่มให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น

สรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีความสำคัญในการส่งเสริมและพัฒนาบุคคลให้เกิดความเข้าใจในตนเอง พร้อมทั้งจะมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่นด้วยความเข้าใจ อีกทั้งสามารถพัฒนาและปรับปรุงตนเองให้อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข

เนื่องจากการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์นั้น เป็นการจัดให้บุคคลได้เข้าร่วมกลุ่มกันเพื่อที่จะฝึกฝนหรือร่วมกันวางแผนการกระทำตามเป้าประสงค์ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ขึ้นของตัวบุคคลและกลุ่ม (พรณพิศ บุญญวงค์, 2535)

ความเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์นั้นจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านการรับรู้ความรู้สึกมี การตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่างๆ ของตนเองและผู้อื่นมากขึ้น มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตน มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง เข้าใจตนเอง รู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติที่ดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จาก ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่มจะเห็นได้ว่าตรงกับเป้าหมายของความฉลาดทางอารมณ์ คือพัฒนาทั้ง ตนเองและพัฒนาตนเองเพื่อความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น (โสภภาพรรณ สุขเฟื่องฟู, 2545)

จากผลงานวิจัยระบุว่ากิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านต่างๆ ได้ เช่นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อเสริมสร้างการตระหนักรู้ในตนเอง เข้าใจตนเอง มีวินัยในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ของเทรปปา และไฟร์ค (Treppa and Frike, 1972) ได้ ศึกษาผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการรู้จัก และเข้าใจตนเอง ของสมาชิกจำนวน 11 คน ผลการศึกษาพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจใน ตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ในด้านความสามารถในการควบคุมตนเอง คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การนับ ถือตนเอง การยอมรับตนเองและความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ ความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์และความคิดเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติ ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตน ความสามารถในการควบคุมตนเอง มีคุณธรรม มีความสามารถในการปรับตัว มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรม กลุ่มที่พัฒนาลักษณะบางด้านของความฉลาดทางอารมณ์ดังกล่าว เช่น เมตตา จินดารักษ์ (2525) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียน ที่ได้ฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้น เช่นเดียวกันกับงานวิจัยของ หรรษา แดงภักดี (2536) ซึ่งศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา กลุ่ม ตัวอย่าง คือ นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา เป็น กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ซึ่งกลุ่มทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มและกลุ่มควบคุมให้ ข้อเสนอเทศ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีคุณธรรมมีน้ำใจเป็นนักกีฬาเพิ่มขึ้น มากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อเสนอเทศ พาร์เกอร์ (Parker, 1983) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่มที่ช่วยพัฒนา แรงจูงใจในตนเอง โดยศึกษาผลของการฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-esteem) ของนักเรียนเกรด 4 โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 120 คน แบ่งกลุ่มๆ ละ 30 คน แยกเป็นกลุ่ม ทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองได้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 30 นาที เป็นเวลาติดต่อกัน 8 สัปดาห์ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนด้านความภาคภูมิใจในตนเอง เพิ่มขึ้น งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เช่น ชูตท์ (Shoudt, 1976) ใช้

การฝึกบทบาทสมมติในการฝึกทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักเรียน จำนวน 75 คน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกโดยใช้บทบาทสมมติมีนิสัยเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก บารอน (Baron, 1993 อ้างถึงใน โสภภาพรณ สุขเฟื่องฟู, 2545) ได้ศึกษาความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาระหว่างการทำงานเป็นทีมกับการทำงานคนเดียว โดยการทดลองในการทำงาน และการอยู่ร่วมกันอย่างมีคุณภาพของบุคคลกลับกลุ่มในระยะเวลาอันสั้นในมหาวิทยาลัยแวนเดอร์บิวท์ ผลการศึกษาพบว่า การทำงานเป็นทีมจะทำให้เกิดการดำเนินงานสำเร็จเป็นที่เชื่อถือได้ แตกต่างจากการทำงานคนเดียว การทำงานเป็นทีมจะมีประโยชน์ในด้านการวางแผน การแสดงความคิดเห็นร่วมกันและการแก้ปัญหา การทำงานเป็นทีมทำให้กลุ่มประสบความสำเร็จสูงและการที่จะประสบความสำเร็จสูงนั้นมีองค์ประกอบที่สำคัญคือ กระบวนการกิจกรรมกลุ่ม ได้แก่ ความพยายามในการที่จะพิจารณาในการแก้ปัญหาโดยการที่สมาชิกมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะแสดงออก การเปิดเผยความรู้สึกตนเอง การสื่อสาร ความร่วมมือ และการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อเปรียบเทียบกับคนที่มีสติปัญญาสูง แต่มีความร่วมมือน้อย งานก็จะไม่ประสบผลสำเร็จ

วิธีการและเป้าหมายของกิจกรรมกลุ่มมุ่งเน้นทั้งการเข้าใจตนเองและการส่งเสริมสัมพันธภาพกับผู้อื่น และกิจกรรมกลุ่มเป็นกระบวนการที่ในแต่ละกิจกรรมจะมีการให้ข้อมูลกลับกับผู้เข้าร่วม (โสภภาพรณ สุขเฟื่องฟู, 2545) เพื่อให้เข้าใจกิจกรรมนั้นๆ ว่าส่งผลอย่างไร ความต่อเนื่องและระยะเวลาในการทำกิจกรรม จะทำให้การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เกิดขึ้นแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยจึงเห็นว่าการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม จะเป็นอีกวิธีหนึ่งที่เหมาะสมในการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ โดยเฉพาะการนำไปพัฒนากลุ่มเด็กและเยาวชนที่มีแนวโน้มว่าจะมีปัญหาทางด้านความฉลาดทางอารมณ์ เช่นเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์

ในการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการจัดกิจกรรมกลุ่มในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ทั้งนี้เนื่องจากการสัมภาษณ์ กนกลักษณ์ ซองกิ่ง (2550) พบว่า เยาวชนที่นี่ยังมีปัญหาด้านขาดความมั่นใจในตนเอง มีปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกที่ไม่เหมาะสม ปัญหาเรื่องมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การมองโลกในแง่ร้าย ไม่พอใจในสิ่งที่ตนเองมีอยู่ ซึ่งปัญหาเหล่านี้ คือ ปัญหาด้านความฉลาดทางอารมณ์ อีกทั้งสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพแห่งนี้มีเป้าหมายในการให้บริการฟื้นฟูสภาพจิตใจ เพื่อมุ่งพัฒนาสภาพจิตใจ บุคลิกภาพ ผ่อนคลายจากความกังวลสร้างเสริมความเคารพและเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจน

ปลูกฝังลักษณะนิสัยให้มีความรับผิดชอบต่อตัวเอง ผู้อื่นและสังคม สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคม และดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม การอบรมธรรมะและด้าน ศิลธรรม ทั้งยังมีงานวิจัยที่มุ่งพัฒนาและเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์บางด้านให้แก่เยาวชน ในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการอยู่เสมอ เช่นอรรถ ดิลกอุดมชัย (2530) ทำการศึกษาความคาดหวังต่อสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อการปรับตัวของตนเอง ศึกษา เฉพาะกรณีผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่สถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ ในงานวิจัยชี้ให้เห็นว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้จากการอบรมเลี้ยงดูและการฝึกฝนทั้งจาก ตนเองและสังคมรอบข้าง ซึ่งเยาวชนในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ(เดิม) เป็นบุคคลอีก กลุ่มหนึ่งที่สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ เพื่อที่จะทำให้สามารถจัดการกับอารมณ์ ความรู้สึก ความขัดแย้งภายในจิตใจ และความเครียดของตนเองได้ดีขึ้น และสามารถเผชิญกับสิ่ง ที่กีดกันและปัญหาในชีวิตได้อย่างเหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งที่ทางสถานสงเคราะห์มุ่งเน้น เพื่อให้เด็ก และเยาวชนได้รับการพัฒนาทางด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม อารมณ์ ภายใต้อสภาพจิตใจที่ เหมาะสม และสามารถใช้ชีวิตปรับตัวเข้ากับสังคมภายนอกได้อย่างเป็นสุขต่อไป เช่นเดียวกับวีระ เทพ ปทุมเจริญวัฒนา (2538) ทำการวิจัยเรื่อง “ผลของการฝึกอาสาสมัครและสมาธิตามแนวคิดนี้โอ ฮิวแมนนิสต่อการเพิ่มคุณค่าในตนเองของสตรีในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ” ซึ่ง ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีสภาพอารมณ์ด้านบวก มีพฤติกรรมที่แสดงถึง ความเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง หรืองานวิจัยของอรุณญา ต้อยคัมภีร์ (2536) ที่ ทำการศึกษาผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสต่อการเพิ่มความมุ่งหวังในชีวิตของหญิงในสถาน สงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ที่แสดงให้เห็นว่า เยาวชนที่ประสบปัญหาจากการถูกหลอกมาบังคับใช้แรงงาน ถูกบังคับหรือแสวงหาประโยชน์ใน ธุรกิจบริการทางเพศ หรือกระทำผิดซึ่งต้องเข้ารับการคุ้มครองในสถานสงเคราะห์สมควรได้รับการ ดูแลเอาใจใส่ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา สังคม และทักษะทางด้านต่างๆ ตามที่เด็กใน แต่ละช่วงวัยสมควรจะได้รับเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนได้อย่างเต็มที่ ภายใต้อภาวะแวดล้อมที่ เหมาะสม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและพัฒนาจิตใจให้เป็นปกติสุข เมื่อต้องออกไปใช้ชีวิตร่วมกับ ผู้อื่นในสังคมภายนอกก็สามารถปรับตัวเข้ากับคนในสังคมได้

งานวิจัยดังกล่าวมีความมุ่งหวังในการเพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถาน คุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ แต่มุ่งเน้นเพียงด้านใดด้านหนึ่ง เช่น ความภูมิใจใน ตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การปรับตัว ซึ่งไม่ได้เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ครบ ทุกด้าน จากการศึกษาองค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า กรมสุขภาพจิต กระทรวง สาธารณสุข (2543) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 3 ด้าน คือความดี ความเก่ง และความสุข ซึ่งครอบคลุมความฉลาดทางอารมณ์ครบทุกด้าน ผู้วิจัยมีความสนใจใน

การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ด้านนี้ โดยใช้กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เน้นการจัดกิจกรรมกลุ่มมาช่วยพัฒนาเพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้น กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่เน้นการจัดกิจกรรมกลุ่มจึงเป็นอีกแนวทางหนึ่งในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ เพื่อให้เยาวชนมองโลกมองชีวิตด้านบวก สามารถอดทนรอคอย มุ่งมั่น จนบรรลุเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้ได้ และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขในทุกสถานการณ์ของชีวิต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

สมมติฐานการวิจัย

กิจกรรมกลุ่ม สามารถทำให้ สมาชิกกลุ่มมีการค้นพบตัวเอง เกิดความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า และมองผู้อื่นว่ามีคุณค่า กิจกรรมกลุ่มทำให้สมาชิกของกลุ่มได้รับประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อม สมาชิกได้ร่วมทำกิจกรรมด้วยกัน สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังมีคุณค่าด้านการพัฒนาในด้านต่างๆ โดยเฉพาะด้านอาชีพ และความเจริญงอกงามทางความรู้ ด้านการวินิจฉัย ด้านการบำบัด และมีคุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชนด้วย

บุญศรี จันทนาเจริญเลิศ (2530) ได้ศึกษาถึงผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนที่มีการปรับตัวกับเพื่อนต่ำ แบ่งเป็นกลุ่มทดลองได้รับการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม และกลุ่มควบคุมได้รับการสอนแบบปกติเกี่ยวกับการปรับตัวกับเพื่อน ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีคะแนนการปรับตัวกับเพื่อนสูงขึ้นกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ สอดคล้องกับโสภาพรรณ สุขเฟื่องฟู (2545) ทำการวิจัยเรื่องการใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพปี 1 โรงเรียนพลวิทยการ สุขทัยที่พ่อแม่ตอบสนองอารมณ์ด้านลบของบุตรแตกต่างกัน เพื่อเปรียบเทียบความฉลาดทาง

อารมณ์ของนักเรียนระหว่างกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มและกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม พบว่านักเรียนกลุ่มที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

จากงานวิจัยและแนวคิดดังกล่าวผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมติฐานว่าเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม การศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ จะมีความฉลาดทางอารมณ์ สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทาง อารมณ์

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการ ที่ตั้ง 34/1 หมู่ 2 ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี ที่เข้ารับการคุ้มครอง พ.ศ. 2549 จำนวน 550 คน

2. ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วย

2.1 ตัวแปรต้น คือ กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้าง ความฉลาดทางอารมณ์

2.2 ตัวแปรตาม คือ คะแนนที่ได้จากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของ กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง การจัดกิจกรรมทาง การศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้หลักกิจกรรมกลุ่มเพื่อเพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้จาก การสังเคราะห์ของผู้วิจัย (ตามตารางที่ 1) โดยมีหลักการในการจัดดังนี้

1. ผู้เรียนมีโอกาสร่วมกิจกรรมมากที่สุด
2. ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์กัน
3. ผู้เรียนได้ค้นพบข้อเรียนรู้ด้วยตนเอง
4. ผู้เรียนได้วิเคราะห์หรืออภิปรายในเรื่องที่เรียน
5. เชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้จากกิจกรรมไปสู่การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มที่ได้จากการสังเคราะห์ของผู้วิจัย (ตามตารางที่ 2) มี 4 ขั้นตอน คือ

1. **ขั้นการมีส่วนร่วม** ผู้ที่เข้ามาเป็นสมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในฐานะผู้ปฏิบัติกิจกรรมหรือแสวงหาคำตอบที่ต้องการรู้ร่วมกันกับสมาชิกคนอื่นๆ โดยมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติอย่างแท้จริง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ เพื่อนำไปวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่สมาชิกได้ปฏิบัติร่วมกัน
2. **ขั้นวิเคราะห์** เมื่อสมาชิกกลุ่มได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมแล้ว จะร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่กำลังเรียนรู้ ซึ่งทำให้เกิดการขยายความรู้และประสบการณ์ อีกทั้งยังสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และส่งผลให้สมาชิกรู้จักตนเองมากขึ้น
3. **ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ** สมาชิกในกลุ่มนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน มาสรุปเป็นหลักการและข้อค้นพบใหม่ของกลุ่ม
4. **ขั้นประเมินผล** สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถทางอารมณ์ ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ซึ่งกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) กำหนดไว้มีองค์ประกอบ 3 ด้านคือ

1. **ด้านความดี** หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม
2. **ด้านความเก่ง** หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
3. **ด้านความสุข** หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

เยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ หมายถึง เยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ อายุระหว่าง 15 – 18 ปีที่เข้ารับการคุ้มครอง พ.ศ. 2549

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ
2. เป็นแนวทางในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เยาวชนในสถานสงเคราะห์
3. เป็นแนวทางในการศึกษาวิธีการในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่เยาวชนในสถานสงเคราะห์



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งกลุ่มเนื้อหาออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 แนวคิดทางการศึกษจากระบบโรงเรียน
- ตอนที่ 2 กิจกรรมกลุ่ม
- ตอนที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์
- ตอนที่ 4 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ
- ตอนที่ 5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 แนวคิดทางการศึกษจากระบบโรงเรียน

1. ความหมายของการศึกษจากระบบโรงเรียน

การศึกษาเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์เป็นเครื่องมือสำคัญที่จะพัฒนาคนซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ โดยทั่วไปเรามักเข้าใจคำว่า การศึกษา คือ การเรียนในระบบโรงเรียนหรือในสถาบันการศึกษาเท่านั้น การศึกษาในระบบโรงเรียนเป็นเครื่องแบ่งชั้นของคนในสังคมและไม่ช่วยให้มนุษย์มีศักดิ์ศรีและคุณค่าเท่าเทียมกัน ได้มีนักการศึกษาเป็นจำนวนมาก วิจารณ์การศึกษาในระบบโรงเรียน เช่น เปาโล แฟร์ (Paulo Friere) และอีวาล อิลลิช (Ivan Illich ,2001) ได้มีความเห็นใกล้เคียงกันว่า การศึกษาในระบบโรงเรียน เป็นการศึกษาคือการครอบงำความคิดของผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนช่วยตัวเองไม่ได้ คนกลุ่มน้อยเท่านั้นที่ได้รับประโยชน์จากการศึกษาในระบบโรงเรียน และเป็นการแบ่งชนชั้น ศักดิ์ศรี และความสามารถของผู้เรียน ซึ่งตามแนวความคิดของนักการศึกษาดังกล่าวได้มีอิทธิพลต่อการจัดการศึกษาในรูปแบบของการศึกษจากระบบโรงเรียน สำหรับความหมายของการศึกษจากระบบโรงเรียนนั้นได้มีผู้ให้ความหมายไว้หลากหลายดังนี้

ฟิลลิป เอช คูมส์ (Phillip H. Coombs, 1993 อ้างถึงใน จันทรพีญ เนียมอินทร์, 2529) กล่าวว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง กิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นนอกระบบการศึกษาภาคปกติ ไม่ว่าจะกิจกรรมจะจัดขึ้นเป็นกิจกรรมต่างหาก หรือจัดเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งของกิจกรรมใหญ่ๆ อื่นๆ เป็นกิจกรรมที่มุ่งบริการกลุ่มผู้เรียน ที่ได้กำหนดเป็นเป้าหมายและอย่างมีความมุ่งหมาย ตัวอย่างเช่น สถานเลี้ยงเด็กก่อนวัยเรียน (ยกเว้นโรงเรียนอนุบาล) โรงเรียนที่มุ่งให้โอกาสแก่ผู้ไม่มีโอกาสได้รับการศึกษาเมื่ออยู่ในวัยที่ควรได้รับการศึกษา หรือที่ต้องออกจากโรงเรียนก่อนกำหนด (Second Chance) โรงเรียนผู้ใหญ่ กิจกรรมลูกเสือ อนุภาชาต ยุวกสิกร กลุ่มสนใจดนตรี การฝึกฝนอาชีพ กลุ่มกสิกร ฯลฯ

เดวิด ไคลน และโทมัส บี คิน (David Kline and Thomas B. Keehn, 1970 อ้างถึงใน จริญญา พาณิชย์ผลินไชย, 2527) ให้คำจำกัดความว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนเหมือนกับ การศึกษาที่เรียกว่า การศึกษานอกระบบ การศึกษาผู้ใหญ่ การศึกษาชีวิต การศึกษาเบ็ดเสร็จ ซึ่งหมายถึง ชนิดของการศึกษาที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อเป็นทางเลือก หรือส่งเสริมการศึกษาในระบบโรงเรียนหรือเป็นการศึกษาที่จัดขึ้นเพื่อช่วยปิดช่องว่างของประชากรจำนวนมาก ซึ่งไม่สามารถจะรับบริการจากระบบการศึกษาในโรงเรียนได้อย่างเต็มที่ เมื่อเปรียบเทียบกับการศึกษาในระบบโรงเรียนแล้ว การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการศึกษาที่ยืดหยุ่นได้ง่าย

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2545) หมวด 3 ระบบการศึกษา มาตรา 15 ได้กำหนดรูปแบบการจัดการศึกษามี 3 รูปแบบ คือ การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย

1. การศึกษาในระบบ เป็นการศึกษาที่กำหนดจุดมุ่งหมาย วิธีการศึกษา หลักสูตร ระยะเวลาของการศึกษา การวัดผลและประเมินผล ซึ่งเป็นเงื่อนไขของการสำเร็จการศึกษาที่แน่นอน

2. การศึกษานอกระบบ เป็นการศึกษาที่มีความยืดหยุ่น ในการกำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบ วิธีการจัดการศึกษา ระยะเวลาของการศึกษา การวัดและประเมินผล ซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญของการสำเร็จการศึกษาโดยเนื้อหาและหลักสูตรจะต้องมีความเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของบุคคลแต่ละกลุ่ม

3. การศึกษาตามอัธยาศัย เป็นการศึกษาที่ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ด้วยตนเอง ตามความสนใจ ศักยภาพ ความพร้อม และโอกาส โดยศึกษาจากบุคคล ประสบการณ์ สังคม สภาพแวดล้อม สื่อ หรือแหล่งความรู้อื่นๆ

พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551 (สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย, 2551) เล่ม 125 ตอนที่ 41 มาตรา 4 ให้ความหมาย การศึกษานอกระบบ หมายความว่า กิจกรรมการศึกษาที่มีกลุ่มเป้าหมาย ผู้รับบริการและวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ที่ชัดเจน มีรูปแบบ หลักสูตร วิธีการจัดและระยะเวลา เรียนหรือฝึกอบรมที่ยืดหยุ่นและหลากหลายตามสภาพความต้องการและศักยภาพในการเรียนรู้ ของกลุ่มเป้าหมายนั้นและมีวิธีการวัดผลและประเมินผลการเรียนรู้ที่มีมาตรฐานเพื่อรับคุณวุฒิทาง การศึกษา หรือเพื่อจัดระดับผลการเรียนรู้

รัตนา พุ่มไพศาล (2528) ให้ความหมายการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า เป็นการศึกษาลำหรับผู้ที่ขาดโอกาสที่จะศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนภาคปกติ เป็นการศึกษาที่จัดให้กับประชาชน เพื่อเขาจะได้ศึกษาเล่าเรียนสิ่งต่างๆ ตามที่เขาต้องการเรียน

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (2529) ให้ความหมายว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นกิจกรรมทางการศึกษาใดๆ ที่จัดขึ้นอย่างมีระบบ แต่จัดขึ้นนอกเหนือจากระบบโรงเรียนภาคปกติ ทั้งนี้ไม่ว่าจะแยกออกเป็นกิจกรรมหนึ่งต่างหาก หรือเป็นส่วนสำคัญของกิจกรรมหลักก็ตามโดยมีความมุ่งหมายที่จะให้บริการต่อประชากรได้รับการเรียนรู้ ทั้งเยาวชนและผู้ใหญ่

เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2530) กล่าวว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นกิจกรรมการศึกษาที่ไม่มีรูปแบบแน่นอน จัดขึ้นตามความเหมาะสมและความต้องการผู้เรียน โดยยึดแนวคิดที่ว่า การศึกษาคือชีวิต ชีวิตคือการศึกษา มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้รู้จักใช้ความคิด รู้จักตัดสินใจ รู้จักเรียนรู้ด้วยตนเอง ช่วยเหลือตนเอง รวมทั้งให้ผู้เรียนมีอิสรภาพจากสิ่งแวดล้อมมากที่ที่สุด

อุ้นตา นพคุณ (2523) ให้ความหมายการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่าหมายถึงกิจกรรมหรือโครงการใดๆ ที่สถาบันต่างๆ ในสังคมจัดขึ้นโดยมีเจตนาและวัตถุประสงค์ที่จะให้การเรียนรู้แก่ประชากรที่สามารถจะกำหนดเป้าหมายได้ ผู้รับการศึกษาก็มีเจตนา หรือวัตถุประสงค์ในการที่จะรับการเรียนรู้ กิจกรรมดังกล่าวจัดให้แก่ประชากรทุกเพศ ทุกวัย ทุกชุมชน และทุกระดับ การศึกษา เพื่อให้บุคคลดังกล่าวมีความรู้ ทักษะคติ และค่านิยมที่ว่า กิจกรรมทางการศึกษาต้องจัดในระยะเวลาอันสั้น หลักสูตรยืดหยุ่น ตอบสนองความต้องการ ความสนใจของผู้เรียนและแก้ปัญหาชุมชน

วิลโลว์ ตั้งจิตสมคิด (2531) สรุปว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง กิจกรรมและประสบการณ์ทางการศึกษาทั้งหลาย ทั้งปวงที่จัดขึ้นนอกระบบโรงเรียนภาคปกติให้แก่คนทุกเพศทุกวัย เพื่อมุ่งที่จะยกระดับคุณภาพชีวิตและคุณธรรมของบุคคลให้สูงขึ้น

อังศุมาลิน สมรรคเสวี (2545) สรุปว่าการศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นรูปแบบหนึ่งของการศึกษาตลอดชีวิต มีกิจกรรมการศึกษาที่สอดคล้องกับสภาพปัญหา และความต้องการของผู้เรียน เป็นการเปิดโอกาสให้คนส่วนใหญ่ มีโอกาสได้รับความรู้ ทักษะ ประสบการณ์ ตามความต้องการและความสนใจ โดยไม่จำกัดเวลา โอกาส สถานที่ วัย เพศ ของผู้เรียน และช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของบุคคล ชุมชน สังคมให้สูงขึ้น

จากความหมายเกี่ยวกับการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่กล่าวมานั้น สรุปได้ว่าการศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมการศึกษาทุกประเภทที่จัดขึ้นเพื่อขยายโอกาสทางการศึกษาให้แก่ประชาชนที่ไม่ได้อยู่ในระบบโรงเรียน ซึ่งจัดให้มีรูปแบบที่หลากหลายยืดหยุ่น ประชาชนสามารถเลือกได้ตามความสนใจ และเหมาะสมกับสภาพความจำเป็นของแต่ละกลุ่ม ชุมชน สังคม เพื่อให้ประชาชนทุกคนได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์และมีโอกาสพัฒนาความรู้ ความสามารถ ซึ่งจะช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้สูงขึ้น

2. วัตถุประสงค์และความจำเป็นของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

การจัดการศึกษาต้องมีการกำหนดจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์ เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติความมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์ของการศึกษานอกระบบโรงเรียนนั้น ได้คำนึงถึงสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคม เป็นการขยายโอกาสให้แก่ผู้ที่ยอยู่นอกโรงเรียน และช่วยให้ประชาชนมีความรู้พื้นฐาน ทักษะในการประกอบอาชีพ และทราบข้อมูลข่าวสาร เพื่อนำมาพัฒนาตนเอง ได้มีผู้รู้ได้ให้ความคิดเห็นในเรื่องนี้ ดังนี้

สุนตา นพคุณ (2523) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยแยกประเภท ดังนี้

1. พัฒนาคุณภาพของประชากรการศึกษานอกระบบโรงเรียนต้องการให้ประชากรได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ ในเรื่องต่อไปนี้

1.1 เกิดความรู้เพิ่มขึ้น มิใช่เพียงอ่านออกเขียนได้ แต่มีความรู้ทางเศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง อนามัย ให้ประชากรเกิดการพัฒนาความรู้ความเข้าใจ

1.2 เกิดเจตคติที่ดี ปฏิบัติเจตคติที่ดีตั้งแต่เล็กจนถึงวัยชรา เป็นแนวทางสร้างคนให้คิดแบบประชาธิปไตย

1.3 เกิดทักษะหรือความชัดเจนในชีวิต เพื่อปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมและมีทักษะทางอาชีพ

2. พัฒนาวัตถุดิบและสภาพแวดล้อม การศึกษานอกระบบโรงเรียนให้ความรู้ ส่งเสริมให้ประชาชนเข้าใจ ปัญหาตนเองและสภาพแวดล้อม และนำทรัพยากรมาพัฒนาตนเองและชุมชน

3. เพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา โดยให้บุคคลทุกเพศทุกวัย ทุกชนชั้น ได้รับการศึกษาตามที่ควรได้รับ เพื่อช่วยตนเองและสังคมซึ่งเป็นสิทธิที่เขาควรได้รับ

4. เพื่อให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม

5. เพื่อรักษาและถ่ายทอดวัฒนธรรม

ธำรง บัวศรี (2531 อ้างถึงใน วิไล ตั้งจิตสมคิด, 2531) กล่าวถึงความมุ่งหมายของการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนว่า

1. เพื่อให้ประชาชนอ่านออกเขียนได้ควบคู่ไปกับการประกอบอาชีพ

2. เพื่อสอนด้านอาชีพศึกษา นำไปปรับปรุงงานอาชีพของตน หรือเตรียมตัวสำหรับการประกอบอาชีพต่อไป

3. เพื่อฝึกอบรมวิชาชีพเพิ่มเติมแก่ผู้ที่ประกอบอาชีพอยู่แล้ว และต้องการปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของวิทยาการสมัยใหม่เพื่อความก้าวหน้ายิ่งขึ้น

4. เพื่อฝึกอบรมให้ได้รับการพัฒนาการของบ้านเมือง

5. เพื่อฝึกอบรมให้เป็นพลเมืองดี มีความรับผิดชอบทางการเมือง เช่น รู้จักหน้าที่ของพลเมือง การเสียภาษี การใช้สิทธิทางการเมือง เป็นต้น

6. ฝึกอบรมในด้านศีลธรรมและวัฒนธรรม ตลอดจนนันทนาการ

จรรยา พาณิชผลินไชย (2527) ได้กำหนดความมุ่งหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียนดังนี้

1. เพื่อฝึกอบรมให้ผู้เรียนเป็นคนคิดเป็น

2. เพื่อให้ผู้เรียนได้มีเครื่องมือในการแสวงหาความรู้ต่อไป

3. เพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนได้นำความรู้ ทักษะและทักษะที่จำเป็นไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม

วิเชียร เกตุสิงห์ (2531) ได้กล่าวถึงการจัดการศึกษาว่า การจัดการศึกษาที่จัดให้แก่เด็กที่ด้อยโอกาสนั้นควรมีความยืดหยุ่น มีการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนที่หลากหลาย โดยเฉพาะการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่จะนำมาทดแทน หรือเสริมช่วยการศึกษาในระบบที่มีอยู่นั้นยังไม่ได้

มีการพัฒนาให้มีหลายๆ รูปแบบ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพของเด็กกลุ่มเหล่านั้น และเพื่อตอบสนองอย่างจริงจังในการแก้ปัญหาการขาดโอกาสทางการศึกษา

สุมาลี สังข์ศรี (2533) ได้กล่าวถึงเหตุผลและความจำเป็นในการจัดการศึกษานอกระบบให้แก่กลุ่มเป้าหมายเฉพาะนั้น ถ้ามองในภาพรวมอาจกล่าวได้ว่ากลุ่มเป้าหมายเฉพาะเหล่านี้ต่างมีคุณลักษณะบางประการที่แตกต่างไปจากกลุ่มเป้าหมายโดยทั่วไป เช่น อาจมีสภาพความเป็นอยู่ที่มีลักษณะเฉพาะของตน บางกลุ่มอาจมีพื้นฐานความรู้ที่ต่างออกไป บางกลุ่มอาจมีประสบการณ์ในการประกอบอาชีพมาก ขณะที่บางกลุ่มมีน้อยหรือยังไม่มีเลย บางกลุ่มอาจมีความสนใจเฉพาะเรื่องเป็นพิเศษ บางกลุ่มอาจมีเงื่อนไขทางขนบธรรมเนียมประเพณีต่างไปจากกลุ่มเป้าหมายทั่วไป เป็นต้น เพราะฉะนั้น การจัดการศึกษานอกระบบในลักษณะกลางๆ เหมือนกันหมดให้แก่กลุ่มเป้าหมาย โอกาสที่กลุ่มเป้าหมายเฉพาะเหล่านี้จะได้ประโยชน์ย่อมเป็นไปได้น้อยมาก เพราะกิจกรรมที่จัดให้อาจจะไม่ตรงกับความสนใจ อาจจะไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่ของเขา อาจจะต้องขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณีของเขา อาจจะไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นอยู่ของเขา อาจจะไม่เหมาะกับระดับอายุของพวกเขา เป็นต้น เมื่อเป็นเช่นนั้น กลุ่มเป้าหมายเหล่านี้ก็จะมองไม่เห็นประโยชน์ ไม่เห็นคุณค่าและความจำเป็นของ กิจกรรมการศึกษานอกระบบที่จัดให้ และในที่สุดพวกเขาก็ไม่สนใจที่จะเข้าร่วมก็กลายเป็นปัญหาหนึ่งของการศึกษานอกระบบ ที่หน่วยงานต่างๆ พยายามหาทางแก้ไขมาเป็นเวลานาน คือ การพยายามจัดการศึกษานอกระบบให้มีความยืดหยุ่น สามารถปรับให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ทั้งนี้เพื่อให้สนองต่อความต้องการที่แท้จริงของกลุ่มเป้าหมายให้สอดคล้องกับสภาพพื้นบ้าน สภาพความเป็นอยู่ และสังคมสิ่งแวดล้อมของกลุ่มเป้าหมายให้มากที่สุด ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงต้องมีการจัดการศึกษานอกระบบให้แก่กลุ่มเป้าหมายเฉพาะกลุ่มต่างๆ ขึ้น

พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551 (สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย, 2551) เล่ม 125 ตอนที่ 41 มาตรา 7 ได้กำหนดเป้าหมายของการศึกษานอกระบบในเรื่องดังต่อไปนี้

1. ประชาชนได้รับการศึกษาอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาศักยภาพกำลังคนและสังคม ที่ใช้ความรู้และภูมิปัญญาเป็นฐานในการพัฒนา ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความมั่นคง และคุณภาพชีวิตทั้งนี้ ตามแนวทางการพัฒนาประเทศ

2. ภาคีเครือข่ายเกิดแรงจูงใจและมีความพร้อมในการมีส่วนร่วมเพื่อจัดกิจกรรมการศึกษา

3. ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์และเทียบโอนผลการเรียนกับการศึกษาในระบบและการศึกษานอกระบบ

โดยสรุปวัตถุประสงค์และความจำเป็นของการศึกษานอกระบบโรงเรียน คือการจัดการศึกษาแก่ผู้ที่พลาดโอกาสได้รับการศึกษาในระบบโรงเรียน ให้ได้รับการศึกษาอันจำเป็นตามสภาพการดำรงชีวิต อันจะนำไปสู่ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เพื่อให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตและอาชีพ ตลอดจนนำความรู้ ทักษะคติและทักษะที่จำเป็นไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

3. ประเภทของการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน

มีการแบ่งประเภทของเนื้อหาวิชาที่จัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้หลายประเภท และหลายหน่วยงาน เช่น คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้แบ่งประเภทการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ 5 ประเภท โดยคำนึงถึงกลุ่มเป้าหมายดังนี้ (อาชัญญา รัตนอุบล, 2542)

1. การศึกษาแม่และเด็กหรือการศึกษาครอบครัว เป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นแม่และเด็ก
2. กิจกรรมองค์กรเยาวชน เป็นการจัดการศึกษาให้แก่เยาวชนอันเป็นกำลังของประเทศ
3. การศึกษาผู้ใหญ่ เป็นการจัดการศึกษาให้ผู้ใหญ่ที่มีอายุ 15 ปี ขึ้นไป เพื่อเสริมความรู้ใช้เวลาช่วงว่างให้เกิดประโยชน์และนำมาใช้กับชีวิตประจำวัน
4. การศึกษาชุมชน เป็นการจัดการศึกษาให้แก่ชุมชน เพื่อให้เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพัฒนาในทุกๆ ด้าน
5. การศึกษาพิเศษและการศึกษาต่อเนื่อง เป็นการจัดการศึกษาให้กลุ่มชนในสภาพแวดล้อมแตกต่างกันในสังคม เช่น กลุ่มชนในพื้นที่ห่างไกล เป็นต้น

จรรยา พาณิชย์ผลินไชย (2527) แบ่งประเภทของการศึกษานอกระบบโรงเรียนสรุปได้ 3 ประเภท ดังนี้ คือ

1. การให้ความรู้สำหรับเป็นรากฐานในการดำรงชีวิต เป็นการศึกษาที่ช่วยให้ผู้เรียนคิดเป็นรูปแบบการศึกษาประเภทนี้ เช่น การศึกษาผู้ใหญ่สายสามัญระดับ 1-5 การศึกษาผู้ใหญ่แบบเบ็ดเสร็จ เป็นต้น
2. การเพิ่มพูนความรู้ และทักษะที่เป็นประโยชน์ในการดำรงชีวิต เป็นการศึกษาที่ช่วยให้ผู้เรียนพัฒนางานอาชีพ และความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

3. การให้ข้อมูลข่าวสารที่ทันเหตุการณ์ เป็นการศึกษาสำหรับผู้ที่ไม่มีโอกาสได้รับการศึกษาทั้งในระบบโรงเรียนและนอกระบบโรงเรียน โดยให้ผู้เรียนนำข้อมูลข่าวสารไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน ส่งเสริมความคิด ป้องกันการลืมนั่งสือ กิจกรรมประเภทนี้ เช่น การจัดห้องสมุดประชาชน วิทยุ เป็นต้น

โดยสรุปแล้วการศึกษานอกระบบโรงเรียนสามารถแบ่งประเภทของการจัดการศึกษาเป็น 3 ประเภทหลักๆ ดังนี้

- 1) การศึกษาพื้นฐาน เป็นการจัดการศึกษาสายสามัญทั่วไป เทียบเท่ากับระดับชั้นประถมศึกษาจนถึงมัธยมศึกษา สอนเน้นหนักในทางวิชาการ เพื่อให้ผู้เรียนอ่านออกเขียนได้
- 2) การศึกษาด้านทักษะอาชีพ เป็นการจัดการศึกษาและฝึกอบรมทักษะวิชาชีพในสาขาต่างๆ ที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนและความต้องการของตลาดเศรษฐกิจ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะที่จะสามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพได้ต่อไปในอนาคต
- 3) การศึกษาทั่วไป เป็นการให้ข่าวสารและความรู้ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตความเป็นอยู่และชีวิตประจำวันของผู้คนในด้านต่างๆ เช่น สุขภาพอนามัย คุณธรรมจริยธรรม การอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นต้น เพื่อให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น

4. ลักษณะสำคัญของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

อาชัญญา รัตนอุบล (2542) ได้สรุปลักษณะสำคัญของการศึกษานอกระบบโรงเรียน ดังนี้

1. โครงสร้างและรูปแบบการจัด มีลักษณะยืดหยุ่น มีการจัดกิจกรรมที่ไม่แน่นอนแตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์ของผู้จัดและผู้รับบริการ
2. หลักสูตรและเนื้อหาวิชา สร้างขึ้นจากความต้องการและความสนใจของผู้เรียนปรับสภาพของผู้เรียน และมักเป็นหลักสูตรระยะสั้น นำความรู้ไปใช้ได้กับชีวิตจริง
3. การเรียนการสอนมีความแตกต่างหลากหลายจัดเป็นชั้นเรียน หรือไม่เป็นชั้นเรียนก็ได้ หรือจัดแบบกลุ่มสนใจ มีการสาธิตใช้สื่อพื้นบ้าน ส่งเสริมการเรียนรู้และผู้เรียนมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง
4. การจัดกิจกรรมและโครงการที่ยืดหยุ่น เน้นความต้องการและความสนใจของผู้เรียน มุ่งให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง นำทรัพยากรในท้องถิ่นมาใช้ในการเรียนการสอน
5. ระยะเวลาที่จัด ยืดหยุ่น เหมาะสม และสะดวกกับผู้จัดและผู้รับบริการ
6. ผู้สอน อาจเป็นครู หรืออาสาสมัคร หรือผู้เชี่ยวชาญ ที่มีประสบการณ์จากการประกอบอาชีพก็ได้

7. ผู้เรียนมีความสนใจไม่มีการบังคับ ผู้เรียนสมัครใจ
8. สถานที่ ขึ้นอยู่กับความเหมาะสม อาจเป็นห้องเรียน วัด ห้องสมุด ได้ต้นไม้
9. การรับรองความสามารถและคุณวุฒิของผู้เรียน ส่วนใหญ่จะเป็นใบรับรองว่าผ่านการอบรม ผลตอบแทนมิได้เน้นที่ใบรับรองแต่อยู่ที่ผลที่ได้รับและการนำไปแก้ปัญหา
10. หน่วยงานและสถาบันที่จัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีทั้งหน่วยงานของรัฐ เอกชน สมาคม มูลนิธิ และอาสาสมัครต่างๆ ที่เห็นความสำคัญของการศึกษานอกระบบโรงเรียน สำหรับกลุ่มเป้าหมายต่างๆ ในสังคม

ทวีป อภิลิทธิ์ (2523) สรุปลักษณะของการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ ดังนี้

1. เกี่ยวกับรูปแบบ การศึกษานอกระบบโรงเรียนไม่ยึดติดกับรูปแบบ เป็นการจัดเพื่อสนองความต้องการของผู้เรียน และเป็นการช่วยเสริมให้การศึกษาในระบบโรงเรียนสมบูรณ์มากขึ้น
2. สถาบันที่รับผิดชอบ มีหลายสถาบันทั้งรัฐและเอกชน
3. หลักสูตร ยืดหยุ่นมาก มีการใช้เทคโนโลยีต่างๆ เข้าช่วย และสร้างหลักสูตรจากความต้องการของผู้เรียน
4. วิธีสอน แตกต่างตามความเหมาะสม เช่น วิธีการฝึกอบรม การสาธิต การใช้สื่อต่างๆ
5. ครูผู้สอน อาจใช้ครูที่เชี่ยวชาญในสาขาวิชาโดยตรง หรือผู้มีประสบการณ์ในวิชานั้นๆ
6. เนื้อหาวิชา มีทั้งทฤษฎีและปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือทั้งสองอย่าง
7. ระยะเวลา ขึ้นกับชนิดและลักษณะของวิชา ไม่กำหนดอายุผู้เรียนและเวลาขึ้นกับความสมัครใจไม่มีการบังคับ
8. ความยืดหยุ่นของการจัด จัดเพื่อสนองความต้องการของผู้เรียน วัน เวลา สถานที่ หลักสูตร ยืดหยุ่นได้มาก
9. การปรับระดับ อาจพัฒนาไปสู่การศึกษาในระบบ
10. ความสามารถและวุฒิ มักมีการประเมินผลระยะสั้นๆ วุฒิบัตร หรือประกาศนียบัตรไม่ถือเป็นสิ่งสำคัญ ความรู้ความสามารถขึ้นกับตัวผู้เรียน

พระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พ.ศ. 2551 (สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย, 2551) เล่ม 125 ตอนที่ 41 มาตรา 6 กล่าวถึงหลักการสำคัญของการศึกษานอกระบบดังต่อไปนี้

1. ความเสมอภาคในการเข้าถึงและได้รับการศึกษาอย่างกว้างขวาง ทั่วถึง เป็นธรรมและมีคุณภาพเหมาะสมกับสภาพชีวิตของประชาชน

2. การกระจายอำนาจแก่สถานศึกษาและการให้ภาคีเครือข่ายมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้

โดยสรุปแล้ว ลักษณะสำคัญของการศึกษานอกระบบโรงเรียน คือ การจัดการศึกษาที่มีความยืดหยุ่นในการกำหนดจุดมุ่งหมาย รูปแบบ วิธีการจัดการศึกษา ระยะเวลาของการศึกษารวมทั้งการวัดและประเมินผล โดยเนื้อหาและหลักสูตรที่จัดขึ้นสำหรับผู้เรียนนั้นจะมีความเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม

ตอนที่ 2 กิจกรรมกลุ่ม

1. ความหมายของกลุ่ม

กัลลี (Gully, 1963) กล่าวว่า กลุ่มมีความหมายลึกซึ้งกว่าการที่บุคคลมาอยู่ร่วมกัน แต่กลุ่มจะต้องประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ มีวัตถุประสงค์ร่วมกันและวัตถุประสงค์นั้นจะต้องสนองความต้องการของสมาชิกแต่ละคนด้วย มีผลของการทำงานจากความร่วมมือของสมาชิกทุกคนในกลุ่ม มีการสื่อสารทางวาจาหรือมีความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกวิธีใดวิธีหนึ่ง

คาร์ทไรท์ (Cartwright, 1968 อ้างถึงใน เปรมาใจ บุญประสพ, 2545) กล่าวถึงความหมายของกลุ่ม ว่าหมายถึงบุคคลจำนวนหนึ่ง ซึ่งมีปฏิสัมพันธ์กันและกัน มีการแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดซึ่งกันและกัน

เคมปี (Kemp, 1965) กล่าวว่า กลุ่มประกอบไปด้วยบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปมารวมกัน มีปฏิสัมพันธ์และพึ่งพาอาศัยกัน มีผลประโยชน์ร่วมกัน มีความพอใจ มีการยอมรับและเคารพในความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและมีความรู้สึกปลอดภัยเมื่ออยู่ในกลุ่ม

ชอว์ (Shaw, 1981) ได้ให้ความหมายของกลุ่ม สรุปได้ว่า บุคคลสองคนหรือมากกว่ามีปฏิสัมพันธ์กันในลักษณะที่แต่ละบุคคลมีอิทธิพลและได้รับอิทธิพลซึ่งกันและกัน

จำเนียร ช่างโชติ (2520) ได้กล่าวว่า กลุ่มจะต้องเกิดจากบุคคลอย่างน้อยที่สุด 2 คนขึ้นไปประกอบกัน กลุ่มจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน หมายความว่าทั้งกลุ่มและบุคคลแยกกันไม่ได้จะต้อง

เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน มีปฏิริยาตอบโต้กันทั้งด้านความคิด กิริยาท่าทาง การกระทำ หรือคำพูด มีความสนใจร่วมกัน เพื่อสมาชิกจะได้รับประโยชน์ร่วมกัน มีแบบแผนต่อกันเพื่อให้กลุ่มบรรลุ จุดมุ่งหมายอย่างเดียวกันจะต้องมีการกำหนดหน้าที่ แบ่งความรับผิดชอบและระเบียบกฎเกณฑ์ ต่างๆ เป็นแนวทางให้สมาชิกปฏิบัติ

กมลรัตน์ หล้าสุวรรณ (2527) กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมาอยู่ ร่วมกันในสังคมโดยมีลักษณะสำคัญต่างๆ ร่วมกัน หรือมีลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนี้

1. มีการรับรู้ร่วมกันในสังคม
2. มีแรงจูงใจอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน
3. มีเป้าหมายอย่างเดียวกันหรือมีเป้าหมายร่วมกัน
4. มีค่านิยม หรือปทัสถานของกลุ่มที่จะควบคุม และกำหนดพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่ม ให้เป็นระเบียบ
5. มีการเกี่ยวข้องปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม
6. มีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน
7. มีการสื่อสารทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทาง

ศุภวดี บุญญวงส์ (2527) ได้สรุปความหมายของกลุ่มไว้ว่า

1. กลุ่มจะต้องประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป
2. สมาชิกภายในกลุ่ม มีการปฏิสัมพันธ์กัน พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีความสัมพันธ์กัน ทางด้านจิตใจ
3. การปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกจะมีจุดมุ่งหมายร่วมกัน
4. กลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการของสมาชิก

คมเพชร ฉัตรสุภากุล (2530) ได้อธิบายธรรมชาติของกลุ่มว่า กลุ่ม หมายถึง การรวมตัวของ บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป เพื่อทำงานร่วมกันและให้บรรลุจุดมุ่งหมายอันเดียวกัน (Common Goal) ส่วนฝูงชน (A crowd) เป็นเพียงการมารวมกันโดยมิได้ทำกิจกรรมอื่นใดเลย และกลุ่มชน (A mob) หมายถึง กลุ่มที่ไม่มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันและแต่ละคนขาดความเป็นตัวของตัวเอง แต่สำหรับกลุ่มนั้นสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน สร้างบุคลิกลักษณะ สร้างพลังของความ สำนึกในการเป็นสมาชิกของกลุ่มซึ่งจะต้องมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ โดยมีจุดมุ่งหมายในเชิงนิ มาน

พรรณพิศ วาณิชการ (2535) ได้กล่าวว่า กลุ่ม หมายถึง บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปที่มีการกระทำร่วมกันเพื่อบรรลุสู่เป้าหมายร่วมกันและเป็นการอยู่ร่วมกันในลักษณะที่มุ่งสนองความต้องการบางประการของแต่ละบุคคล

จากความหมายของกลุ่มดังที่ได้มีผู้กล่าวมาแล้วข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า กลุ่ม หมายถึง การที่บุคคลมาอยู่ร่วมกันตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปโดยมีปฏิสัมพันธ์กัน มีวัตถุประสงค์ร่วมกัน ให้ความสนใจในสิ่งเดียวกัน ร่วมกันทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์อย่างเดียวกัน

2. ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) กล่าวถึง ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่ม ดังนี้

1. บุคคลแต่ละคนมีความสามารถพิเศษในตนเอง แม้ว่าความสามารถจะแตกต่างกันออกไป แต่ก็ทำให้บุคคลสามารถช่วยเหลือกลุ่ม โดยการนำความสามารถเหล่านั้นมาใช้กับการทำงานกลุ่ม นำมาส่งเสริมการทำงานร่วมกันเป็นผลดีต่อประสิทธิภาพของการทำงานโดยส่วนรวม
2. ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม จะส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มได้พัฒนาความสามารถพิเศษขึ้นมาแล้วนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่มได้ จะเห็นได้ว่าสมาชิกในกลุ่มจะช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้รับโอกาสในการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการทำงานร่วมกับบุคคลอื่นๆ ได้
3. บุคคลแต่ละคนจะมีอิทธิพลต่อกกลุ่ม และในขณะเดียวกันกลุ่มก็จะมีอิทธิพลต่อบุคคลแต่ละคนเช่นกัน จากกระบวนการในกลุ่มนี้เองจะทำให้สมาชิกเรียนรู้การรู้จักให้ (Give) และการรู้จักรับ (Take) ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่ควรจะต้องปลูกฝัง
4. กลุ่มจะช่วยส่งเสริมบุคคลให้มีการพัฒนาทัศนคติทางสังคมในทางที่ดี เนื่องจากการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มนั้น บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้ทัศนคติทางสังคมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ปรัชญาพื้นฐานของกลุ่มได้เน้นถึงความแตกต่างของบุคคลแต่ความแตกต่างดังกล่าวสามารถนำมาช่วยเหลือกลุ่ม เป็นประโยชน์ต่อกกลุ่มและตนเอง นอกจากนี้กลุ่มจะช่วยส่งเสริมให้มีทัศนคติทางสังคมในทางที่ดีด้วย

3. ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เคมปี (Kemp, 1965) กล่าวว่าไว้ว่า กิจกรรมกลุ่ม เป็นกระบวนการที่ทำให้ทุกคนได้มีโอกาสรวมกันเป็นกลุ่มเพื่อแก้ปัญหา หรือเพื่อกระทำกรอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยมีวัตถุประสงค์ที่แน่นอน

คาร์ทไรท์ และแซนเดอร์ (Carwright and Zander, 1968) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่มเป็นการนำเอาวิธีการต่างๆ เช่น บทบาทสมมติ สถานการณ์จำลอง เกม การอภิปรายกลุ่ม การสังเกต และการให้ข้อวิจารณ์ซึ่งกันและกันเพื่อช่วยในการตัดสินใจร่วมกัน

โอห์ลเซน (Ohlsen, 1970) ได้ให้ความหมายของกิจกรรมกลุ่ม 2 ประการ ดังนี้

1. กิจกรรมกลุ่มที่ผู้เป็นผู้นำเป็นผู้ให้ข้อมูลรายละเอียดต่างๆ แก่สมาชิกหรือผู้นำการอภิปรายเพื่อที่สมาชิกได้บรรลุถึงความมุ่งหมายต่างๆ ของกลุ่ม โดยปกติผู้นำกลุ่มแบบนี้จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับการศึกษา อาชีพ และสังคม และส่งเสริมให้สมาชิกในกลุ่มนำข้อมูลเหล่านั้นมาอภิปรายเพื่อประโยชน์สำหรับตนเอง เช่น การปฐมนิเทศ การปัจฉิมนิเทศ หรือกิจกรรมต่างๆ ที่จัดในชั่วโมง เป็นต้น ในการทำกิจกรรมกลุ่มแบบนี้ครูจะเป็นผู้ดำเนินการวางแผนให้กับสมาชิก เป็นต้น

2. กิจกรรมกลุ่มต่างๆ ที่สมาชิกเป็นผู้ดำเนินการ คือ ได้วางแผนร่วมกันจัดขึ้นเอง เช่น กลุ่มอภิปรายในเรื่องต่างๆ ที่นักเรียนสนใจ หรือกิจกรรมเสริมหลักสูตร เป็นต้น

ทองเรียน อมรัชกุล (2520) กล่าวว่า กลุ่มจะต้องประกอบไปด้วยบุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปรวมกันอยู่โดยมีวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันซึ่งสมาชิกแต่ละคนจะมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อันก่อให้เกิดประโยชน์แก่สมาชิกและสังคมต่อไป ส่วนวิธีการที่นำไปใช้ในกลุ่มจะมีองค์ประกอบและกระบวนการที่แตกต่างกันออกไป เช่น กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มฝึกอบรม (T-Group) และกลุ่มฝึกความรู้สึกไว (Sensitivity Group)

ศุภวดี บุญญวงค์ (2527) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) หมายถึง การร่วมกันวางแผน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างสมาชิกต่อสมาชิกกลุ่ม หรือสมาชิกต่อกลุ่ม หรือกลุ่มต่อสมาชิกซึ่งมีผู้นำกลุ่มที่ได้รับการฝึกฝนเป็นอย่างดีช่วยส่งเสริมสนับสนุนให้สมาชิกมีการปฏิสัมพันธ์ (Interaction) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกได้พัฒนาบุคลิกภาพที่เป็นประโยชน์ต่อการทำงานกลุ่ม ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานกลุ่ม และกลุ่มได้ประสบผลสำเร็จในการทำงานด้วย

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การนำประสบการณ์มาวางแผนแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสิ่งที่สมาชิกต้องการและการเปลี่ยนแปลงส่วนรวม ผู้นำจะสามารถทำงานให้มีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อเขาได้เรียนรู้วิธีการที่จะช่วยอำนวยความสะดวกให้เกิดปฏิสัมพันธ์อย่างสร้างสรรค์ระหว่างสมาชิกแต่ละคน โดยวิธีการดังกล่าวแล้ว ประสบการณ์ในกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในตัวบุคคลทุกคน และกลุ่มที่จะดำเนินไปด้วยความสามารถตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

พรรณพิศ วาณิชยการ (2535) กล่าวว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การกระทำกิจกรรมร่วมกันของบุคคลในกลุ่มซึ่งร่วมกันวางแผนงานตามเป้าประสงค์และจัดประสบการณ์ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่พึงประสงค์ขึ้นทั้งในตัวบุคคลและในกลุ่ม

อำนาจ กังเทเวศน์ (2543) ได้สรุปความหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า หมายถึง บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปอยู่รวมกันเป็นกลุ่มมีการกระทำร่วมกันในจุดหมายเดียวกันมีบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน สร้างประสบการณ์ร่วมกันในการทำกิจกรรมทั้งกิจกรรมที่มีผู้นำดำเนินการให้ข้อมูลหรือแนวทางในการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม หรือสมาชิกในกลุ่มร่วมกันดำเนินกิจกรรมนั้นเองเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่สมาชิกในกลุ่มตั้งเป้าหมายเอาไว้

จากความหมายของกิจกรรมกลุ่มดังกล่าวมาแล้ว พอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง กระบวนการที่เกิดจากบุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์ร่วมกัน มาร่วมกันในการวางแผนกระทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์กันเพื่อให้บรรลุในวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ร่วมกันโดยมีการวิเคราะห์พฤติกรรมของสมาชิกและผู้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเอง และได้ทำการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี

4. จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม

เบนเนทท์ (Bennett, 1963) ได้สรุปจุดมุ่งหมายโดยทั่วไปของกิจกรรมกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกของกลุ่มได้เรียนรู้ทางด้านการศึกษา อาชีพ สังคม และส่วนตัว จากการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เช่น การปฐมนิเทศนักเรียนที่เข้าใหม่ การศึกษาชีวิตการทำงานและปัญหาของการปรับตัวต่ออาชีพ การได้มีโอกาสศึกษาปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเป็นกลุ่มจะช่วยให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้เป็นที่ยอมรับของสังคมได้

2. ก่อให้เกิดผลทางการบำบัดรักษา จากการที่สมาชิกของกลุ่มได้มีโอกาสระบายความเครียดทางอารมณ์ทำให้สมาชิกเข้าใจและได้ข้อคิดในการแก้ปัญหาต่างๆ มากขึ้น รวมทั้งได้มีโอกาสศึกษาปัญหาที่คล้ายคลึงกันในบรรยากาศที่โอนอ่อนผ่อนตามและนำมาปรับปรุงบุคลิกภาพและวิถีทางชีวิตของตนเอง นอกจากนี้กลุ่มยังเปิดโอกาสให้สมาชิกแต่ละคนวินิจฉัยปัญหาของตนเองและผู้อื่น
3. ช่วยให้ผู้คลบบรรลุจุดมุ่งหมายของการแนะแนวอย่างประหยัดและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
4. ช่วยให้การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลมีประสิทธิภาพมากขึ้น เพราะกลุ่มช่วยให้เข้าใจปัญหาและลักษณะต่างๆ ไปของปัญหา

แทรกซ์เลอร์และนอร์ท (Traxler and Nort .1979 อ้างถึงใน ทองเรียน อมรชกุล, 2520) กล่าวถึง จุดมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่ม ไว้ว่า

1. เพื่อให้การศึกษอบรรณแก่บุคคลที่ยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในมหาวิทยาลัย หรือในโรงเรียนโดยการจัดโครงการ เช่น ปฐมนิเทศนักเรียนใหม่ หรือนำไปจัดในรูปแบบของการแนะแนวได้ตลอดทั้งปี
2. เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ที่แตกต่างไปจากประสบการณ์ที่ได้รับจากหลักสูตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียนเพื่อพัฒนาประสิทธิภาพในการศึกษาเล่าเรียน
3. เพื่อเป็นรากฐานที่จะนำไปสู่การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล เพราะทำให้นักเรียนคุ้นเคยกับครูแนะแนวในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรม
4. เพื่อการปรับตัว การบำบัดรักษาและความเจริญงอกงามของบุคคลในกลุ่ม นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังสามารถนำมาเป็นเครื่องมือช่วยในการแก้ไขเรื่องส่วนตัวได้ เช่น การปรับปรุงบุคลิกภาพ การพัฒนาทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ เป็นต้น

คมเพชร ฉัตรสุภากุล (2530) กล่าวถึง ความมุ่งหมายของกิจกรรมกลุ่มไว้ ดังนี้

1. เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองอย่างถูกต้อง โดยปกติคนทั่วไปอาจจะคิดว่าตนเองมีความเข้าใจในตนเองไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นช่วยชี้แจงว่าตนเป็นคนอย่างไร ในทางจิตวิทยาแล้วมนุษย์ย่อมเข้าใจตนเอง แต่บางครั้งอาจจะไม่เข้าใจตนเองได้ดีเท่าที่ควร หรือบางครั้งก็เข้าใจตนเองผิดพลาดได้ ทั้งนี้เพราะว่าแต่ละคนก็มีการปรับตัวกับสิ่งแวดล้อม โดยใช้กบวิธานการป้องกันตัวที่แตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้กิจกรรมกลุ่มก็อาจช่วยมนุษย์ได้โดยเป็นกระจกเงาสะท้อนให้เห็นภาคของตนเองทุกๆ ด้าน

2. เพื่อสร้างความเข้าใจบุคคลอื่น มนุษย์มีความต้องการที่จะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งคือ ความเข้าใจในสมาชิกของกลุ่ม ความเข้าใจในบุคคลอื่นจะทำให้เกิดการยอมรับ พฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา ดังนั้นในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกันของสมาชิก จะเปิดโอกาสให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ของแต่ละคนได้เป็นอย่างดี

3. เพื่อสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิก ซึ่งนอกจากจะอาศัย ความรู้ความสามารถและประสบการณ์สมาชิกแต่ละคนแล้ว สิ่งที่สำคัญและมีความหมายต่อความสำเร็จของกลุ่ม คือ ความร่วมมือซึ่งถ้าขาดความร่วมมือที่จะทำให้การทำงานของกลุ่มไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร ดังนั้นการทำกิจกรรมกลุ่มจึงมีจุดมุ่งหมายที่จะเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดีให้แก่สมาชิกกลุ่มให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น

จากจุดมุ่งหมายดังกล่าว พอสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยส่งเสริมให้บุคคลได้มีโอกาสเรียนรู้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้สร้างความเข้าใจในตนเอง เข้าใจผู้อื่น ตลอดจนเพื่อให้บุคคลได้มีการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาตนเองในทางที่พึงประสงค์

5. คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม

พนม ลีมาอารีย์ (2522) ได้กล่าวถึง คุณค่าการเข้าสังคมกิจกรรมกลุ่ม ไว้ว่า

1. กลุ่มเป็นสนามสำหรับประลองฝีมือของบุคคล โดยบุคคลได้อาศัยกลุ่มเพื่อทดลองหรือแสดงความสามารถ
2. กลุ่มจะเป็นที่แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เจตคติ ความคิดเห็นและผู้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม จะได้ผลจากการเข้ากลุ่มในการปรับปรุงเจตคติ นิสัยใจของตนเอง โดยมีสมาชิกเป็นกำลังใจซึ่งกันและกัน
3. กลุ่มช่วยให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้สึกปลอดภัย ให้ความอบอุ่น ให้กำลังใจ ให้ความรัก เป็นเครื่องมือบำรุงขวัญของสมาชิกด้วย ทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความรู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เป็นที่รักและได้รับการยกย่องจากกลุ่ม ช่วยให้ผู้เข้าร่วมกลุ่มมีความเข้าใจตนเอง เกิดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย เชื่อมมั่นในตนเอง เกิดความรู้สึกว่าตนเป็นบุคคลหนึ่งที่มีคุณค่าและอยากทำประโยชน์ให้กับกลุ่มมากยิ่งขึ้น
4. กลุ่มช่วยส่งเสริมพลังทางร่างกาย เช่น การออกกำลังกายเป็นกลุ่ม หรือการฝึกหัดสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกมีความอดทน

ศุภวดี บุญญวงษ์ (2527) ได้กล่าวถึง คุณค่าของกิจกรรมไว้ ดังนี้

1. คุณค่าด้านการพัฒนา

1.1 กิจกรรมกลุ่มสามารถตอบสนองความต้องการพื้นฐานของนักเรียนได้ ซึ่งความต้องการเหล่านี้ ได้แก่ ต้องการให้ผู้เรียนยอมรับ ยกย่อง เคารพในศักดิ์ศรีและคุณค่าของตนเอง ต้องการความอบอุ่น ความมั่นคงและปลอดภัย ถ้าหากกิจกรรมกลุ่มมีประสิทธิภาพก็จะส่งผลให้นักเรียนมีความรู้สึกที่ตนประสบความสำเร็จ เคารพในคุณค่าของตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง และให้ความร่วมมือในกิจกรรมกลุ่มอย่างเต็มที่

1.2 พัฒนาการทางด้านสังคมและอารมณ์ของนักเรียน ช่วยให้เกิดความเห็นอกเห็นใจ ยอมรับผู้อื่น เรียนรู้กระบวนการให้และการรับ ซึ่งเป็นพื้นฐานความเข้าใจเบื้องต้นของการอยู่ร่วมกันในสังคม รู้จักวิธีควบคุมอารมณ์ของตน มีความอดทน มองโลกในแง่ดี มีน้ำใจเป็นนักกีฬา และสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้

1.3 พัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับค่านิยม ทศนคติ และปทัสถานของสังคม จากกรณีพิพาทสัมพันธภาพในกลุ่มนักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับความคาดหวังของกลุ่มที่มีต่อตนเองทั้งพฤติกรรมและทัศนคติ เพื่อเป็นแนวทางประกอบการตัดสินใจเลือกสิ่งที่ดีและเหมาะสมที่สุด

1.4 พัฒนาค่านิยมเกี่ยวกับอาชีพ การที่นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มจะช่วยให้ทราบข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับอาชีพ มีการเตรียมวางแผนเกี่ยวกับอาชีพของตนเองในอนาคต ได้เรียนรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลด้านความสามารถ ความสนใจ ฐานะทางเศรษฐกิจ ซึ่งมีส่วนสัมพันธ์กับการตัดสินใจเลือกอาชีพที่แตกต่างกันของบุคคล

1.5 พัฒนาความสามารถและทักษะต่างๆ ซึ่งนักเรียนได้ใช้และฝึกความสามารถตลอดจนทักษะต่างๆ อย่างเต็มที่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เช่น การพูดในสาธารณชน การอภิปรายกลุ่ม และการวางแผนงาน

2. คุณค่าด้านการวินิจฉัย ผู้นำกิจกรรมกลุ่มสามารถสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของนักเรียนขณะที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทำให้เข้าใจนักเรียนได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ทราบถึงพฤติกรรมที่เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกลุ่ม เพื่อจะได้หาวิธีปรับปรุงแก้ไขและให้ความช่วยเหลือต่อไป สำหรับนักเรียนเองได้มีโอกาสศึกษาตนเองจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มทำให้ทราบเกี่ยวกับขอบเขตความสามารถของตนเอง เพื่อจะได้เข้าใจและยอมรับตนเองอย่างใกล้ชิดเคียงกับความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น

3. คุณค่าด้านการบำบัด การจัดกิจกรรมกลุ่มเป็นวิธีการบำบัดอย่างหนึ่ง เพื่อช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหาเป็นกรณีพิเศษและต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด การได้มีโอกาสทำงานร่วมกับผู้อื่น เผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งช่วยให้เขาเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่นเพิ่มขึ้น และปรับปรุงลักษณะนิสัยของตน

4. คุณค่าต่อสถานศึกษาและชุมชน เมื่อนักเรียนพัฒนาในด้านต่างๆ จากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ย่อมส่งผลให้การทำงานกลุ่มในสถานศึกษามีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น วัตถุประสงค์ต่างๆ ได้มาก นักเรียนก็จะเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสถานศึกษา และนั่นคือการเป็นสมาชิกที่ดีของชุมชนด้วยเช่นกัน

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) กล่าวว่า คุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม (Values in Group Activies) นอกเหนือจากความสำเร็จของกิจกรรมที่ทำแล้ว กิจกรรมกลุ่มยังมีคุณค่าด้านอื่นๆ อีกได้แก่

1. คุณค่าในด้านพัฒนาการ (Developmental Values) กิจกรรมกลุ่มสามารถสร้างพัฒนาการให้กับบุคคลในกลุ่มเป็นอย่างดี กิจกรรมแต่ละประเภทสนองความพึงพอใจของบุคคลแตกต่างกันไป คุณค่าด้านพัฒนาการที่เกิดขึ้น มีดังต่อไปนี้

1.1 การสนองความต้องการพื้นฐานของบุคคล เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ความต้องการความปลอดภัย ต้องการการยอมรับจากหมู่คณะ

1.2 มีการสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมเมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม เขาจะได้มีโอกาสเรียนรู้เรื่องการปฏิบัติตนในสังคมและในขณะเดียวกันเขาจะเรียนรู้เรื่องการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ด้วย

1.3 การพัฒนาด้านทัศนคติ ความสนใจ ความสามารถ และปกติวิสัยทางสังคม ในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม บุคคลจะต้องมีทัศนคติที่ดีต่อบุคคลอื่น มีการเคารพบุคคลอื่นจึงจะทำให้อยู่ร่วมกับกลุ่มได้ ถ้าหากไม่มีคุณสมบัติดังกล่าวแล้วจะทำให้ไม่สามารถปรับตัวได้กับสมาชิกในกลุ่ม นอกจากนี้แล้วในขณะที่บุคคลมีความซาบซึ้งในกิจกรรมต่างๆ อาจจะพัฒนาความสนใจที่แน่นอนเมื่อมีการปฏิบัติงานในกลุ่ม บุคคลมักจะได้ทำงานบางอย่าง ซึ่งเท่ากับได้พัฒนาความสามารถที่มีอยู่ในตัวบุคคลให้ดีขึ้น นอกจากนี้แล้วยังช่วยให้บุคคลที่มาจากครอบครัวต่างกัน ได้เรียนรู้เรื่องของสังคม ความสามารถแสดงพฤติกรรมให้เหมาะสมนั้นหมายความว่า มีความเข้าใจในเรื่องปกติวิสัยของสังคม (Social Norm) ดีขึ้น

1.4 คุณค่าด้านอาชีพ กิจกรรมกลุ่มบางประเภทไม่ใช่จะให้ข้อเสนอแนะทางอาชีพเท่านั้น แต่จะให้ประสบการณ์ที่เป็นประโยชน์ต่ออาชีพต่างๆ เช่น ดนตรี ศิลปะ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น ความสำเร็จในการประกอบอาชีพของบุคคลจะขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีต กล่าวคือ การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างประสบการณ์และอาชีพ ถ้าหากความสัมพันธ์นั้นเป็นไปได้อย่างดี ย่อมจะแสดงให้เห็นว่ามีโอกาสจะประกอบอาชีพได้ดี ดังนั้นจึงทำให้เห็นว่าประสบการณ์ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน มีคุณค่าต่อการเลือกอาชีพของนักเรียน

1.5 ความเจริญงอกงามด้านความรู้และทักษะ ในขณะที่นักเรียนได้มีโอกาสทำงานเป็นกลุ่มนั้น อาจจะได้รับความรู้และทักษะบางประการ เช่น การพูดในที่สาธารณะ การอภิปรายกลุ่ม กฎระเบียบในการทำงานเป็นหมู่คณะ การประสานงาน เป็นต้น กลุ่มความสนใจที่นักเรียนเป็นสมาชิก อาจจะเป็นด้านการละคร การเขียน การกีฬา การถ่ายรูป ก็ย่อมจะช่วยให้ นักเรียนมีทักษะเฉพาะอย่างดีขึ้น สรุปแล้วอาจจะกล่าวได้ว่า นักเรียนที่เข้ากลุ่มย่อยจะได้รับโอกาสอันดีมีประโยชน์

2. คุณค่าด้านการวิจัย (Diagnostic Values) สำหรับผู้นำกลุ่ม เมื่อมีการทำกิจกรรมกลุ่ม จะทำให้มีโอกาสที่จะสังเกตสมาชิกในกลุ่มแต่ละคนทำให้ได้รับความเข้าใจอย่างดีในตัวสมาชิก

3. คุณค่าในด้านการบำบัด (Therapeutic Values) ในการรวมกลุ่มของบุคคลนั้นจะมีค่าต่อการบำบัดได้เป็นอย่างดี ในโรงพยาบาลและคลินิกจะนำวิธีการกลุ่มไปใช้ในการรักษาคนไข้ โดยทำการบำบัดทางจิตวิทยากับคนไข้เป็นกลุ่ม (Group Psychotherapy) สำหรับโรงเรียน ผู้เรียนมีปัญหาคล้ายคลึงกันอาจจะได้รับความช่วยเหลือโดยการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) แต่สำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเพียงเล็กน้อย จะได้รับประโยชน์จากกิจกรรมกลุ่ม เช่น การแก้ปัญหาทางอารมณ์ การพัฒนานิสัยของตนเอง เป็นต้น

4. คุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชน (Value to the School and Community) นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจะมีโอกาสในการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ทำให้เป็นบุคคลที่มีความสามารถ มีคุณค่า สร้างประโยชน์ให้แก่โรงเรียนและชุมชนได้

จากคุณค่าของกิจกรรมกลุ่ม ดังที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า สมาชิกกลุ่มจะมีการค้นพบตัวเอง เกิดความรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่า และมองผู้อื่นว่ามีคุณค่า กิจกรรมกลุ่มทำให้สมาชิกของกลุ่มได้รับประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อม สมาชิกได้ร่วมทำกิจกรรมด้วยกัน สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้ นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังมีคุณค่าด้านการพัฒนาในด้านต่างๆ โดยเฉพาะด้านอาชีพ และความเจริญงอกงามทางความรู้ ด้านการวินิจฉัย ด้านการบำบัด และมีคุณค่าต่อโรงเรียนและชุมชนด้วย

6. ประเภทกลุ่ม

นิภา วิจิตรศิริ (2525) ได้แบ่งประเภทของกลุ่มไว้ดังนี้

1. กลุ่มฝึกอบรม (T. Group or Training Group) กลุ่มชนิดนี้มีจุดมุ่งหมายให้สมาชิกทุกคนตระหนักถึงความรู้สึกที่เป็นอยู่ การใช้ทักษะเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การสื่อสาร ซึ่งจะทำให้สมาชิกสามารถดำเนินการหาทางของตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. กลุ่มฝึกอบรมความไวในการรับรู้ (Sensitivity Training Group) กลุ่มชนิดนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อฝึกทักษะในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่างๆ เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น เช่น การรับรู้ความรู้สึกนึกคิดเหตุผลที่เป็นของตนเองและผู้อื่น โดยเชื่อว่าการพัฒนาทักษะการรับรู้นี้จะส่งเสริมให้บุคคลเกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับตนเองและปรับปรุงตนเอง รวมทั้งเข้าใจความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้อื่น

3. กลุ่มฝึกอบรมทักษะพื้นฐาน (BST-Group or Basic Skill Training Group) กลุ่มชนิดนี้บางครั้งเรียกว่า กลุ่มฝึกอบรมเพื่อนมนุษย์สัมพันธ์ (Training Human Relations Laboratory) เป็นการสร้างสมาชิกให้มีทักษะเบื้องต้นในด้านมนุษยสัมพันธ์

4. กลุ่มฝึกฝนทดลอง (Laboratory Training Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นโครงการสำหรับสมาชิกที่อยู่ประจำจัดขึ้นเพื่อมุ่งจัดให้มีประสบการณ์เพิ่มพูนความเข้าใจและพัฒนาทักษะของการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เพิ่มความสามารถในการวิเคราะห์พฤติกรรมของบุคคลและกลุ่ม

5. กลุ่มเผชิญหน้า (Encounter Group) กลุ่มชนิดนี้เป็นกลุ่มที่เป็นความจริงของงานส่วนบุคคลช่วยให้บุคคลรู้จักตนเอง รู้จักสภาพความเป็นจริงของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เขาได้เกี่ยวข้องกับผู้อื่นอย่างเปิดเผย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

6. กลุ่มทนทาน (Marathon Group) กลุ่มชนิดนี้มักจะมีการพบกันหลายช่วงเวลาติดต่อกันไป โดยใช้เวลามากกว่า 12 ชั่วโมง ในแต่ละครั้ง จากการปฏิสัมพันธ์กันหลายๆ ครั้งนี้จะทำให้สมาชิกกลุ่มได้ค้นพบ และศึกษาความคิดของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้วย

7. การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม (Group Counseling) เป็นการให้ความช่วยเหลือบุคคลที่ปกติให้มีการยอมรับปัญหาต่างๆ ของตนเอง และพยายามแก้ไขปัญหานั้นเสียก่อนที่จะกลายเป็นปัญหารุนแรง นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้มีปัญหาเรียนรู้ที่จะนำความคิดทั่วไปจากกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

8. กลุ่มจิตบำบัดรักษา (Group Psychotherapy) เป็นรูปแบบหนึ่งของการแก้ปัญหาของคนที่ โดยการพบปะพูดคุยกันในกลุ่มเล็กระหว่างสมาชิกและผู้ให้การบำบัดติดต่อกันไปเป็นระยะเวลาอันยาวนาน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกกลุ่มเกิดการหยั่งเห็นและเข้าใจสาเหตุของการเกิดปัญหาทางสังคม อารมณ์และจิตใจ รวมทั้งมีความสามารถที่จะลดหรือแก้ปัญหาดังกล่าวข้างต้นได้

9. กิจกรรมกลุ่ม (Group Work) เป็นการนำเอาประสบการณ์มาวางแผนและแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ต้องการในสมาชิกแต่ละคนและการเปลี่ยนแปลงของกลุ่มโดยรวม ประสบการณ์ของกลุ่มจะทำให้เกิดพัฒนาการในส่วนบุคคลทุกคนและกลุ่มก็จะดำเนินไปด้วยความสำเร็จตามจุดมุ่งหมาย นอกจากนี้การทำกิจกรรมกลุ่มยังจะต้องเกี่ยวข้องกับ

การรับรู้เรื่องต้องการของบุคคลอื่น ทักษะในการแสดงออกถึงความเข้าใจ การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ซึ่งทั้งนี้จะขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายในการจัดแต่ละครั้งด้วย

7. ขนาดของกลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ออกตาวเวย์ (Ottaway, 1966) กล่าวว่า กลุ่มที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่มควรมีขนาดเล็ก เพราะจะช่วยให้สมาชิกมีโอกาสแสดงออกอย่างเป็นอิสระโดยทั่วถึงกัน ดังนั้น กลุ่มควรมีขนาดอย่างมากที่สุด 12 คน หรือถ้ามากกว่านั้นก็ไม่ควรเกิน 15 คน เพราะมีจะนั้นจะทำให้แบบแผนพฤติกรรมผิดไปจากเดิม ขนาดของกลุ่มที่เหมาะสมที่สุดควรมีจำนวนสมาชิก 9-10 คน จึงจะทำให้การทำงานบังเกิดผลดีที่สุด

ชอร์ (Shaw, 1981) กล่าวถึง ขนาดของกลุ่มว่า กลุ่มย่อยควรมีสมาชิก 10 คน เป็นอย่างมาก แต่ถ้ามีจำนวนสมาชิก 30 คนขึ้นไป จะจัดเป็นกลุ่มใหญ่ก็อาจแบ่งเป็นกลุ่มย่อยได้ จำนวนสมาชิกไม่เป็นปัญหาสำคัญแต่องค์ประกอบอื่นๆ ซึ่งได้แก่ ความสัมพันธ์ของสมาชิกและความร่วมมือในการทำงานของสมาชิกจะมีความสำคัญต่อการทำงานของกลุ่มมากกว่า

ดีท์ตัน (Deighton, 1971) มีความเห็นว่าสมาชิกของกลุ่มที่จัดกิจกรรมกลุ่มควรมีประมาณ 12-15 คน กลุ่มไม่ควรเล็กกว่านี้ เพราะจะทำให้สิ้นเปลือง แต่ถ้าขนาดใหญ่ไปกว่านี้ก็ไม่เหมาะสม เพราะสมาชิกจะขาดโอกาสในการมีส่วนร่วมอย่างทั่วถึง

บอร์แมน (Borman, 1972 อ้างถึงใน สุวกิจ ศรีปัดดา, 2528) ได้ศึกษาพบว่า กลุ่มจะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นควรจะประกอบด้วยสมาชิก 5 คน

เยาวภา เดชะคุปต์ (2517) ให้ความเห็นเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มว่าขนาดของกลุ่มที่จะช่วยให้การทำงานหรือการเรียนการสอนประสบผลดี ควรเป็นกลุ่มขนาดเล็กซึ่งมีประมาณ 5-15 คน

จำเนียร ชวงโชติ (2521) กล่าวว่า ส่วนใหญ่นักจิตวิทยานิยมศึกษากลุ่มขนาดเล็กที่มีสมาชิก 5-9 คน เพราะจะดูการเปลี่ยนแปลงและขบวนการของกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับสมาชิกได้ง่ายกว่าศึกษาจากกลุ่มใหญ่และยังได้กล่าวว่า กลุ่มเล็กยังจัดได้ว่ามีขนาดพอเหมาะที่จะดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะจะทำให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม ได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็นของตนเองอย่างเต็มที่แต่ถ้ามีจำนวนมากเกินไปสมาชิกทุกคนก็จะมีโอกาสได้แสดงความต้องการได้

เป็นรายบุคคลก็จะทำให้บรรยากาศน่าเบื่อหน่าย สมาชิกจะเกิดความไม่สนใจ และอาจจะออกจากกลุ่มไปในที่สุด

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) ได้กล่าวว่า ขนาดของกลุ่มอาจจะเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่ง ในการพิจารณาธรรมชาติของปฏิสัมพันธ์ในกลุ่ม กลุ่มที่มีขนาดแตกต่างกันทำให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์แตกต่างกันไปด้วย ในกลุ่มที่มีขนาดใหญ่มากเกินไปจนความจำเป็นสมาชิกจะต้องทำงานซ้ำซ้อนกัน บางคนคาดหวังว่าจะได้รับผลตอบแทนทั้งหมดในขณะที่คนอื่นรู้สึกคับข้องใจที่ไม่มีงานทำ ไม่มีโอกาสได้ใช้ทักษะที่ตนเองมีอยู่ ขนาดของกลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน กลุ่มจะใหญ่เท่าใดนั้นย่อมขึ้นอยู่กับความจำเป็นของสถานการณ์นั้นๆ จุดมุ่งหมายของกลุ่ม แหล่งที่จะให้ความช่วยเหลือในกลุ่ม และระดับวุฒิภาวะของบุคคลในกลุ่ม

จากขนาดของกลุ่มที่ได้กล่าวมาแล้วสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มควรมีสมาชิกของกลุ่มตั้งแต่ 9-10 คน และมากที่สุดไม่ควรเกิน 15 คน จึงจะเหมาะสมที่สุดเพราะถ้าหากสมาชิกกลุ่มมีมากเกินไปกว่านี้ จะมีผลเสียต่อความสัมพันธ์และความร่วมมือในการทำงานของสมาชิกกลุ่ม

8. เวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

แพทเทอร์สัน (Patterson, 1973) กล่าวว่า การให้ทำกิจกรรมกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง แต่ถ้าเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีน้อยอาจจัดสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสำหรับเด็กประถมศึกษา ควรใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง เพราะเด็กอาจจะเกิดความเบื่อหน่ายได้

ทรอทเซอร์ (Trozer, 1977 อ้างถึงใน ชูชัย สมितिไกร, 2525) ได้ให้ความเห็นว่าในการกำหนดระยะเวลา และความถี่ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มนั้น หากจัดทำกับสถานศึกษา จำเป็นต้องพิจารณาถึงการจัดเวลาเรียนของสถานศึกษานั้นด้วย เช่น ในโรงเรียนส่วนมากจะจัดเวลาเป็นคาบๆ ละ 50 นาที เป็นต้น ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดได้ว่าควรใช้เวลาในการเข้ากลุ่มนานเท่าใด สำหรับจำนวนครั้งในการเข้ากลุ่มไม่ควรต่ำกว่า 8 ครั้ง

จากการศึกษาเวลาและจำนวนครั้งในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสรุปได้ว่า กิจกรรมกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2-3 ครั้งๆ ละ 50 นาที แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรณีเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

มาน้อยเพียงใด เวลาดังกล่าวควรจัดให้เหมาะสมกับวัยของผู้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อไม่ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกเบื่อหน่ายหรือหมดความสนใจจากกิจกรรมที่จัดขึ้น

9. ประโยชน์การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม

โรเจอร์ (Rogers, 1970) ได้กล่าวถึงผลการศึกษาวิจัยของกิบ (Gibb) ที่พบว่าวิธีการกลุ่มจะให้ผลส่งเสริมสร้างสรรค์ทางด้านจิตวิทยาอย่างมาก กล่าวคือ จะมีการเปลี่ยนแปลงทางการรับรู้ทางความรู้สึก มีการตระหนักถึงความรู้สึกตนเองและผู้อื่นมากขึ้นตลอดจนเปิดเผยความรู้สึก มีความจริงใจและเป็นไปอย่างธรรมชาติ มีการเปลี่ยนแปลงทางความสามารถในการควบคุมความรู้สึกต่างๆ ของตนเอง มีการแสดงพฤติกรรมที่ตรงกับความรู้สึกของตนเอง มีแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ หมายถึง การเข้าใจตนเอง (Self - Actualization) การรู้จักตัดสินใจด้วยตนเอง มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านทัศนคติทั้งต่อตนเองและผู้อื่น หมายความว่าบุคคลจะยอมรับตนเอง พัฒนาในเรื่องคุณค่าของตนเอง เข้าใจตนเอง และมีความมั่นคงมากยิ่งขึ้นในด้านทัศนคติที่ดีต่อผู้อื่น ได้แก่ การใช้อำนาจลดน้อยลง มีการยอมรับผู้อื่นมากขึ้น ลดการสั่งสอนและควบคุมผู้อื่น มีส่วนร่วมในกิจกรรมมากขึ้น และมีความรู้สึกพึ่งพากันและกัน เชื่อในความสามารถของบุคคลอื่น มีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่มและเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

พนม ลัมอารีย์ (2522) กล่าวถึง ประโยชน์ของกิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

1. สมาชิกได้ทดสอบและแสดงความสามารถ เช่น ในกรณีที่คนพูดเก่งแต่ไม่มีโอกาสจะพูดที่ไหนก็อาศัยกลุ่มเป็นที่ทดสอบหรือแสดงความสามารถให้คนในกลุ่มเห็น
2. ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เจตคติ ความคิดเห็น และปรับปรุงเจตคติและนิสัยใจคอรวมทั้งเป็นกำลังใจให้แก่กันและกัน
3. ช่วยเสริมสร้างควมมีวินัยและความอดทนให้แก่ตนเอง จากการที่ต้องปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ร่วมกัน
4. ช่วยให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย อบอุ่น มีกำลังใจ มีความรัก ช่วยบำรุงขวัญของสมาชิก ช่วยให้เข้าใจตนเองดีขึ้น รู้สึกมั่นคงปลอดภัย และเชื่อมั่นในตนเองสูง

วิไลวรรณ เกตุขำ และคมเพชร ฉัตรศุภกุล (2522) กล่าวว่า การเรียนรู้โดยกิจกรรมกลุ่มช่วยฝึกทักษะที่จำเป็นในหลายๆ ด้าน ดังต่อไปนี้

1. ทักษะทางสังคม (Social Skill) เป็นทักษะที่ช่วยให้อยู่ร่วมกันและทำงานร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น เช่น ทักษะการเป็นผู้ให้ ผู้รับ และรู้จักสิทธิของตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

2. ทักษะในการศึกษาค้นคว้า (Study Skill) เป็นทักษะในการค้นคว้าหาความรู้ ทักษะในการเก็บรวบรวมข้อมูล การพูด การฟัง การอ่านและการรายงาน

3. ทักษะทางปัญญา (Intellectual Skill) ได้แก่ ทักษะในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า การวิพากษ์วิจารณ์ การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และการคิดอย่างมีเหตุผล

4. ทักษะในการทำงานกลุ่ม (Group Work Skill) เป็นทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น เช่น ทักษะในการวางแผนงาน การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น

พัชนี วรกวิน (2522) กล่าวถึง ผลการจัดกลุ่มหรือกิจกรรมกลุ่มไว้หลายด้าน คือ ผลในด้านทัศนคติต่อตนเอง การได้เข้าร่วมกลุ่มนั้นเป็นการแสดงถึงการยอมรับจากกลุ่มทำให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจ ความอบอุ่นใจ และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และการเข้าร่วมกลุ่มนั้นจะต้องมีสัมพันธภาพซึ่งกันและกัน มีการกระทำร่วมกันซึ่งเป็นโอกาสให้ได้ทำความเข้าใจตนเอง และสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม พยายามแก้ไขข้อบกพร่องของตนเอง ทำให้มีมีโนภาพแห่งตนดีขึ้น และยังมีผลต่อทัศนคติต่อผู้อื่น ยอมรับฟังเหตุผลความคิดเห็น เคารพในสิทธิหน้าที่ของกันและกัน ซึ่งจะมีผลต่อการให้ความร่วมมือในการทำงานกลุ่ม หากได้รับการยอมรับจากสมาชิกรู้สึกว่ามีสมาชิกในกลุ่มหวังดีต่อตน สมาชิกแต่ละคนมีทัศนคติที่ดีต่อกัน ก็จะเกิดความสามัคคีขึ้นและเมื่อลงมือทำงานก็จะได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี

จากประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม พอจะสรุปได้ว่า กลุ่มสามารถช่วยพัฒนาเสริมสร้างทักษะในหลายด้าน เช่น การฝึกการยอมรับจากกลุ่มทำให้เกิดความภาคภูมิใจ และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ความเชื่อมั่นในตนเอง และการสร้างสัมพันธภาพกับสมาชิกในกลุ่ม ปรับเปลี่ยนทัศนคติที่ดีต่อกัน เสริมสร้างความสามัคคี มีวิธีการแก้ปัญหาโดยการทำงานเป็นกลุ่มและเป็นสมาชิกที่ดีของกลุ่ม

10. หลักการจัดกิจกรรมกลุ่ม

จันทิภา ลิ้มปิเจริญ (2522) กล่าวถึงหลักการจัดกิจกรรมกลุ่มไว้ว่า

1. ผู้เรียนหรือสมาชิกทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทุกคน
2. กิจกรรมที่จัดทุกครั้งก่อให้เกิดความรู้สึกทางอารมณ์ เกิดความประทับใจและมีความหมายต่อผู้เรียน เพราะเป็นกิจกรรมที่นำไปให้ผู้เรียนค้นพบสิ่งที่เรียนได้ด้วยตนเอง
3. การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ผู้เรียนทุกคนมีส่วนร่วมได้วิเคราะห์ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและกัน ไม่ได้เกิดจากตัวผู้นำเพียงฝ่ายเดียว

4. ครูมีหน้าที่เป็นเพียงผู้จัดกิจกรรมให้ผู้เรียน โดยคำนึงถึงเป้าหมายให้สอดคล้องกับเนื้อหาที่วางไว้ และคอยช่วยให้กลุ่มดำเนินไปด้วยดี ครูมีหน้าที่คอยเชื่อมหรือประสานเท่านั้น อาจถือว่าครูเป็นผู้เรียนคนหนึ่งก็ได้

5. การเรียนรู้ของกลุ่มจะมีลักษณะ 3 ประการ คือ การเรียนรู้เรื่องตนเอง การเรียนรู้เรื่องของผู้เรียนด้วยกันในกลุ่ม และการเรียนรู้เรื่องของกลุ่ม

6. การเรียนรู้ที่ได้ผลก็ต่อเมื่อสมาชิก หรือผู้เรียนได้นำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และส่วนรวม

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546) กล่าวถึงหลักในการจัดกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. มีความเคารพในสิทธิของกลุ่มทุกคน เพราะเชื่อว่าทุกคนนั้นมีความสามารถอะไรบางอย่างในตัวของเขาเอง ถ้ามีสิ่งเร้าที่ดีเขาก็จะแสดงความสามารถออกมาให้ปรากฏแก่กลุ่มได้

2. ประสพการณ์ต่างๆ ในกลุ่มจะช่วยสนองความต้องการของบุคคลในด้านต่างๆ เช่น ช่วยให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม มีความรู้สึกปลอดภัยในการทำงาน ได้รับการยกย่อง เป็นต้น ดังนั้นการดำเนินการในกลุ่มน่าจะช่วยให้ทุกคนได้รับความรู้สึกที่สนองความต้องการ

3. ทุกคนในกลุ่มจะมีบทบาทเฉพาะของตน ซึ่งบทบาทดังกล่าวจะมีผลต่อกระบวนการกลุ่ม ถ้าทุกคนเข้าใจบทบาทของตนเองย่อมจะทำให้กลุ่มดำเนินไปด้วยดี

4. สมาชิกทุกคนจะต้องรับผิดชอบต่อกิจกรรมในกลุ่ม หัวหน้าจะต้องช่วยให้ทุกคนได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมทุกอย่าง แต่การช่วยจะต้องไม่ออกมาในรูปของการข่มขู่ ด้วยอำนาจ แต่เป็นการส่งเสริมความเป็นไปของกลุ่ม

5. สมาชิกแต่ละคนจะต้องรู้จักการรับฟังคนอื่น ให้การยอมรับและมีความซาบซึ้งกับการที่สมาชิกให้ความช่วยเหลือแก่กลุ่ม

6. สมาชิกควรได้รับคำชมเชยจากผู้นำกลุ่มและสมาชิกคนอื่นๆ บ้างถ้าหากงานที่ได้รับมอบหมายไปสำเร็จด้วยดี ดังนั้นการมอบหมายงานควรจะให้ตรงกับความสามารถ เพื่อช่วยให้ได้รับความสำเร็จ

7. การมีสมาชิกที่มีลักษณะเหมือนกันมากๆ ทำให้กลุ่มมีความมั่นคงแต่การมีสมาชิกที่มีลักษณะแตกต่างกันไปบ้างย่อมจะมีส่วนช่วยเหลือกลุ่มได้ในด้านต่างๆ แตกต่างกันไป ผู้นำกลุ่มจะต้องมีความเข้าใจในลักษณะดังกล่าวแล้ว

8. การกระทำกิจกรรมมากๆ จะช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้มีโอกาสมากขึ้นที่จะได้รับประสบการณ์ที่ดีมีประโยชน์ต่อตนเอง

9. กระบวนการในการแก้ปัญหาหรือการทำงานให้สำเร็จ จะต้องได้รับความสนใจมากเท่าๆ กับผลของการปฏิบัติงานในกลุ่ม

10. ควรจะนำหลักทางด้านจิตวิทยาเกี่ยวกับการเรียนรู้มาใช้ในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม
11. ความรู้สึกของกลุ่มและความมั่นคงทางอารมณ์ของแต่ละบุคคล เกิดจากการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองของกลุ่ม ดังนั้นสมาชิกแต่ละคนจะมีส่วนรับผิดชอบต่อความเป็นไปของกลุ่ม โดยส่วนรวมและต่อบุคคล
12. การที่สมาชิกร่วมมือกันนั้นจะทำให้กลุ่มสามารถไปถึงจุดมุ่งหมายของกลุ่มที่ตั้งเอาไว้ ในขณะที่เดียวกันอาจจะช่วยตอบสนองความต้องการที่ซ่อนเร้นในใจของบุคคลได้
13. ถ้าการสื่อสารในกลุ่มไม่ดี จะเป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาทางด้านวินัยของกลุ่ม ผลที่ตามมาคือ ทำให้ประสิทธิภาพของกลุ่มลดลงไป
14. เทคนิคการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม การประเมินผลเกี่ยวกับกลุ่มดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทางที่ต้องการ

ทิสนา แคมมณี (2545) กล่าวถึงหลักในการจัดกิจกรรมกลุ่มไว้ว่ามีหลักสำคัญดังต่อไปนี้

1. มีกิจกรรมให้ผู้เรียนกระทำ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะมีลักษณะที่เอื้ออำนวยให้ผู้เรียนมีบทบาทในการเรียนรู้อย่างทั่วถึงและมากที่สุดเท่าที่จะทำได้
2. กิจกรรมมักจะมีลักษณะเป็นกิจกรรมกลุ่มย่อย ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง และสามารถแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกันได้
3. กิจกรรมมักจะมีลักษณะที่ผู้เรียนจะต้องค้นหาคำตอบด้วยตนเอง ครูผู้สอนทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ มากกว่าทำหน้าที่เป็นผู้ถ่ายทอดความรู้หรือข้อมูล
4. กิจกรรมจะประกอบไปด้วยขั้นตอนของการวิเคราะห์และอภิปรายเกี่ยวกับกระบวนการต่างๆที่เกี่ยวข้อง เช่น กระบวนการทำงาน กระบวนการสื่อสาร กระบวนการแก้ปัญหา กระบวนการตัดสินใจ เป็นต้น ทั้งนี้เพราะกระบวนการต่างๆ เหล่านี้ มีผลต่อการทำงานและผลงาน

หฤทัย อติชาติพงศ์ (ม.ป.ป.) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มให้ประสบความสำเร็จต้องประกอบด้วยหลักดังต่อไปนี้

1. สมาชิกในกลุ่ม มีความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน
2. สามารถทำงานร่วมกันในจุดประสงค์เดียวกัน ในสถานการณ์ที่สมาชิกของกลุ่มทุกคนกำลังประสบอยู่
3. สมาชิกได้มีโอกาสเรียนรู้ประสบการณ์ของกลุ่มร่วมกันจากการทำงาน ทำให้เกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ ส่งผลให้เกิดการพัฒนางานและความคิดของบุคคล

จากหลักการจัดกิจกรรมกลุ่มที่กล่าวไว้ทั้งหมด สามารถสรุปเป็นหลักการที่นำมาใช้ในการวิจัย 5 หลักการได้ ดังต่อไปนี้

1. ผู้เรียนมีโอกาสร่วมกิจกรรมมากที่สุด
2. ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์กัน
3. ผู้เรียนได้ค้นพบข้อเรียนรู้ด้วยตนเอง
4. ผู้เรียนได้วิเคราะห์หรืออภิปรายในเรื่องที่เรียน
5. เชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้จากกิจกรรมไปสู่การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

11. ลำดับขั้นของกิจกรรมกลุ่ม

โสภภาพรณ สุขเฟื่องฟู (2545) กล่าวถึงขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมกลุ่มไว้ดังนี้

1. ขั้นเตรียมความพร้อม หมายถึง ขั้นแรกที่สมาชิกกลุ่มมารวมกันเพื่อทำความรู้จักและสร้างความคุ้นเคยกัน
2. ขั้นฝึกอบรม หมายถึง ขั้นลงมือปฏิบัติ สมาชิกทุกคนจะต้องร่วมมือกันในการทำกิจกรรม ด้วยการระดมความคิด มีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนในการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้ได้รับการเข้ากลุ่ม
3. ขั้นคงอยู่และถ่ายโอนความรู้ หมายถึง ขั้นที่ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมกลุ่มในแต่ละครั้งไปใช้จริง โดยยึดหลักการของการเข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้ง
4. ขั้นประเมินผล หมายถึง ขั้นตรวจสอบว่าผู้ร่วมกิจกรรมมีความเข้าใจตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้เพียงใด ประเมินจากการทำงานของกลุ่ม

ศุภาวดี บุญญวงษ์ (2527) กล่าวถึง ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม ไว้ดังนี้

1. ขั้นการมีส่วนร่วม ระยะนี้นักเรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม และเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรม หรือค้นคว้าแสวงหาสิ่งที่ต้องการรู้นั้นด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดกับผู้เรียนโดยตรง ผู้ที่มีส่วนร่วมมากก็จะได้รับผลการเรียนรู้นั้นๆ มากขึ้นด้วย ในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในด้านต่างๆ ดังนี้

1.1 ทางด้านร่างกาย คือ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ หรือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

1.2 ทางด้านจิตใจ คือ การที่นักเรียนเกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติ นั้นอย่างแท้จริง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้จะนำไปสู่การรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาเป็น อย่างดี และช่วยให้นักเรียนสามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย

1.3 ทางด้านปัญญาหรือสมอง คือ การเรียนรู้ที่เกิดจากการเป็นจริง มีการค้นพบ สิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และสร้างแนวคิดจากสิ่งที่ได้รับรู้ นั้น จะทำให้การเรียนรู้มีความหมายต่อผู้เรียน มากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแนวความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการ ทำงาน การตัดสินใจการวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเอง

2. ชั้นวิเคราะห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ทันทีหลังจาก ที่ลงมือกระทำกิจกรรมจะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่าง สมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดีขึ้น

3. ชั้นสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ แนวคิด ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเองซึ่งผู้เรียนสามารถ นำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นจะทำได้ 2 ลักษณะคือ

3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพ หรือพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้น และประดิษฐ์สิ่งใหม่ๆ ขึ้น

4. ชั้นประเมินผล โดยให้นักเรียนเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจาก การอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

วีณา วจิตมะวิชญ์ (2530) กล่าวถึง ลำดับขั้นของการเรียนการสอนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ไว้ ดังนี้

1. ชั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม
2. ชั้นค้นพบ เมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วมโดยมีการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้วเขาจะเกิด ความรู้สึก และเกิดความเข้าใจตนเองอันจะนำไปสู่การค้นพบสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง

3. ชั้นวิเคราะห์ เป็นขั้นที่สำคัญที่สุด เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้กระทำลงไป โดยครูจะตั้งคำถามว่า อะไร ทำไม และอย่างไร เพื่อให้ผู้เรียนสามารถรวบรวมสิ่งต่างๆ ทั้ง ทางด้านความรู้และการมีส่วนร่วมทางอารมณ์ให้รวมเป็นจุดเดียว

4. ชั้นนำไปใช้ หรือประยุกต์ใช้กับตนเองและผู้อื่น เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้ก้าวหน้าไปอีกขั้น หนึ่ง คือ สามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ได้เรียนรู้กับตนเองและผู้อื่นได้

คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) ได้กล่าวถึง ระยะเวลาของกลุ่มว่า เมื่อสมาชิกเริ่มเข้ากลุ่ม อาจจะพบว่าพฤติกรรมที่แสดงออกในกลุ่มนั้น มีความแตกต่างจากที่ได้เข้ากลุ่มเป็นเวลานานแล้ว ทั้งนี้เพราะว่า การที่จะทำเป็นกลุ่มที่สมบูรณ์นั้นจะต้องอาศัยเวลาในการพัฒนากลุ่ม ดังนั้นมักจะพบว่ากลุ่มจะต้องผ่านระยะต่างๆ 4 ระยะ คือ

1. ระยะที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขัน และมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง (Individually Centered, Competitive Phase) เมื่อบุคคลที่ได้มีโอกาสเข้าอยู่ร่วมกันโดยธรรมชาติแล้วบุคคลจะต้องเห็นว่าตนเองมีความสำคัญ ยิ่งไม่รู้จักกันแล้วการที่จะยอมรับง่าย ๆ นั้นเป็นสิ่งที่ลำบากทั้งๆ ที่อยาก让别人ยอมรับตนเอง นอกจากนี้แล้วบุคคลแต่ละคน มักจะเริ่มมีการแข่งขันกับผู้ที่มีความต้องการเหมือนตนเอง บุคคลเหล่านี้ต้องการคนที่เก่งกว่าตนเองเท่านั้นมาเป็นผู้นำและรับผิดชอบต่อเขา

2. ระยะของความขัดแย้งและความคับข้องใจ (Frustration and Conflict Phase) เมื่อสมาชิกเกิดการแข่งขัน และยึดตนเองเป็นศูนย์กลางจะมีผู้นำเอากลุ่มประเภทฝึกความไวในการรับรู้ (Sensitivity Group หรือ T-Group) มาใช้ช่วยกลุ่มให้พัฒนาขึ้น โดยหวังว่าอาจจะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองและผู้อื่น ถ้าหากผู้นำดังกล่าว ไม่สามารถจะนำกลุ่มได้สำเร็จ สมาชิกจะรู้สึกเป็นปฏิปักษ์กับผู้นำและมองไปในแง่ของบุคคลที่ไม่มีความสามารถ ต่ำหนืดในด้านความล้มเหลว แทนที่จะช่วยกันพัฒนาสัมพันธ์ภาพที่ดีอันจะทำให้ได้รับความสำเร็จในจุดมุ่งหมายของกลุ่มในระยะนี้สมาชิกจะรู้สึกขัดแย้งกันและมีความคับข้องใจมาก

3. ระยะกลุ่มมีความสำคัญ (Group – Humony Phase) ในระยะนี้ความคิดที่สอดคล้องกันจะพัฒนาขึ้นแต่ในขณะเดียวกันก็มีความพอใจและความสบายใจมากด้วย สมาชิกได้รับการสนับสนุนคอยหลีกเลี่ยงการมีความขัดแย้งและไม่ค่อยมีผลงานจะป้องกันการกระตุ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งปฏิกริยาด้านนิเสธและนอกจากนี้จะมีการเก็บกตความต้องการของตนเองเพื่อให้อีกกลุ่มได้รับความพึงพอใจ

4. ระยะที่มีผลงานและยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง (Group-Centered Productive Phase) สมาชิกยังคงแสดงความคิดเห็นถึงความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น แต่ไม่อยู่ในระดับที่จะเพิกเฉยต่อความขัดแย้ง ทั้งนี้เพื่อให้ได้รับความสำเร็จในเรื่องความสามัคคี สมาชิกจะเผชิญกับความขัดแย้งและเรียนรู้ในการที่จะแก้ไขแต่ละคนจะยอมรับความผิดชอบ ร่วมมือ อดทนต่อบุคคลอื่นไม่ว่าจะเป็นเรื่องค่านิยม หรือพฤติกรรมก็ตามในที่สุดสมาชิกจะกลายเป็นผู้ที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง

ประนอม เดชชัย (2531) กล่าวถึง การดำเนินงานของกลุ่มไม่ว่าจะเป็นกลุ่มในลักษณะใด จะมีกระบวนการดำเนินงาน เป็นขั้นตอน ดังนี้

1. **ขั้นรวมกลุ่ม (Forming Stage)** เป็นขั้นแรกที่สมาชิกของกลุ่มมารวมกันถ้าไม่รู้จักดีพอ ทุกคนจะสงวนท่าที ไม่ค่อยแสดงออก ในระยะนี้จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะต้องประสานงานให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักและคุ้นเคยกันก่อน เช่น อาจจะมีการแนะนำตัว เป็นต้น
2. **ขั้นกำหนดจุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Normal Stage)** เมื่อสมาชิกภายในกลุ่มรู้จักกันแล้ว กลุ่มจะเริ่มคิดถึงเป้าหมายของกลุ่ม และภารกิจของกลุ่มที่จะต้องรับผิดชอบ ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทร่วมกับผู้เรียนในการกำหนดเป้าหมาย และการเรียนรู้กิจกรรมที่สมาชิกของกลุ่มจะทำงานร่วมกัน
3. **ขั้นระดมความคิด (Storming Stage)** เป็นขั้นที่บรรยากาศของการทำงานเริ่มจริงจังมากขึ้น สมาชิกภายในกลุ่มพยายามกำหนดร่างกฎเกณฑ์ และระเบียบของกลุ่ม ในขั้นนี้ผู้สอนอาจมี 2 บทบาท คือ ปล่อยให้ผู้เรียนดำเนินการโดยลำพัง หรือเข้าร่วมในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม
4. **ขั้นกระชับความสัมพันธ์ (Reforming Stage)** เป็นขั้นที่กลุ่มรู้จัก คุ้นเคย และเข้าใจในบทบาทของตนเองเป็นอย่างดีจึงทำให้การดำเนินงานของกลุ่มเป็นไปอย่างดี
5. **ขั้นสลายตัว (Disbanding Stage)** เป็นขั้นสุดท้าย เมื่อสมาชิกของกลุ่มได้ร่วมมือกันดำเนินการตามภารกิจที่ได้รับมอบหมายจนบรรลุเป้าหมายแล้วภารกิจของกลุ่มเริ่มลดลงไปด้วย ทำให้กลุ่มเริ่มสลายตัว ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทในการทบทวนการดำเนินงานของกลุ่มที่ผ่านมา เพื่อทำการสรุปผล และเสนอแนะแนวทางในการนำผลไปใช้หรือนำไปศึกษาค้นคว้าต่อไป

โดยสรุปแล้วลำดับการจัดกิจกรรมกลุ่มสามารถดำเนินงานตามขั้นตอนได้ดังต่อไปนี้

1. **ขั้นการมีส่วนร่วม** ผู้ที่เข้ามาเป็นสมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในฐานะผู้ปฏิบัติกิจกรรมหรือแสวงหาคำตอบที่ต้องการรู้ร่วมกันกับสมาชิกคนอื่นๆ โดยมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติอย่างแท้จริง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ เพื่อนำไปวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่สมาชิกได้ปฏิบัติร่วมกัน
2. **ขั้นวิเคราะห์** เมื่อสมาชิกกลุ่มได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมแล้ว จะร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่กำลังเรียนรู้ ซึ่งทำให้เกิดการขยายความรู้และประสบการณ์ อีกทั้งยังสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และส่งผลให้สมาชิกรู้จักตนเองมากขึ้น
3. **ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ** สมาชิกในกลุ่มนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน มาสรุปเป็นหลักการและข้อค้นพบใหม่ของกลุ่ม
4. **ขั้นประเมินผล** สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่ม

12. กิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่ม

ทศนา แชมมณี (2536) ได้กล่าวถึง การจัดกิจกรรมกลุ่มให้สอดคล้องกับทฤษฎีว่ามีอยู่หลายวิธี ดังต่อไปนี้

1. เกม (Games) เป็นวิธีการวิธีหนึ่งซึ่งนำมาใช้ในการสอนได้ดี โดยครูผู้สอนสร้างสถานการณ์สมมติขึ้น ให้ผู้เรียนลงเล่นด้วยตนเองและภายใต้ข้อตกลงหรือกติกาบางอย่างตามที่กำหนดไว้ซึ่งผู้เรียนจะต้องตัดสินใจทำอย่างใดอย่างหนึ่งอันจะมีผลออกมามากกว่าแพ้ชนะวิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์ความรู้สึกนึกคิดและพฤติกรรมต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้เรียนเกิดความสนุกสนานในการเรียนด้วย

2. บทบาทสมมุติ (Role Playing) เป็นวิธีการอีกวิธีหนึ่งที่เริ่มได้รับความนิยมในการนำมาใช้ในการสอน วิธีการนี้ยังมีลักษณะเป็นสถานการณ์สมมติเช่นเดียวกับเกม แต่มีการกำหนดบทบาทของผู้เล่นในสถานการณ์สมมติขึ้นมาแล้วให้ผู้เรียนเข้าสวมบทบาทนั้น และแสดงออกตามธรรมชาติโดยอาศัยบุคลิกภาพ ประสบการณ์และความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นหลัก ดังนั้นวิธีการนี้จึงมีส่วนช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสศึกษาวิเคราะห์ถึงความรู้สึก และพฤติกรรมของตนเองอย่างลึกซึ้งและยังช่วยเสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่าสนใจและน่าติดตามอีกด้วย

3. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นวิธีการสอนอีกวิธีการหนึ่งซึ่งใช้กรณีหรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริงนำมาดัดแปลง และใช้เป็นตัวอย่างในการให้ผู้เรียนได้ศึกษาวิเคราะห์และอภิปรายกัน เพื่อสร้างความเข้าใจและฝึกฝนหาทางแก้ไขปัญหาที่นั้น วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักคิด และพิจารณาข้อมูลที่ตนได้รับมาอย่างถี่ถ้วนและการอภิปรายจะช่วยให้ผู้เรียน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนข้อมูลซึ่งกันและกัน รวมทั้งนำเอากรณีต่างๆ ซึ่งคล้ายกับชีวิตจริงมาใช้จะช่วยให้การเรียนรู้ มีลักษณะใกล้เคียงกับความเป็นจริงซึ่งมีส่วนทำให้การเรียนรู้มีความหมายสำหรับผู้เรียนมากยิ่งขึ้น

4. สถานการณ์จำลอง (Simulation) คือ การจำลองสถานการณ์จริงหรือสร้างสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง แล้วให้ผู้เรียนลงไปอยู่ในสถานการณ์นั้นและมีปฏิริยาโต้ตอบกัน วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทดลองพฤติกรรมต่างๆ ซึ่งในสถานการณ์จริง ผู้เรียนอาจจะไม่กล้าแสดงออก เพราะอาจจะเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับจนเกินไป

5. ละคร (Action or Dramatization) คือ วิธีการที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองแสดงบทบาทที่เรียนหรือกำหนดไว้ โดยผู้เรียนจะต้องพยายามแสดงให้สมตามที่กำหนดไว้โดยไม่เอาบุคลิกภาพและความรู้สึกนึกคิดของตนเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้องอันจะมีส่วนทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงบทบาทนั้นๆ วิธีการนี้จะเป็วิธีการที่ช่วยทำให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการที่จะเข้าใจในความรู้สึก เหตุผลและพฤติกรรมของผู้อื่น ซึ่งมีความเข้าใจนี้มีส่วนเสริมสร้างความเห็นอกเห็นใจ

กัน นอกจากนี้การที่ผู้เรียนได้มีโอกาสแสดงละครร่วมกันจะช่วยฝึกให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบในการเรียนร่วมกันและได้ฝึกการทำงานร่วมกันด้วย

6. กลุ่มย่อย (Small Group) วิธีการใช้กลุ่มย่อยในการสอนนี้เป็นวิธีการที่ใช้กันมานานแล้ว อาจเป็นเพราะสังเกตเห็นว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนของผู้เรียนกลุ่มย่อยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้มีส่วนในการแสดงออกและช่วยให้ผู้เรียนได้รับข้อมูลเพิ่มเติมมากขึ้นจากกิจกรรมที่ใช้ในกิจกรรมกลุ่มดังกล่าว

จากเอกสารที่ทำการค้นคว้ามาเกี่ยวกับเทคนิค มีหลายวิธีในการนำมาใช้ในกลุ่ม เช่น เกม บทบาทสมมติ กรณีตัวอย่าง สถานการณ์จำลอง ละคร และกลุ่มย่อย ซึ่งเป็นเทคนิคที่จะช่วยให้นักเรียนได้แสดงออก ได้ฝึกทักษะต่างๆ ร่วมกันในกลุ่ม จากกระบวนการที่ได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมซึ่งจะช่วยให้นักเรียนได้เรียนรู้และได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และได้มีโอกาสที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในกลุ่มที่ได้เหมาะสมอีกด้วย

ตอนที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์

1. ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า Emotional Intelligence หรือที่เรียกกันทั่วไปว่า EQ ซึ่งเป็นคำย่อมาจาก Emotional Quotient ซึ่งเป็นคำเดิมในภาษาอังกฤษมีนักวิชาการได้ให้คำจำกัดความและความหมายของคำนี้แตกต่างกันไป เช่น เซาว์นอารมณ์ เซาว์นปัญญาทางอารมณ์ สติปัญญาทางอารมณ์ อัจฉริยะทางอารมณ์ อารมณ์ปัญญา เป็นต้น

มีนักวิชาการหลายท่านได้ให้คำนิยามความหมายของ ความฉลาดทางอารมณ์ ไว้ดังนี้
 สโลเวย์ และ เมเยอร์ (Salovey and Mayer, 1990 อ้างถึงใน วิพงษ์ชัย รุ่งชันแก้ว, 2548) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถส่วนบุคคลที่จะตระหนักรู้ในความคิด ความรู้สึก และภาวะทางอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่นได้ และสามารถควบคุมอารมณ์ของตน ทำให้สามารถชี้นำความคิดและกระทำของตนได้อย่างสมเหตุสมผลสอดคล้องกับการทำงานและการดำเนินชีวิต โดยมีสัมพันธที่ดีกับผู้อื่น

โกลเมน (Golemen,1995) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า หมายถึงความสามารถในการตระหนักรู้ถึงความรู้สึกของตนเอง และความรู้สึกของผู้อื่น จนสามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตนเพื่อเป็นแรงจูงใจ ในการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างประสบความสำเร็จ

คูเปอร์ และ ซาวาฟ (Cooper and Sawaf,1997) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจและรู้จักใช้พลังทางด้านอารมณ์ของตนเป็นรากฐานในการสร้างความสัมพันธ์ภาพและโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น

บาร์ออน (Bar-on,1997) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นองค์ประกอบด้านความสามารถส่วนตัว อารมณ์และสังคมของบุคคลที่จะปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสบความสำเร็จ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้ให้ความหมายว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถทางอารมณ์ ที่จะช่วยให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ (2545) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า คือ ความสามารถในการตระหนักรู้ถึงอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น มีสติรู้เท่าทันอารมณ์ ยอมรับและแสดงอารมณ์ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมกับกาลเทศะตรงตามความเป็นจริง สามารถควบคุมอารมณ์ และจัดการอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยใช้ปัญญาในการดำรงชีวิต การเรียน การทำงานให้ประสบความสำเร็จได้

ทศพร ประเสริฐสุข (2542) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถของบุคคลที่ตระหนักรู้ถึงความคิดของตนเองและผู้อื่น ความสามารถควบคุมอารมณ์และระอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้ สามารถสร้างกำลังใจในการเผชิญ

กับอุปสรรคข้อขัดแย้งต่างๆ รู้จักขจัดความเครียด นำความคิดและการกระทำของตนไปใช้ในการทำงานร่วมกับผู้อื่น ทั้งในฐานะผู้นำและผู้ตามได้จนประสบความสำเร็จในชีวิต

วิพงษ์ชัย รุ่งชันแก้ว (2548) ให้ความหมายความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ การที่บุคคลตระหนักและเข้าใจในตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมและจัดการอารมณ์ของตนเองตลอดจนการแสดงออกของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีความอดทนและสามารถรอคอยการตอบสนองสิ่งที่ต้องการได้ มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุข

จากความหมายที่นักวิชาการได้กล่าวไว้ สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ เข้าใจอารมณ์ ความรู้สึกทั้งของตนเองและผู้อื่น เป็นความสามารถในการบริหารจัดการอารมณ์ และควบคุมอารมณ์ของตนเองให้แสดงออกอย่างเหมาะสม มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น และดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

จากความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นเห็นได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์มีองค์ประกอบอยู่หลายด้านด้วยกัน จากการศึกษาค้นคว้าพบว่ามีนักวิชาการได้แบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็นด้านต่างๆ ดังนี้

สโลเวย์ และ เมเยอร์ (Salovey and Mayer, 1990) ได้เสนอองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 ประการ คือ

1. การตระหนักรู้ตนเอง (Knowing One's Emotion หรือ Self-Awareness) หมายถึง การรับรู้และเข้าใจความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนตามความเป็นจริง และสามารถควบคุมความรู้สึกได้

2. ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเอง (Managing Emotion) หมายถึง ความสามารถในการบริหารจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมตาม

สถานการณ์ เพื่อไม่ให้เกิดความเครียด มีเทคนิคคลายเครียด สกัดความวิตกกังวลรุนแรงได้อย่างรวดเร็วไม่ฉุนเฉียวง่าย ทำให้อารมณ์ชุ่มฉ่ำหายไปโดยเร็ว

3. การรับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น (Recognizing Emotion if Other) หมายถึง การเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

4. ความสามารถจูงใจตนเอง (Motivation Oneself) หมายถึง การควบคุมความต้องการจากแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถระงับการสนองความต้องการได้ เพื่อบรรลุเป้าหมายที่ดีกว่า มองโลกในแง่ดี สามารถจูงใจและให้กำลังใจตนเองได้

5. ความสามารถสร้างความสัมพันธ์ (Handling Relationship) หมายถึง ความสามารถสร้างความสัมพันธ์ กับคนรอบข้างได้มีมนุษยสัมพันธ์ดี

โกลแมน (Goleman, 1998) ได้ปรับโมเดลของ สโลเวย์ และ เมเยอร์ โดยแบ่งความฉลาดทางอารมณ์ไว้ 5 ด้านดังนี้

1. การตระหนักรู้จักตนเอง (Self-Awareness) คือ การที่บุคคลรู้ว่าตนกำลังรู้สึกอย่างไรในขณะนั้น สามารถบอกความรู้สึกของตนเองได้อย่างถูกต้องและเปิดเผย รู้ว่าการเกิดอารมณ์ของตนเองมีสาเหตุมาจากสิ่งใด และจะมีผลต่อตนเอง ผู้อื่น และการปฏิบัติงานอย่างไร รู้สาเหตุของความวิตกกังวล ความคับข้องใจ มีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา รู้จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง มีความมั่นใจในตนเอง สามารถตัดสินใจคุณค่าของสิ่งต่างๆ ได้อย่างมั่นใจ

2. การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง (Self-Regulation) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นได้อย่างเหมาะสม สามารถคิดอย่างมีเหตุผล ยอมรับ และก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ใช้คำพูดอย่างระมัดระวัง และเหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ ยอมรับความล้มเหลวและหาทางออกได้อย่างสมเหตุสมผล

3. การจูงใจตนเอง (Self-Motivation) คือ การใช้พลังความรู้สึกภายในเพื่อเป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้คนทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยไม่คำนึงถึงสิ่งจูงใจภายนอก เช่น เงินหรือสิ่งตอบแทนอื่นๆ มีความพอใจที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้นกว่าเดิม สามารถสร้างทางเลือกใหม่ในการทำงานที่จะสามารถนำไปสู่เป้าหมายที่ดี มองโลกในแง่ดี ไม่ท้อถอยต่ออุปสรรค และความล้มเหลว

4. การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น (Empathy) คือ การรับรู้ความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น สามารถรับรู้ สนใจและเข้าใจในแง่คิด ทรรศนะของผู้อื่นที่อยู่รอบข้าง ตัดสินใจทำสิ่งใดโดยคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ใช่ความคิดของตนเป็นหลัก

5. การมีทักษะทางสังคม (Social Skills) คือ ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น สามารถเป็นมิตรกับบุคคลได้ทุกประเภท มีความสามารถในการโน้มน้าวและชักจูงผู้อื่น คล้อยตามกับสิ่งที่ประโยชน์ต่อส่วนรวม เสริมสร้างความร่วมมือในการทำงานและความสามัคคีในหมู่คณะสามารถทำให้ผู้อื่นที่อยู่รอบข้างมีความสุข

นอกจากนี้เกิลแมน ได้เสนอกรอบแนวคิดเกี่ยวกับสมรรถนะด้านเชาวน์อารมณ์ (The Emotional Competence Framework) ไว้ 2 หมวด 5 องค์ประกอบ 25 ปัจจัยย่อยดังนี้ (Goleman, 1998)

1. สมรรถนะทางสังคม : การสร้างและรักษาความสัมพันธ์

1.1 การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ประกอบด้วย

1.1.1 การเข้าใจผู้อื่น รู้ถึงความรู้สึก มุมมอง ความสนใจในข้อวิตกกังวลของเขา

1.1.2 การมีจิตใจมุ่งบริการ คาดคะเน รับรู้ และตอบสนองของความต้องการของผู้อื่นได้ดี

1.1.3 การพัฒนาผู้อื่น ทราบความต้องการเพื่อส่งเสริมความรู้ความสามารถได้ถูกทาง

1.1.4 การสร้างโอกาสในความหลากหลาย เล็งเห็นความเป็นไปได้จาก ความแตกต่าง โดยไม่แตกแยก

1.1.5 ความตระหนักรู้ถึงทัศนคติเห็นของกลุ่ม ความสามารถอ่านสถานการณ์ปัจจุบัน และความสัมพันธ์ของกลุ่มได้

1.2 ทักษะทางสังคม ประกอบด้วย

1.2.1 การโน้มน้าว แสดงกลวิธีโน้มน้าวต่างๆ อย่างได้ผล

1.2.2 การสื่อสาร ส่งสารที่ชัดเจน และน่าเชื่อถือ

1.2.3 ความเป็นผู้นำ โน้มน้าว และผลักดันกลุ่มได้ดี

1.2.4 การกระตุ้นให้เกิดความเปลี่ยนแปลง ริเริ่ม และบริหารความเปลี่ยนแปลงได้

1.2.5 การกระตุ้นให้เกิดความเปลี่ยนแปลง ริเริ่ม และบริหารความเปลี่ยนแปลงได้ดี

1.2.6 การบริหารความขัดแย้ง เจรจา และแก้ไขหาทางยุติความไม่เข้าใจกัน

1.2.7 การสร้างสายสัมพันธ์ เสริมสร้างความร่วมมือร่วมใจกันเพื่อการปฏิบัติ

1.2.8 การร่วมมือร่วมใจกันทำงานกับผู้อื่นเพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย สมรรถนะของทีมสร้างพลังร่วมของกลุ่มมุ่งสู่เป้าหมาย

2. สมรรถนะส่วนบุคคล : บริหารจัดการตนเอง

2.1 ตระหนักรู้ตนเองประกอบด้วย

2.1.1 รู้ทันอารมณ์ตน สาเหตุที่ทำให้เกิดความรู้สึกนั้นๆ และผลที่ตามมา

2.1.2 ประเมินตนเองได้ตามจริงรู้จุดเด่นจุดด้อยของตน

2.1.3 มั่นใจในตนเอง มั่นใจในความสามารถคุณค่าของตน

2.2 การควบคุมตนเอง ประกอบด้วย

2.2.1 การควบคุมตน สามารถจัดการกับภาวะอารมณ์หรือฉุนเฉียวได้

2.2.2 ความเป็นที่ไว้วางใจได้ รักษาความเป็นผู้ที่ซื่อสัตย์และคุณงาม

ความดีได้

2.2.3 ความเป็นผู้ที่ใช้สติปัญญาแสดงความรับผิดชอบ

2.2.4 ความสามารถที่จะปรับตัวได้ ยืดหยุ่นในการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงได้

2.2.5 การสร้างสิ่งใหม่เป็นสุขและเปิดใจกว้างกับแนวความคิด แนวทางหรือข้อมูลใหม่

2.3 การสร้างแรงจูงใจ ประกอบด้วย

2.3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ พยายามที่จะปรับปรุงหรือให้ได้มาตรฐานที่ดีเลิศ

2.3.2 ความจงรักภักดี ยึดมั่นกับเป้าหมายของกลุ่มเป้าหมายขององค์การ

2.3.3 ความคิดริเริ่ม พร้อมที่จะปฏิบัติตามโอกาสอันววย

2.3.4 การมองโลกในแง่ดี แม้มีอุปสรรคปัญหา แต่ก็ไม่ย่อท้อ มุ่งสู่เป้าหมาย

ทั้งนี้องค์ประกอบ เซาว์นอารมณ์ดังกล่าว โกลแมน (Goleman, 1998) เชื่อว่าไม่มีผู้ใดจะมีครบทั้ง 25 ด้าน แต่ละคนก็มีจุดเด่น-จุดด้อย ที่แตกต่างกันไป ปกติแล้วจะมี 5 – 6 ด้าน ที่ครอบคลุมในทุกองค์ประกอบ และแต่ละสมรรถนะนั้นมีคุณลักษณะ 5 ประการคือ

1. เป็นเอกเทศ แต่ละด้านต่างก็มีผลต่อการปฏิบัติงาน
2. เกื้อกูลกัน มีอิทธิพลต่อกัน เช่น หากขาดทักษะทางสังคม ก็จะส่งผลให้หน้าที่ไม่ได้ไม่ดี
3. เป็นลำดับขั้น หากไม่รู้จักตน ก็จะควบคุมตนและเข้าใจผู้อื่นได้ยาก
4. สำคัญแต่ยังไม่เพียงพอ การมีเซาว์นอารมณ์ต่างๆ แล้ว บรรยากาศและวัฒนธรรมองค์กรต้องเกื้อหนุน
5. เป็นแบบฉบับได้ ทุกมิติ ทุกองค์ประกอบ ประยุกต์ใช้ได้กับงานแต่ละประเภทแตกต่างกันไป

บาร์-ออน (Bar-On, 1997) ได้เสนอองค์ประกอบของเซาว์นอารมณ์โดยแบ่งเป็น 5 หมวด 15 คุณลักษณะสำคัญ ดังต่อไปนี้

1. ความสามารถภายในตน ซึ่งเป็นความสามารถที่มีองค์ประกอบย่อยดังนี้
 - 1.1 ความสามารถในการเข้าใจภาวะอารมณ์ของตน
 - 1.2 มีความกล้าที่จะแสดงความคิดเห็นและความรู้สึกของตน
 - 1.3 ตระหนักถึงงาน คือ มีสติ

2. ทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ ได้แก่

2.1 ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้

2.2 มีน้ำใจเอื้ออาทรห่วงใยผู้อื่น

2.3 ตระหนักรู้เท่าทัน ในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น

3. ความสามารถในการปรับตัว ประกอบด้วย

3.1 ความสามารถในการตรวจสอบความรู้สึกของตน

3.2 เข้าใจสถานการณ์ต่างๆ และสามารถตีความได้ถูกต้องตรงตามความเป็นจริง

ไวส์ซิงเกอร์ (Weisinger, 1998 อ้างถึงใน วิพงษ์ชัย รุ่งชันแก้ว, 2548) ได้กำหนดความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 2 ส่วน คือ

1. ส่วนที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์เฉพาะบุคคล เป็นส่วนที่เพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ให้แก่ตนเอง (Intrapersonal Emotional Intelligence) ซึ่งได้แก่ การพัฒนาให้มีความตระหนักและรู้จักตน การบริหารอารมณ์ของตน และการสร้างแรงจูงใจที่ดีให้ตน

2. ส่วนการใช้ความฉลาดทางอารมณ์ของตนเพื่อเสริมสร้างสายสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น (Interpersonal Emotional Intelligence) ซึ่งประกอบด้วยการพัฒนาทักษะทางการสื่อสารที่ดี ความมีมนุษยสัมพันธ์ และการช่วยเหลือผู้อื่น ให้ช่วยผู้อื่น ให้ช่วยตัวเองได้

ส่วนในประเทศไทย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ที่ประกอบด้วยองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการคือ

1. ด้านความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนร่วม ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1.1 รู้อารมณ์และความต้องการของตนเอง

1.1.2 ควบคุมอารมณ์และความต้องการได้

1.1.3 แสดงออกอย่างเหมาะสม

ตัวอย่าง เวลาโกรธ รู้ได้ว่าจะอะไรเกิดขึ้นกับตนเอง
บอกได้ว่าจะอะไรทำให้โกรธ
เมื่อหงุดหงิดควบคุมตนเองได้
สามารถรอคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ
ควบคุมการแสดงออกได้อย่างเหมาะสม เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่

ชอบ

สามารถอธิบายเหตุผลจนคนอื่นยอมรับได้

1.2 ความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น

1.2.1 ใส่ใจผู้อื่น

1.2.2 เข้าใจและยอมรับผู้อื่น

1.2.3 แสดงความเห็นใจอย่างเหมาะสม

ตัวอย่าง

สังเกตได้เมื่อคนใกล้ชิดมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง

สนใจกับความทุกข์ผู้อื่นที่เราไม่รู้จัก

ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากเรา

ยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่ไม่พอใจการกระทำของตน

แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความ

ช่วยเหลือ

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบ

1.3.1 รู้จักการให้ รู้จักการรับ

1.3.2 รู้จักรับผิด รู้จักให้อภัย

1.3.3 เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

ตัวอย่าง

เห็นคุณค่าในน้ำใจคนอื่นที่มีต่อฉัน

เมื่อทำผิดกล้ากล่าวคำขอโทษ

ยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้

แม้จะเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้างแต่ก็ยินดีทำเพื่อส่วนรวม

ไม่ลำบากใจเมื่อต้องทำสิ่งใดเพื่อผู้อื่น

2. ด้านความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง

2.1.1 รู้ศักยภาพของตนเอง

2.1.2 สร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้

2.1.3 มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย

ตัวอย่าง

รู้ว่าตนเองเก่งอะไร

แม้งานยากก็มั่นใจว่าทำได้

เมื่อทำสิ่งใดพลาด ก็ไม่รู้สึกรำคาญใจ

รู้สึกมีคุณค่าเมื่อทำสิ่งใดแบบเต็มความสามารถ

เมื่อเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง จะไม่ยอมแพ้

เมื่อเริ่มทำสิ่งใด ต้องทำต่อให้สำเร็จ

2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา

2.2.1 รับรู้และเข้าใจปัญหา

2.2.2 มีขั้นตอนในการแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม

2.2.3 มีความยืดหยุ่น

ตัวอย่าง

พยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหา โดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ

รู้ว่าสิ่งใดเป็นสิ่งที่ทำแล้วจะมีความสุข

รู้สึกว่าการตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องง่าย

ไม่รู้สึกลำบากใจที่อยู่กับคนแปลกหน้า

เคารพในกฎระเบียบ

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น

2.3.1 รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.3.2 กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม

2.3.3 แสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

ตัวอย่าง ทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย
มีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน
กล้าที่จะบอกความต้องการให้ผู้อื่นรู้
ทำในสิ่งที่ต้องการแต่ไม่ให้อื่นเดือดร้อน
เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น สามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้

3. ด้านความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ความภูมิใจในตนเอง

3.1.1 เห็นคุณค่าในตนเอง

3.1.2 เชื้อมั่นในตนเอง

3.1.2 ความพึงพอใจในชีวิต

ตัวอย่าง ไม่รู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น
ทำหน้าที่ได้ดีไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด
สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด
มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก

3.2. รู้จักมองโลกในแง่ดี

3.2.1 มีอารมณ์ขัน

3.2.2 พพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

ตัวอย่าง แม้ในสถานการณ์ที่เลวร้าย ก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น
มั่นใจว่าทุกปัญหาต้องมีทางออก

พอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่

3.3 ความสงบทางใจ

3.3.1 มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข

3.3.2 รู้จักผ่อนคลาย

ตัวอย่าง รู้ว่าควรทำอะไรทำเมื่อรู้สึกเบื่อ
เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ จะทำในสิ่งที่ชอบ

เมื่อรู้สึกไม่สบาย มีวิธีผ่อนคลายอารมณ์

สรุปได้ว่า องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ ที่นักการศึกษาได้แบ่งไว้มี องค์ประกอบอยู่หลายด้านด้วยกัน สามารถสรุปออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้ ด้านความดี ด้านความเก่ง และด้านความสุข

3. ความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย (2542) ได้กล่าวถึงความสำคัญและประโยชน์ของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า การทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิด องค์ประกอบ และพัฒนาการของความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้เราทราบว่าความฉลาดทางอารมณ์น่าจะมีส่วนในเบื้องหลังของความสำเร็จต่างๆ ในชีวิตมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการศึกษา ความสำเร็จในหน้าที่การงาน ชีวิต ในการเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่น หลังจากที่ถูกกละเลยเป็นอย่างมากในช่วง 1920-1960 ซึ่งเป็นยุคของความคิด ความเข้าใจ ความฉลาดทางอารมณ์ ถือเป็นการเรียนรู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตน ให้ตระหนักมีสติรู้เท่าทันสาเหตุและความแปรผันด้านอารมณ์ของตน เป็นการเรียนรู้พูดคุยภายในตน (Intraindividual Talk) บริหารจัดการอารมณ์ ภาวะอารมณ์ อุปนิสัยใจคอของตน ไปในทางที่สร้างประโยชน์แก่ทุกฝ่าย สร้างแรงจูงใจที่ดีแก่ตนเองในทางที่สร้างสรรค์ ความฉลาดทางอารมณ์ จึงเป็นการนำเขาวนอารมณ์ของตนออกมาติดต่อกับสัมพันธ์กับผู้อื่น (Interpersonal Relations) ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบของการสื่อสาร ความเก่งคน ความเข้าอกเข้าใจคน เอาใจเขามาใส่ใจเรา และเป็นการที่บุคคลมี a sense of proportion รักษาความสมดุลของเหตุผลกับอารมณ์ บริหารจัดการความสัมพันธ์งานในหน้าที่ของตนกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

จะเห็นได้ว่าความเป็นผู้มีเขาวนอารมณ์ ผสมเข้ากับเขาวนปัญญาของบุคคลนั้น นอกเหนือจะทำให้บุคคลตระหนักและรู้จักตนเองแล้ว ยังทำให้เข้าใจความคิดความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่นได้อีกด้วย ความฉลาดทางอารมณ์ก่อให้เกิดการทำงานร่วมมือที่สร้างสรรค์สนองเป้าหมายที่กำหนดไว้แต่แรกได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผล ความฉลาดทางอารมณ์ทำให้การสื่อสารระหว่างบุคคลเป็นไปอย่างราบรื่น อุดหนุน เข้าใจต่อกัน เกื้อหนุนต่อกันเพิ่มพูนความคิดสร้างสรรค์ กล้าคิดริเริ่ม ลดการโจมตี นินทา ก้าวร้าว และไม่ยึดหยุ่นต่อกัน

การประยุกต์ใช้หลักการของความฉลาดทางอารมณ์ เข้าสู่ชีวิตประจำวันและงานในหน้าที่ จะมีประโยชน์อย่างยิ่งกับทุกคน อาทิ

1. พัฒนาการด้านบุคลิกภาพของเด็กๆ ความฉลาดทางอารมณ์มีบทบาทในการกำหนดบุคลิกภาพที่พึงปรารถนา สร้างวุฒิภาวะทางอารมณ์ที่เจริญสมวัยได้ดี

2. การสื่อสาร แสดงความรู้สึก อารมณ์ของตนได้อย่างถูกต้องตามกาลเทศะ เข้าอกเข้าใจความรู้สึกของคนอื่น

3. การปฏิบัติงาน ความฉลาดทางอารมณ์เกื้อหนุนการยอมรับ ความคิดริเริ่ม ก่อให้เกิดการสร้างผลิตผลที่สนองเป้าหมาย ลดการลาขาดงานหรือย้ายงาน เนื่องจากข้อขัดแย้งระหว่างบุคคลลง

4. การให้บริการ ความฉลาดทางอารมณ์ก่อให้เกิดการทำความรู้จักลูกค้า รับฟังความต้องการของลูกค้า และตอบสนองได้ดี สร้างความจงรักภักดีในการใช้สินค้าและบริการของหน่วยงาน

5. การบริหารจัดการ ความฉลาดทางอารมณ์ช่วยส่งเสริมอัจฉริยภาพของความเป็นผู้นำที่มีศิลปะในการรู้จักใช้คน และครองใจคนได้ เปิดโอกาสให้ผู้บริหารได้เรียนรู้และพัฒนาตน

6. การเข้าใจชีวิตของตนและผู้อื่น ความฉลาดทางอารมณ์เป็นเรื่องของการศึกษา ทำความเข้าใจตน (Insight) การมองเข้าไปในตนก่อน ทำความเข้าใจผู้อื่น เมื่อเข้าใจตน เข้าใจคนอื่น การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน จึงเป็นการมุ่งใช้ศักยภาพของตนอย่างเต็มที่ อย่างสูงสุด ชีวิตครอบครัวก็จะเป็นสุขด้วยความเข้าใจกัน

4. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

อารมณ์ทำหน้าที่เป็นระบบแนะแนวที่ติดตัวเรามาแต่กำเนิดคอยเตือนเราเวลาที่เราไม่ได้ตอบสนองความต้องการที่จำเป็นสำหรับตัวเรา ความต้องการเหล่านี้อาจเป็นทางด้านอารมณ์ เช่น ความต้องการการยอมรับ ความต้องการการปกป้องดูแลและความรัก หรืออาจเป็นความต้องการด้านวิชาการ เช่น ความต้องการเทคนิคการสอนแบบอื่นที่ต่างจากที่กำลังใช้อยู่ หรือต้องการให้ครู

มอบหมายงานในลักษณะที่ต้องใช้สติปัญญา เมื่อผนวกอารมณ์เข้ากับเหตุผล หลักตรรกะและทักษะทางวิชาการ ก็เป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้นักเรียนประสบความสำเร็จ (โดตี้ และ เกวน, 2546 อ้างถึงใน วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, 2548) ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยเราประสบความสำเร็จในชีวิตไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียน ด้านอาชีพการงาน ด้านชีวิตส่วนตัว ฉะนั้น การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นอย่างยิ่ง

ในทางจิตวิทยาเชื่อว่า ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาได้มีนักจิตวิทยาได้เสนอแนะวิธีการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ไว้มากมาย โกลแมน (Goleman, 1998) ซึ่งเป็นนักจิตวิทยาที่ได้เสนอแนะวิธีการพัฒนาอารมณ์ไว้ 5 ประการดังนี้

1. รู้จักอารมณ์ตนเอง การรู้จักอารมณ์ตนเองจะเป็นพื้นฐานในการควบคุมอารมณ์เพื่อแสดงออกอย่างเหมาะสม การรู้จักอารมณ์ตนเองก็คือการรู้ตัว หรือการมีสติในทัศนะของพุทธศาสนานั้นเอง ปกติเมื่อเราเกิดอารมณ์ใดๆ ขึ้นมา เราจะตกอยู่ในภาวะใดๆ ภาวะหนึ่งใน 3 ภาวะดังต่อไปนี้

- 1.1 ถูกครอบงำ หมายถึง การที่เราไม่สามารถฝืนต่อสภาพอารมณ์นั้นๆ ได้จึงแสดงพฤติกรรมไปตามสภาพอารมณ์ดังกล่าว เช่น เมื่อโมโหก็อาจจะมีการขว้างปาข้าวของหรือส่งเสียงดังโดยไม่สนใจใคร

- 1.2 ไม่ยินดียินร้าย หมายถึง การไม่ยินดียินร้ายต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น หรือทำเป็นละเลยไม่สนใจ เพื่อบรรเทาการแสดงอารมณ์ เช่น ทำเป็นไม่ใส่ใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งที่จริงๆ ก็รู้สึกโกรธ

- 1.3 รู้เท่าทัน หมายถึง การรู้เท่าทันต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น มีสติรู้ว่าควรจะทำอย่างไรจึงจะเหมาะสมที่สุดในขณะอารมณ์นั้นๆ เช่น โกรธก็รู้ว่าโกรธ แต่ก็สามารถควบคุมความโกรธนั้นได้ ระวังอารมณ์โกรธได้ และหาวิธีจัดการแก้ไขได้อย่างเหมาะสม ทำอย่างไรให้รู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง

- 1.3.1 ทบทวน ถ้ารู้สึกวุ่นวายที่ผ่านมามีปัญหาในการแสดงอารมณ์ ลองใช้เวลาทบทวนอารมณ์ด้วยใจที่เป็นกลาง ไม่เข้าข้างตัวเอง ว่าเรามีลักษณะอารมณ์อย่างไร เรามักแสดงออกมาในรูปแบบไหน แล้วรู้สึกพอใจ ไม่พอใจอย่างไร คิดว่าเหมาะสมหรือไม่ต่อการแสดงอารมณ์ในลักษณะนั้นๆ

1.3.2 ฝึกสติ ฝึกให้มีสติและรู้ตัวอยู่เสมอว่าขณะนี้เรากำลังรู้สึกอย่างไร กับตัวเอง หรือต่อสิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆ ตัว สบายใจ ไม่สบายใจ แล้วลองถามตัวเองว่าเราคิดอย่างไร กับความรู้สึกนั้น และความคิด ความรู้สึกนั้นมีผลอย่างไรกับการแสดงออกของเรา

2. จัดการกับอารมณ์ตนเองได้ การจัดการกับอารมณ์ตนเองได้ หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะ แต่การที่เราจะจัดการกับอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมหรือไม่เพียงใดนั้น ก็ขึ้นอยู่กับความสามารถในการควบคุมอารมณ์ เทคนิคการจัดการกับอารมณ์ตนเอง

2.1 ทบทวน ว่ามีอะไรบ้างที่เราทำลงไปเพื่อตอบสนองอารมณ์ที่เกิดขึ้นและพิจารณาว่าผลที่ตามมาเป็นอย่างไร

2.2 เตรียมการในการแสดงอารมณ์ฝึกสั่งตัวเองว่าจะทำอะไร และจะไม่ทำอะไร

2.3 ฝึกรับรู้ในสิ่งที่เกิดขึ้น หรือที่เราต้องเกี่ยวข้องในด้านดี ทำอารมณ์ให้แจ่มใสไม่เศร้าหมอง

2.4 สร้างโอกาสจากอุปสรรค หรือหาประโยชน์จากปัญหา โดยการเปลี่ยนมุมมอง เช่น คิดว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นคือความท้าทายที่จะทำให้เราพัฒนายิ่งขึ้น เป็นต้น

2.5 ฝึกผ่อนคลายความเครียด โดยเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง เช่น ออกกำลังกาย นั่งสมาธิ เดินจงกรม เล่นดนตรี ปลูกต้นไม้ เป็นต้น

3. สร้างแรงจูงใจให้ตนเอง การมองหาแรงดีของเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะช่วยให้เราเกิดความเชื่อมั่นว่า สามารถเผชิญกับเหตุการณ์นั้นได้ และทำให้เกิดกำลังใจที่ก้าวไปสู่เป้าหมายที่วางไว้ เทคนิคการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง

3.1 ทบทวนและจัดอันดับสิ่งสำคัญในชีวิตโดยให้จัดอันดับความต้องการ ความอยากได้ อยากมี อยากเป็นทั้งหลายทั้งปวง แล้วพิจารณาว่าการที่เราจะบรรลุสิ่งที่ต้องการนั้น เรื่องไหนที่พอเป็นไปได้ เรื่องไหนที่ไม่น่าจะเป็นไปได้

3.2 ตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน เมื่อได้ความต้องการที่มีความเป็นไปได้แล้วก็นำมาตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน เพื่อวางขั้นตอนการปฏิบัติที่จะมุ่งไปสู่จุดหมายอื่นๆ

3.3 มุ่งมั่นต่อเป้าหมาย ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงความฝัน ความต้องการของตนเอง ต้องระวังอย่าให้มีเหตุการณ์มาทำให้เราเกิดความไขว้เขวออกนอกทางที่ตั้งไว้

3.4 ลดความสมบูรณ์แบบ ต้องทำใจเอาไว้ยอมรับได้ว่า สิ่งที่เราตั้งใจไว้อาจจะมี ความผิดพลาดเกิดขึ้นได้ หรือไม่เป็นไปดังที่ใจเราคาดหวัง 100 เปอร์เซ็นต์ การทำใจยอมรับความ บกพร่องได้จะช่วยให้เราไม่เครียด ไม่ทุกข์ ไม่ผิดหวังมากจนเกินไป

3.5 ฝึกมองหาประโยชน์จากอุปสรรค เพื่อสร้างความรู้สึกดี ๆ ที่จะเป็นพลังให้เกิด สิ่งดีอื่นๆ ต่อไปฝึกสร้างทัศนคติที่ดี หามุมมองที่ดีในเรื่องที่เราไม่พอใจ (แต่ไม่สามารถแก้ไขหรือ เปลี่ยนแปลงได้) มองปัญหาให้เป็นความท้าทาย ที่เราจะได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เพื่อสร้างพลังและ แรงจูงใจให้ผ่านพ้นปัญหานั้นๆ ไปได้

3.6 หมั่นสร้างความหมายในชีวิต ด้วยการรู้สึกดีต่อตัวเอง นึกถึงสิ่งที่สร้างความ ภูมิใจและพยายามใช้ความสามารถที่มีทำประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น แม้ว่าจะเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ให้กำลังใจตนเอง คิดอยู่เสมอว่าเราทำได้ เราจะทำและลงมือทำ

4. รู้อารมณ์ผู้อื่น การรู้และเข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น และสามารถแสดงอารมณ์ ตนเองตอบสนองได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะกับคนที่เราเกี่ยวข้องสัมพันธ์ด้วย จะช่วยให้เรา สามารถอยู่ร่วมหรือทำงานด้วยกันได้อย่างดี และมีความสุขมากขึ้น เทคนิคการรู้อารมณ์ผู้อื่น

4.1 ให้ความสนใจในการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า แววตา ท่าทาง การพูด น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่นๆ

4.2 อ่านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น จากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขากำลังมีความรู้สึกใด โดยอาจตรวจสอบว่าเขารู้สึกอย่างนั้นจริงหรือไม่ด้วยการถาม แต่วิธีนี้ควรทำให้สถานการณ์ที่ เหมาะสม เพราะมีฉะนั้น อาจดูเป็นการรบกวนวาย ก้าวก้าวเรื่องของผู้อื่นได้

4.3 ทำความเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของบุคคล เรียกว่าเอาใจเขามาใส่ใจเรา ว่าถ้าเราเป็นเขา เราจะรู้สึกอย่างไร จากสภาพที่เขาเผชิญอยู่

4.4 แสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ เมื่อผู้อื่นกำลังมีปัญหา

5. รักษาความสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน

5.1 การมีความรู้สึกที่ดีต่อกัน จะช่วยลดความขัดแย้ง และช่วยให้การอยู่ร่วมกัน เป็นไปอย่างราบรื่น พร้อมทั้งจะสร้างสรรค์ผลงานที่เป็นประโยชน์

5.2 เทคนิคในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

5.3 ฝึกการสร้างความรู้สึกที่ดีต่อผู้อื่น ด้วยการเข้าใจ เห็นใจความรู้สึกของผู้อื่น

5.4 ฝึกการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ด้วยการสร้างความเข้าใจที่ตรงกัน

5.5 ฝึกการเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่ดี และไม่ลืมที่จะใส่ใจในความรู้สึกของผู้ฟังด้วย

5.6 ฝึกการแสดงน้ำใจ เชื้อเพื่อเผื่อแผ่ รู้จักการให้และรับ

5.7 ฝึกการให้เกียรติผู้อื่นอย่างจริงใจ รู้จักยอมรับในความสามารถของผู้อื่น

5.8 ฝึกแสดงความชื่นชม ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ตามวาระที่เหมาะสม

ซาปิโร (Shapiro, 1997 อ้างถึงใน วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, 2548) ได้เสนอข้อคิดในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กไว้ดังนี้

1. ให้เด็กซึมซาบมาตรฐานทางศีลธรรมของศาสนา เช่น ในศาสนาคริสต์ อาจให้เด็กท่องและทำความเข้าใจบัญญัติ 10 ประการ ศาสนาพุทธ ศีล 5 และศาสนาอิสลาม หลักบัญญัติ 5

2. ฝึกให้เด็กแสดงออกซึ่งความเมตตากรุณา ช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่เลือกโอกาส การมีความฉลาดทางอารมณ์ที่ดีย่อมสามารถทำให้ผู้อื่นเป็นสุขได้โดยไม่เลือกกาลและเวลา

3. ให้ปฏิบัติงานที่เป็นการบริการชุมชน (Community Service) ทั้งนี้ถือเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการเรียน อาจในระดับมัธยมศึกษาหรือปริญญาตรี ทำกิจกรรมสาธารณกุศลแก่องค์กรที่มีได้มุ่งหวังผลกำไรเป็นการเรียนรู้ชีวิตในแง่มุมต่างๆ และกตีกาสังคม ไม่แปลกแยกจากผู้คนและธรรมชาติของชีวิต

4. ฝึกการพูดตามความสัตย์จริง (Honesty) และการประพฤติปฏิบัติที่สอดคล้องกับคำพูด (Integrity) ด้วยการสร้างความไว้วางใจด้วยคุณความดี ความตรงไปตรงมา ไม่พูดโกหก การเคารพความเป็นส่วนตัวของเด็ก การพูดคุยกันเกี่ยวกับคุณค่าของจริยธรรมของสมาชิกในครอบครัว

5. นำเอาอารมณ์ทางลบมาเป็นอุทาหรณ์ เช่น ความสะอาด หรือความรู้สึกผิดต่อพฤติกรรมบางอย่างในอดีตของตนบางอย่าง เพื่อยับยั้งจิตใจไม่ให้ประพฤติปฏิบัติซ้ำ

6. ฝึกให้เด็กคิดและตีความต่างๆ ตามความเป็นจริง เกี่ยวกับปัญหาข้อห่วยต่างๆ เกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์เป็นตัวอย่างของการเป็นผู้ที่เผชิญกับความจริงได้ดี อาจนำตัวอย่างจากนิยาม นิทาน บทภาพยนตร์ หรือละครในชีวิตจริงมาอธิบายประกอบด้วยก็ได้

7. ฝึกให้เด็กมองโลกในแง่ดี เปิดตัวเองต่อประสบการณ์ใหม่ๆ ในชีวิตจากความเป็นต้นแบบของพ่อแม่ในการเกี่ยวข้องกับเด็ก การมองโลกในแง่ดี เป็นการรักษาและพัฒนาสุขภาพจิตลดการสร้างปัญหา

8. เพิ่มความฉลาดทางอารมณ์ด้วยการเตือนตนด้วยตนเอง แก่การแสดงออกโดยการแก้ที่ความคิด ใช้ความคิดแก้ความรู้สึก เช่น การพูดคุยกับตนเอง พูดคุยให้สติเตือนตนอยู่ภายในตน เป็นการสร้างสติที่จะควบคุมอารมณ์ของตนเอง

9. การให้ฟังดนตรีเบาๆ หรือเพลงคลาสสิกทั้งของไทยและของต่างประเทศ ที่มีจังหวะที่น้อยกว่า 60 ครั้ง ต่อนาที ให้ดูภาพเขียนนามธรรม (Abstract Art) และสอบถามว่าภาพนี้ทำให้เขารู้สึกเช่นไร หรือในเวลา 1 ภาพ ต่อ 1 นาที ให้จ้องภาพที่มีรายละเอียดต่างๆ แล้วปิดตา นึกภาพไว้ในสมองแล้วให้รายงานว่ามีรายละเอียดใดบ้างหรือให้เด็กเอามือปิดตา ดมกลิ่นต่างๆ ในห้องว่าได้กลิ่นอะไรบ้าง

10. ฝึกให้เด็กรู้จักวิธีการแก้ไขปัญหา มองเห็นสภาพทั้งสองด้านของปัญหา ไม่มองอะไรด้านเดียว ฝึกเด็กให้รู้จักคำศัพท์ต่างๆ มากมายที่เลือกใช้ได้เหมาะสมกับกาลเทศะ สอนเด็กให้รู้จักภาษาที่ใช้ในการแก้ปัญหา สร้างสายสัมพันธ์ เช่น ขอโทษ ขอรบกวน ขออภัย ขอขอบคุณ เป็นต้น เมื่อเด็กเติบโตขึ้นควรฝึกในการคิดแก้ปัญหาด้วยทางเลือกหลายทาง ต่อปัญหาใดปัญหาหนึ่ง

11. ปฏิสัมพันธ์ที่พ่อแม่มีต่อลูก จะส่งผลต่อทักษะทางสังคมที่เด็กมีต่อผู้อื่น ดัชนีวัดระดับความฉลาดทางอารมณ์ของเด็กที่ดี ดูได้จากทักษะทางสังคม (Social Skill) ที่เด็กได้แสดงออกได้ รับรู้ ได้เรียนรู้ ตีความ ตอบสนอง วางตนในสถานการณ์ต่างๆ ทางสังคม เด็กประนีประนอมได้มากน้อยเพียงใด ในสถานการณ์ที่มีความขัดแย้งกัน ตัวอย่างที่เห็นได้ดีคือ ทักษะในการพูดคุยกับเด็ก พ่อแม่ ผู้ปกครองควรฝึกเด็กให้มีทักษะในการพูดคุย (Conversation Skills) ในโอกาสต่างๆ ดังนี้

11.1 พูดถึงความรู้สึก ความปรารถนาของตนได้อย่างชัดเจนว่าตนรู้สึกอย่างไร ทำไมถึงรู้สึกเช่นนั้นและตนต้องการอะไร

11.2 สามารถอ่านภาษาท่าทางของผู้อื่นได้ถูกต้อง มีความเข้าใจกับสีหน้า สัญญาณ หรือภาษาท่าทางของผู้อื่น

11.3 ให้เข้าร่วมกิจกรรมที่เขามีความสนใจ

11.4 ให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้อื่นได้ ชมคนด้วยความจริงใจ

11.5 ใส่ใจกับเรื่องที่สนทนาอยู่ ไม่เบี่ยงเบนเรื่องคุยหรือทำกิจกรรมอื่นได้ด้วย

11.6 แสดงความเป็นผู้ฟังที่ดี ไม่พูดขัดจังหวะ สืบค้น สอบถาม ติดตามได้ดี

11.7 แสดงให้คู่สนทนาเห็นว่าตนเข้าใจความรู้สึกของเขา

11.8 แสดงความสนใจผู้อื่น ด้วยการสบตา ทักทาย สอบถาม

11.9 แสดงการยอมรับ รับฟังความคิด ข้อเสนอแนะของคู่สนทนา

11.10 ให้ความเป็นกันเองและการยอมรับ ด้วยการกอด ตะไหล่ จับมือบอกในสิ่งที่ประทับใจในตัวเขา

11.11 แสดงความเห็นอกเห็นใจ บอกให้รู้ว่าตนเองคิดว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไร และแสดงให้เห็นว่าเรารู้สึกเป็นห่วงเป็นใยเขา

12. สร้างทักษะความเป็นผู้มีอารมณ์ขัน (Sense of Humor) หรือมีทักษะในอารมณ์ขัน (Skilled at Humor) ในสถานการณ์ทางสังคมในการเรียน ในการทำงานได้ดี เด็กที่ตลก ร่าเริงมักเป็นที่ชื่นชมของเพื่อน อารมณ์ขันสามารถพัฒนาได้แต่เด็ก ในระยะแรกพ่อแม่ควรเป็นต้นแบบที่ดีของความเป็นผู้มีอารมณ์ขัน และควรใช้อารมณ์ขันเป็นเครื่องมือในการสอน คุณค่า หรือค่านิยมในชีวิต ในการสร้างมิตร ละลายความตึงเครียด

13. ฝึกให้เด็กสร้างและรักษาสายสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนได้ มีเพื่อนสนิท ในแต่ละวัย

14. ฝึกให้เด็กได้มีโอกาสเข้าสังคม กลุ่มเพื่อนเพศเดียวกัน กลุ่มของเพื่อนเพศตรงข้าม ในงานทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการของสังคม แม้กระทั่งกลุ่มคนแปลกหน้าที่ไม่คุ้นเคย กลุ่มกิจกรรมนอกหลักสูตรต่างๆ ตามทักษะที่ตนสนใจ หรือกิจกรรมที่ชุมชนจัดให้มีขึ้น

15. ฝึกให้เด็กมีความสามารถในการสร้างแรงจูงใจที่ดี ที่มุ่งสู่ความสนใจต่างๆ กล้าเผชิญปัญหาและอุปสรรค ให้เด็กได้เรียนรู้ในสิ่งที่เขารู้สึกว่าท้าทายและตรงกับความสนใจของเขา มีส่วนสนับสนุนและส่งเสริม ไม่คาดหวังหรือกดดันมากเกินไป

16. ฝึกให้เด็กมีความเพียรพยายาม รู้จักบริหารเวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด แสวงหางานอดิเรกทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนได้เรียนรู้และสนุกสนานไปด้วย

17. ยอมรับข้อผิดพลาด ความล้มเหลวของตน ไม่มีใครสมบูรณ์แบบ รู้จักอดทน รอได้ ใจกว้าง

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้แนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยจำแนกแนวทางการพัฒนาออกเป็น 3 ด้านดังนี้

1. ด้านดี

1.1 ความคุมตนเอง ผู้ใหญ่ควรสอนเด็กว่าอารมณ์ที่ไม่ดี เช่น โกรธ ไม่พอใจนั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ แต่ต้องรู้จักควบคุม เพราะเราไม่ควบคุมจะเกิดผลเสียตามมา เช่น โกรธแล้วทำร้ายคนอื่น หรือทำลายข้าวของ ผู้ใหญ่ควรสอนเด็กให้รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเอง เมื่อเด็กต้องเผชิญสถานการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์นั้น ให้เด็กรู้จักชะลอความพลุ่งพล่าน โดยหันไปสนใจเรื่องอื่น หรือนับ 1-10 หากเด็กรู้จักควบคุมตนเองได้ผู้ใหญ่ควรชมเชยว่าเป็นคนเก่งเพื่อให้เด็กภูมิใจที่ควบคุมตนเองได้ ถ้าในสถานการณ์นั้นเด็กยังควบคุมตนเองไม่ได้ให้เด็กเดินเลี้ยวไปก่อน หลังจากนั้นให้เด็กรู้จักระบายอารมณ์ในทางที่เหมาะสม เช่น เตะบอล วิ่งรอบบ้าน เป็นต้น

1.2 ใส่ใจและเข้าใจอารมณ์ผู้อื่น ผู้ใหญ่ควรฝึกให้เด็กรู้จักรับฟังผู้อื่น และกล่าวให้กำลังใจหรือปลอบในผู้อื่นเวลาที่เขาไม่สบายใจ เพราะการรับฟังผู้อื่นจะทำให้รู้ว่าผู้อื่นคิดอย่างไร เข้าใจคนอื่นมากขึ้น เหมือนกับการผูกมิตรต้องผูกใจ

1.3 ยอมรับผิด เมื่อเด็กทำผิดผู้ใหญ่ควรบอกเด็กทำอะไรผิด ทำให้เกิดความเสียหายอย่างไร ให้โอกาสเด็กชี้แจงเหตุผล ส่วนเกณฑ์ในการลงโทษเป็นเรื่องที่ตกลงกันว่าจะยอมรับโทษมากน้อยเพียงใด แต่ทั้งนี้พยายามหลีกเลี่ยงการลงโทษด้วยการเสียสติ เช่น อาจลงโทษด้วยการตัดค่าขนม งดออกไปเล่นนอกบ้านกับเพื่อนชั่วคราว งดดูรายการทีวี หรือเล่นเกม เป็นต้น ถ้าเด็กยังไม่รู้สำนึกอาจใช้การตีเตือนให้รู้ว่าสิ่งที่ทำนั้นไม่ถูกต้อง เป็นหยุดพฤติกรรม แต่ไม่ใช่การตีเพื่อระบายความโกรธหรือเสียน้ำของผู้ใหญ่

2. ด้านเก่ง

2.1 มุ่งมั่นพยายาม ผู้ใหญ่ควรสอนให้เด็กมีความมุ่งมั่นในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้นานขึ้น และทำสำเร็จ เช่น การอ่านหนังสือ หรือการทำการบ้าน โดยอาจพูดว่า “ตั้งใจอ่านนะลูก” หรือ “ทำให้สำเร็จนะลูก” หรือสอนให้เด็กให้กำลังใจตนเอง เช่น “เกือบจะเสร็จแล้ว” “ทนอีกนิด” เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อเป็นการฝึกให้เด็กมีสมาธิอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้นานขึ้น และทำจนสำเร็จ

2.2 ปรับตัวต่อปัญหา การฝึกให้เด็กแก้ไขปัญหา จะทำให้เด็กพึ่งตนเองได้ ผู้ใหญ่ควรให้เด็กมีประสบการณ์ในการแก้ปัญหาด้วยตัวเอง สอนว่าการแก้ปัญหาคือเรื่องท้าทาย หัดให้เด็กหาสาเหตุของปัญหา หาทางออกของปัญหาหลายๆ ด้าน และเลือกทางออกที่มีผลเสียต่อตนเองและผู้อื่นน้อยที่สุด

2.3 กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม ผู้ใหญ่ควรเปิดโอกาสให้เด็กพูดถึงความรู้สึกและความคิดเห็นหรือความสามารถของตนเอง กระตุ้นหรือสนับสนุนเมื่อเด็กมีท่าทีที่ต้องการการแสดงผลออก และความชื่นชม จะทำให้เด็กมีความมั่นใจ และมีความเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น

3. ด้านสุข

3.1 พอใจในตนเอง ผู้ใหญ่ควรยกย่องชมเชยเมื่อเด็กทำสิ่งต่างๆ ได้สำเร็จเพื่อให้เด็กรู้สึกภูมิใจว่าตนเองมีความสามารถและรู้สึกว่ามีความสำคัญ หากเด็กรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย ผู้คนอื่นไม่ได้ ผู้ใหญ่ควรให้กำลังใจว่าแต่ละคนมีความสามารถเฉพาะตัวแตกต่างกันไป ไม่มีใครเก่งเหมือนกันหมดทุกอย่าง เช่น หนูมีความสามารถเด่นในเรื่อง...หนูควรภูมิใจในความสามารถที่หนูมีอยู่

3.2 รู้จักปรับใจ ผู้ใหญ่ควรสอนให้เด็กรู้จักปรับใจ โดยเมื่อเด็กรู้สึกผิดหวังผู้ใหญ่ควรตั้งคำถามเพื่อให้เด็กทำความเข้าใจกับปัญหา ได้คิดและรู้จักทำใจบ้าง เช่น ถามว่าถ้าไม่ได้ เกมกดจะเสียอะไรบ้าง ถ้าเสียความสนุกสนานจะหาความสนุกสนานจากสิ่งอื่นทดแทนได้หรือไม่ หรืออาจจะให้เด็กรู้จักชะลอเวลาที่จะได้สิ่งที่ต้องการ เช่น ให้สะสมเงินค่าขนมเพื่อซื้อของเล่นเป็นต้น

3.3 รื่นเริงเบิกบานในเวลาที่เกิดอารมณ์ไม่ดี ผู้ใหญ่ควรแนะนำให้เด็กรู้จักผ่อนคลายอารมณ์ตนเอง เช่น อ่านการ์ตูนซ้ำๆ ดูหนังฟังเพลงที่สนุกสนานครึกครื้น วาดรูป พุดคุย หรือเล่น

สนุกกับเพื่อน เป็นต้น หรือพ่อแม่อาจหาสิ่งที่เด็กชอบเล่นแล้วสนุกสนานให้เด็กทำในยามว่างเพื่อความสุขร่วมกัน

ตอนที่ 4 สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

1. ประวัติความเป็นมา

สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ (แผ่นพับ) เป็นที่รู้จักทั่วไปว่า บ้านเกร็ดตระการ เดิมชื่อ สถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ จัดตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม พ.ศ. 2503 ในสังกัดกรมประชาสงเคราะห์ ตามพระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2503 ต่อมากฎหมายได้รับการปรับปรุงใหม่เพื่อมุ่งให้คุ้มครอง โดยเน้นการบำบัด ฟื้นฟู และพัฒนาอาชีพมากขึ้นและได้เปลี่ยนแปลงชื่อเป็น สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านปากเกร็ด ตาม พระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2539

ในขณะเดียวกันบ้านเกร็ดตระการได้ทำหน้าที่เป็นศูนย์สงเคราะห์และคุ้มครองสวัสดิภาพสตรี มีหน้าที่ให้ความช่วยเหลือหญิงที่ประสบปัญหาสังคมทุกประเภท เช่น ถูกละเมิดทางเพศ มีความประพฤติไม่เหมาะสม ประสบปัญหาครอบครัวหรือปัญหาสังคมอื่นๆ

นอกจากนี้บ้านเกร็ดตระการ ยังได้ให้ความคุ้มครองต่อหญิงและเด็กที่ตกเป็นเหยื่อการค้ามนุษย์ ตามพระราชบัญญัติมาตรการป้องกันและปราบปรามการค้าหญิงและเด็ก พ.ศ. 2540 และบันทึกข้อตกลงเรื่องแนวทางปฏิบัติร่วมกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการดำเนินการกรณีการค้าและเด็กที่ตกเป็นเหยื่อการค้ามนุษย์ พ.ศ. 2542 โดยขยายการคุ้มครองครอบคลุมผู้ที่ประสบปัญหาอื่นๆเช่น ประสบปัญหาจากการถูกล่อลวงมาบังคับใช้แรงงาน ถูกบังคับหรือแสวงหาประโยชน์ในธุรกิจบริการทางเพศ หรือเป็นขอทาน ทั้งที่เป็นชาวไทยและต่างชาติโดยบ้านเกร็ดตระการได้รับมอบหมาย ให้ทำหน้าที่เป็นหน่วยงานหลักในการดูแลหญิงและเด็กต่างชาติดังกล่าว

ปัจจุบันสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการสังกัดสำนักป้องกันและแก้ไขปัญหการค้าหญิงและเด็ก (สปป.) กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ทำหน้าที่ให้บริการสังคม ครอบคลุมกลุ่มเป้าหมาย 3 กลุ่ม ได้แก่

1. หญิงที่มีอายุไม่เกิน 18 ปี ที่ต้องเข้ารับการคุ้มครองตามพระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2539 หรือที่มีอายุเกิน 18 ปี ที่สมัครใจเข้ารับการคุ้มครอง
2. หญิงและเด็กที่ประสบปัญหาทางสังคมทุกประเภท
3. หญิงและเด็ก ทั้งชาวไทยและต่างชาติที่ตกเป็นเหยื่อการค้ามนุษย์

2. ความสามารถในการให้บริการ

บ้านเกร็ดตระการสามารถรองรับให้บริการแก่ผู้รับบริการคุ้มครอง ได้ปีละประมาณ 550 คน บริการและกิจกรรม (สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ, แผ่นพับ)

บ้านเกร็ดตระการเป็นหน่วยงานของรัฐให้บริการสังคมโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ ดังนี้

1. ที่พักอาศัย โดยปัจจุบันมีเรือนนอนรวมอยู่ 6 อาคาร ทุกคนจะได้รับเครื่องนอน เครื่องนุ่งห่มและของใช้ประจำตัว

2. อาหาร 3 มื้อ

3. การรักษาพยาบาล โดยจัดให้มีคลินิก มีพยาบาลประจำตลอด 24 ชั่วโมง ให้การดูแลรักษาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้นและให้ความรู้เรื่องสุขภาพ การดูแลสุขภาพอนามัย รวมทั้งให้คำแนะนำเรื่องโรคต่างๆ เช่น โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เป็นต้น ในกรณีที่เจ็บป่วยรุนแรงจะส่งเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลตามความเหมาะสมต่อไป

4. บริการให้คำปรึกษา โดยนักจิตวิทยาและนักสังคมสงเคราะห์ จัดทำประวัติ วินิจฉัยปัญหาส่วนตัวและครอบครัว วัดระดับเขาวินิจฉัย ให้คำแนะนำปรึกษาด้วยวิธีการสังคมสงเคราะห์เฉพาะรายและสังคมสงเคราะห์กลุ่ม

5. การฟื้นฟูสภาพจิตใจ เพื่อมุ่งพัฒนาจิตใจ บุคลิกภาพ ผ่อนคลายจากความวิตกกังวล สร้างเสริมความเคารพและเชื่อมั่นในตนเอง ตลอดจนปลูกฝังลักษณะนิสัยให้มีความรับผิดชอบต่อตัวเอง ผู้อื่นและสังคม สามารถปรับตัวให้เข้ากับสังคม และดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม การอบรมธรรมะและด้านศีลธรรม

6. การศึกษา โดยจัดบริการในระบบการศึกษานอกโรงเรียนตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการ แบ่งออกเป็นระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย และวิชาชีพภาคสมทบในสาขาวิชาต่างๆ ตามความสนใจ เมื่อจบหลักสูตรแล้ว จะได้รับการสอบวัดผลเทียบความรู้และประกาศนียบัตรรับรองจากหน่วยงานต่างๆ เช่น แผนกคอมพิวเตอร์ การสอนภาษาอังกฤษ เป็นต้น ในกรณีเด็กต่างชาติ ได้จัดให้มีการเรียนการสอนให้ผู้รับบริการคุ้มครองมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนการสอนด้วยตนเอง ในระบบพี่สอนน้อง

7. กิจกรรมนันทนาการและสังคม โดยมุ่งเน้นให้ผู้รับบริการคุ้มครองผ่อนคลาย ลดความตึงเครียดในระหว่างที่อยู่ในบ้านเกร็ดตระการ และเพิ่มพูนทักษะทางสังคม โดยกิจกรรมที่จัดให้จะสอดคล้องกับวัฒนธรรม ความเชื่อและศาสนาของผู้รับฯ เช่น บริการห้องสมุด วิทยุเสียงตามสาย โทรทัศน์ ภาพยนตร์ วิทยุทัศน์ การฝึกเล่นดนตรีไทย กีฬา กิจกรรมทางศาสนา ทัศนศึกษานอกสถานที่ นอกจากนี้ผู้รับฯยังได้ร่วมในงานเทศกาลต่างๆ เช่น วันปีใหม่ วันสงกรานต์ วันเข้าพรรษา วันลอยกระทง วันแม่ และวันเด็ก เป็นต้น

8. ทักษะในการดำรงชีวิต เพื่อเป็นการฝึกฝนให้ผู้รับการคุ้มครองเกิดทักษะในการดำรงชีวิต สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ บ้านเกร็ดตระการได้จัดอบรมทักษะชีวิตต่างๆที่เหมาะสมให้กับผู้รับการคุ้มครอง เช่น ทักษะในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ฯลฯ

9. การฝึกวิชาชีพ 9 แผนก ได้แก่ แผนกเย็บเสื้อผ้า เสริมสวย ตัดผมชาย ทอผ้าที่กระตุก จักสาน การช่าง ประดิษฐ์ คหกรรม การทำผ้าบาติก และนวดแผนโบราณ โดยจัดหลักสูตรให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และแหล่งตลาดในชุมชนภายในท้องถิ่น รวมทั้งเป็นวิชาชีพสำหรับกลุ่มเด็กต่างชาติที่สามารถเลือกเรียนให้เหมาะสมกับการประกอบอาชีพเมื่อเด็กกลับภูมิลำเนา ซึ่งภายหลังจากจบหลักสูตรแล้วจะจัดหางานให้ทำและสนับสนุนเงินทุนประกอบอาชีพโดยไม่เสียดอกเบี้ย

10. ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก มีการจัดตั้งศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และหน่วยบริหารดูแลแม่และทารก

11. การเตรียมพร้อมก่อนกลับคืนสู่สังคม โดยจัดให้มีกิจกรรมปรับสภาพก่อนที่ผู้รับจะกลับไปใช้ชีวิตจริงในสังคม เช่น โครงการพัฒนาเยาวชนสตรีสู่ชุมชน

12. การสงเคราะห์ครอบครัว การให้ความช่วยเหลือครอบครัวในระหว่างรับการคุ้มครองและภายหลังพ้นการอุปการะโดยนักสังคมสงเคราะห์ออกเยี่ยมบ้าน และประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจัดบริการอย่างต่อเนื่อง เช่น ค่าใช้จ่ายตามความจำเป็นและช่วยเหลือเงินทุนประกอบอาชีพ

3. กระบวนการให้ความคุ้มครอง

3.1 ขั้นตอนการรับเข้า รับแจ้ง ช่วยเหลือสตรีกลุ่มเป้าหมายเข้ารับการคุ้มครองตลอด 24 ชั่วโมง โดยนำส่งจากบ้านพักเด็กและครอบครัว สถานีตำรวจ สัมครด้วยตนเอง องค์กรเอกชนต่างๆ เป็นต้น

3.2 ให้การปฐมนิเทศ เพื่อให้ข้อมูลบริการและเตรียมความพร้อมผู้รับการคุ้มครองในการเข้ารับบริการ

3.3 สอบประวัติ และสอบเชาวนปัญญา พร้อมให้คำแนะนำ คำปรึกษา ในคดีชาวต่างชาติจะดำเนินการติดต่อประสานล่ามแปลร่วมในการสอบประวัติ เพื่อค้นหาสภาพปัญหาและข้อเท็จจริง ประเมินสภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และร่วมปรึกษาหารือกับผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อวางแผนให้ความช่วยเหลือ

3.4 จัดบริการทางการแพทย์ ในกรณีที่มีการเจ็บป่วย และจัดเตรียมข้อมูลประวัติการเจ็บป่วยส่งต่อเพื่อเข้ารับการรักษา

3.5 ให้ความช่วยเหลือในการดำเนินคดีกรณีที่ถูกล่วงละเมิด ถูกเอาผิดเอาเปรียบ และกรณีที่มีการดำเนินคดีต่อผู้ค้า นายหน้า และผู้ที่เกี่ยวข้อง จะมีการเตรียมพร้อมเด็ก และจัดนักสังคมสงเคราะห์เข้าร่วมการสอบสวนสืบพยานในกระบวนการยุติธรรม

3.6 รวบรวมข้อมูลประวัติผู้รับการคุ้มครอง เพื่อติดตามครอบครัว หรือส่งต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องให้สืบหาและประเมินความพร้อมของสภาพครอบครัวและชุมชนในการรับกลับภูมิลำเนา

3.7 ส่งกลับและคืนสู่สังคม โดยประสานหน่วยงานรัฐ องค์การเอกชน สำหรับกรณีชาวต่างชาติจะประสานสำนักงานตรวจคนเข้าเมือง สถานเอกอัครราชทูต เพื่อจัดเตรียมเอกสารเดินทาง พร้อมแจ้งหน่วยงานรัฐและเอกชน ในประเทศต้นทางเพื่อเตรียมการรองรับ

3.8 การติดตามและประเมินผล ส่งนักสังคมสงเคราะห์เยี่ยมบ้าน โดยประสานงานกับหน่วยงานที่อยู่ในพื้นที่ เพื่อติดตามประเมินผล และให้ความช่วยเหลืออย่างต่อเนื่อง โดยแบ่งระยะเวลาออกเป็น 4 ครั้ง ใน 3 เดือน 6 เดือน 9 เดือน และ 12 เดือน (สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ, แผ่นพับ)

ตอนที่ 5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่ม

1.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

ควิแนน และฟูลด์ส (Quiana and Foulds, 1970 อ้างถึงใน ฤทัยรัตน์ ธรเสนา, 2535) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ต่อการรับรู้ความเข้าใจตนเองของผู้เข้ารับการฝึก โดยการฝึกแบบกลุ่มทันทาน ซึ่งให้ทุกคนแสดงกิจกรรมเกี่ยวกับการแสดงบทบาทการสื่อสารด้วยคำพูด และการอภิปรายตนเอง ใช้เวลาในการฝึก 30 ชั่วโมงติดต่อกัน ผลการวิจัยพบว่า ผู้ที่ได้รับการฝึก มีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองในทางที่ดีขึ้น ในด้านคุณค่าตนเองตามความเป็นจริง ด้านความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ การควบคุมความรู้สึกรู้สึกของตนเอง

เทรปปา และไฟร์ค (Treppa and Frike, 1972) ได้ศึกษาเกี่ยวกับผลของกลุ่มมาราธินที่มีต่อความเข้าใจในตนเอง โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความเข้าใจตนเองดีขึ้น มีความสามารถในการควบคุม

ตนเองมากขึ้น เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ ยอมรับตนเอง เข้าใจในความเป็นมนุษย์ มีความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ และมีความคิดเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติ

เดออร์ชมิทท์ (Durschmidt, 1978) ได้ทำการศึกษาผลของการใช้กระบวนการกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเข้าใจในตนเองของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง จำนวน 38 คน โดยการให้เข้าร่วมกลุ่มการสัมมนาที่เปิดโอกาสให้แต่ละคนได้แสดงศักยภาพที่แท้จริงของตน ส่วนกลุ่มควบคุมจำนวน 63 คน ยังคงให้เรียนตามปกติ ผลปรากฏว่า เมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแล้ว กลุ่มทดลองมีการยอมรับตนเองดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการเข้าใจในตนเองของทั้งสองกลุ่มนั้นไม่แตกต่างกัน

เบิร์คเฮาเซอร์ (Bukhauser, 1985) ศึกษาผลของกระบวนการกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่ออัตมโนทัศน์ของนักเรียนในชั้นเรียนระดับประถมศึกษาโดยเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มนักเรียนเกรด 3,4,5 จำนวน 77 คน ซึ่งมีส่วนร่วมอยู่ในชั้นเรียนตามปกติและนักเรียน 75 คน ซึ่งอยู่ในชั้นเรียนไม่เกิน 6 สัปดาห์ พบว่าทั้ง 2 กลุ่ม มีอัตมโนทัศน์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปได้ว่างานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมกลุ่มในต่างประเทศ นั้นส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเอง ความสามารถในการควบคุมตนเอง เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงศักยภาพที่แท้จริง เพิ่มมากขึ้น

1.2 งานวิจัยในประเทศ

บุญศรี จึงธนาเจริญเลิศ (2530) ได้ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มที่ได้รับการสอนโดยการใช้กิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวกับเพื่อนสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

มณฑนา อึ้งตระกูล (2524) ได้ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จังหวัดขอนแก่น โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมโดยใช้โปรแกรมการฝึกกิจกรรมกลุ่ม ส่วนกลุ่มควบคุมเรียนรู้โดยการสอนตามปกติ ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่ากลุ่มที่ได้รับการฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงมโนภาพแห่งตน แตกต่างจากกลุ่มที่

ไม่ได้รับการฝึก กิจกรรมกลุ่ม หลังจากทดลองได้ประเมินว่า กิจกรรมกลุ่มได้ช่วยให้เขาได้พัฒนาตนเอง เกิดการยอมรับตนเองและผู้อื่น เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น เกิดความสามัคคีในกลุ่มดีขึ้น มีความรับผิดชอบ และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออกในทางที่เหมาะสมดีขึ้น

เมตตา จินดารักษ์ (2525) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความสามารถในการปรับตัวทางสังคมดีขึ้น

ลาวัณย์ มหาทุมะรัตน์ (2539) ได้ทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนศรีศักดิ์สุวรรณวิทยา อำเภอบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี ปีการศึกษา 2528 ผลจากการศึกษา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกด้วยกิจกรรมกลุ่ม มีมนุษยสัมพันธ์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนแบบ อย่งมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อัจนา ศรีสุรพล (2535) ได้ศึกษาผลของกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษยสัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต ผลการวิจัยพบว่า ในระหว่างการฝึกกลุ่มสัมพันธ์นักศึกษาได้มีโอกาสมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่มอย่างเต็มที่ นักศึกษามีประสบการณ์ในการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น ได้ปฏิบัติงานร่วมกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ทำให้นักศึกษาได้รับความรู้สามารถพัฒนาบุคลิกภาพให้เกิดความเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น สามารถแก้ไขข้อบกพร่องซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการสร้างสัมพันธภาพในการทำงาน การเรียน และการอยู่ร่วมกันทำให้บุคคลมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน

ฤทัยรัตน์ ธรเสนา (2535) ได้ศึกษา การพัฒนาอัตมโนทัศน์หลายมิติของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี โดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ผลการวิจัยพบว่า การที่นักศึกษาพยาบาลได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น และความสามารถของตน ประสานความคิดของตนเองและกลุ่มทำให้นักศึกษาพยาบาลกล้าคิด กล้าทำมากยิ่งขึ้น เกิดความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น มีความมั่นใจในตนเอง รวมทั้งตระหนักถึงคุณค่า และเกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น

นิสรา คำมณี (2544) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย

ศิลปิน จัหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สรุปได้ว่างานวิจัยที่เกี่ยวกับกิจกรรมกลุ่มในประเทศนั้น สามารถพัฒนา ความฉลาดทางอารมณ์ เกิดความเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น มีการปรับตัวในเข้ากับสังคม เกิด ความสามัคคีในหมู่คณะ มีมนุษยสัมพันธ์ มีความรับผิดชอบ และมีพฤติกรรมกล้าแสดงออก ในทางที่เหมาะสม

2. งานวิจัยเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์

2.1 รายงานวิจัยในประเทศ

งามตา วนินทานนท์ (2539) และคณะได้ศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพัฒนาการ ด้านการหยั่งลึกทางสังคมของนักเรียนระดับประถมศึกษาในกรุงเทพฯ ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการหยั่งลึกทางสังคมของนักเรียนยิ่งสูงขึ้นเด็กยิ่งได้รับความนิยมนในหมู่เพื่อน ผลการวิจัยที่กล่าวมาในขั้นต้นแสดงให้เห็นถึงความเกี่ยวข้องกันระหว่างการมีอารมณ์ทางบวก การควบคุมอารมณ์ได้ดี การเข้าถึงความรู้สึกและมุมมองของผู้อื่น และการยอมรับของเพื่อนฝูง

รักตวรรษ ศรีธำพร (2548) ให้เด็กอนุบาลเล่นกิจกรรมที่คล้ายการยืดตนเองเป็น ศูนย์กลางจำนวน 40 กิจกรรม แล้ววัดการรับรู้และเข้าใจทัศนะของผู้อื่น เด็กที่ได้เล่นกิจกรรมเมื่อ เทียบกับเด็กในกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เล่นกิจกรรมดังกล่าว ผลการวิจัยพบว่า เด็กกลุ่มที่ได้เล่น กิจกรรมการเล่นดังกล่าวทำให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุและบุคคล

พรรัถ อินทามระ (2536) ได้ศึกษาเรื่องการคล้าย การยืดตนเองเป็นศูนย์กลางที่ ให้ครูจัดกิจกรรมการเล่นสร้างสรรค์แบบชี้แนะ และการเล่นสร้างสรรค์ของเด็กอนุบาลชั้นปีที่ 2 ที่มี ความบกพร่องทางการได้ยินโดยที่การเล่นสร้างสรรค์แบบชี้แนะเป็นการจัดกิจกรรมการเล่นโดยที่ ครูเป็นคนชักชวนให้เด็กเล่นอธิบายวิธีเล่น สาธิตการเล่นและคำถาม เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมเพื่อช่วยให้ เด็กเข้าใจและค้นพบวิธีแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ส่วนการเล่นสร้างสรรค์แบบกึ่งชี้แนะ ครูจะถามคำถาม เมื่อสังเกตว่าเด็กไม่รู้ว่าจะเริ่มต้นเล่นอย่างไรหรือกระตุ้นให้พบวิธีเล่นที่แตกต่างไปจากเดิมและ ถามคำถามเมื่อสิ้นสุดกิจกรรมเช่นวิธีแรก ผลการวิจัยปรากฏว่าเด็กปฐมวัยที่มีความบกพร่อง

ทางการไต่ถามที่เล่นสร้างสรรค์แบบแรกและแบบที่สองมีผลทำให้เด็กยึดตนเองเป็นศูนย์กลางลดลง พอๆ กันทั้งสองแบบ แต่กลุ่มที่เล่นแบบกึ่งชี้แนะมีความคิดสร้างสรรค์สูงกว่ากลุ่มชี้แนะ

สมจิตต์ สุวรรณวงศ์ (2542) ได้ทำการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียนโดยจัดสภาพ การเสริมความคิดเชิงคุณธรรม สังคมตามแนวคิดของคอนสตรัคติวิสต์ ให้แก่เด็กปฐมวัยอายุ 5-6 ขวบเพื่อพัฒนาวินัยในตนเอง โดยที่สภาพการณ์ดังกล่าวเน้นปฏิสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับครูซึ่ง ประกอบด้วยหลัก 2 ประการ คือ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพและการให้เด็กได้รับผลจาก พฤติกรรมที่เด็กกระทำ ผลการวิจัยที่สำคัญ 2 ประการ คือ ประการแรก การใช้การสื่อสารอย่างมี ประสิทธิภาพโดยครูใช้คำถามเพื่อให้เด็กสะท้อนความรู้สึกและปัญหาของตนเอง ช่วยให้เด็กคิดหา วิธีแก้ปัญหาด้วยตนเอง และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ด้วยตนเองให้เป็นพฤติกรรมที่จะไม่สร้าง ปัญหาของตนเองและผู้อื่น ประการที่สอง การให้เด็กได้รับผลตามธรรมชาติจากพฤติกรรมที่เด็ก กระทำ และผลที่สมเหตุสมผลกับพฤติกรรมที่เด็กกระทำร่วมกับการใช้คำถามของครูเพื่อให้เด็ก สะท้อนปัญหาของเด็ก ช่วยให้เด็กเข้าใจความจำเป็นในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่จะไม่สร้าง ปัญหาแก่ตนเองและผู้อื่น และการจัดสภาพการณ์ดังกล่าวสามารถพัฒนาวินัยในตนเองของเด็ก ให้เพิ่มขึ้นได้

ขวัญฟ้า รังสิยานนท์ (2542) ได้ทำการวิจัยเรื่องการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างเจต ศติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของเด็กปฐมวัย โดยการโน้มน้าวให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อสิ่งที่ ต้องการจะทำจากความรู้อันประเสริฐที่ได้รับจากผู้วิจัย ซึ่งได้ผลตามที่คาดคือ ทำให้เด็กมีเจตคติ ที่ดีต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมสูงขึ้น

งานวิจัยในประเทศที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ สรุปได้ว่าความฉลาดทาง อารมณ์สามารถพัฒนาได้ด้วยกิจกรรมที่หลากหลายจากผลงานวิจัยในข้างต้น นอกจากนี้สามารถ ฝึกการควบคุมอารมณ์ การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น การเป็นที่ยอมรับของเพื่อน และมีเจตคติที่ดี กับสิ่งรอบตัว

2.2 รายงานวิจัยในต่างประเทศ

กรีนเนอร์ (1998 อ้างถึงใน โสภาพรรณ สุขเฟื่องฟู, 2545) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะและความสามารถทางอารมณ์กับพฤติกรรมเอื้อสังคม ของเด็กอายุ 8-12 ปี โดยในเบื้องต้นผู้วิจัยแบ่งเด็กออกเป็น 3 กลุ่ม คือกลุ่มที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูง ปาน

กลาง และต่ำ โดยใช้เกณฑ์ที่ได้จากเด็กๆ กำหนดขึ้นเอง ผลการวิจัยพบว่า เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อ
 สังคมสูง จะมีคะแนนการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นสูงกว่า มีอารมณ์ทางบวกสูงกว่า มีความ
 มั่นยำในการตีความการแสดงอารมณ์ทางสีหน้าได้แม่นยำกว่า และมีการจัดการกับอารมณ์ได้
 ดีกว่าเด็กที่มีความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นต่ำกว่า นอกจากนี้เด็กที่มีพฤติกรรมเอื้อสังคมสูง จะ
 ได้รับการยอมรับจากเพื่อนมากกว่าด้วย และพบว่าเด็กหญิงได้คะแนนความสามารถทางอารมณ์
 และพบว่าเด็กได้คะแนนความสามารถทางอารมณ์และพฤติกรรมเอื้อสังคมสูงกว่า เด็กชาย

O' halloran (1996 อ้างถึงใน โสภภาพรณ สุขเฟื่องฟู, 2545) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง
 กระบวนการคิดและผลกระทบของความคิดต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปตามความรู้สึกซึ่งก่อให้เกิด
 การทำงาน ผลที่ได้รับมี 2 ประการที่แตกต่างกันซึ่งไม่เป็นลักษณะขั้นตอนหรือวิธีการในการศึกษา
 ได้มีการออกแบบรูปแบบของความคิดตามกำหนดขึ้นซึ่งเกี่ยวข้องกับด้านอารมณ์ และความรู้สึก
 ฉลาดได้ทำการทดสอบผ่านวิธี โดยใช้สเกลเมตามูล (สเกลวัดอารมณ์ตนเอง) โดยเมเยอร์และแค
 ร์ส ได้จัดทำไว้ในปี 1988 และทำการศึกษาเรื่อยมาจนปี 1992 เป็นเวลา 4 ปีติดต่อกัน โดย
 การศึกษาจากห้องทดลองปฏิบัติการ โดยการศึกษาในกรณีที่การทำ กิจกรรมในช่วงที่มีการกระทำ
 ต่างๆ ก่อนและหลัง (ของเมตามูล) ความฉลาดของอารมณ์ที่จะเป็นไปตามการทดลอง ผลที่
 เกิดขึ้นจะมีความแปรปรวนไปบ้าง ไม่เป็นไปตามอารมณ์ความรู้สึกในการกระทำสิ่งต่างๆ โดยทำ
 การเลือกและออกแบบในสิ่งที่จะนำมาเล่นหรือออกกำลังกาย ล้วนมีผลต่ออารมณ์ทั้งสิ้น
 โดยเฉพาะอย่างยิ่ง บุคคลที่ตั้งใจจริงนั้น สามารถจะพัฒนาความรู้สึกให้อยู่ในระดับที่สูงขึ้นได้
 หลังจากมีการออกกำลังกายแล้ว มากกว่าบุคคลที่มีอารมณ์ไม่มั่นคง เพื่อที่จะทำการศึกษาเรื่อง
 ความคิดในอนาคต ซึ่งเกี่ยวข้องกับเนื้อหาการออกกำลังกาย ความแตกต่างขึ้นอยู่กับวิธีการที่จะ
 นำมาศึกษาตามความคิดในเรื่องของระดับความคิด ซึ่งได้ทำการศึกษาว่าในแต่ละคนนั้นคิด
 อย่างไร ในช่วงที่ทำกิจกรรมและออกกำลังกาย และศึกษาต่อไปว่าเขาจัดข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการ
 จัดการศึกษาอย่างไรบ้าง โดยศึกษาจากความสับสน ความคิดต่างๆ ก็จะเป็นที่กไว้ในช่วงที่มีการ
 ทำกิจกรรมหรือการออกกำลังกาย เมื่อมีการตอบสนองในเรื่องของอารมณ์ที่ออกไว้ในลักษณะ
 แบบสอบถาม ซึ่งส่งแบบสอบถามไปทั้งก่อนและหลังทำกิจกรรม หลังจากนั้นก็จัดคุณภาพให้
 ตอบสนองในช่วงที่มีการวิ่ง และการทำการศึกษาดูหลายๆ รอบ ผลที่ออกมาเป็นความคิดที่เกิด
 ขึ้นอยู่ภายในและความรู้สึกการแก้ปัญหา รวมทั้งระบบการควบคุมร่างกายนั้นจะต่างไปจาก
 ความคิด จากการวิเคราะห์ครั้งที่สอง ระดับของความคิดต่างๆ จะแปรเปลี่ยนไปตามสเกล
 ความรู้สึกและผลในทางบวก ผลที่ได้สภาวะของความรู้สึกในช่วงหลังออกกำลังกายจะมีระดับ
 ความคิดที่สูงกว่าก่อนออกกำลังกายหรือทำกิจกรรม แต่ระดับความคิดในช่วงที่ทำกิจกรรมหรือ

ออกกำลังกาย จะมีผลคล้ายกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังออกกำลังกาย ผลที่ได้ไม่ใช่ผลที่เกิดขึ้นทั้งหมดดังนั้นจะต้องทำการศึกษาเรื่องนี้ต่อไปอีก

ไอเซนเบิร์ก เพบส์ และโลโซยา (1997 อ้างถึงใน โสภภาพรณ สุขเฟื่องฟู, 2545) ได้วิจัยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับอารมณ์กับพฤติกรรมทางสังคมกับเพื่อนๆ การแสดงออกเวลาโกรธ และจากการให้พ่อแม่ และครูรายงานความเข้มและความบ่อยๆ ของอารมณ์ทางลบ รวมทั้งความสามารถของเด็กในการควบคุมความสนใจของตน (คือความสามารถเปลี่ยนความสนใจและฟังความสนใจในเรื่องที่กระทำได้) และวิธีจัดการกับปัญหาของตน นอกจากนั้นให้เพื่อนๆ เป็นคนประเมินว่าเขาต้องการเล่นกับเด็กคนนั้นๆ มากน้อยเพียงใด และสำหรับตัวเด็กเอง ผู้วิจัยก็ให้เล่นกับหุ่นกระบอกว่าเขาจะทำอย่างไรในสถานการณ์ขัดแย้งกับเพื่อนๆ เช่น เมื่อเด็กอีกคนรื้อบ้านตุ๊กตาที่เขากำลังก่อสร้างไป หรือเมื่อเพื่อนๆ ล้อ หรือเมื่อเพื่อนไม่ยอมเล่นด้วย ผลการวิจัยพบว่า เด็กชายที่ครูรายงานว่าที่อารมณ์ทางลบไม่บ่อยและมีวิธีจัดการกับปัญหาแบบสร้างสรรค์ และสามารถควบคุมความสนใจของตนได้ จะได้รับการประเมินว่ามีพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม จากผู้สังเกตและครูและได้รับการยอมรับจากเพื่อนๆ เมื่อรวมข้อมูลของทั้งเด็กชายและเด็กหญิงพบว่าเด็กที่มีความเข้มของอารมณ์ทางลบน้อย และมีวิธีจัดการกับปัญหาแบบที่ไม่สร้างสรรค์ มักสัมพันธ์กับการที่ผู้สังเกตรายงานว่าพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสมและสำหรับในกลุ่มเด็กชาย ยังเกี่ยวข้องกับกรยอมรับของเพื่อนๆ ด้วย เมื่อรวมทั้งเด็กชายและเด็กหญิง พบว่าเด็กที่มีความเข้มของอารมณ์ทางลบสูง และวิธีการจัดการกับปัญหาที่ไม่สร้างสรรค์และมีการควบคุมความสนใจของตนต่ำจะได้รับการยอมรับจากเพื่อนน้อย และมีทักษะทางสังคมต่ำตามการรายงานของครู สำหรับการสังเกตพฤติกรรมการเล่นหุ่นกระบอก พบว่าเด็กที่ครูและแม่รายงานว่ามีความเข้มอารมณ์ทางลบสูง มีพฤติกรรมการเล่นกับหุ่นกระบอก ที่เป็นมิตรน้อยและก้าวร้าวสูง ซึ่งผลการวิจัยมักพบในเรื่องความเข้มทางอารมณ์มากกว่าความบ่อยของอารมณ์ทางลบ

งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ สรุปได้ว่าการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้วยกิจกรรมที่หลากหลาย โดยฝึกการเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น มีอารมณ์ทางบวก ฝึกการจัดการกับอารมณ์กับพฤติกรรมทางสังคมกับเพื่อนๆ นอกจากนั้นฝึกการยอมรับจากเพื่อนและสังคมนรอบข้าง

ตอนที่ 6 กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากเอกสารรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว ผู้วิจัยสามารถสังเคราะห์หลักการในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม และขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม ดังนี้

ตารางที่ 1 การสังเคราะห์หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามนักการศึกษา

| นักการศึกษา | หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|---------------------------|--|
| จันทิภา ลิมปิเจริญ (2522) | <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้เรียนหรือสมาชิกทุกคนต้องมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทุกคน 2. กิจกรรมที่จัดทุกครั้งก่อให้เกิดความรู้สึกทางอารมณ์เกิดความประทับใจและมีความหมายต่อผู้เรียน เพราะเป็นกิจกรรมที่นำไปให้ผู้เรียนค้นพบสิ่งที่เรียนได้ด้วยตนเอง 3. การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ผู้เรียนทุกคนมีส่วนร่วมได้วิเคราะห์ มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและกัน ไม่ได้เกิดจากตัวผู้สอนเพียงฝ่ายเดียว 4. ครูมีหน้าที่เป็นเพียงผู้จัดกิจกรรมให้ผู้เรียน โดยคำนึงถึงเป้าหมายให้สอดคล้องกับเนื้อหาที่วางไว้ และคอยช่วยย้่ากลุ่ม |

ตารางที่ 1 การสังเคราะห์หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามนักการศึกษา
(ต่อ)

| นักการศึกษา | หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|---------------------------------|---|
| <p>คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546)</p> | <p>ดำเนินไปได้ด้วยดี ครูมีหน้าที่คอยเชื่อมหรือประสานเท่านั้น อาจถือว่าคุณเป็นผู้เรียนคนหนึ่งก็ได้</p> <p>5. การเรียนรู้ของกลุ่มจะมีลักษณะ 3 ประการ คือ การเรียนรู้เรื่องตนเอง การเรียนรู้เรื่องของผู้เรียนด้วยกันในกลุ่ม และการเรียนรู้เรื่องของกลุ่ม</p> <p>6. การเรียนรู้ที่ได้ผลดีต่อเมื่อสมาชิก หรือผู้เรียนได้นำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และส่วนรวม</p> <p>1. มีความเคารพในสิทธิของกลุ่มทุกคน เพราะเชื่อว่าทุกคนนั้นมีความสามารถอะไรบางอย่างในตัวของเขาเอง ถ้ามีสิ่งเร้าที่ดี เขาก็จะแสดงความสามารถออกมาให้ปรากฏแก่กลุ่มได้</p> <p>2. ประสพการณ์ต่างๆ ในกลุ่มจะช่วยสนองความต้องการของบุคคลในด้านต่างๆ เช่น ช่วยให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่ม มีความรู้สึกปลอดภัยในการทำงาน ได้รับการยกย่อง เป็นต้น ดังนั้นการดำเนินการในกลุ่มน่าจะช่วยให้ทุกคนได้รับความรู้สึกที่สนองความต้องการ</p> <p>3. ทุกคนในกลุ่มจะมีบทบาทเฉพาะของตน ซึ่งบทบาทดังกล่าวจะมีผลต่อกระบวนการกลุ่ม ถ้าทุกคนเข้าใจบทบาทของตนเองย่อมจะทำให้กลุ่มดำเนินไปด้วยดี</p> <p>4. สมาชิกทุกคนจะต้องรับผิดชอบต่อกิจกรรมในกลุ่ม หัวหน้าจะต้องช่วยให้ทุกคนได้มีโอกาสร่วมกิจกรรมทุกอย่าง แต่การช่วยจะต้องไม่ออกมาในรูปของการข่มขู่ ด้วยอำนาจ แต่เป็นการส่งเสริมความเป็นไปของกลุ่ม</p> <p>5. สมาชิกแต่ละคนจะต้องรู้จักการรับฟังคนอื่น ให้การยอมรับและมีความซาบซึ้งกับการที่สมาชิกให้ความช่วยเหลือแก่กลุ่ม</p> |

ตารางที่ 1 การสังเคราะห์หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามนักการศึกษา
(ต่อ)

| นักการศึกษา | หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|-------------|--|
| | <p>6. สมาชิกควรได้รับคำชมเชยจากผู้นำกลุ่มและสมาชิกคนอื่น ๆ บ้างถ้าหากงานที่ได้รับมอบหมายไปสำเร็จด้วยดี ดังนั้นการมอบหมายงานควรจะให้ตรงกับความสนใจ ความสามารถ เพื่อช่วยให้ได้รับความสำเร็จ</p> <p>7. การมีสมาชิกที่มีลักษณะเหมือนกันมากๆ ทำให้กลุ่มมีความมั่นคงแต่การมีสมาชิกที่มีลักษณะแตกต่างกันไปบ้างย่อมจะมีส่วนช่วยเหลือกลุ่มได้ในด้านต่างๆ แตกต่างกันไป ผู้นำกลุ่มจะต้องมีความเข้าใจในลักษณะดังกล่าวแล้ว</p> <p>8. การกระทำกิจกรรมมากๆ จะช่วยให้บุคคลแต่ละคนได้มีโอกาสมากขึ้นที่จะได้รับประสบการณ์ที่ดีมีประโยชน์ต่อตนเอง</p> <p>9. กระบวนการในการแก้ปัญหาหรือการทำงานให้สำเร็จจะต้องได้รับความสนใจมากเท่ากับผลของการปฏิบัติงานในกลุ่ม</p> <p>10. ควรจะนำหลักทางด้านจิตวิทยาเกี่ยวกับการเรียนรู้มาใช้กับการดำเนินกิจกรรมกลุ่ม</p> <p>11. ความรู้สึกของกลุ่มและความมั่นคงทางอารมณ์ของแต่ละบุคคล เกิดจากการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองของกลุ่ม ดังนั้นสมาชิกแต่ละคนจะมีส่วนรับผิดชอบต่อความเป็นไปของกลุ่มโดยส่วนรวมและต่อบุคคล</p> <p>12. การที่สมาชิกร่วมมือกันนั้นจะทำให้กลุ่มสามารถไปถึงจุดมุ่งหมายของกลุ่มที่ตั้งเอาไว้ ในขณะที่เดียวกันอาจจะช่วยตอบสนองความต้องการที่ซ่อนเร้นในใจของบุคคลได้</p> <p>13. ถ้าการสื่อสารในกลุ่มไม่ดี จะเป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาทางด้านวินัยของกลุ่ม ผลที่ตามมาคือ ทำให้ประสิทธิภาพของกลุ่มลดลงไป</p> <p>14. เทคนิคการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม การประเมินผลเกี่ยวกับกลุ่มดำเนินไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทางที่ต้องการ</p> |

ตารางที่ 1 การสังเคราะห์หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามนักการศึกษา
(ต่อ)

| นักการศึกษา | หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|-----------------------------------|--|
| <p>ทีศนา เขมมณี (2545)</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. มีกิจกรรมให้ผู้เรียนกระทำ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์จะมีลักษณะที่เอื้ออำนวยให้ผู้เรียนมีบทบาทในการเรียนรู้อย่างทั่วถึงและมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ 2. กิจกรรมมักจะมีลักษณะเป็นกิจกรรมกลุ่มย่อย ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมอย่างทั่วถึง และสามารถแลกเปลี่ยนข้อมูลความคิดเห็นและประสบการณ์ซึ่งกันและกันได้ 3. กิจกรรมมักจะมีลักษณะที่ผู้เรียนจะต้องค้นหาคำตอบด้วยตนเอง ครูผู้สอนทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ มากกว่าทำหน้าที่เป็นผู้ถ่ายทอดความรู้หรือข้อมูล 4. กิจกรรมจะประกอบไปด้วยขั้นตอนของการวิเคราะห์และอภิปรายเกี่ยวกับกระบวนการต่างๆที่เกี่ยวข้อง เช่น กระบวนการทำงาน กระบวนการสื่อสาร กระบวนการแก้ปัญหา กระบวนการตัดสินใจ เป็นต้น ทั้งนี้เพราะกระบวนการต่างๆ เหล่านี้มีผลต่อการทำงานและผลงาน |
| <p>หฤทัย อติชาติพงศ์ (ม.ป.ป.)</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. สมาชิกในกลุ่ม มีความรู้สึกเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน 2. สามารถทำงานร่วมกันในจุดประสงค์เดียวกัน ในสถานการณ์ที่สมาชิกของกลุ่มทุกคนกำลังประสบอยู่ 3. สมาชิกได้มีโอกาสเรียนรู้ประสบการณ์ของกลุ่มร่วมกัน จากการทำงาน ทำให้เกิดการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ ส่งผลให้เกิดการพัฒนางานและความคิดของบุคคล |

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง การสังเคราะห์หลักในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามนักการศึกษาได้ 5 ข้อ ดังนี้

1. ผู้เรียนมีโอกาสร่วมกิจกรรมมากที่สุด
2. ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์กัน
3. ผู้เรียนได้ค้นพบข้อเรียนรู้ด้วยตนเอง
4. ผู้เรียนได้วิเคราะห์หรืออภิปรายในเรื่องที่เรียน
5. เชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้จากกิจกรรมไปสู่การนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

ตารางที่ 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา ดังนี้

| นักการศึกษา | ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|-----------------------------|---|
| โสภภาพรณ สุขเฟื่องฟู (2545) | <ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นเตรียมความพร้อม หมายถึง ขั้นแรกที่สมาชิกกลุ่มมารวมกันเพื่อทำความรู้จักและสร้างความคุ้นเคยกัน 2. ขั้นฝึกอบรม หมายถึง ขั้นลงมือปฏิบัติ สมาชิกทุกคนจะต้องร่วมมือกันในการทำกิจกรรม ด้วยการระดมความคิด มีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนในการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้ได้รับการเข้ากลุ่ม 3. ขั้นคงอยู่และถ่ายโอนความรู้ หมายถึง ขั้นที่ให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมนำสิ่งที่ได้จากการทำกิจกรรมกลุ่มในแต่ละครั้งไปใช้จริง โดยยึดหลักของการเข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้ง 4. ขั้นประเมินผล หมายถึง ขั้นตรวจสอบว่าผู้ร่วมกิจกรรมมีความเข้าใจตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้เพียงใด ประเมินจากการทำงานของกลุ่ม |
| ศุภวดี บุญญวงค์ (2527) | <ol style="list-style-type: none"> 1. ขั้นการมีส่วนร่วม ระยะนี้นักเรียนจะเข้ามามีส่วนร่วมในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่มและเป็นผู้ลงมือปฏิบัติกิจกรรม หรือค้นคว้าแสวงหาสิ่งที่ต้องการรู้นั้นด้วยตนเอง ผลจากการเรียนรู้จะเกิดกับผู้เรียนโดยตรง ผู้ที่มีส่วนร่วมมากก็จะได้รับผลการเรียนรู้นั้นๆ มากขึ้นด้วย ในการทำกิจกรรมจะเป็นการมีส่วนร่วมในด้านต่างๆ ดังนี้ |

ตารางที่ 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา (ต่อ)

| นักการศึกษา | ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|-------------|--|
| | <p>1.1 ทางด้านร่างกาย คือ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติ หรือกระทำกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง การมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือการค้นคว้าสืบสวนสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะต้องอาศัยการแสดงออกทางกาย วาจา ในการสื่อความหมายกับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน</p> <p>1.2 ทางด้านจิตใจ คือ การที่นักเรียนเกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัตินั้นอย่างแท้จริง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้จะนำไปสู่การรับรู้แนวคิดและการเรียนรู้ทางด้านเนื้อหาเป็นอย่างดี และช่วยให้นักเรียนสามารถจดจำเนื้อหาได้นานอีกด้วย</p> <p>1.3 ทางด้านปัญญาหรือสมอง คือ การเรียนรู้ที่เกิดจากการเป็นจริง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ และสร้างแนวคิดจากสิ่งที่ได้รับรู้นั้น จะทำให้การเรียนรู้มีความหมายต่อผู้เรียนมากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแนวความคิดและเหตุผลในการพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน การตัดสินใจการวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ด้วยตนเอง</p> <p>2. ขั้นวิเคราะห์ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะร่วมกันวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ทันทีหลังจากที่ลงมือกระทำกิจกรรมจะช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้กว้างขวาง สามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม วิธีการเรียน ผลการเรียนรู้ตลอดจนช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเองดีขึ้น</p> <p>3. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ เป็นระยะที่ผู้เรียนจะรวบรวมแนวคิดที่ตนค้นพบ แนวคิดที่ได้จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้อื่น แล้วสรุปเป็นหลักการของตนเองซึ่งผู้เรียนสามารถนำหลักการนั้นไปประยุกต์ใช้ในอนาคต หรือประยุกต์ให้เข้ากับตนเองได้ การประยุกต์นั้นจะทำได้ 2 ลักษณะคือ</p> |

ตารางที่ 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา (ต่อ)

| นักการศึกษา | ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|-------------------------|--|
| วีณา วจิตมะวิชญ์ (2530) | <p>3.1 การประยุกต์เพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพ หรือพัฒนาตนเองให้เหมาะสมยิ่งขึ้น รวมทั้งการปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นตลอดจนเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น</p> <p>3.2 การประยุกต์เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ และเพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนช่วยในการคิดค้น และประดิษฐ์สิ่งใหม่ๆ ขึ้น</p> <p>4. ขั้นประเมินผล โดยให้นักเรียนเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม</p> <p>1. ขั้นลงมือปฏิบัติ เป็นขั้นที่สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม</p> <p>2. ขั้นค้นพบ เมื่อนักเรียนได้มีส่วนร่วมโดยมีการลงมือปฏิบัติด้วยตนเองแล้วเขาจะเกิดความรู้สึก และเกิดความเข้าใจตนเองอันจะนำไปสู่การค้นพบสิ่งที่เรียนรู้ด้วยตนเอง</p> <p>3. ขั้นวิเคราะห์ เป็นขั้นที่สำคัญที่สุด เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ได้กระทำลงไป โดยครูจะตั้งคำถามว่า อะไร ทำไม และอย่างไร เพื่อให้ผู้เรียนสามารถรวบรวมสิ่งต่างๆ ทั้งทางด้านความรู้และการมีส่วนร่วมทางอารมณ์ให้รวมเป็นจุดเดียว</p> <p>4. ขั้นนำไปใช้ หรือประยุกต์ใช้กับตนเองและผู้อื่น เป็นขั้นที่ผู้เรียนได้ก้าวหน้าไปอีกขั้นหนึ่ง คือ สามารถเชื่อมโยงสิ่งที่ได้เรียนรู้กับตนเองและผู้อื่นได้</p> |

ตารางที่ 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา (ต่อ)

| นักการศึกษา | ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|--------------------------|---|
| คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2530) | <p>1. ระยะเวลาที่บุคคลแต่ละคนมีการแข่งขัน และมีศูนย์กลางอยู่ที่ตนเอง (Individually Centered, Competitive Phase) เมื่อบุคคลที่ได้มีโอกาสเข้าอยู่ร่วมกันโดยธรรมชาติแล้วบุคคลจะต้องเห็นว่าตนเองมีความสำคัญ ยิ่งไม่รู้จักกันแล้วการที่จะยอมรับง่าย ๆ นั้นเป็นสิ่งที่ลำบากทั้งๆ ที่อยากให้คนอื่นยอมรับตนเอง นอกจากนี้แล้วบุคคลแต่ละคน มักจะเริ่มมีการแข่งขันกับผู้ที่มีความต้องการเหมือนตนเอง บุคคลเหล่านี้ต้องการคนที่เก่งกว่าตนเองเท่านั้นมาเป็นผู้นำและรับผิดชอบต่อเขา</p> <p>2. ระยะเวลาของความขัดแย้งและความคับข้องใจ (Frustration and Conflict Phase) เมื่อสมาชิกเกิดการแข่งขัน และยึดตนเองเป็นศูนย์กลางจะมีผู้นำเอากลุ่มประเภทฝึกความไวในการรับรู้ (Sensitivity Group หรือ T-Group) มาใช้ช่วยกลุ่มให้พัฒนาขึ้น โดยหวังว่าอาจจะทำให้บุคคลเข้าใจตนเองและผู้อื่น ถ้าหากผู้นำดังกล่าว ไม่สามารถจะนำกลุ่มได้สำเร็จ สมาชิกจะรู้สึกเป็นปฏิปักษ์กับผู้นำและมองไปในแง่ของบุคคลที่ไม่มีความสามารถ ต่ำหีนในด้านความล้มเหลวแทนที่จะช่วยกันพัฒนาสัมพันธภาพที่ดีอันจะทำให้ได้รับความสำเร็จในจุดมุ่งหมายของกลุ่มในระยะนี้สมาชิกจะรู้สึกขัดแย้งกันและมีความคับข้องใจมาก</p> <p>3. ระยะเวลาที่มีความสำคัญ (Group – Humony Phase) ในระยะนี้ความคิดที่สอดคล้องกันจะพัฒนาขึ้นแต่ในขณะเดียวกันก็มีความพอใจและความสบายใจมากด้วย สมาชิกได้รับการสนับสนุนคอยหลีกเลี่ยงการมีความขัดแย้งและไม่ค่อยมีผลงานจะป้องกันการกระตุ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งปฏิบัติทางด้านนิเทศและนอกจากนี้จะมีการเก็บกตความต้องการของตนเองเพื่อให้กลุ่มได้รับความพึงพอใจ</p> |

ตารางที่ 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา (ต่อ)

| นักการศึกษา | ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|----------------------|--|
| ประนอม เดชชัย (2531) | <p>4. ระยะที่มีผลงานและยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง (Group-Centered Productive Phase) สมาชิกยังคงแสดงความคิดเห็นถึงความเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น แต่ไม่อยู่ในระดับที่จะเพิกเฉยต่อความขัดแย้ง ทั้งนี้เพื่อให้ได้รับความสำเร็จในเรื่องความสามัคคี สมาชิกจะเผชิญกับความขัดแย้งและเรียนรู้ในการที่จะแก้ไขแต่ละคนจะยอมรับความผิดพลาด ร่วมมือ อุดหนุนต่อบุคคลอื่นไม่ว่าจะเป็นเรื่องค่านิยม หรือพฤติกรรมก็ตามในที่สุดสมาชิกจะกลายเป็นผู้ที่ยึดกลุ่มเป็นศูนย์กลาง</p> <p>1. ขั้นรวมกลุ่ม (Forming Stage) เป็นขั้นแรกที่สมาชิกของกลุ่มมารวมกันถ้าไม่รู้จักดีพอทุกคนจะสงวนท่าที ไม่ค่อยแสดงออกในระยะนี้จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่จะต้องประสานงานให้สมาชิกในกลุ่มรู้จักและคุ้นเคยกันก่อน เช่น อาจจะมีการแนะนำตัว เป็นต้น</p> <p>2. ขั้นกำหนดจุดมุ่งหมายของกลุ่ม (Normal Stage) เมื่อสมาชิกภายในกลุ่มรู้จักกันแล้ว กลุ่มจะเริ่มคิดถึงเป้าหมายของกลุ่มและภารกิจของกลุ่มที่ต้องรับผิดชอบ ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทร่วมกับผู้เรียนในการกำหนดเป้าหมาย และการเรียนรู้กิจกรรมที่สมาชิกของกลุ่มจะทำงานร่วมกัน</p> <p>3. ขั้นระดมความคิด (Storming Stage) เป็นขั้นที่บรรยากาศของการทำงานเริ่มจริงจังมากขึ้น สมาชิกภายในกลุ่มพยายามกำหนดร่างกฎเกณฑ์ และระเบียบของกลุ่ม ในขั้นนี้ผู้สอนอาจมี 2 บทบาท คือ ปล่อยให้ผู้เรียนดำเนินการโดยลำพัง หรือเข้าร่วมในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งของกลุ่ม</p> <p>4. ขั้นกระชับความสัมพันธ์ (Reforming Stage) เป็นขั้นที่กลุ่มรู้จัก คุ้นเคย และเข้าใจในบทบาทของตนเองเป็นอย่างดีจึงทำให้การดำเนินงานของกลุ่มเป็นไปอย่างดี</p> |

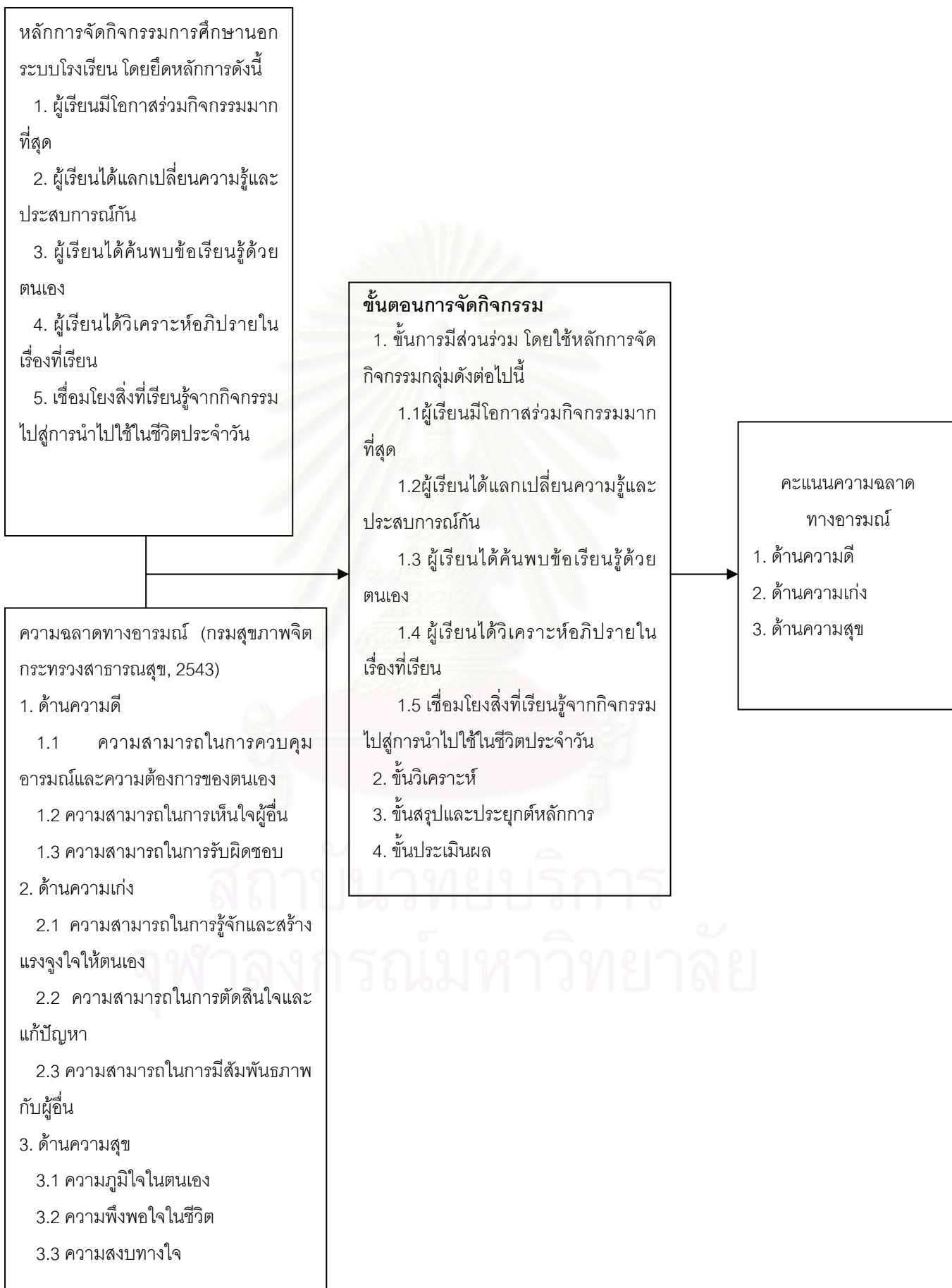
ตารางที่ 2 การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มตามนักการศึกษา (ต่อ)

| นักการศึกษา | ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |
|-------------|--|
| | <p>5. ขั้นสลายตัว (Disbanding Stage) เป็นขั้นสุดท้าย เมื่อสมาชิกของกลุ่มได้ร่วมมือกันดำเนินการตามภารกิจที่ได้รับมอบหมายจนบรรลุเป้าหมายแล้วภารกิจของกลุ่มเริ่มลดลงไปทำให้กลุ่มเริ่มสลายตัว ในขั้นนี้ผู้สอนจะมีบทบาทในการทบทวนการดำเนินงานของกลุ่มที่ผ่านมาเพื่อทำการสรุปผล และเสนอแนะแนวทางในการนำไปใช้หรือนำไปศึกษาค้นคว้าต่อไป</p> |

สรุปได้ว่า ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม หมายถึง การสังเคราะห์ขั้นตอนในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนของนักศึกษาดังนี้

1. **ขั้นการมีส่วนร่วม** ผู้ที่เข้ามาเป็นสมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในฐานะผู้ปฏิบัติกิจกรรมหรือแสวงหาคำตอบที่ต้องการรู้ร่วมกันกับสมาชิกคนอื่นๆ โดยมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติอย่างแท้จริง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ เพื่อนำไปวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่สมาชิกได้ปฏิบัติร่วมกัน
2. **ขั้นวิเคราะห์** เมื่อสมาชิกกลุ่มได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมแล้ว จะร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่กำลังเรียนรู้ ซึ่งทำให้เกิดการขยายความรู้และประสบการณ์ อีกทั้งยังสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และส่งผลให้สมาชิกรู้จักตนเองมากขึ้น
3. **ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ** สมาชิกในกลุ่มนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน มาสรุปเป็นหลักการและข้อค้นพบใหม่ของกลุ่ม
4. **ขั้นประเมินผล** สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรีผู้วิจัยได้ใช้วิธีวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) และดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การออกแบบการวิจัย
2. การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
3. ประชากรและตัวอย่างประชากร
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอข้อมูล

1. การออกแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัย กึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) มีรูปแบบการวิจัยแบบศึกษาสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (The Pretest Posttest Control Group Design) (บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์, 2531) ซึ่งมีรูปแบบ ดังนี้

| | | |
|----|-----------|---------|
| Mr | O1E X O2E | E-group |
| | O1C O2C | C-group |

| | | |
|---------|---------|--|
| Mr | หมายถึง | การคัดเลือกตัวอย่างกระทำโดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง(Purposive Sampling) และนำมาจับคู่เหมือนกัน (Matching) |
| E-group | หมายถึง | กลุ่มทดลอง |
| C-group | หมายถึง | กลุ่มควบคุม |
| O1E | หมายถึง | การประเมินผลก่อนการทดลองของกลุ่มทดลอง |
| O2E | หมายถึง | การประเมินผลหลังการทดลองของกลุ่มทดลอง |
| O1C | หมายถึง | การประเมินผลก่อนการทดลองของกลุ่มควบคุม |
| O2C | หมายถึง | การประเมินผลหลังการทดลองของกลุ่มควบคุม |
| X | หมายถึง | กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน |

2. การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ศึกษาเอกสาร ตำราวิชาการ ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความฉลาดทางอารมณ์และกิจกรรมกลุ่ม

2. กำหนดขอบเขต โครงสร้างเนื้อหาของกิจกรรม เกี่ยวกับเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ และนำข้อมูลต่างๆ ที่ได้จากการศึกษามาสร้างกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นหลักการในการจัดกิจกรรม โดยกำหนดโครงสร้างของแผนการจัดกิจกรรม แต่ละครั้ง ดังนี้ ชื่อ กิจกรรม สื่อที่ใช้ วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการดำเนินการ (ขั้นที่ 1 ขั้นการมีส่วนร่วม ขั้นที่ 2 ขั้นวิเคราะห์ ขั้นที่ 3 ขั้นสรุปและประยุกต์ใช้ ขั้นที่ 4 ขั้นประเมินผล) และสรุปด้านของความฉลาดทางอารมณ์ที่กิจกรรมดังกล่าวพัฒนาให้เกิดขึ้น (ศึกษาได้ในภาคผนวก ค)

3. ประชากรและตัวอย่างประชากร

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการ ที่ตั้ง 34/1 หมู่ 2 ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี ที่เข้ารับการคุ้มครอง พ.ศ. 2549 จำนวน 550 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการ ที่ตั้ง 34/1 หมู่ 2 ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี ที่เข้ารับการคุ้มครอง พ.ศ. 2549 จำนวน 80 คน (กลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติครบเริ่มแรกมี 75 คน และมาเพิ่มจนครบจำนวน) โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีคุณสมบัติดังนี้

1. มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี
2. อ่านและเขียนหนังสือไทยได้
3. สม่ครใจเข้าร่วมกิจกรรม

ให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 80 คน ทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ โดยวิธีการจับคู่เหมือน (Matching) กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยแบ่งจากคะแนนดังนี้

| กลุ่มที่ ทดลอง 40คน | กลุ่มที่ ควบคุม 40 คน |
|---|--|
| ผู้ที่ได้คะแนนเป็นอันดับที่ | ผู้ที่ได้คะแนนเป็นอันดับที่ |
| 1,4,5,8,9,12,13,16,17,20,21,24,25,28,29 | 2,3,6,7,10,11,14,15,18,19,22,23,26,27,30 |
| 32,34,36,38,40,42,44,46,48,50,52,54,56 | 31,33,35,37,39,41,43,45,47,49,51,53,55 |
| 58,60,62,64,66,68,70,72,74,76,78,80 | 57,59,61,63,65,67,69,71,73,75,77,79 |

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ

1. แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข(ศึกษาได้ในภาคผนวก ข) จำนวน 52 ข้อ โดยกรมสุขภาพจิต(2543) ได้ศึกษา คุณภาพของเครื่องมือดังนี้

ค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ชุดนี้มีอำนาจการจำแนกสูง สามารถจำแนกผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำ ออกจากผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง ได้ในทุกข้อทดสอบย่อยทุกรายด้านคือ ในการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกครั้งนี้ใช้เทคนิค 27% เป็นเทคนิคเคลลี (Kelly) เป็นผู้ค้นพบว่าการเลือกเอากระดาษคำตอบของผู้ตอบแบบประเมินจำนวน 27% จากกลุ่มสูงและอีก 27% จากกลุ่มต่ำมาวิเคราะห์นั้นเป็นอัตราที่เหมาะสมที่สุด ดังนั้น แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ทำการพัฒนาขึ้นชุดนี้จึงมีค่าอำนาจจำแนกที่สามารถจำแนกผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำออกจากผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงได้

ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) จากการวิเคราะห์โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นในด้านดี เก่ง สุขและภาพรวมในระดับ .75 .76 .81 และ .85 ตามลำดับและทำการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นแบบครึ่ง (Split Half Reliability) ของแบบประเมินในด้านเก่ง ดี มีสุข และภาพรวม คือ .83 .86 .71 และ .84 ตามลำดับ

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขคำตอบมี 4 คำตอบ สำหรับข้อมูลแต่ละประโยคคือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง และจริงมาก โดยให้ใส่เครื่องหมายถูกหลังข้อความที่กำหนด

เกณฑ์การให้คะแนนจะแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ให้ความหมายเชิงนิมิต

ได้แก่ข้อ 1,4,6,7,10,12,14,15,17,20,22,23,25,28,31,32,34,36,38,39, 41,42,43,44,46,48,49,50

| | | | |
|-----------------|-----|---|-------|
| ตอบไม่จริง | ให้ | 1 | คะแนน |
| ตอบจริงบางครั้ง | ให้ | 2 | คะแนน |
| ตอบค่อนข้างจริง | ให้ | 3 | คะแนน |
| ตอบจริงมาก | ให้ | 4 | คะแนน |

กลุ่มที่ 2 ให้ความหมายเชิงนิเสธ

ได้แก่ข้อ 2,3,5,8,9,11,13,16,18,19,21,24,26,27,29,30,33,35,37,40,45,47,51,52

| | | | |
|-----------------|-----|---|-------|
| ตอบไม่จริง | ให้ | 4 | คะแนน |
| ตอบจริงบางครั้ง | ให้ | 3 | คะแนน |
| ตอบค่อนข้างจริง | ให้ | 2 | คะแนน |
| ตอบจริงมาก | ให้ | 1 | คะแนน |

| ด้าน | ด้านย่อย | การรวมคะแนน |
|------|-----------------------|----------------------|
| ดี | 1.1 ควบคุมตนเอง | รวมข้อ 1 ถึง ข้อ 6 |
| | 1.2 เห็นใจผู้อื่น | รวมข้อ 7 ถึง ข้อ 12 |
| | 1.3 ความรับผิดชอบ | รวมข้อ 13 ถึง ข้อ 18 |
| เก่ง | 2.1 มีแรงจูงใจ | รวมข้อ 19 ถึง ข้อ 24 |
| | 2.2 ตัดสินและแก้ปัญหา | รวมข้อ 25 ถึง ข้อ 30 |
| | 2.3 สัมพันธภาพ | รวมข้อ 31 ถึง ข้อ 36 |
| สุข | 3.1 ภูมิใจตนเอง | รวมข้อ 37 ถึง ข้อ 40 |
| | 3.2 พอใจชีวิต | รวมข้อ 41 ถึง ข้อ 46 |
| | 3.3 สุขภาพทางใจ | รวมข้อ 47 ถึง ข้อ 52 |

2. กิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

2.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่ใช้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

2.2 ผู้วิจัยคัดเลือกและปรับปรุงกิจกรรมที่ใช้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์จากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ เพื่อให้สอดคล้องกับการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความดี ด้านความเก่ง และด้านความสุข

2.3 ผู้วิจัยเขียนแผนการจัดกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยให้มีขั้นตอนการจัดกิจกรรม 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนการมีส่วนร่วม ขั้นวิเคราะห์ ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ และขั้นประเมินผล (รายละเอียดในภาคผนวก ค)

3. แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ซึ่งเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามลำดับขั้นตอนการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัย ดังนี้

3.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรม จากเอกสาร หนังสือ อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรม

3.2 แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมกรมการศึกษานอกกระบวนโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ มีจำนวน 11 ข้อ ลักษณะของแบบประเมินเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ตามมาตราส่วนของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีเกณฑ์ดังนี้

| | | |
|---|---------|-------------------------|
| 5 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมากที่สุด |
| 4 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมาก |
| 3 | หมายถึง | มีความพึงพอใจปานกลาง |
| 2 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อย |
| 1 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อยที่สุด |

โดยกำหนดเกณฑ์การแปลความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกกระบวนโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

| | | |
|-----------|---------|-------------------------|
| 4.50-5.00 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมากที่สุด |
| 3.50-4.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมาก |
| 2.50-3.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจปานกลาง |
| 1.50-2.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อย |
| 0.00-1.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อยที่สุด |

3.3 นำแบบประเมินที่สร้างขึ้นเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจแก้ไขเพิ่มเติมในเรื่องของเนื้อหาและความถูกต้องของภาษา (ศึกษาได้ในภาคผนวก ง)

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้คือ การวิจัยกึ่งทดลอง(Quasi Experimental Research)

5.1 ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัยไปเสนอต่อ

ผู้อำนวยการสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

5.2 ผู้วิจัยนำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ทดสอบเยาวชนทั้ง 80 คน ก่อนจัดกิจกรรมทางการศึกษานอกกระบวนโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

5.3 แบ่งเยาวชนเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ส่วนกลุ่มควบคุมดำเนินกิจกรรมตามปกติของสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการคือ จัดการเรียนการสอน

การศึกษานอกระบบโรงเรียนตามหลักสูตรของกระทรวงศึกษาธิการในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา โดยกลุ่มทดลองดำเนินกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มเป็นเวลา 4 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 3 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 8 ครั้ง 24 ชั่วโมง ทั้งนี้เนื่องจาก ทรอทเซอร์ (1997 อ้างถึงใน เปรมใจ บุญประสพ, 2545) ให้ความเห็นว่าจำนวนครั้งในการจัดกิจกรรมกลุ่มไม่ควรต่ำกว่า 8 ครั้งเพื่อความต่อเนื่องของการดำเนินกิจกรรม อีกทั้งระยะเวลาในแต่ละครั้งก็ต้องปรับให้เหมาะกับวัยของผู้ร่วมกิจกรรม โดยแพทเทอร์สัน (1973 อ้างถึงใน เปรมใจ บุญประสพ, 2545) กล่าวว่า การจัดกิจกรรมกลุ่มควรจัดสัปดาห์ละ 2 ครั้ง อย่างไรก็ตามแม้ยังไม่มีมาตรฐานที่เหมาะสมและเชื่อถือได้ในการกำหนดระยะเวลาหรือจำนวนกิจกรรม แต่สิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึงคือ ลักษณะของเยาวชนที่เป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ กล่าวคือ ครูหรือ ผู้ที่นำไปใช้ จะต้องเข้าใจธรรมชาติของเด็กแต่ละวัยว่าเป็นอย่างไร เพราะเด็กในวัยที่ต่างกันจะมีช่วงความสนใจในเรื่องหนึ่งๆ ไม่เท่ากัน ช่วงเวลาในการฝึกที่สั้นเกินไปก็อาจจะไม่ช่วยทำให้เกิดผลใด ๆ ตามมา ขณะเดียวกันช่วงเวลาในการฝึกที่ยาวเกินไปก็อาจไม่ใช่เรื่องดีเพราะเด็กจะเกิดความเบื่อหน่ายซึ่งส่งผลต่อผลการทดลองที่ปรากฏออกมาด้วยเช่นเดียวกัน (รัชนี สุวะมาตย์, 2544) โดยการจัดกิจกรรมตามตาราง ดังนี้

ตารางที่ 3 ตารางเวลาการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนที่พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์

| ครั้งที่ | กิจกรรม |
|------------|---|
| ครั้งที่ 1 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, เอกลักษณ์ของฉัน, สัญลักษณ์ของฉัน |
| ครั้งที่ 2 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, นี้แหละตัวฉัน, ต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน |
| ครั้งที่ 3 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, ฉันเก่งอะไร, คู่หูช่วยเรียนรู้ |
| ครั้งที่ 4 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, ใครเอ๋ยเก่งจัง |
| ครั้งที่ 5 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, เปิดโลกใหม่ด้วยใจตน |
| ครั้งที่ 6 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, หน้าต่างใจ, เหตุเกิดเพราะใคร |

| | |
|------------|--|
| ครั้งที่ 7 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, ว่าวุ่นใจทำไงดี, หัวใจของฉันใครดูแล |
| ครั้งที่ 8 | กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี, ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง, รับหรือไม่รับ |

การจัดกิจกรรมกลุ่มมีขั้นตอน ดังนี้

5.3.1 ขั้นการมีส่วนร่วม ผู้ที่เข้ามาเป็นสมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในฐานะผู้ปฏิบัติกิจกรรมหรือแสวงหาคำตอบที่ต้องการรู้ร่วมกันกับสมาชิกคนอื่นๆ โดยมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกิดความรู้สึกเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลงมือปฏิบัติอย่างแท้จริง มีการค้นพบสิ่งที่ต้องการเรียนรู้เพื่อนำไปวิเคราะห์และสรุปสิ่งที่สมาชิกได้ปฏิบัติร่วมกัน โดยอาศัยหลักการดังต่อไปนี้

5.3.1.1 ผู้เรียนมีโอกาสร่วมกิจกรรมมากที่สุด

5.3.1.2 ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์กัน

5.3.1.3 ผู้เรียนได้ค้นพบข้อเรียนรู้ด้วยตนเอง

5.3.1.4 ผู้เรียนได้วิเคราะห์หรืออภิปรายในเรื่องที่เรียน

5.3.1.5 เชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้จากกิจกรรมไปสู่การนำไปใช้ใน

ชีวิตประจำวัน

5.3.2 ขั้นวิเคราะห์ เมื่อสมาชิกกลุ่มได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมแล้ว จะร่วมกันวิเคราะห์สิ่งที่กำลังเรียนรู้ ซึ่งทำให้เกิดการขยายความรู้และประสบการณ์ อีกทั้งยังสามารถประเมินความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในกลุ่ม และส่งผลให้สมาชิกรู้จักตนเองมากขึ้น

5.3.3 ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ สมาชิกในกลุ่มนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการลงมือปฏิบัติกิจกรรมร่วมกัน มาสรุปเป็นหลักการและข้อค้นพบใหม่ของกลุ่ม

5.3.4 ขั้นประเมินผล สมาชิกในกลุ่มเป็นผู้ประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง และของกลุ่มจากการอภิปราย ให้ข้อเสนอแนะติชมร่วมกับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

(ศึกษาได้ในภาคผนวก ค)

5.4 ให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังการทดลอง (Posttest) นำผลคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

5.5 นำค่าเฉลี่ยคะแนนที่ได้จากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์มาวิเคราะห์ผลเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนการจัดกิจกรรมการศึกษาในกระบวนโรงเรียน และหลังการจัดกิจกรรมการศึกษาในกระบวนโรงเรียน (ก่อนทดลองและหลังทดลอง)

5.6 ให้กลุ่มทดลองทำแบบประเมินความพึงพอใจ หลังการทดลอง (Posttest) นำผลคะแนนที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต (\bar{X}) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

6.การวิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอข้อมูล

6.1 ตรวจสอบให้คะแนนตามเกณฑ์ให้คะแนนที่กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้

6.2 การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ในการวิจัยครั้งนี้ใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูล

6.3 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่

6.3.1สถิติพื้นฐาน ได้แก่

6.3.1.1 ค่าเฉลี่ย (Mean)

6.3.1.2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

6.3.2สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ได้แก่ค่าสถิติ t-test โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนสอบก่อน และคะแนนสอบหลังของกลุ่มทดลองและความแตกต่างระหว่างคะแนนสอบก่อนและหลังระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม เพื่อทดสอบสมมติฐาน

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่องผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ เป็นการวิจัยกึ่งทดลองเพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนตามเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ และเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

การวิจัยครั้งนี้ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลผลคะแนนของการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียน และคะแนนของการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ทดสอบหลังเรียน เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ตามวิธีการทางสถิติ และทดสอบสมมติฐานโดยมีลำดับขั้นตอนดังต่อไปนี้

ตารางที่ 4 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนและหลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

| กลุ่มตัวอย่าง | n | ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) | | ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) | |
|---------------|-----------|-------------------------|---------------|-----------------------------|--------------|
| | | ก่อนเรียน | หลังเรียน | ก่อนเรียน | หลังเรียน |
| กลุ่มทดลอง | 40 | 138.13 | 150.58 | 21.72 | 19.17 |
| กลุ่มควบคุม | 40 | 138.40 | 137.45 | 22.00 | 13.20 |
| รวม | 80 | 138.27 | 144.02 | 21.86 | 16.19 |

จากตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียนและหลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมพบว่า

กลุ่มทดลอง คือกลุ่มที่ทำกิจกรรมการศึกษาจากระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียนเท่ากับ 138.13 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนเท่ากับ

150.58 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียนเท่ากับ 21.72 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนเท่ากับ 19.17 กลุ่มควบคุม คือกลุ่มที่ทำกิจกรรมตามปกติของสถานสงเคราะห์ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียนเท่ากับ 138.40 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนเท่ากับ 137.45 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียนเท่ากับ 22.00 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนเท่ากับ 13.20



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม (t-test Independent)

| กลุ่มตัวอย่าง | n | \bar{x} | S.D. | t-test | Sig. |
|---------------|-----------|---------------|--------------|--------|------|
| กลุ่มทดลอง | 40 | 138.13 | 21.72 | | |
| กลุ่มควบคุม | 40 | 138.40 | 22.00 | -.265 | .792 |
| รวม | 80 | 138.27 | 21.86 | | |

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนการก่อนเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นการแสดงว่ากลุ่มตัวอย่างมีความฉลาดทางอารมณ์ไม่ต่างกัน โดยกลุ่มทดลอง มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนเท่ากับ 138.13 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนเท่ากับ 21.72 และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนเท่ากับ 138.40 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนเท่ากับ 22.00

ตารางที่ 6 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียน และคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนของกลุ่มทดลองทั้ง 2 กลุ่ม (t-test Independent)

| กลุ่มตัวอย่าง | | n | \bar{x} | S.D. | t-test | Sig. |
|---------------|-----------|----|-----------|-------|--------|-------|
| กลุ่มทดลอง | ก่อนเรียน | 40 | 138.13 | 21.72 | -3.028 | .004* |
| | หลังเรียน | | 150.58 | 19.17 | | |
| กลุ่มควบคุม | ก่อนเรียน | 40 | 138.40 | 22.00 | .225 | .823 |
| | หลังเรียน | | 137.45 | 13.20 | | |

*p<.01

จากตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียน และคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า คะแนนเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนของ กลุ่มทดลอง แตกต่างจากคะแนนเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลอง คือกลุ่มที่ทำกิจกรรมการศึกษา นอก ระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนเท่ากับ 138.13 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ก่อนเรียนเท่ากับ 21.72 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนเท่ากับ 150.58 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนเท่ากับ 19.17 แสดงให้เห็นว่าการเข้าร่วมกิจกรรมทำให้ความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น

คะแนนเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ หลังเรียนของ กลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างจากคะแนนเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาด ทางอารมณ์ ก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มควบคุม คือกลุ่มที่ทำกิจกรรมตามปกติของสถานสงเคราะห์ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทาง อารมณ์ก่อนเรียนเท่ากับ 138.40 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบประเมินความ ฉลาด ทางอารมณ์ก่อนเรียนเท่ากับ 22.00 และมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความ ฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนเท่ากับ 137.45 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทำแบบ

ประเมินความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนเท่ากับ 13.20 แสดงให้เห็นว่า ผู้ที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมีความฉลาดทางอารมณ์ก่อนและหลังเรียนไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ 7 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (t-test Dependent)

| กลุ่มตัวอย่าง | n | \bar{x} | S.D. | t-test | Sig. |
|---------------|----|-----------|-------|--------|-------|
| กลุ่มทดลอง | 40 | 150.58 | 19.17 | 3.160 | .003* |
| กลุ่มควบคุม | 40 | 137.45 | 13.20 | | |

*p<.01

จากตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบทดสอบหลังเรียนเท่ากับ 150.58 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบหลังเรียนเท่ากับ 19.17 และควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบทดสอบหลังเรียนเท่ากับ 137.45 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการทดสอบหลังเรียนเท่ากับ 13.20 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีความฉลาดทางอารมณ์ สูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

ตารางที่ 8 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการทำแบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการ

| ข้อความ | กลุ่มตัวอย่าง = 40 คน | | |
|--|-----------------------|------|----------|
| | \bar{x} | S.D | ความหมาย |
| 1. ความเหมาะสมของคุณครู | 4.38 | 0.86 | มาก |
| 2. ความเหมาะสมของสถานที่ | 3.93 | 1.10 | มาก |
| 3. ความเหมาะสมของอุปกรณ์ | 3.79 | 1.11 | มาก |
| 4. ความเหมาะสมของระยะเวลา | 4.03 | 0.98 | มาก |
| 5. ลักษณะกิจกรรมสามารถนำไปใช้ได้จริง | 4.31 | 1.17 | มาก |
| 6. เนื้อหาหลักสูตรครอบคลุมวัตถุประสงค์ของกิจกรรม | 3.72 | 0.88 | มาก |
| 7. ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม | 3.69 | 1.26 | มาก |
| 8. การได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม | 4.24 | 0.91 | มาก |
| 9. ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับกิจกรรมที่จัดในกิจกรรม | 3.90 | 1.26 | มาก |
| 10. ความพึงพอใจของการจัดกิจกรรม | | | |
| 10.1 กิจกรรมเอกลักษณ์ของชั้น | 4.07 | 0.84 | มาก |
| 10.2 กิจกรรมสัญลักษณ์ของชั้น | 3.59 | 1.24 | มาก |
| 10.3 กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน | 3.97 | 0.82 | มาก |
| 10.4 กิจกรรมต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน | 4.07 | 0.96 | มาก |
| 10.5 กิจกรรมฉันเก่งอะไร | 3.38 | 0.94 | มาก |
| 10.6 กิจกรรมคู่มือช่วยเรียนรู้ | 3.93 | 0.80 | มาก |
| 10.7 กิจกรรมใครเอ๋ยเก่งจัง | 3.69 | 0.97 | มาก |
| 10.8 กิจกรรมเปิดโลกใหม่ด้วยใจตน | 4.03 | 0.94 | มาก |
| 10.9 กิจกรรมหน้าตาต่างใจ | 3.72 | 1.07 | มาก |
| 10.10 กิจกรรมเหตุเกิดเพราะใคร | 3.48 | 1.35 | ปานกลาง |
| 10.11 กิจกรรมว่าอุ่นใจทำไงดี | 3.52 | 1.27 | มาก |
| 10.12 กิจกรรมหัวใจของฉันใครดูแล | 3.97 | 1.21 | มาก |
| 10.13 กิจกรรมรับหรือไม่รับ | 3.07 | 1.22 | ปานกลาง |

ตารางที่ 9 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการทำแบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมกรมการศึกษานอกกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ (ต่อ)

| ข้อความ | กลุ่มตัวอย่าง = 40 คน | | |
|---|-----------------------|-------------|------------|
| | \bar{x} | S.D | ความหมาย |
| 10.14 กิจกรรมทำอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี | 3.45 | 1.40 | ปานกลาง |
| 11. การฝึกปฏิบัติก่อให้เกิดการเรียนรู้และบรรลุตามวัตถุประสงค์ | 4.24 | 1.06 | มาก |
| รวม | 3.84 | 1.07 | มาก |

จากตารางที่ 5 การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ในการทำแบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมกรมการศึกษานอกกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ พบว่า ความพึงพอใจโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากโดย ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ความเหมาะสมของคุณครู มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.38 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.86 ข้อที่มีค่าเฉลี่ยรองลงมา คือ ลักษณะกิจกรรมสามารถนำไปใช้ได้จริง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.17 ซึ่งทั้งสองด้านอยู่ในระดับมาก

ข้อที่ได้ค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ กิจกรรมรับหรือไม่รับ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.07 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 1.22 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ โดยมีสมมติฐานในการวิจัยว่า เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์จะมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคั้งนี้ เป็นเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ที่ตั้ง 34/1 หมู่ 2 ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ที่มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี ที่เข้ารับการคุ้มครอง พ.ศ. 2549 จำนวน 80 คน โดยวิธีการเลือกแบบเจาะจง โดยมีคุณสมบัติดังนี้

1. มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี
2. อ่านและเขียนหนังสือไทยได้
3. สม่ครใจเข้าร่วมกิจกรรม

และให้ทั้ง 80 คน ทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยวิธีจับคู่เหมือน (Matching)

การวิจัยคั้งนี้เป็นการศึกษาถึงทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยให้รูปแบบการทดลอง โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบสองกลุ่ม วัดก่อนและหลังการทดลอง (The Pre-test Post-test Control Group design) โดยมีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 3 ประเภท คือ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ และการประเมินความพึงพอใจ

1.แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข คำตอบมี 4 คำตอบ สำหรับข้อมูลแต่ละประโยคคือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ก่อนข้างจริงและจริงมาก โดยให้ใส่เครื่องหมายถูกหลังข้อความที่กำหนด

เกณฑ์การให้คะแนนจะแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม

กลุ่มที่ 1 ให้ความหมายเชิงนิมาน

ได้แก่ข้อ 1,4,6,7,10,12,14,15,17,20,22,23,25,28,31,32,34,36,38,39,

41,42,43,44,46,48,49,50

| | | | |
|-----------------|-----|---|-------|
| ตอบไม่จริง | ให้ | 1 | คะแนน |
| ตอบจริงบางครั้ง | ให้ | 2 | คะแนน |
| ตอบค่อนข้างจริง | ให้ | 3 | คะแนน |
| ตอบจริงมาก | ให้ | 4 | คะแนน |

กลุ่มที่ 2 ให้ความหมายเชิงนิเสธ

ได้แก่ข้อ 2,3,5,8,9,11,13,16,18,19,21,24,26,27,29,30,33,35,37,40,45,47,51,52

| | | | |
|-----------------|-----|---|-------|
| ตอบไม่จริง | ให้ | 4 | คะแนน |
| ตอบจริงบางครั้ง | ให้ | 3 | คะแนน |
| ตอบค่อนข้างจริง | ให้ | 2 | คะแนน |
| ตอบจริงมาก | ให้ | 1 | คะแนน |

| ด้าน | ด้านย่อย | การรวมคะแนน |
|------|-----------------------|----------------------|
| ดี | 1.1 ควบคุมตนเอง | รวมข้อ 1 ถึง ข้อ 6 |
| | 1.2 เห็นใจผู้อื่น | รวมข้อ 7 ถึง ข้อ 12 |
| | 1.3 ความรับผิดชอบ | รวมข้อ 13 ถึง ข้อ 18 |
| เก่ง | 2.1 มีแรงจูงใจ | รวมข้อ 19 ถึง ข้อ 24 |
| | 2.2 ตัดสินและแก้ปัญหา | รวมข้อ 25 ถึง ข้อ 30 |
| | 2.3 สัมพันธภาพ | รวมข้อ 31 ถึง ข้อ 36 |
| สุข | 3.1 ภูมิใจตนเอง | รวมข้อ 37 ถึง ข้อ 40 |
| | 3.2 พอใจชีวิต | รวมข้อ 41 ถึง ข้อ 46 |
| | 3.3 สุขภาพทางใจ | รวมข้อ 47 ถึง ข้อ 52 |

2.กิจกรรมการศึกษาอบรมโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

2.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมที่ใช้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

2.2 ผู้วิจัยคัดเลือกและปรับปรุงกิจกรรมที่ใช้เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์จากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ เพื่อให้สอดคล้องกับการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านความดี ด้านความเก่ง และด้านความสุข

2.3 ผู้วิจัยเขียนแผนการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

3. แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ซึ่งเป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามลำดับขั้นตอนการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิจัย ดังนี้

3.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรม จาก เอกสาร หนังสือ อินเทอร์เน็ต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรม

3.2 แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ มีจำนวน 11 ข้อ ลักษณะของแบบประเมินเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ ตามมาตราส่วนของลิเคิร์ต (Likert Scale) โดยมีเกณฑ์ดังนี้

| | | |
|---|---------|-------------------------|
| 5 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมากที่สุด |
| 4 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมาก |
| 3 | หมายถึง | มีความพึงพอใจปานกลาง |
| 2 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อย |
| 1 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อยที่สุด |

โดยกำหนดเกณฑ์การแปลความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ดังนี้

| | | |
|-----------|---------|-------------------------|
| 4.50-5.00 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมากที่สุด |
| 3.50-4.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจมาก |
| 2.50-3.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจปานกลาง |
| 1.50-2.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อย |
| 0.00-1.49 | หมายถึง | มีความพึงพอใจน้อยที่สุด |

3.3 นำแบบประเมินที่สร้างขึ้นเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจแก้ไขเพิ่มเติมในเรื่องของเนื้อหาและความถูกต้องของภาษา(ศึกษาได้ในภาคผนวก ง)

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1.ขั้นเตรียมการทดลอง

1.1ผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เฉพาะผู้ที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดไว้ จากนั้นใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ทดสอบก่อนทดลอง (pretest) เพื่อแยกกลุ่มตัวอย่างเป็น 2 กลุ่ม โดยวิธีการจับคู่เหมือน(Matching)

2.ขั้นดำเนินการทดลอง

2.1กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ เป็นเวลา 4สัปดาห์ๆ ละ 2 วันๆ ละ 3 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 8 ครั้ง 24 ชั่วโมง โดยใช้การจัดกิจกรรมกลุ่มซึ่งมี 4 ขั้นตอน คือ ขั้นการมีส่วนร่วม ขั้นวิเคราะห์ ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ และขั้นประเมินผล

2.2กลุ่มควบคุม ทำกิจกรรมที่จัดไว้ตามปกติ

2.3หลังการทดลอง ผู้วิจัยให้ทั้ง 2 กลุ่มทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์อีกครั้ง เพื่อเป็นการทดสอบ (post-test)

2.4หลังการทดลอง กลุ่มทดลองทำแบบประเมินความพอใจ

2.5ตรวจให้คะแนนและการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำมาตรวจให้คะแนน ตามวิธีที่กำหนดไว้

สรุปผลการวิจัย

1. การเปรียบเทียบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการระหว่างกลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ผลของการศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ความเหมาะสมของคุณครู มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ

4.38 ข้อที่มีค่าเฉลี่ยรองลงมา คือ ลักษณะกิจกรรมสามารถนำไปใช้ได้จริง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31

ซึ่งทั้งสองด้านมีความพึงพอใจในระดับมาก ส่วนข้อที่ได้ค่าเฉลี่ยต่ำที่สุดคือ กิจกรรมรับหรือไม่รับ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.07 ซึ่งมีความพอใจในระดับปานกลาง

การอภิปรายผล

1. จากการวิจัยเพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการผลการวิจัยปรากฏว่า

เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ จะมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า เยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ มีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เทรปปา และไฟร์ค (Treppa and Frike, 1972) ได้ศึกษาผลของการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการรู้จัก และเข้าใจตนเอง ของสมาชิกจำนวน 11 คน ผลการศึกษาพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีการเปลี่ยนแปลงความเข้าใจในตนเองไปในทางที่ดีขึ้น ในด้านความสามารถในการควบคุมตนเอง คุณค่าของการมีชีวิตอยู่ การนับถือตนเอง การยอมรับตนเองและความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ ความสามารถในการสร้างมนุษยสัมพันธ์และความคิดเกี่ยวกับตนเองในอุดมคติ ด้านการจัดการกับอารมณ์ของตน ความสามารถในการควบคุมตนเอง มีคุณธรรม มีความสามารถในการปรับตัว

สอดคล้องกับพาร์เกอร์ (Parker, 1983) ได้ศึกษากิจกรรมกลุ่มที่ช่วยพัฒนาแรงจูงใจในตนเอง โดยศึกษาผลของการฝึกมนุษยสัมพันธ์ที่มีต่อความภาคภูมิใจในตนเอง (Self-esteem) ของนักเรียนเกรด 4 โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 120 คน แบ่งกลุ่มๆละ 30 คน แยกเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 2 กลุ่ม กลุ่มทดลองได้รับการฝึกมนุษยสัมพันธ์สัปดาห์ละ 2 ครั้งๆละ 30 นาที เป็นเวลาติดต่อกัน 8 สัปดาห์ พบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนด้านความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น

สอดคล้องกับนิสรา คำมณี (2544) ได้ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม พบว่า นักเรียนมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเองสูงขึ้น หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สอดคล้องกับเมตตา จินดารักษ์ (2525) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัวทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้ฝึกกิจกรรมกลุ่มมีการปรับตัวทางสังคมดีขึ้น

สอดคล้องกับหรรษา แดงภักดี (2536) ซึ่งศึกษาเรื่องผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวรารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 15 คน ซึ่งกลุ่มทดลองใช้กิจกรรมกลุ่มและกลุ่มควบคุมให้ข้อสนเทศ ผลการศึกษาพบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีคุณธรรมมีน้ำใจเป็นนักกีฬาเพิ่มขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับข้อสนเทศ

เมื่อพิจารณาจากผลการทดลอง แสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองได้คะแนนเฉลี่ยของคะแนนในการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นกว่าการทำแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ก่อนการทำกิจกรรม ซึ่งมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ในกลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ทำกิจกรรมตามปกติของสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ กลับมีคะแนนหลังการทำกิจกรรมเท่าเดิม และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนหลังการจัดกิจกรรมทั้งสองกลุ่มพบว่า กลุ่มทดลองหรือกลุ่มที่การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีคะแนนสูงกว่ามาก ซึ่งจากผลการทดลองด้วยการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนดังกล่าวนี้ จะเห็นได้ว่าวิธีการและเป้าหมายของกิจกรรมกลุ่มจะมุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมเกิดการเข้าใจตนเองและส่งเสริมสัมพันธภาพกับผู้อื่น นอกจากนี้กิจกรรมกลุ่มยังเป็นกระบวนการที่ในแต่ละกิจกรรมจะมีการให้ข้อมูลกลับไปกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าใจกิจกรรมนั้นๆว่าส่งผลอย่างไร นอกจากนี้ความต่อเนื่องและระยะเวลาในการทำกิจกรรม ก็ยังช่วยส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เกิดขึ้นแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งเหมาะที่จะนำไปพัฒนากลุ่มเด็กและเยาวชนที่มีแนวโน้มว่าจะมีปัญหาทางด้านความฉลาดทางอารมณ์เช่นเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์ ซึ่งเป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ครบทุกด้าน ได้แก่ ความดี ความเก่ง และความสุข ทำให้ผู้ร่วมกิจกรรมเกิดการมองโลก มองชีวิตในด้านบวก สามารถอดทนรอคอย มุ่งมั่น จนบรรลุเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้ได้ และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขในทุกสถานการณ์ของชีวิต จึงกล่าวได้ว่า การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์สามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของผู้เรียนให้สูงขึ้นได้

2. นอกจากนี้ในผลการประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ พบว่า การประเมินผลความพึงพอใจในภาพรวมของการจัดกิจกรรมอยู่ในระดับมาก โดยสามารถจำแนกรายละเอียดได้ ดังนี้ ด้านความพึงพอใจที่มีต่อครู สถานที่

อุปกรณ์ และระยะเวลา อยู่ในเกณฑ์ดี ด้านกิจกรรม พบว่า ลักษณะกิจกรรมสามารถนำไปใช้ได้จริง เนื้อหาหลักสูตรครอบคลุมวัตถุประสงค์ของกิจกรรม ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับผู้เข้าร่วม กิจกรรม ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับกิจกรรมที่จัดในกิจกรรม และการได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม อยู่ในระดับมาก และด้านความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรม ซึ่งจำแนกตามกิจกรรม พบว่า กิจกรรมเอกลักษณะของฉัน กิจกรรมสัญลักษณ์ของฉัน กิจกรรมนี้แหละตัวฉัน กิจกรรมต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน กิจกรรมคู่มือช่วยเรียนรู้ กิจกรรมใครเอ่ยเก่งจัง กิจกรรมเปิดโลกใหม่ด้วยใจตน กิจกรรมหน้าตาใจ และกิจกรรมหัวใจของฉันใครดูแล อยู่ในเกณฑ์ดี ส่วนกิจกรรมฉันเก่งอะไร กิจกรรมเหตุเกิดเพราะใคร กิจกรรมรับหรือไม่รับ และกิจกรรมทำอาสนะพื้นฐานสำหรับสตรี อยู่ในระดับมาก นอกจากนี้การประเมินผลด้านการฝึกปฏิบัติก่อให้เกิดการเรียนรู้และบรรลุตามวัตถุประสงค์ พบว่า อยู่ในระดับมาก จึงสรุปได้ว่าเยาวชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากการวิจัยในครั้งนี้พบว่า ผู้นำกิจกรรมที่จะนำกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนนี้ไปใช้ ควรวางตนในฐานะเป็นครู เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเข้าใจในบทบาทของตัวผู้วิจัย
2. กิจกรรมอาสนะพื้นฐานสำหรับสตรี ควรมีผู้ช่วยในการฝึกปฏิบัติ จะช่วยให้เกิดประสิทธิผลมากขึ้น
3. ช่วงเวลาในการจัดกิจกรรมควรเป็นเวลาในช่วงเช้า เพราะผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่ได้เห็นดีเห็นงามจากกิจกรรมอื่น ทำให้เข้าร่วมกิจกรรมได้เต็มที่
4. การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กิจกรรมกลุ่มจะต้องใช้ให้ครบทั้ง 4 ขั้นตอน และ 5 หลักการ

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการพัฒนากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ อาจปรับเปลี่ยนกลุ่มตัวอย่างในสถานสงเคราะห์อื่นๆ บ้าง
2. การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างเยาวชนไทย และเยาวชนต่างชาติ

3. กิจกรรมอาสาสมัครพื้นฐานสำหรับสตรี อาจปรับเปลี่ยนเป็นกิจกรรมที่สร้างความสงบสุขทางใจได้เหมือนกัน เช่น การฝึกโยคะ การฝึกสมาธิ
4. ควรมีการสัมภาษณ์และสังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง นอกเหนือจากการใช้ แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กนกลักษณ์ ของกิ่ง. 7 พฤศจิกายน 2550. นักจิตวิทยา สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ด ตระการ. สัมภาษณ์.
- กมลรัตน์ หล้าสูงวงศ์. 2527. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2530. การศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพฯ: โครงการตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2530. เด็ก โรงเรียน และความสุข โรงเรียนนีโอฮิวแมนนิส: มิติใหม่แห่งการศึกษาสำหรับเด็ก. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2531. ผู้ชีวิตด้วยจิตวิทยา. กรุงเทพฯ: เคล็ดไทย.
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2547. การพัฒนา EQ และ MQ ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส. ใน มนัสวาสณ์ โกวิทยา (บรรณาธิการ), การศึกษานอกระบบโรงเรียน: แนวทางการศึกษาและกิจกรรมที่หลากหลาย, 112-128. กรุงเทพฯ: ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชนิษฐา เทวินทรภักดี. 2543. รายงานการศึกษาวิจัยการจัดการศึกษาทางเลือกโดยศูนย์การเรียนรู้ในสถานสงเคราะห์. กรุงเทพฯ: กลุ่มงานปฏิรูปการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- ขวัญฟ้า รังสิยานนท์. 2542. การสร้างรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างเจตคติต่อการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. 2545. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรื.
- คมเพชร ฉัตรศุกกุล. 2530. ตำราทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- คมเพชร ฉัตรศุกกุล. 2546. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- งามตา วนินทานนท์. 2539. การหยั่งลึกทางสังคม. สารานุกรมศึกษาศาสตร์ 15 (ก.ย.): 59-68.

- จรรยา พานิชย์ผลินไชย. 2527. การศึกษานอกระบบโรงเรียน. พิษณุโลก: ภาควิชาหลักสูตรและ
การสอน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- จันทร์เพ็ญ เนียมอินทร์. 2529. การให้บริการศึกษานอกระบบโรงเรียนของมหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ บางเขน วิเคราะห์สภาพปัจจุบันและความคิดเห็นของอาจารย์. วิทยานิพนธ์
ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาตรี บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จันทิภา ลิ้มปิเจริญ. 2522. กระบวนการกลุ่มในการเรียนการสอน. ภูเก็ต: ภาควิชาจิตวิทยาและ
แนะแนว วิทยาลัยครูภูเก็ต.
- จินตนา นนทะเปารยะ. 2530. แนวทางและการมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือและพัฒนาเด็ก
กำพร้า. การประชุมสงเคราะห์ 30 (มี.ค.-เม.ย.): 8-24, 22-27.
- จำเนียร ช่างโชติ. 2521. ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มบุคคล. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ฉวีวรรณ คล้ายนาค. 2544. ปัจจัยที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของหญิงให้บริการทางเพศที่มารับบริการ
ในโรงพยาบาลบางรัก กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชา
จิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- ชูชัย สมितिไกร. 2525. ความเข้าใจความเข้าใจทางจริยธรรมเกี่ยวกับพฤติกรรมตนเองของนักเรียน
ครูและผู้ปกครอง. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิต
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทวีป อภิสสิทธิ์, กรมการฝึกหัดครู. หน่วยศึกษานิเทศก์. 2523. การศึกษานอกระบบโรงเรียน =
Non-formal education. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพัฒนาตำราและเอกสารวิชาการ หน่วย
ศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู.
- ทศพร ประเสริฐสุข. 2542. ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์กับการศึกษา. การแนะแนวและ
จิตวิทยาการศึกษา 2 (ก.ค.-ธ.ค.42, ม.ค.-มิ.ย.43): 8-19.
- ทิตินา แคมมณี. 2536. กิจกรรมสอนและฝึกทักษะกระบวนการกลุ่มสำหรับนักเรียน
ประถมศึกษา. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิตินา แคมมณี. 2545. กลุ่มสัมพันธ์เพื่อการทำงานและการจัดการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: นิ
ชินแอดเวอร์ไทซิง กรุ๊ป.
- ทองเรือน อมรัชกุล. 2520. คำบรรยายวิชาแนะแนว 312 : เทคนิคเบื้องต้นในการให้คำปรึกษา.
พิษณุโลก: แผนกเอกสารและการพิมพ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. 2545. ความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ: มติชน.

- ธีรภา เกษประดิษฐ์. 2544. ปัญหาพฤติกรรมเด็กและเยาวชนในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน 4 ภาค. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต. สาขาวิชาเวชศาสตร์ชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิภา วิจิตรศิริ. 2525. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรับผิดชอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนหนองแค "สรกิจพิทยา" จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิสรา คำมณี. 2544. ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการจูงใจตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสาธิต มหาวิทยาลัยศิลปากร จังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- น้ำค้าง คันธรักษ์. 2535. บทบาทพ่อแม่บ้านแม่บ้านในสถานสงเคราะห์เด็ก สังกัดกองสงเคราะห์เด็กและบุคคลวัยรุ่น กรมประชาสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- บุญศรี จันทนาเจริญเลิศ. 2530. ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนนนทรีวิทยา กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประชาสงเคราะห์, กรม. 2543. สถานการณ์เด็ก สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. [Online] แหล่งที่มา: <http://www.opp.go.th/childrensituation.doc> [1 ส.ค. 2549]
- ประนอม เดชชัย. 2531. แนวการเรียนการสอนและแนวทางปฏิบัติสังคมศึกษา. เชียงใหม่: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เปรมใจ บุญประสพ. 2545. ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ตัวเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนบ้านกะปิ สังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พนม ลิมอารีย์. 2522. กลุ่มสัมพันธ์. มหาสารคาม: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม.
- พรพนพิศ วาณิชย์การ. 2535. "การทำงานแบบกลุ่ม" สารานุกรมศึกษาศาสตร์ ฉบับเฉลิมพระเกียรติ. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

- พรัก อินทามระ. 2536. การศึกษามลของการเล่นสรวร์สร้างแบบชี้แนะกับแบบกึ่งชี้แนะที่มีต่อ
การยึดตนเองเป็นศูนย์กลางด้านการมองเห็นตำแหน่งของวัตถุและความคิดสร้างสรรค์
ของเด็กปฐมวัยที่มีความบกพร่องทางการได้ยิน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต.
 สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พัชนี วรกวิน. 2522. จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะวิชาครู
 ศาสตร์ วิทยาลัยครูจันทระเกษม.
- พัชรภรณ์ ภวภูตานนท์. 2546. การศึกษาคคุณภาพชีวิตของหญิงขายบริการทางเพศ. วิทยานิพนธ์
 ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรี
 นครินทรวิโรฒ.
- เฟื่องฟ้า สิงห์สกุลไกร. 2527. การใช้กิจกรรมนันทนาการในงานกลุ่มสังคมเพื่อพัฒนาเด็กและ
เยาวชนของสถานสงเคราะห์เด็ก กรมประชาสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มัทนา อึ้งตระกูล. 2524. การใช้กิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนามโนภาพแห่งตนของนักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนหนองเรือวิทยา จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญา
 มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เมตตา จินดารักษ์. 2525. ผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มในการพัฒนาความสามารถในการปรับตัว
ทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสุรศักดิ์มนตรี. มหาวิทยาลัยศรี
 นครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. (อัดสำเนา)
- เยาวภา เดชะคุปต์. 2542. การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์. บทความทางวิชาการ EQ.
 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เดสก์ท็อป.
- รักตวรรณ ศิริภาพร. 2548. การจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย. ราชบุรี: มหาวิทยาลัยราช
 ภัฏหมู่บ้านจอมบึง.
- รัชนี บุญเรือง. 2541. การศึกษานอกโรงเรียนสำหรับแรงงานเด็ก : ศึกษาเฉพาะกรณีโครงการ
แรงงานเด็ก มุลินีเพื่อการพัฒนาเด็ก. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. คณะสังคม
 สงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- รัตนา พุ่มไพศาล. 2528. หลักการจัดและบริหารการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ:
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฤทัยรัตน์ ธรรมเสนา. 2535. การพัฒนาอัตมโนทัศน์หลายมิติของนักศึกษาพยาบาลที่มีทัศนคติต่อ
วิชาชีพแตกต่างกันโดยใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต.
 สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- วิพงษ์ชัย ร้องชันแก้ว. 2548. การศึกษาผลการจัดกิจกรรมนันทนาการด้านศิลปะที่มามีต่อการพัฒนาความฉลาด ทางอารมณ์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในสถานสงเคราะห์บ้านเมตตา อำเภอปรานบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิไล ตั้งจิตสมคิด. 2531. ปรัชญาและหลักการศึกษานอกระบบ. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วิไลวรรณ เกตุขำ และ คมเพชร ฉัตรสุกกุล. 2522. คู่มือการฝึกกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- วีณา ไรตมะวิชญ์. 2530. กลวิธีการเรียนการสอนในโรงเรียนประถมศึกษา. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. 2538. ผลของการฝึกอาสาสมัครและสมาชิกตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสต์ต่อการเพิ่มความเห็นคุณค่าในตนเองของสตรี ในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. ภาควิชาการศึกษาของโรงเรียน บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. 2542. เชาวน์อารมณ์ (EQ): ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เปอร์เน็ท.
- วิเชียร เกตุสิงห์. 2531. มองการศึกษาของเด็กกลุ่มด้อยโอกาส. วารสารการศึกษาแห่งชาติ 22 (มิถุนายน – กรกฎาคม): 4.
- ศรีสุวรรณ สรศักดิ์. 2542. การศึกษาทัศนคติของเด็กและเยาวชนต่อโครงการฝึกอบรมจริยธรรมในสถานสงเคราะห์: ศึกษาเฉพาะกรณีสถานแรกรับเด็กหญิงพญาไท. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศึกษานิเทศก์, กระทรวง. กรมวิชาการ. 2545. หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544. กรุงเทพฯ: กรมวิชาการ.
- ศุภวดี บุญญวงค์. 2527. ตำรากิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. สงขลา: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา.
- สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ. ม.ป.ป. ม.ป.ท.: กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (แผ่นพับ)
- สมจิตต์ สุวรรณวงศ์. 2542. การศึกษากิจกรรมจิตสภาวะเสริมความคิดเชิงคุณธรรมสังคมตามแนวคิดคอนสตรัคติวิสต์ เพื่อพัฒนาวินัยในตนเองของเด็กปฐมวัย. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาการศึกษานปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- สรินนา เกษงาม. 2547. ผลการใช้กิจกรรมทางศิลปะโดยการวาดภาพระบายสีด้วยเทคนิคกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ.) ของเด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรมในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุมาลี สังข์ศรี. 2533. การจัดการศึกษานอกระบบสำหรับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ. ใน เอกสารการสนชดศึกษา การจัดการศึกษานอกระบบ หน่วยที่ 9-15 มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 663. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- สุมาลี สุขพัฒน์. 2544. ทักษะคิดของเจ้าหน้าที่เกี่ยวกับการพัฒนาความสามารถทางอารมณ์ของเด็ก ในสถานสงเคราะห์เด็ก สังกัดกองสงเคราะห์เด็กและบุคคลวัยรุ่น กรมประชาสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุวกิจ ศรีปัดดา. 2528. การแบ่งความรับผิดชอบและการจัดสรรสิ่งที่น่าสนใจในการทำงานกลุ่ม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. สาขาวิชาพัฒนศึกษาศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุวริย์ ณ ระนอง. 2525. ปัญหาและอุปสรรคในการฝึกอบรมวิชาชีพแก่หญิงโสเภณี ศึกษาเฉพาะกรณีสถานสงเคราะห์หญิงบ้านปากเกร็ด. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. 2529. การศึกษานอกระบบโรงเรียน: เอกสารคำสอนวิชา กญ. 311. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษาผู้ใหญ่และการศึกษาศาสตร์พิเศษ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สาธารณสุข, กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. 2543. คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- สาธารณสุข, กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. 2543. ทักษะชีวิตกับความฉลาดทางอารมณ์: คู่มือสำหรับศูนย์พัฒนาเยาวชนแบบองค์รวม: รายงานการประชุมวิชาการทักษะชีวิตครั้งที่ 3 วันที่ 23-24 มีนาคม 2543 ณ โรงแรมดิเอ็มเมอรัลด์ รัชดาภิเษก กรุงเทพฯ. นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สาธารณสุข, กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. 2547. คู่มือการจัดกิจกรรม "ฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา E.Q." สำหรับศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น. นนทบุรี: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต.
- สำนักบริหารงานการศึกษาออกโรงเรียน. 2549. บทบาทและภารกิจของสำนักงานการศึกษาออกโรงเรียน[Online]. แหล่งที่มา: <http://www.nfe.go.th> [7 ส.ค. 2549]

- โสภภาพรรณ สุขเฟื่องฟู. 2545. การใช้โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มเพื่อส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนพนิตยการสุขุทัยที่พ่อแม่ตอบสนองอารมณ์ด้านลบของบุตรแตกต่างกัน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุพัตรา สุภาพ. 2539. ปัญหาสังคม. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- หรรษา แดงภักดี. 2536. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อคุณธรรมความมีน้ำใจนักกีฬาของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดโสธรวิทยารามวรวิหาร จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- หฤทัย อติชาติพงศ์. มปป. กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน. กรุงเทพฯ: ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา.
- อรรช ดิลกอุดมชัย. 2530. ความคาดหวังต่อสภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อการปรับตัวของตนเอง ศึกษาเฉพาะกรณีผู้เข้ารับการฝึกอบรม สถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อรัญญา ต้อยคัมภีร์. 2536. ผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสต่อการเพิ่มความมุ่งมั่นในชีวิตของหญิง ในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอชไอวี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อังศุมาลิน สมรรคเสวี. 2545. ปัญหาและความต้องการทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนของสตรีเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต : ศึกษาเฉพาะกรณีบ้านหัวแหลม ตำบลท่าข้าม อำเภอบางปะกง จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อัฉนา ศรีสุรพล. 2535. ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มสัมพันธ์ที่มีต่อมนุษย์สัมพันธ์ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อาชัญญา รัตนอุบล. 2542. การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาชัญญา รัตนอุบล. 2542. การจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนสำหรับผู้ใหญ่. ม.ป.ท.: ภาควิชาการศึกษานอกโรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- อุไรวรรณ โพิธิ. 2540. บริการการศึกษานอกโรงเรียนในสถานสงเคราะห์หญิงบ้านเกร็ดตระการ จังหวัดนนทบุรี: การศึกษาทักษะของสตรีผู้เข้ารับบริการ. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต. สาขาวิชาการศึกษาระดับปริญญาโท บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ.
- อุ้นตนา นพคุณ. 2523. การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพฯ: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- อำนาจ กังเทเวศน์. 2543. ผลของกิจกรรมกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในการป้องกันโรคเอดส์ของ นักเรียนอาชีวศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพาณิชยการอิน ทราชัยกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาบัณฑิต. สาขาวิชาจิตวิทยาการ แขนงแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ภาษาอังกฤษ

- Bar-On, R. 1997. The Emotional Quotient Inventory (EQ-I) Technical Manual. Canada: n.p.
- Bennett, Margart E. 1963. Guidance and Counseling in Group. New York: McGraw Hill.
- Bukhauser, John Charles. 1985. The Effects of Group Dynamics of Self-Conception the Elementary School Classroom. Dissertation Abstracts International 46: 103-A.
- Cartwrite, Dorwin and Alvin Zander. 1968. Group Dynamics : Research and Theoty. New York: Harper and Row Publishers.
- Cooper, R.K. and Sawaf, A. 1997. Excusive EQ Intelligence in Leadership and Organization. New York: Grosset.
- Deighton, Lee C. 1971. Small Group Instruction. The Encyclopedia of Education. New York: the Macmillan Company and Free Press.
- Durschmidt, B.J. 1978. Self-Actualizftion and the Human Potential Group Procss in a Community College. Dissertation Abstracts International24(3): 67.
- Goleman. 1995. Emotional Intelligence: Why it can matter More Than IQ. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. 1998. Working with emotional intelligence. New York : Bantam Books.
- Gully, Halbert E. 1963. Discussion Confercence and Group Process. New York: McGraw Hill.

- Kemp, C Gratton. 1965. Perspectives on the Group Process : A Foundation for Counseling with Group. Boston: Gougton Miffin,Co.
- Ohlsen, Mert.M. 1970. Group Counseling. New York: Holt Rinegart and Winston.
- Ottaway, A.K.C. 1966. Learning Through Group Experience. London: Routhledge and Kegan Paul.
- Parker, March. 1983. Effect of Human Relation Group on Fourth Grade Children's Self-Esteem and communication skill. Dissertation Abstract International 2893A.
- Patterson, C.H. 1973. Humanistic Education. Englewood Cliffs, New Jersey: Prenticehall.
- Rogers, Carl R. 1970. Encounter Group. New York: Harper and Row.
- Shaw, Marvine E. 1981. Group Dynamic : The Psychology of Small Group Behavior. New York: McGraw-Hill.
- Shoudt, John Thomas. 1976. The effect of Varying Levels of Role-Taking Skill on The Efficacy of Role Playing Training with kindergarten Children. Dissertation Abstracts International 37: 5.
- Treppa, Jerry A. and Lawrence, Frike. 1972. Effects of Marathon Group Experience. Journal of Counseling Psychology 1972: 466-468.

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

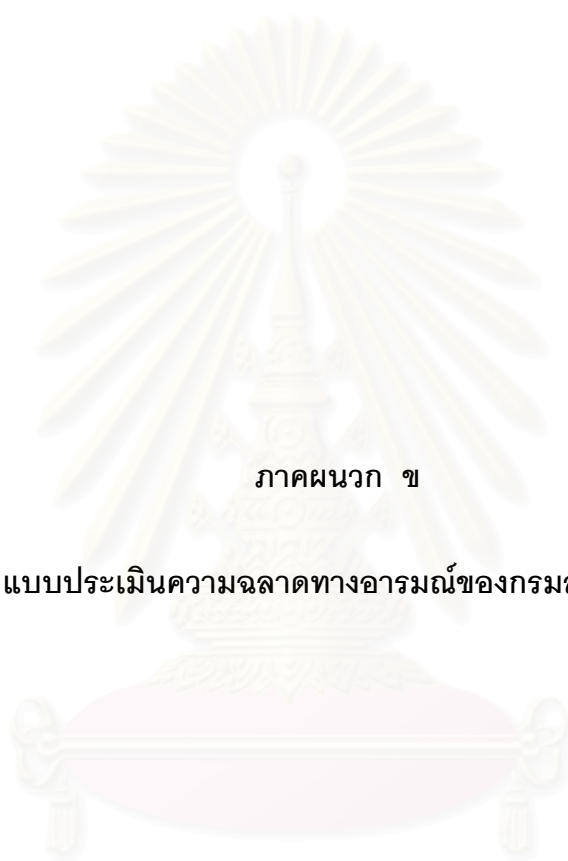
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจพิจารณากิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อ
เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วันชัย บุญรอด
รองคณบดีด้านกิจการนิสิต สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. รองศาสตราจารย์ ดร.ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ
อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัย และจิตวิทยาการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. รองศาสตราจารย์ ดร.สิริพันธุ์ สุวรรณมรรคา
อาจารย์ประจำภาควิชาวิจัย และจิตวิทยาการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. อาจารย์ ดร.วรวรัตน์ อภินันท์กุล
อาจารย์ประจำภาควิชานโยบาย การจัดการและความเป็นผู้นำทางการศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. คุณกนกลักษณ์ ชองกิ่ง
นักจิตวิทยา สถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

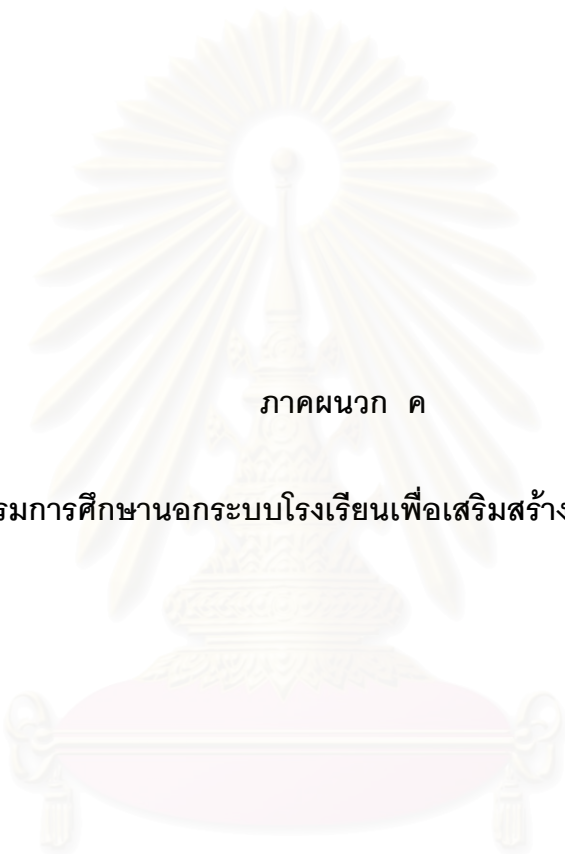
แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต

คำชี้แจง แบบประเมินนี้เป็นประโยคที่มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ แม้ว่าบางประโยคอาจไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ก็ตาม ขอให้เลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริง และตอบทุกข้อ เพื่อที่จะได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนเองต่อไป คำตอบมี 4 คำตอบ สำหรับข้อความแต่ละประโยคคือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง และจริงมาก โปรดเลือกช่องที่ท่านคิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด

| ข้อความ | ไม่จริง | จริง บางครั้ง | ค่อนข้าง จริง | จริงมาก |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------------------|
| 1. เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |
| 2. ฉันบอกไม่ได้ว่าอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้ | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6. เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้ | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7. ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอาการเปลี่ยนแปลง | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8. ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จัก | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9. ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 10. ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 11. ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 12. แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 13. เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 14. ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 15. เมื่อทำผิดฉันสามารถกล่าวคำ "ขอโทษ" ผู้อื่นได้ | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 16. ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input checked="" type="radio"/> |

| | | | | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 17. ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. ฉันไม่รู้ว่าฉันเก่งเรื่องอะไร | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21. เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22. ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23. เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24. เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25. ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26. บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27. ฉันรู้สึกว่า การตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28. เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่าจะทำอะไรก่อนหลัง | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29. ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30. ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 31. ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32. ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33. ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34. ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35. เป็นการยากสำหรับฉันที่จะโต้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | | | | |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 36. เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37. ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38. ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39. ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40. ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 41. แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42. ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44. ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์และวันหยุดพักผ่อน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45. ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46. ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47. ฉันไม่ว่างจะหาอะไรทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48. เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50. ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 51. ฉันไม่สามารถทำใจให้มีความสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52. ฉันมักทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



ภาคผนวก ค

กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ บทสคริปเรื่อง “ฉันคือเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง”

ชีวิตใหม่ของฉันเริ่มตั้งแต่วันนี้ ฉันจะเริ่มต้นชีวิตใหม่ด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ฉันรักตนเอง รักทุกอย่างที่ประกอบเป็นตัวฉัน อารมณ์ ความรู้สึก อวัยวะทุกส่วนในร่างกายของฉัน ฉันรู้สึกได้ถึงความรัก ความเมตตาที่ยิ่งใหญ่ที่อยู่ภายในจิตลึก ๆ ของฉันและของทุก ๆ คน

หายใจเข้าเอาพลังความรักและความเมตตาเข้ามาในตัวเรา หายใจออกแผ่ความรักและความเมตตาให้กับตัวเอง ให้กับคนรอบข้างทุก ๆ คน พลังแห่งความรักและความเมตตาทำให้ฉันรู้สึกมั่นใจในตนเอง เห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสำคัญและเมื่อฉันมีความรักให้กับตนเองฉันได้รู้สึกถึงความรักที่ฉันมีให้กับผู้อื่น พลังแห่งความรักและความเมตตาทำให้ฉันมีความสุข และอยากแบ่งปันความสุขนี้ให้แก่คนทุกคน ฉันอยากทำให้ทุกคนในโลกนี้มีความสุข และอยากมีส่วนร่วมทำให้โลกของเราเป็นโลกที่น่าอยู่ขึ้น เมื่อฉันมีความรักให้กับตัวเอง ฉันมีความสุขมากขึ้นทุกวัน และฉันอยากแบ่งปันความสุขนี้ให้กับคนทุกคน ฉันรู้แล้วว่าโลกนี้ไม่มีใครอีกแล้วที่เหมือนฉัน และทำหน้าที่แทนฉันได้อย่างแท้จริง ฉันคือฉัน เธอคือเธอ ทุกคนมีความแตกต่างกัน

ฉันเริ่มรู้สึกถึงความรู้สึกดี ๆ ที่มีต่อตนเอง และเริ่มขจัดความรู้สึกลบต่าง ๆ ออกไปจากจิตใจของฉัน แม้ว่าฉันยังไม่เป็นคนที่มีสมบุรณ์แบบในทุก ๆ ด้าน และบางทีฉันอาจจะไม่มีวันได้เป็นคนที่มีสมบุรณ์แบบในทุก ๆ ด้านในชีวิตนี้ แต่ฉันก็จะปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้นทุกวัน ฉันเคยทำสิ่งที่ผิดพลาดมากมายและในอนาคตฉันก็อาจจะทำอะไรที่ผิดพลาดขึ้นอีก โดยที่ฉันไม่ได้ตั้งใจ ฉันจะนำสิ่งที่ผิดพลาดเหล่านี้มาเป็นบทเรียนของชีวิตที่ทำให้ฉันเข้มแข็งขึ้น ปรับปรุงตัวได้รวดเร็วขึ้น และช่วยเหลือคนรอบข้างได้มากขึ้น ไม่ว่าจะมิอะไรเกิดขึ้นในชีวิตของฉัน ฉันก็จะรักตัวเอง มีความรู้สึกที่ดีแก่ตัวเอง ฉันอยากเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเอง ถ้าฉันไม่เป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของตัวเองแล้ว ใครจะมาเป็นเพื่อนที่ดีที่สุดของฉัน ฉันรักตัวตัวเองมากขึ้นทุกวัน มันเป็นความรู้สึกที่ยิ่งใหญ่ที่ฉันเริ่มสนใจตัวเอง ขึ้นชมตัวเอง มีความรักให้แก่ตัวเอง ฉันเริ่มมีความรู้สึกเช่นเดียวกับคนรอบข้าง ยิ่งฉันมีความรักให้แก่ตนเองและคนรอบข้างมากขึ้นเท่าใด ฉันก็จะมีสุขยิ่งขึ้นเท่านั้น ฉันมีความสุขมากจริง ๆ

ฉันเริ่มเห็นความดีงามและความสามารถต่าง ๆ ที่มีอยู่ในตัวฉัน ยิ่งฉันย้อนกลับมาศึกษาตัวเองมากขึ้นเท่าใด ฉันก็พบความสามารถที่ซ่อนเร้นอยู่ในตัวฉันมากขึ้นเท่านั้น ฉันแสดงออกถึงความสามารถต่าง ๆ เหล่านี้มากขึ้น ฉันพัฒนาความสามารถต่าง ๆ เหล่านี้ไปพร้อมกับนำความสามารถเหล่านี้มาช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อฉันมองเข้าไปในจิตใจลึก ๆ ของฉัน ฉันได้เห็นพลังแห่งความรักและความเมตตาที่ซ่อนอยู่ในจิตใจของฉัน

หายใจเข้าเอาพลังแห่งความรักและเมตตาเข้ามาในตัวเรา หายใจออกแผ่พลังแห่งความรักและความเมตตาให้กับตัวเอง ให้กับคนรอบข้างทุกคน ฉันรู้ถึงพลังแห่งความรักและเมตตาที่มี

อยู่ในตัวฉันมากขึ้น มากขึ้น พลังนี้ทำให้ฉันเข้มแข็ง มีความรู้สึกด้านบวกให้กับตัวเองมากขึ้น ฉันพูด คิดและทำแต่สิ่งที่เป็นบวกแก่ตัวเองและผู้อื่น ฉันรู้จักให้อภัยแก่ตัวเองและผู้อื่น ฉันดีใจที่ได้เกิดมาเป็นตัวฉัน ฉันบอกกับตัวเองในใจว่า ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ ขอขอบคุณ สำหรับการที่ฉันได้เกิดมาเป็นตัวฉัน ฉันจะเป็นเอนที่ดีที่สุดของตัวเองตลอดไป

เอกลักษณ์ของฉัน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนบอกลักษณะนิสัยใจคอ ความชอบ ค่านิยมของตนเองได้
๒. เพื่อให้เยาวชนรู้ลักษณะนิสัยใจคอ ความชอบ ค่านิยมของผู้อื่น

เวลา ๓๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. กระดาษ A4
๒. สี

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ สนทนากับเยาวชนกับสมาชิกว่าในอนาคตเยาวชนอยากเป็นคนอย่างไร หรือมีลักษณะนิสัยใจคอแบบใด เช่น เป็นคนที่มีความสามารถมีบุคลิกดี มีรสนิยมในการแต่งกายเป็นอย่างไร ลองยกตัวอย่างบุคคลที่สมาชิกอยากเป็นหรืออยากเหมือน สุ่มถามสมาชิก ๔-๕ คน

๑.๒ แจกกระดาษ A4 คนละ ๑ แผ่น ให้สมาชิกจินตนาการวาดภาพตนเองอย่างที่ยอยากเป็น ต่อเติมเสริมแต่งให้ดูดีสง่างามตามที่ยอยากเป็น

๑.๓ สุ่มให้สมาชิกบรรยายภาพของตนเองให้เพื่อนๆ ฟังและแลกเปลี่ยนกันดูภาพจินตนาการของแต่ละคน

๒. ขั้นวิเคราะห์

ร่วมกันอภิปรายสรุปว่าได้ข้อคิดอะไรจากการเข้าร่วม กิจกรรมนี้

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

คนเรามีลักษณะ ความชอบค่านิยม ที่อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกันได้

๔. ขั้นประเมินผล

สังเกตจากภาพจินตนาการ การบรรยายของตนและการแลกเปลี่ยนลักษณะของตนกับเพื่อน

สัญลักษณ์ของฉัน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนแสดงความคิด ความรู้สึกที่มีต่อตนเอง
๒. เพื่อให้เยาวชนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้สึกนึกคิดที่มีต่อตนเอง

เวลา ๓๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. กระดาษ A4
๒. ปากกา

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

แจกกระดาษ A4 ให้เยาวชนคนละ ๑ แผ่น ให้สมาชิกคิดสัญลักษณ์แทนตัวเองซึ่งบ่งบอกถึงลักษณะนิสัยใจคอคนละ ๑ ชนิด วาดลงในกระดาษที่แจกให้ เขียนอุดมการณ์ แนวคิด หรือคำขวัญ ประจำตัวลงใต้ภาพ จากนั้นให้นำเสนอ ดังตัวอย่างนี้ “สวัสดิ์คะ ดิฉันชื่อสัญลักษณ์ของฉันคือ พริกชี้หนู เหตุที่เลือกพริกชี้หนู เพราะดิฉันเป็นคนตัวเล็กแต่ใจไม่เล็ก ไม่ยอมใคร ฉันสู้ยิบตา คำขวัญของฉันคือ เล็กพริกชี้หนู ”

๒. ขั้นวิเคราะห์

สรุปร่วมกันว่าได้ข้อคิดอะไรบ้างจากกิจกรรมนี้

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

การได้สำรวจและสะท้อนความเป็นตัวตนของแต่ละบุคคลออกมานั้น ทำให้รู้จักตนเอง และได้รู้จักความคิดความรู้สึกบุคคลอื่นมากขึ้น

๔. ขั้นประเมินผล

๑. ตรวจสอบผลงานที่สมาชิกออกแบบ
๒. สังเกตการถ่ายทอดความรู้สึกของเยาวชนต่อหน้าเพื่อนๆ

นี่แหละ...ตัวฉัน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนสำรวจบุคลิกภาพของตนเองทั้งในส่วนที่ดีและส่วนที่ต้องการปรับปรุง

เวลา ๓๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. ใบกิจกรรม “นี่แหละ...ตัวฉัน ”
๒. ปากกา

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ ให้เยาวชนทำใบกิจกรรมที่แจกให้และเติมข้อความเกี่ยวกับลักษณะของตนเองดังนี้
นิสัยของฉัน ความภูมิใจของฉัน สิ่งที่คุณชื่นชมฉัน สิ่งที่คุณอยากปรับปรุงตนเอง สรุปความคิดที่
มองตนเอง **“ฉันมองตนเองอย่างไร”**

๑.๒ สุ่มให้เยาวชนพูดสรุปความคิดที่มองตนเอง ทีละคน

๒. ชั้นวิเคราะห์

สรุปร่วมกันว่าได้อะไรจากกิจกรรมนี้

๓. ชั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

การมองตนเองเป็นการสำรวจบุคคลิกภาพ ทำให้รู้จักและเข้าใจพฤติกรรมทั้งในส่วนที่ดีและ
ส่วนที่ต้องการปรับปรุง เป็นการรู้จักตนเองมากขึ้น ซึ่งเป็นบันไดขั้นแรกที่ทำให้คนเราสามารถ
ตอบสนอง ความพอใจของตนเองและเป็นการเติมเต็มให้ชีวิต นำพาให้ชีวิตมีคุณค่า

๔. ชั้นประเมินผล

พิจารณาคำตอบในใบกิจกรรม



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นี่แหละ.....ตัวฉัน

นิสัยของฉัน

ความภูมิใจของฉัน

สิ่งที่คนอื่นชมฉัน

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สิ่งที่ฉันอยากปรับปรุงตนเอง

ฉันมองตัวเองยังไงนะ

ต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนรู้จักตนเอง รู้จักความต้องการของตนเอง
๒. เพื่อให้เยาวชนวิเคราะห์ สิ่งที่เป็นความดีและข้อบกพร่องของตน
๓. เพื่อให้เยาวชนรู้จักคิดและหาแนวทางการพัฒนาสิ่งที่เป็นความดี และปรับปรุง

ข้อบกพร่อง ให้เกิดประโยชน์ในทางที่สร้างสรรค์ต่อตนเองและสังคม

เวลา ๕๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. ใบกิจกรรม “ต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน”
๒. กระดาษ A4
๓. ดินสอ ปากกา

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ นำเข้าสู่กิจกรรมโดยเปรียบเทียบชีวิตคนกับการเจริญเติบโตของต้นไม้ ซึ่งต้องได้รับการบำรุงดูแลจนต้นไม้เติบโตใหญ่ออกดอกออกผล

๑.๒ ให้เยาวชนศึกษาใบกิจกรรม “ต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน”

๑.๓ ให้เยาวชนเขียนภาพและคำบรรยายลงในใบกิจกรรมต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน ตามรายการที่กำหนด

๑.๔ เยาวชนจับกลุ่มกัน ๑๐ คนแล้วเล่าเรื่องต้นไม้แห่งชีวิตของตนเองให้เพื่อนๆ ในกลุ่มฟัง โดยไม่มีการวิพากษ์วิจารณ์ แต่ซักถามรายละเอียดของเรื่องเพิ่มเติมได้ หลังจากนั้นให้เยาวชนในกลุ่มร่วมระดมความคิดเห็น ถึงแนวทางการพัฒนาความดีให้เป็นจุดเด่นในทางที่สร้างสรรค์ต่อตนเองและผู้อื่น

๑.๕ เยาวชนแต่ละกลุ่มรายงานต่อสมาชิกกลุ่มว่า กิจกรรมนี้ให้แง่คิดอะไร กลุ่มของตนมีแนวคิดที่จะพัฒนาตนให้เกิดจุดเด่น ที่มีประโยชน์ต่อตนเองและสังคมอย่างไร

๒. ขั้นวิเคราะห์

สรุปกิจกรรมว่า คนเราเกิดมามีทั้งส่วนดี ไม่ดี เก่ง ไม่เก่ง ทั้งทุกข์ ทั้งสุข เราเลือกเกิดไม่ได้ แต่เลือกเป็นได้ เป็นตนเองให้ดีที่สุด อยู่ด้วยศรัทธา และความภาคภูมิใจในตนเอง

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ทุกคนมีคุณค่าอยู่ในตนเอง คนเราเลือกเกิดไม่ได้ และมีความแตกต่างกัน บางคนเก่ง บางคนอ่อนแอ บางคนมีปมด้อย มีสุข มีทุกข์ เราเลือกเกิดไม่ได้ แต่เลือกที่จะเป็นได้ โดยรู้จักนำความดีที่มีอยู่ในตนเองมาพัฒนาให้เป็นจุดเด่นที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ในขณะที่เราสามารถนำสิ่งที่เป็นข้อบกพร่องมาแก้ไขปรับปรุงและปรับเปลี่ยนให้เป็นสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นได้ เราจะเป็นอะไรในอนาคตอยู่ที่การเริ่มต้นปลูกฝังวันนี้ เสมือนต้นไม้ที่ออกดอก ออกผลงดงาม เพราะได้รับการดูแลเอาใจใส่ที่ดี

๔. ขั้นประเมินผล

๔.๑ ประเมินความพึงพอใจในการทำกิจกรรม โดยสังเกตพฤติกรรมเยาวชนในระหว่างกิจกรรม

๔.๒ ตรวจใบกิจกรรม ต้นไม้แห่งชีวิตของฉัน ศึกษาสิ่งที่เป็นความดี ความภาคภูมิใจ และข้อบกพร่องของเยาวชน

ฉันเก่งอะไร

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนได้สำรวจความถนัดและความสามารถของตนเอง

เวลา ๕๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. อัดซีวีประวัติ ของบุคคลที่ประสบความสำเร็จในหลายวิชาชีพ ซึ่งเกิดจากพื้นฐานความถนัด วิถีชีวิตของครอบครัวและความถนัดของบุคคลนั้น

๒. ใบกิจกรรม

๓. ใบสำรวจ “ อาชีพในอนาคต ”

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑. อยกตัวอย่างถึงบุคคลที่เห็นว่าเป็นผู้ประสบความสำเร็จในชีวิตในด้านการศึกษา ด้านอาชีพ และวิเคราะห์เชื่อมโยงให้เยาวชนเห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐานความถนัด

๑.๒ แบ่งเยาวชนกลุ่มละ ๑๐ คน ให้อภิปรายประวัติบุคคลสำคัญที่แจกให้ตามประเด็นใบกิจกรรม

๑.๓ สุ่มเยาวชน ๒-๓ กลุ่มนำเสนอในกลุ่มใหญ่

๑.๔ ให้เยาวชนค้นหาความถนัดของตนเองโดยการทำแบบสำรวจ “ อาชีพในอนาคต ”

๒. ขั้นวิเคราะห์

ร่วมกันสรุปถึงการทำแบบสำรวจ “ อาชีพในอนาคต ” และสรุปแนวคิดที่ได้จากกิจกรรม

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

คนทุกคนนั้น มีความสามารถความถนัดที่หลากหลาย บุคคลที่ประสบความสำเร็จในชีวิตนั้นเป็นบุคคลที่ได้สำรวจตนเอง ซึ่งการสำรวจตนเองนั้นเป็นเสมือนการสะท้อนให้ค้นพบตนเองในด้านต่างๆ เช่น ความสนใจ ความถนัด ความสามารถ ตลอดจนถึงข้อเด่นชัดของตนเอง แล้วนำข้อเด่นมาแสดงออกในทางสร้างสรรค์และเหมาะสม ส่วนข้อด้อยควรนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เกิดปัญหาน้อยที่สุด

๔. ขั้นประเมินผล

๑. การอภิปรายในประเด็นต่างๆ

๒. แบบสำรวจ “ อาชีพในอนาคต ”

ใบกิจกรรม

ให้เยาวชนร่วมกันอภิปราย ในประเด็นต่อไปนี้ (๑๕ นาที) และหาตัวแทนนำเสนอในกลุ่มใหญ่

๑.บุคคลในเรื่อง ประสบความสำเร็จด้านใด

๒.ความสำเร็จด้านนั้น เกิดจากสิ่งใดต่อไปนี้

๒.๑ความถนัดหรือพรสวรรค์โปรดอธิบาย

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

๒.๒ความสามารถและความพยายามโปรดอธิบาย

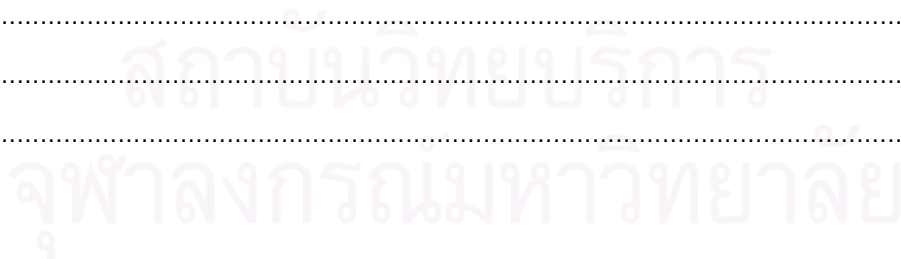
.....
.....
.....
.....

๒.๓สิ่งภายนอกที่ช่วยเสริมความสำเร็จวิถีชีวิตหรือแบบอย่างในครอบครัว

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

แบบอย่างของบุคคลอื่นในสังคมที่เขาประทับใจ

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



แบบสำรวจ

“ อาชีพในอนาคต ”

ให้เยาวชนเลือกอาชีพที่ตนเองสนใจมากที่สุด มา ๓ อันดับ โดยเรียงจากมากที่สุดไปน้อยที่สุด โดยใส่เลข ๑,๒ และ ๓ ตามลำดับ

-๑.ด้านสาธารณสุข เช่น หมอ พยาบาล
-๒.ด้านการศึกษา เช่น ครู ศึกษานิเทศก์
-๓.ด้านความมั่นคง เช่น ทหาร ตำรวจ
-๔.ด้านบันเทิง เช่น ดารา นักแสดง
-๕.ด้านการค้า เช่น พ่อค้าแม่ค้า
-๖.ด้านเกษตร เช่น ชาวไร่ ชาวนา เลี้ยงสัตว์
-๗.ด้านกีฬา เช่น นักกีฬา โค้ช
-๘.อื่นๆ.....

คู่มือ วิทยากร

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการเรียนรู้ร่วมกัน

เวลา ๒๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

- ๑.กล่องไปรษณีย์ ๑ ใบ
- ๒.กระดาษรูปหัวใจเท่ากับจำนวนสมาชิก

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ เพื่อให้เยาวชนเขียนข้อความถึงเพื่อนที่เยาวชนช่วยเหลือในการเรียนโดยใส่ชื่อผู้รับแต่ไม่ต้องลงชื่อผู้เขียน

๑.๒ เยาวชนนำจดหมายไปใส่กล่องไปรษณีย์

๑.๓ หลังจากนั้น ๓ วัน ตัวแทนเยาวชนเปิดกล่องแล้วนำจดหมายมาอ่านให้เพื่อนเยาวชนฟัง

๒. ขั้นวิเคราะห์

ร่วมกันสรุป กำลังใจ หรือคำตักเตือนของเพื่อน ทบทวนความรู้สึกที่ได้กำลังใจ กล่าวขอบคุณ และนำคำตักเตือนมาเป็นข้อคิดในการปรับปรุงตนเอง หรืออาจมีการรวมกลุ่มต่างๆตามความต้องการช่วยเหลือ

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

การเรียนรู้ให้ประสบการณ์สำเร็จนั้น สมาชิกแต่ละคนมีความสามารถแตกต่างกัน สามารถช่วยเหลือกันให้กำลังใจ ตักเตือนกันได้ และเยาวชนต้องเปิดใจรับฟังคำแนะนำของเพื่อน ด้วยความยินดี

๔. ขั้นประเมินผล

สังเกตจากข้อความที่สมาชิกเขียนถึงเพื่อนที่ต้องการช่วยเหลือ

ใครเอ่ย.....เก่งจัง

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนสามารถสำรวจและแสดงความชื่นชมในสิ่งที่ดีของตนเองและผู้อื่นได้

เวลา ๓๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

-

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ เกริ่นนำถึงความหมายและความสำคัญของการเห็นคุณค่าในตนเอง

๑.๒ ให้เยาวชนนึกถึงความดีงามที่มีอยู่ในตนเอง เช่น ฉันเป็นคนดีที่เพื่อนชอบไหม ฉันสามารถเล่นกีตาร์ได้ดี

๑.๓ สุ่มเยาวชน ๔ – ๕ คน พูดถึงความดีงามของตนเอง

๑.๔ ให้เยาวชนกล่าวชมเชยเพื่อนคนละ ๑ ประโยค โดยใครอยากจะชมเชยใครเรื่องใดก็ได้ ถ้าในกรณีที่มีเยาวชนคนใดยังไม่ได้รับคำชมเชยจากใคร ควรให้เพื่อนๆ ช่วยหาความดีงามบอกแก่เยาวชนคนนั้น ผู้นำกิจกรรม อาจจะเป็นผู้บอกก็ได้

๒. ขั้นวิเคราะห์

ร่วมกันอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรม

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีความรู้ความสามารถ มีความภูมิใจในความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งความรู้สึกนี้ทำให้คน

๔. ขั้นประเมินผล

สังเกตจากคำตอบของสมาชิกในการสำรวจคำพูดแสดงความชื่นชม

เปิดโลกใหม่ ด้วยใจตน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนวิเคราะห์และเข้าใจถึงที่มาของเจตคติของตนเองและผู้อื่น

เวลา ๓๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

ภาพปริศนาเกี่ยวกับการรับรู้ของบุคคล

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ นำภาพปริศนาเกี่ยวกับการรับรู้ของบุคคลให้เยาวชนดู เยาวชนแต่ละคนบอกว่าภาพนั้นเป็นภาพอะไร จากนั้นเยาวชนร่วมกันอภิปรายว่าแต่ละคนมองภาพนั้นแตกต่างกัน เพราะอะไร

๑.๒ ใช้สื่อภาพบุคคลให้เยาวชนดู ที่ละภาพแล้วให้เยาวชน ทำกิจกรรมตามใบกิจกรรม “เปิดโลกใหม่ ด้วยใจตน” ในข้อที่ ๑

๑.๓ ขออาสาเยาวชน บอกให้เพื่อนๆ ฟังว่า มีความรู้สึกและคิดเห็นอย่างไรต่อบุคคลในภาพนั้น

๑.๔ ให้เยาวชนตอบคำถามข้อ ๒,๓ ในใบกิจกรรม ต่อ

๑.๕ ร่วมกันอภิปรายตามแนวคำถามต่อไปนี้

- ทำไมเยาวชนจึงมีเจตคติต่อบุคคลต่างๆ เช่นนั้น
- แหล่งที่มาของเจตคติเช่นนั้น (พ่อแม่บอก อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์)
- หลังจากเปลี่ยนมุมมองใหม่ (ตามคำถามข้อ ๒ ในใบกิจกรรม) แล้วสมาชิกพบอะไร
- สิ่งที่คุณไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้คืออะไร (ชาติกำเนิด เพศ ผิวพรรณ)
- สิ่งที่คุณสามารถเปลี่ยนแปลงได้ คืออะไร

๒. ขั้นวิเคราะห์

ร่วมกันสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรม

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ภาพในข้อคิดหรือเจตคติของแต่ละคนต่อเรื่องเดียวกัน หรือสิ่งเดียวกันจะแตกต่างกันไป ทั้งนี้ เพราะคนเราได้รับการอบรม เลี้ยงดู หรือได้รับประสบการณ์ต่างๆ แตกต่างกันไป การที่ไม่ยอมเปลี่ยน เจตคติของตนเอง อาจทำให้เป็นอุปสรรคที่ทำให้บุคคลไม่เข้าใจตนเองและผู้อื่น ในทางกลับกันหากบุคคลมองโลกด้วยสายตาของผู้อื่น หรือเปลี่ยนแง่คิดมุมมองของตน จะช่วยให้เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากยิ่งขึ้น สามารถอยู่ร่วมกันด้วยความรัก และยกย่องชื่นชมกันและกันได้

ฉะนั้น คนทุกคนต่างก็มีสิ่งดีๆในตนเอง แต่เราควรมองตนในหลายๆด้าน การเข้าใจตนเอง ถึงที่มาของเจตคติและการเปลี่ยนแปลงความคิดเห็นกับผู้อื่น ช่วยให้เราเข้าใจตนเอง และสามารถยอมรับตนเองและผู้อื่นได้ ซึ่งช่วยให้ทำงานและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

๔. ชั้นประเมินผล

๑. สังเกตจากการอภิปรายเกี่ยวกับการรับรู้ภาพของบุคคลที่แตกต่างกัน และเหตุผลประกอบของเยาวชน

๒. พิจารณาจากคำตอบในใบกิจกรรมเกี่ยวกับสาเหตุของเจตคติที่มีต่อบุคคลต่างๆ แหล่งที่มาเจตคติ และแนวคิดจากการเปลี่ยนมุมมองของเยาวชน



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ใบกิจกรรม
“ เปิดโลกใหม่ด้วยใจตน ”

๑. สมาชิกคิดอย่างไรต่อบุคคลในอนาคตในอนาคตในอาชีพต่อไปนี้ เขียนความคิด หรือความรู้สึกลงในช่องความคิดครั้งที่ ๑

| บุคคล | ความคิดครั้งที่ ๑ | ความคิดครั้งที่ ๒ |
|------------------|-------------------|-------------------|
| ๑.ครูหญิงสูงอายุ | | |
| ๒.แม่ค้า | | |
| ๓.ตำรวจ | | |
| ๔.นักเรียนมาฆกาล | | |

๒. ให้เขวชนแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับบุคคล ในข้อที่ ๑-๔ อีกครั้ง โดยให้มีทิศทางตรงข้าม กับความคิดเห็นครั้งที่ ๑ แล้วเขียนอธิบาย ในช่องความคิดเห็นครั้งที่ ๒

ตัวอย่างเช่น ถ้าคิดถึงครูหญิงสูงอายุ ครั้งแรกว่า “ดู, เจ้าระเบียบ ” เพื่อเปลี่ยนความคิดในครั้งที่ ๒ ควรคิดในทางที่ดี เช่น “หวังดี , มีวินัย , รอบคอบ ” เป็นต้น

๓. เขวชนตอบคำถามต่อไปนี้

๓.๑ สาเหตุที่เขวชนมีเจตคติต่อบุคคลต่างๆเช่นนั้น เพราะ

.....

.....

๓.๒ แหล่งที่มาของเจตคติคือ.....

.....

.....

๓.๓ หลังจากเปลี่ยนมุมมองแล้ว เขวชนมีแนวคิดอย่างไร.....

.....

.....

หน้าต่างใจ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนสามารถวิเคราะห์ถึงผลกระทบของอารมณ์ต่อพฤติกรรมมนุษย์
๒. เพื่อให้เยาวชนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์

เวลา ๖๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. สถานการณ์ตัวอย่าง
๒. ใบกิจกรรม ๑
๓. ใบความรู้สำหรับผู้นำกิจกรรม “แนวคิดที่ควรได้”
๔. ใบกิจกรรมที่ ๒
๕. ใบความรู้ “การจัดการกับอารมณ์”

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

- ๑.๑ เล่าสถานการณ์ตัวอย่างเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดจากอารมณ์ทางลบ
- ๑.๒ ให้เยาวชนจับกลุ่ม ๓ คน วิเคราะห์สถานการณ์ดังกล่าวตามประเด็นในใบกิจกรรม
- ๑.๓ สุ่มถามและสรุปถึงอิทธิพลของอารมณ์ต่อพฤติกรรมของอารมณ์ต่อพฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์
- ๑.๔ ถามเยาวชนถึงอารมณ์ความรู้สึกด้านลบที่เยาวชนเคยประสบด้วยตนเองหรือผู้อื่น ว่า มีอะไรบ้าง (เช่น โกรธ หงุดหงิด เสียใจ เป็นต้น)
- ๑.๕ แบ่งกลุ่มเยาวชน กลุ่มละ ๔-๕ คน เลือกตัวอย่างอารมณ์ทางลบ ๑ ตัวอย่าง ร่วมอภิปรายให้ได้ข้อสรุปตามประเด็นในใบกิจกรรม ๒
- ๑.๖ เยาวชนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนรายงานหน้าชั้น

๒. ขั้นวิเคราะห์

ร่วมอภิปรายสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมและให้แนวทางจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่มีผลกระทบทางลบต่อตนเองและผู้อื่น

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

อารมณ์ ความรู้สึกของคนเรามีหลากหลาย และเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาจากสิ่งภายนอก ที่มากระทบทั้งด้านลบและด้านบวก การแสดงออกเมื่อเผชิญกับภาวะอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์อย่างไม่เหมาะสมจะเกิดปัญหาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น บุคคลจึงควรรู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง โดยเฉพาะอารมณ์ด้านลบและฝึกควบคุมอารมณ์ของตนเอง ตลอดจนวิธีการแสดงออกที่เหมาะสม

๔. ชั้นประเมินผล

๑. สังเกตจากการวิเคราะห์สาเหตุที่เกิดขึ้นจากอารมณ์ทั้งทางบวกและลบ
๒. สังเกตจากการอธิบายถึงผลกระทบของอารมณ์ต่างๆที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของบุคคลของเยาวชน
๓. สังเกตจากการอธิบายสรุปข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมของเยาวชน

สถานการณ์ตัวอย่าง

พักรบ เดินหัวเสียออกมาจากบ้านเพราะถูกแม่ดู ที่ผลการเรียนของลดลงอย่างมาก ระหว่างทางพักรบ พบเด็กกลุ่มหนึ่ง กำลังไล่ตีสุนัขตัวหนึ่ง จนมันวิ่งหนีติดกำแพง ไม่มีทางหนี เพราะเด็กๆรุมล้อม พร้อมกับถือจะตีมัน ทันใดนั้น สุนัขที่มีท่าว่ากลัวเด็กกลุ่มนั้น ก็เห่ากรรโชก และชูด้วยเสียงอันดัง ตั้งท่าพร้อมที่จะกัดเด็กกลุ่มนั้น เด็กหลายๆคนชะงัก ไม่กล้าเข้าไปใกล้ แต่พักรบกลับตะโกนบอกพวกเขาว่า ไม่ต้องกลัวมัน เดี่ยวจะตีมันเอง ว่าแล้วพักรบก็เดินเข้าไปใกล้พร้อม กับเงื้อมมือขึ้น เพื่อจะตีมันด้วยไม้อันยาว

ขณะนั้น พักรบไม่ทันระวังตัว สุนัขก็กระโจนเข้าใส่แล้วกัดพักรบหลายที่ จากนั้นก็วิ่งหนีอย่างรวดเร็ว เด็กทุกคนตกใจจนทำอะไรไม่รู้ ได้แต่ตะโกนร้องให้คนช่วย ส่วนพักรบก็ร้องด้วยความเจ็บปวด

ใบกิจกรรม ๑

ให้สมาชิกจับกลุ่ม ๓ คน อธิบายตามประเด็นต่อไปนี้ให้ข้อสรุป

๑. เพราะเหตุใด พักรบจึงถูกสุนัขกัด
๒. ทำไมพักรบจึงไม่กลัวสุนัขเหมือนเด็กคนอื่นๆ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ใบความรู้สำหรับผู้นำกิจกรรม
“แนวคิดที่ควรได้”

| คำถาม | แนวคิดที่ควรได้ |
|--|--|
| <p>๑. เพราะเหตุใดพักรบจึงถูกสุนัขกัด</p> <p>๒. ทำไมพักรบจึงไม่กลัวสุนัขเหมือนเด็กคนอื่นๆ</p> | <p>-พักรบตีสุนัข ในขณะที่มันโกรธ และพร้อมที่จะต่อสู้เพื่อเอาตัวรอดเข้าทำนอง “สุนัข จนตรอก ” หมายถึง สุนัขสู้ยิบตา เพราะไม่มีทางเลือกเหมือนคนที่ไม่มีทางเลือกก็จะสู้เพื่อเอาตัวรอด</p> <p>-พักรบกำลังมีอารมณ์โกรธที่แม่ตำหนิตนเองเรื่องผลการสอบทำให้ขาดความซึ้งคิด หรืออาจอยากตีสุนัขเพื่อระบายความโกรธที่มีต่อแม่ หรือพักรบอาจเป็นเด็กหนุ่มที่อารมณ์มั่วทะลุ หัวหาญตามประสาชายหนุ่มที่มักไม่กลัวใครอยู่แล้ว</p> <p>ข้อสรุป อิทธิพลของอารมณ์ต่อพฤติกรรม</p> <p>-อารมณ์โกรธ เป็นหนึ่งในอารมณ์ทางลบ ที่มักเกิดจากความรู้สึกผิดหวัง เสียใจ การสูญเสีย ความกลัว ฯลฯ ในขณะที่เกิดอารมณ์โกรธบุคคลมักลืมตัวทำพฤติกรรมต่างๆ โดยขาดการไตร่ตรองบ่อยๆ ประกอบกับพักรบเป็นวัยรุ่นชายที่มีการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์สูง และมักมีอารมณ์มั่วทะลุไม่ยอมแพ้</p> <p>ทำให้ขาดความซึ้งคิดได้ง่าย และทำในสิ่งที่เกิดผลกระทบต่อตนเองอย่างร้ายแรง อารมณ์ทางลบจึงมักก่อให้เกิดพฤติกรรมทางลบที่มีผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่นได้ หากสมาชิกไม่รู้จักควบคุมและหาทางออกอย่างเหมาะสม</p> |

ใบกิจกรรม

แบ่งกลุ่มเยาวชนกลุ่มละ ๔-๕ คน เลือกอารมณ์ทางลบ ๑ ตัวอย่าง ต่อไปนี้

๑. โกรธ
๒. เศร้า ท้อแท้
๓. เครียด
๔. วิตกกังวล
๕. กลัว

และร่วมกันอภิปรายในประเด็นต่อไปนี้ ให้ได้ข้อสรุป และหาตัวแทนนำเสนอในกลุ่มใหญ่

๑. อารมณ์ดังกล่าวส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคลอย่างไร
๒. เยาวชนมีวิธีการควบคุมอารมณ์ของตนเองอย่างไร ไม่ให้เกิดผลกระทบทางลบต่อตนเองและผู้อื่น

ใบความรู้

การจัดการกับอารมณ์

เราควรทำอย่างไรกับอารมณ์โกรธ

ความโกรธเป็นหนึ่งในอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับทุกคนเป็นธรรมดา เราสามารถรู้สึกได้เมื่อเกิดอารมณ์โกรธ จะมีการเปลี่ยนแปลงสภาวะในร่างกายหลายๆ อย่าง เช่น หัวใจเต้นแรงและเร็วขึ้น กล้ามเนื้อตึงเครียด เนื้อตัวสั่น ปั่นป่วนในท้อง ร่างกายเหมือนกับแรงส่งที่สูงขึ้น และพร้อมที่จะพุ่งพลังออกไป บางคนเปรียบเทียบความโกรธว่าเสมือนหนึ่งเรากำลังไฟไว้ในมือ คนที่ “เจ้าโทสะ” มักจะทำให้คนอื่น รู้สึกอึดอัดไม่สบายใจ ทัศนคติความระมัดระวังและตัดสินใจผิดพลาด ก่อให้เกิดอุบัติเหตุขึ้นได้ง่าย ความโกรธที่เรื้อรังยังเป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพ อาทิ ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคกระเพาะ และอาการปวดศีรษะเป็นประจำ

วิธีหาทางออกให้กับอารมณ์โกรธ

ยอมรับว่ากำลังรู้สึกโกรธ พิจารณาว่ากำลังเกิดอะไรขึ้นกับตนเอง ไม่จำเป็นต้องรู้สึกผิดหรือละอายที่รู้สึกโกรธ

พิจารณาสาเหตุของความโกรธ ที่เกิดขึ้นโดยไม่เข้าข้างหรือตำหนิตนเองเกินเหตุ

พยายามเปิดความคิดให้กว้างและยืดหยุ่น

ตัดสินใจทำการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์แล้วลองปฏิบัติ

ขั้นตอนที่ควรใช้เพื่อควบคุมอารมณ์

๑. ตั้งสติให้มั่นคง ทำใจให้สงบ ระวังอารมณ์ที่พลุ่งพล่านก่อนทำความตกลง หรือลงมือทำอะไร เพราะอาจตัดสินใจผิดพลาดหากเจรจาหรือแก้ปัญหาขณะที่กำลังมีอารมณ์ ตามตนเอง “กำลังต้องการเอาชนะ” หรือ “ต้องการแก้ปัญหา” ถ้าคำตอบคือ การเอาชนะ ให้หยุดการเจรจาไว้ แล้วหาทางระวังอารมณ์ และละความคิดเอาชนะให้ได้ก่อนเพราะไม่มีทางที่คุณจะเอาชนะได้อย่างสันติ

๒. แสดงความรู้สึกและความต้องการของตนเองด้วยท่าที่ไม่ก้าวร้าว ไม่ข่มขู่หรือละเมิดสิทธิของคนอื่น

๓. หาทางระบายความโกรธออก ถ้าหากคุณไม่สามารถจัดการกับความโกรธของตนเองได้ อย่าอายที่จะพูดคุยความรู้สึกของคุณกับคนที่ใกล้ชิดและเข้าใจ

๔. อย่าเก็บความขุ่นมัวโกรธเคืองไว้เงียบๆตามลำพัง เพราะจะทำให้คุณเป็นคนเครียดได้ง่าย และมีความอดทนกับเรื่องต่างๆรอบตัวน้อยลงเรื่อยๆ

๕. เปลี่ยนพลังของความโกรธให้เป็นพลังผลักดันในทางสร้างสรรค์ เช่น เยวชนโกรธที่เพื่อนไม่ช่วยงานจึงมุ่งมั่นที่จะทำงานนั้นให้สำเร็จด้วยตนเอง

กิจกรรมที่จะช่วยระวังอารมณ์เมื่อคุณโกรธ

๑. กีฬาที่ได้ออกกำลังกาย เช่น ติแบดมินตัน เทนนิส เตะบอล วิ่ง ว่ายน้ำ และอย่าไปเน้นการแข่งขันกับคนอื่นเพราะจะยิ่งเครียด

๒. หางาน ให้ได้มีการออกกำลังกายที่อัดแน่นออกไปอย่างเหมาะสม การถอนหญ้าขุดดิน ปลูกต้นไม้ ซ่อมแซม สิ่งของ จะช่วยให้ได้ออกแรงระบายอารมณ์ พร้อมกับได้ผลงานที่น่าชื่นชมขึ้นมาแทนที่

๓. ใช้เทคนิคการผ่อนคลาย ที่เหมาะกับตนเอง เช่น นับตัวเลขในใจ กำหนดลมหายใจ ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หรืออาจสวดมนต์ ท่องคาถาสั้นๆที่เป็นการช่วยคุณผ่อนคลายและ “ตั้งสติ”

๔. ฟังระลึกไว้ว่า “ฉันตั้งใจจะไม่ให้มีเรื่องรุนแรงเกิดขึ้น” หาทางปลดปล่อยอารมณ์อย่างสร้างสรรค์ไม่เป็นภัยทั้งกับตนเองและผู้อื่น ด้วยการเรียนรู้ที่จัดการกับความโกรธอย่างมีประสิทธิภาพ ผูกตมให้มีสติ ระลึกถึงอารมณ์ของตนเอง และเป็นผู้ควบคุมอารมณ์เสียแต่วันนี้ จะดีกว่ามานั่งเสียใจภายหลัง

เราควรทำอย่างไรกับอารมณ์ซึมเศร้า ท้อแท้

อารมณ์ซึมเศร้าและท้อแท้ ถ้าปล่อยให้มีอาการมากขึ้น อาจถึงขั้นรู้สึกอยากทำร้ายตนเอง ซึ่งสาเหตุมักมาจากความคิด ๓ รูปแบบคือ

๑. มองตนเองในแง่ร้าย
๒. มองโลกภายนอก (ประสบการณ์ที่พบ) ว่าเลวร้าย
๓. มองอนาคตว่าไร้ค่าเต็มไปด้วยความล้มเหลว

ดังนั้น เยาวชนควรเอาชนะอารมณ์เศร้า ด้วยการเปลี่ยนแปลงความคิด ซึ่งทำได้โดยเรียนรู้ที่เข้าใจอารมณ์ของตนเอง และสื่อให้ผู้อื่น ได้แก่ เพื่อน พ่อแม่ ผู้นำกิจกรรม จิตแพทย์ ฯลฯ ได้รับความรู้ และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อหาทางออกที่เหมาะสม

ส่วนการจัดการกับความรู้สึกท้อแท้ อาจทำได้ดังนี้

๑. กำหนดเป้าหมายของภารกิจ แล้วแบ่งซอยเป็นภารกิจย่อยแล้วลงมือทำเป็นขั้นตอน จะสร้างความรู้สึกที่ดีว่าทำได้สำเร็จ
๒. ไปทำกิจกรรมที่ชอบหรือทำแล้วจะประสบความสำเร็จ เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์

เราควรทำอย่างไรกับอารมณ์เครียดและวิตกกังวล

อารมณ์เครียด คือ สภาวะทางอารมณ์และร่างกายที่อยู่ในความไม่สบายไม่สมดุลระหว่างความคาดหวังกับความจริง เรื่องที่ทำให้เครียด ได้แก่

- เรื่องอนาคตที่ห่างไกล
- เรื่องที่แก้ไขไม่ได้
- เรื่องที่หยาบหยาบ

แนวทางจัดการกับอารมณ์เครียด ของนายแพทย์เทิดศักดิ์ เดชคง ให้วิเคราะห์ความเครียดโดยใช้ตารางนี้

| | | |
|---------|---|---|
| ผู้อื่น | 1 | 2 |
| | 3 | 4 |
| ตนเอง | | |

อดีต/อนาคต

ปัจจุบัน

ข้อ ๑ คือเรื่องของผู้อื่นและไม่ใช่ปัจจุบัน เช่น กังวลเรื่องที่เพื่อนเอาดีดอันนำวันหมดมาแล้วให้ฟัง

ข้อ ๒ คือเรื่องที่เป็นของผู้อื่น แต่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น เพื่อนถูกผู้นำกิจกรรมดู

ข้อ ๓ คือเรื่องของตนเอง แต่เป็นอดีตหรืออนาคตที่ห่างไกล เช่น ยาวชนกังวลว่าอดีตที่ล้มเหลวจะส่งผลกระทบต่อชีวิตของยาวชนตลอดไป

ข้อ ๔ คือเรื่องของตนเองและเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น ยาวชนกำลังสงสัยว่างานที่รับผิดชอบอยู่จะไม่ประสบความสำเร็จ

เราควรสนใจเรื่องราวที่อยู่ในช่วงที่ ๔ ให้มากที่สุด ส่วนเรื่องอื่นๆถ้าไม่มีความสำคัญนักก็ขอให้ปล่อยไป

วิธีลดความเครียดและวิตกกังวลที่คนทั่วไปใช้กันอยู่ เช่น การฟังเพลง การวาดรูป การออกกำลังกาย การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การพูดคุยกับคนที่ไว้วางใจ ฯลฯ นอกจากนี้ อาจใช้วิธีต่อไปนี้เป็น การฝึกหายใจ โดยหายใจเข้า นับ ๑-๒-๓-๔-๕-๖ กลั้นไว้ ครึ่งนาทีถึงหนึ่งนาที แล้วนับ ๑-๒-๓ แล้วหายใจออกช้าๆ กลั้นไว้อีกแล้วจึงสูดหายใจเข้าไปใหม่

การทำสมาธิประยุกต์ โดยการหายใจลึกลงไปถึงท้อง วางจิตไว้ที่ตำแหน่งใต้สะดือ (ประมาณ ๒ นิ้ว) ภาวนา ผ่อน เมื่อหายใจเข้าและ คลาย เมื่อหายใจออก ส่วนท่าทางและเวลาแล้วแต่ความสะดวกของผู้ปฏิบัติ

การผ่อนคลายกล้ามเนื้อเป็นวิธีการลดความเครียดและวิตกกังวลอีกวิธีหนึ่ง โดยการเกร็งกล้ามเนื้อตามส่วนต่างๆของร่างกายจนมีความเครียดสูงสุด แล้วจึงค่อยผ่อนคลายความตึงเครียดของกล้ามเนื้อนั้นๆออกจนมีความรู้สึกผ่อนคลาย

เราควรทำอย่างไรกับอารมณ์กลัว

เทคนิคที่ชนะอารมณ์กลัวมีอยู่ ๔ ขั้นตอนคือ

๑. เรียนรู้ทักษะการรู้จักผ่อนคลายกล้ามเนื้อ หรือใช้การผ่อนคลายลมหายใจเข้าออก จนตนเองรู้สึกผ่อนคลาย

๒. จัดลำดับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกกลัว แล้วเรียงเป็นลำดับจากสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกกลัวน้อยที่สุด ไปจนถึงสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกกลัวมากที่สุด

๓. ฝึกการเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้กลัวทีละน้อย โดยเริ่มจากการเผชิญกับสิ่งที่กลัวน้อยที่สุดไปจนถึงมากที่สุด โดยอาจฝึกเผชิญกับสถานการณ์ดังกล่าวในจินตนาการก่อน หรืออาจเผชิญกับสถานการณ์จริงเลยก็ได้

๔. รู้จักนำวิธีการนี้ไปฝึกปฏิบัติในเหตุการณ์ชีวิตจริง

๕.พยายามเผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความกลัวในสถานการณ์จริงซ้ำๆหากพยายามแล้วยังไม่สามารถเอาชนะความกลัว หรือมีความกลัวรุนแรงขึ้น ให้ปรึกษาจิตแพทย์

เหตุเกิดเพราะใคร

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนสามารถวิเคราะห์ปัจจัยที่จะนำไปสู่ความรุนแรง
๒. เพื่อให้เยาวชนมีทักษะการควบคุมอารมณ์และการแก้ปัญหาเฉพาะ เพื่อป้องกันการแก้ปัญหาด้วยความรุนแรง

เวลา ๖๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

- ๑.สถานการณ์ตัวอย่าง
- ๒.ใบกิจกรรม “ เหตุเกิดเพราะใคร ”

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ถามว่าเยาวชนคิดว่าอะไรเป็นสาเหตุของการก่อความรุนแรงของวัยรุ่นในปัจจุบัน สุ่มถามสมาชิก ๓-๔ คนโดยไม่ต้องสรุป

๑.๒เลือกอาสาสมัคร ๑ คน อ่านสถานการณ์ตัวอย่างให้เพื่อนฟัง

๑.๓แบ่งเยาวชน กลุ่มละ ๕ คนอภิปรายตามประเด็นในใบกิจกรรม ๑

๑.๔นำเสนอ ๒ - ๓ กลุ่ม ให้ได้ข้อคิดตามแนวคิดที่ควรได้ ผู้นำกิจกรรมเชื่อมโยงให้สมาชิกเข้าใจความสัมพันธ์ของปัจจัยแวดล้อมและพฤติกรรมของตนเองที่มีส่วนส่งเสริมให้เกิดการก่อเหตุหรือและช่วยลดความรุนแรง

๑.๕ผู้นำกิจกรรมบรรยายหลักการพื้นฐานของการแก้ปัญหาความขัดแย้ง

๑.๖ผู้นำกิจกรรมแบ่งเยาวชนออกเป็น ๓ กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มร่วมคิดและแสดงบทบาทสมมติตามประเด็นในใบกิจกรรม ๒

๒. ขั้นวิเคราะห์

ผู้นำกิจกรรมสุ่มถามผู้สังเกตการณ์และสมาชิกร่วมกันอภิปรายสรุปว่า อะไรที่ทำให้เกิดการวิวาท มีสิ่งแวดลอมใดบ้างที่ทำให้บุคคลอยู่ในสถานการณ์ที่นำไปสู่ความรุนแรง และมีหนทางใดบ้างในการจัดการกับอารมณ์โกรธของตนเอง

๓. ขั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

การใช้ความรุนแรงของบุคคลโดยมากเป็นผลจากความโกรธที่บุคคลไม่สามารถควบคุมตนเองได้ในช่วงเวลาวิกฤติ และเลือกวิธีตอบโต้ด้วยความรุนแรงโดยไม่ได้คาดคิด เช่น ใช้กำลังทำ

ร้ายผู้อื่นหรืออาจนำไปสู่การฆ่าผู้อื่นซึ่งถือว่าเป็นการก่ออาชญากรรมที่ร้ายแรง จนกลายเป็นเรื่องที่ทำลายอนาคตทั้งตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง

สมาชิกจึงควรเรียนรู้ว่าการใช้ความรุนแรง มีใช้หนทางที่ควรนำมาใช้จัดการความรู้สึกโกรธของตนเองแต่การแก้ปัญหาความรู้สึกโกรธ หรือความขัดแย้งที่เกิดขึ้นนั้น ควรใช้การสื่อสารทางออกถึงความรู้สึกโกรธอย่างเหมาะสมและฝึกทักษะในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เมื่อถึงเวลาที่ต้องเผชิญหน้ากับความวิกฤติสมาชิกจะสามารถเลือกการแสดงออกที่เหมาะสม และส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่นน้อยที่สุด

๔. ชั้นประเมินผล

๑. สังเกตจากการตอบคำถาม การอภิปรายกลุ่ม
๒. การนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการแสดงบทบาทสมมติ

สถานการณ์ตัวอย่าง

เย็นวันเสาร์หลังงานกีฬาของโรงเรียนแห่งหนึ่ง เยาวชนชาย ๒ คนได้เกิดชกต่อยกันขึ้นระหว่างที่ต่อสู้กันนั้น คนหนึ่งถูกยิงและเสียชีวิตระหว่างนำส่งโรงพยาบาล ตำรวจได้จับกุมสมาชิกคู่อริและตั้งข้อกล่าวหาว่ากระทำการฆาตกรรมผู้อื่น จากปากคำผู้เห็นเหตุการณ์ การชกต่อยเกิดขึ้นเนื่องจากผู้ตายได้กล่าวล้อเลียนถึงการแข่งขันฟุตบอลที่ผ่านมา และพยานกล่าวอีกว่าเยาวชนทั้งคู่ต่างดีมีสุรามาาก่อนเกิดเหตุ

ใบกิจกรรม ๑

ให้เยาวชนร่วมกันอภิปรายตามประเด็นต่อไปนี้ ให้ได้ข้อสรุปและนำเสนอในกลุ่มใหญ่

๑. อะไรคือปัจจัยที่นำไปสู่การทะเลาะวิวาท จนเกิดเหตุฆาตกรรมกันตาย
๒. จะเกิดอะไรขึ้นกับเด็กที่ต้องโทษคุมขัง
๓. เยาวชนมีวิธีป้องกันสถานการณ์ดังกล่าวได้อย่างไร

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ใบความรู้สำหรับผู้นำกิจกรรม
“แนวคิดที่ควรได้”

| ประเด็นอภิปราย | แนวคิดที่ควรได้ |
|---|--|
| <p>๑. อะไรคือปัจจัยที่นำไปสู่การทะเลาะวิวาทจนเกิดเหตุฆ่าตัวตาย</p> <p>๒. จะเกิดอะไรขึ้นกับเด็กที่ต้องโทษคุมขัง</p> <p>๓. เขาชนมีวิธีป้องกันสถานการณ์ดังกล่าวอย่างไร</p> | <p>-การถูกล้อเลียน</p> <p>-อารมณ์ขุ่นของเพศชาย ที่มักยอมไม่ได้เมื่อถูกล้อเลียน</p> <p>-การแข่งขันที่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าเป็นคนละพวก</p> <p>-การดื่มสุรา ที่ทำให้ขาดการควบคุมตนเอง</p> <p>-การยุยงของกองเชียร์</p> <p>-การมีอาวุธอยู่ในครอบครอง</p> <p>-ต้องพักการเรียน</p> <p>-สังคมประณามว่าเป็นคนจู้จุก</p> <p>-ไม่มีเพื่อนดีๆต้องการคบหาสมาคมด้วย</p> <p>-ไม่ดื่มสุรา หรือของมีเมา เพราะจะทำให้ขาดสติ</p> |

ใบความรู้ ๒

หลักการพื้นฐานของการแก้ปัญหาความขัดแย้ง

หลักปฏิบัติสำคัญๆในขณะเกิดปัญหา

๑. พยายามควบคุมอารมณ์โกรธของตนเอง
๒. ให้อารมณ์ระดับอารมณ์ พยายามรักษาระดับเสียงให้ราบเรียบ และสงบไม่พูดจาทำทนาย พยายามให้เรื่องที่พูดนั้นๆเป็นเรื่องเบาๆ หรือพยายามใช้อารมณ์ขันเข้าช่วย
๓. ให้พยายามเข้าใจ และเห็นใจฝ่ายที่เป็นคู่กรณี และช่วยหาทางออกให้คู่กรณี
๔. ให้รู้จักกล่าวคำขอโทษ และการให้อภัย

ใบกิจกรรม

เหตุเกิดที่.....

กลุ่มที่ ๑ ให้เยาวชนร่วมกัน สร้างเรื่อง กำหนดบทบาทสมมติ สถานการณ์และปัจจัยที่อาจนำไปสู่การต่อสู้หรือการกระทำรุนแรง (เวลา ๑๐ นาที) และหาตัวแทนแสดงบทบาทสมมติให้เพื่อนชมในห้องใหญ่ (เวลา ๕ นาที)

กลุ่มที่ ๒ ให้เยาวชนออกมาแสดงในสถานการณ์เดียวกัน แต่ให้ใช้หลักการพื้นฐานและกลวิธีหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้า ตามหลักการพื้นฐาน (๑๐ นาที)

กลุ่มที่ ๓ เป็นผู้สังเกตการณ์ สังเกตการณ์แสดงบทบาทสมมติของกลุ่ม ๑ และกลุ่ม ๒

๑. ตั้งใจดูว่าอะไรเป็นสาเหตุให้เกิดการทะเลาะวิวาทขึ้น
๒. มีสิ่งแวดล้อมใดบ้างที่ทำให้บุคคลตกอยู่ในสถานการณ์ซึ่งนำไปสู่ความรุนแรง
๓. ผู้แสดงใช้วิธีใดจัดการกับอารมณ์โกรธของตนเอง

ว่าวุ่นใจ ทำไงดี

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนสามารถวิเคราะห์และตัดสินใจอย่างมีเหตุการณ์ที่เกิดความขัดแย้งได้

เวลา ๒๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. สถานการณ์ตัวอย่าง
๒. ใบกิจกรรม “ วิเคราะห์การตัดสินใจ ”

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ ผู้นำกิจกรรมเล่าสถานการณ์ ตัวอย่างเกี่ยวกับปัญหาการทำงานที่ส่งผลต่ออารมณ์ และการตัดสินใจให้เยาวชนฟัง

๑.๒ ผู้นำกิจกรรมแจกใบกิจกรรม “วิเคราะห์การตัดสินใจ ” เยาวชนช่วยกันวิเคราะห์ผลดี ผลเสียของการตัดสินใจตามสถานการณ์ที่กำหนดให้

๑.๓ แบ่งกลุ่มเยาวชนเป็น ๔ กลุ่ม ร่วมอภิปราย วิเคราะห์ หาข้อสรุป ที่เป็นมติของกลุ่ม เลือกวิธีการตัดสินใจ ๑ วิธีที่กลุ่มเห็นสมควรและแสดงถึงผลดี ผลเสียประกอบ

๑.๔ ตัวแทนของแต่ละกลุ่มนำเสนอผลงาน

๒. ชั้นวิเคราะห์

ผู้นำกิจกรรมและเยาวชนร่วมกันอภิปรายถึงผลดี ผลเสีย และข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรม

๓. ชั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

ถ้าเยาวชนรู้จักการใช้เหตุผล ข้อมูลประกอบในการคิดตัดสินใจแก้ปัญหา แม้ในสถานการณ์ที่เกิดความขัดแย้ง จะทำให้สมาชิกสามารถแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๔. ชั้นประเมินผล

๑. พิจารณาจากคำตอบของเยาวชนในใบกิจกรรมเกี่ยวกับการวิเคราะห์ผลดี ผลเสีย ของการตัดสินใจตามสถานการณ์ที่กำหนดให้

๒. พิจารณาจากคำตอบของเยาวชนที่เป็นมติของกลุ่ม ถึงวิธีการตัดสินใจที่กลุ่มเลือก พร้อมแสดงถึงผลดี ผลเสียประกอบ

๓. สังเกตจากการอภิปรายข้อคิดที่ได้จากการร่วมกิจกรรมของเยาวชน

สถานการณ์ตัวอย่าง

นพมีความรู้สึกกังวล เบื่อหน่าย ท้อแท้ที่จะทำงานกลุ่มซึ่งมีอยู่หลายชิ้นงาน ไม่ทันตามกำหนดส่ง นพคิดว่าจะทยอยทำงานที่ถึงกำหนดส่งก่อน จึงปรึกษาเพื่อนกลุ่มทำงาน เพื่อนบอกกับนพว่าไม่ต้องทำ ทำอย่างไรก็ไม่ทันส่ง หากนพต้องการจะทำก็ให้ทำเองเพียงคนเดียว

ถ้าเยาวชนเป็นนพ จะตัดสินใจอย่างไร

๑. ลงมือทำงานกลุ่มด้วยตนเอง

๒. ไม่ทำงานตามความเห็นของเพื่อน

๓. อื่นๆ

ใบกิจกรรม
การวิเคราะห์การตัดสินใจ

| วิธีการตัดสินใจ | ผลดี | ผลเสีย |
|-----------------|----------------------|----------------------|
| ๑. | ๑. ๒. ๓. ๔. | ๑. ๒. ๓. ๔. |
| ๒. | ๑. ๒. ๓. ๔. | ๑. ๒. ๓. ๔. |
| ๓. | ๑. ๒. ๓. ๔. | ๑. ๒. ๓. ๔. |

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

| วิธีการที่กลุ่มเลือก : | |
|------------------------|--------|
| ผลดี | ผลเสีย |
| | |
| | |
| | |

หัวใจของฉัน...ใครดูแล

วัตถุประสงค์

เพื่อให้เยาวชนดูแลตนเองให้มีความสุขเมื่อเกิดความทุกข์

เวลา ๕๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. กระดาษโปสเตอร์ตัดเป็นรูปหัวใจขนาดประมาณ ๑๐ x ๑๐ ซม.

๒. สก๊อตเทปใส ๑ ม้วน

๓. ปากกา ๔๐ ด้าม

๔. ใบความรู้ “แนวคิดที่ควรได้”

๕. ใบความรู้ “วิธีดูแลตนเองให้มีความสุข เมื่อเกิดความทุกข์”

๑. ขั้นการมีส่วนร่วม

๑.๑ ถามเยาวชนว่า “มีใครบ้างที่ไม่เคยมีความสุข” โดยให้สมาชิกยกมือ

๑.๒ สุ่มถามเยาวชนถึงวิธีการดูแลตนเองให้มีความสุข เมื่อเกิดความทุกข์

๑.๓ แจกกระดาษรูปหัวใจให้เยาวชน คนละ ๑ แผ่น โดยให้แต่ละคนเขียนชื่อตนเองลงใน

กระดาษ

๑.๔ ให้เยาวชนทุกคนเดินรอบห้อง โดยให้เพื่อนคนอื่นเขียนถึง “วิธีดูแลตนเองให้มีความสุข เมื่อเกิดความทุกข์” ที่อยากบอกเพื่อนๆ ที่เป็นเจ้าของรูปหัวใจคนนั้น

๑.๕ ให้เยาวชนจับกลุ่ม ๕ คน ร่วมกันวิเคราะห์ และสรุปถึงวิธีดูแลตนเองให้มีความสุขเมื่อเกิดความทุกข์

๑.๖ สุ่มเยาวชน ๑ – ๒ กลุ่ม ออกมา รายงานข้อสรุปวิธีการดูแลหัวใจตนเองของกลุ่ม

๒. ชั้นวิเคราะห์

ให้เยาวชนร่วมกันอภิปราย ให้ได้ข้อสรุปถึงวิธีดูแลตนเองให้มีความสุขเมื่อเกิดความทุกข์ และความทุกข์นั้นจะเบาบางลงหรือหมดไป เพราะใครเป็นผู้กำหนด

๓. ชั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

คนทุกคนล้วนมีความสุข แต่ความสุขช่วยสร้างให้เรารู้จักเลือกวิธีดูแลจิตใจตนเองด้วยวิธีการที่หลากหลาย และผู้ที่ดูแลจิตใจตนเองให้มีความสุขได้ ก็คือตัวเรานั่นเอง

๔. ชั้นประเมินผล

๑. จากการตอบคำถาม

๒. จากการอภิปรายของเยาวชน

ใบความรู้

แนวคิดที่ควรได้

- หัดเป็นคนใจเย็น แล้วเราจะสุขใจเอง
- ยิ้มได้เมื่อภัยมา
- ดิ้นสีกเพลงก็หายเครียด แล้วนะ
- อย่าคิดมากน่า เดียวมันจะดีเอง
- นอนซักงีบ ก็หายเอง
- หัวเราะดังๆ
- ยิ้มสู้
- อ่านการ์ตูน
- มองความสุขเป็นเรื่องธรรมชาติ
- สวดมนต์ไหว้พระ

ใบความรู้

วิธีการดูแลตนเองให้มีความสุข เมื่อเกิดความทุกข์

คนเราทุกคนล้วนมีความสุขไม่มากก็น้อย การที่จะอยู่ได้อย่างมีความสุขนั้น ควรจะมีวิธีการสร้างสุขให้เหมาะสมกับตนเอง ความสุขนั้นเราสามารถหาได้ไม่ยาก หากเรารู้จักดูแลหัวใจตนเอง และปรับเปลี่ยนความทุกข์ให้เป็นความสุข ดังนี้

๑. ตั้งสติให้มั่น มองว่าความทุกข์เป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดขึ้นได้กับทุกคน

๒. พยายามคิดในแง่ดีและพูดให้กำลังใจกับตัวเองบ่อยๆว่า

“ไม่เป็นไร เราค่อยๆคิด ค่อยๆทำ ”
 “ไม่เป็นไร ลองพยายามดูใหม่ ”
 “ที่ผ่านมามาเราสามารถทำได้หลายเรื่องแล้วนะ”
 “ โอกาสหน้ายังมีอีก ”
 “ อย่างน้อยเราก็มีดีอย่างอื่น ”
 “ค่อยๆทำดีกว่า ทุกๆปัญหามีทางแก้ไข”
 “ทุกอย่างจะผ่านไปได้ด้วยดี”

๓. นำตัวเองออกจากความทุกข์ไปชั่วคราว พร้อมกับหากิจกรรมอื่นทำที่ตนเองรู้สึกผ่อนคลาย เช่น ยืมผู้

คู่มือ ฟังเพลง ฯลฯ ซึ่งแต่ละคนสามารถเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตนเอง

๔. มองว่าความทุกข์ ช่วยสร้างประสบการณ์ให้เรารู้จักเลือกวิธีการดูแลจิตใจตนเอง ได้โดยวิธีการที่หลากหลาย และผู้ที่ดูแลตนเองให้มีความสุข ก็คือ ตัวเรานั่นเอง

รับหรือ ไม่รับ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนสามารถสามารถวิเคราะห์สาเหตุของความขัดแย้งได้
๒. เพื่อให้เยาวชนบอกวิธีการจัดการกับข้อขัดแย้งทางอารมณ์ของตนเองกับผู้อื่นได้
๓. เพื่อให้เยาวชนรู้จักนำหลักพุทธทฤษฎี “เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก” ลดปัญหาของความขัดแย้งได้

เวลา ๕๐ นาที

สื่อ/อุปกรณ์

๑. สถานการณ์บทบาทสมมติเรื่อง “ใครเอาไป ”
๒. ใบความรู้ “ ๑๒ ยุทธวิธีในการขจัดความขัดแย้ง ”
๑. ชั้นการมีส่วนร่วม
 - ๑.๑ ผู้นำกิจกรรมขออาสา ๘ – ๑๐ คน เพื่อแสดงบทบาทสมมติ เรื่อง “ใครเอาไป ” หรือผู้นำกิจกรรมออกมาเล่าเรื่อง จากนั้นถามเยาวชนถึงสาเหตุของความขัดแย้งและแนวทางการแก้ไขในเรื่อง
 - ๑.๒ จากนั้นแบ่งเยาวชนออกเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ ๑๐ คน ให้แต่ละคนเล่าถึงสถานการณ์ความขัดแย้งที่ตนเคยประสบมาอภิปราย ร่วมกันแสดงความคิดเห็นตามคำถามข้างล่างนี้ ให้ได้เป็นมติของกลุ่มและส่งตัวแทนของกลุ่มออกมานำเสนอ
 - ข้อขัดแย้งเกิดจากสาเหตุใด

- จะแก้ไขความขัดแย้งของคนที่ประสบมาอย่างไร

๑.๓สรุปคำตอบของแต่ละกลุ่มลงบนกระดาน

๒. ชั้นวิเคราะห์

ร่วมกันอภิปรายสรุป วิธีจัดข้อขัดแย้งทางอารมณ์พร้อมให้แนวทางแก้ไขข้อขัดแย้งตามหลักพุทธภาษิตด้วยเมตตาธรรมและแนวทางแก้ไขข้อขัดแย้งจากใ้บความรู้

๓. ชั้นสรุปและประยุกต์หลักการ

เยาวชนสามารถลดความขัดแย้งทางจิตใจของสมาชิกลงได้ และรู้วิธีหลีกเลี่ยงถึงปัญหาความขัดแย้งได้ โดยใช้หลักพุทธภาษิต ที่ว่า “เมตตาธรรมค้ำจุนโลก ”

๔. ชั้นประเมินผล

๑.สังเกตจากการแสดงบทบาทสมมติของเยาวชน

๒.สังเกตจากการวิเคราะห์ถึงสาเหตุของความขัดแย้ง การแก้ไขความขัดแย้งจากสถานการณ์ การยกตัวอย่างความขัดแย้ง และวิธีการแก้ความขัดแย้งของเยาวชน

๓.สังเกตจากการอภิปรายสรุปข้อคิดจากการร่วมกิจกรรมของเยาวชน

สถานการณ์บทบาทสมมติ

เรื่อง ใครเอาไป

มาลีเอาหนังสือวางไว้บนโต๊ะ ของปรีชาก่อนเข้าห้องน้ำ ในขณะที่สมาใจนั่งอ่านหนังสือที่โต๊ะของปรีชา เมื่อกลับมามีภายหลัง มีพบว่าหนังสือของเธอหายไป จึงถามสมาใจว่าเอาหนังสือของเธอไปหรือไม่ สมาใจปฏิเสธว่าพอมาลีเข้าห้องน้ำเธอก็เดินมาหาปรีชา แต่มาลียืนยันว่าหนังสือของเธอวางไว้บนโต๊ะปรีชาก่อนเข้าห้องน้ำหายไป มาลีถามเพื่อนแล้ว เพื่อนๆบอกว่าไม่มีใครมาโต๊ะปรีชาเลยนอกจาก สมาใจ ดังนั้น มาลีจึงกล่าวหาว่าสมาใจเป็นคนขโมยหนังสือของเธอไป สมาใจจึงโกรธมาลีและทะเลาะกันอย่างรุนแรง เมื่อผู้นำกิจกรรมซักถามแล้วค้นหาหนังสืออีกครั้ง พบว่าหนังสือหล่นอยู่ที่โต๊ะ ผู้นำกิจกรรมจึงให้มาลีขอโทษสมาใจ แต่มาลีไม่ขอโทษ เพราะโกรธที่สมาใจทำหนังสือตกแล้วไม่ยอมเก็บให้ ผู้นำกิจกรรมสอนว่าการอยู่ร่วมกันในสังคมมีความรัก ความเมตตาต่อกัน เมื่อมีการกระทำผิดก็ต้องให้อภัยกันละกันเป็นการลดความขัดแย้ง ถ้าหากคนในสังคมไม่มีความขัดแย้งกันสังคมก็สงบสุข เมื่อผู้นำกิจกรรมพูดจบ มาลีคิดได้จึงขออนุญาตไปขอโทษสมาใจแล้วทั้งคู่ก็กลับมาเป็นเพื่อนที่ดีต่อกัน

ใ้บความรู้

๑๒ ยุทธวิธีในการจัดความขัดแย้ง

๑.เมื่อมีเรื่องระหองระแหง ขอให้พูดจากันให้รู้เรื่อง อย่าละเลย แต่หากเห็นฝ่ายหนึ่งกำลังไม่สบายใจ ขอให้รอไว้ระยะหนึ่ง

๒. เมื่อต่างฝ่ายต่างใจเย็นแล้ว เริ่มพูดคุยกันเสีย พูดอย่างเป็นกันเอง ในอิริยาบถที่สบายใจ อย่างขึงขัง เอาจริงเอาจัง

๓. ก่อนที่จะตำหนิ ควรยกย่องชมเชยก่อน

๔. ระบุความขัดแย้งให้ตรงจุด อย่าเพิ่งไปตัดสินว่าถูกผิดหรือวิจารณ์

๕. เมื่อฝ่ายตรงข้ามใช้ถ้อยคำรุนแรง ขอให้ใช้ความอดทน และรอให้อีกฝ่ายใจเย็น แล้วจึงชี้ช่องความผิดพลาดและทางแก้ไข

๖. อย่าตำหนิ ด่า เหยะเหย้ย และกระทบกระทั่งผู้อื่นให้เสียหาย หากจะตำหนิขอให้เป็นไปด้วยความสร้างสรรค์ อย่าให้การตำหนิเป็นการแก้แค้นและการลงโทษซึ่งกันและกัน

๗. เมื่อทำผิด ขอให้ตรวจสอบสาเหตุแห่งการทำผิดและหาทางแก้ไข

๘. เมื่อเกิดข้อผิดพลาด ต้องพยายามมองส่วนที่ดีและค้นพบส่วนที่ต้องแก้ไข เพื่อให้อีกฝ่ายทราบถึงความผิดพลาดนั้น

๙. หากจำเป็นต้องตักเตือนหรือแก้ไขพฤติกรรมของคนที่รู้จัก ควรทำอย่างรวดเร็วรวดเร็ว และหากมีโอกาสอยู่ตามลำพัง ควรทำความเข้าใจให้ได้

๑๐. ก่อนที่จะรำลាក់กันไปขอให้ต่างฝ่ายต่างได้พูดในสิ่งที่คับข้องใจ เพื่อจะได้ทราบข้อมูลเหตุของปัญหาและเกิดความรู้สึกที่ดีต่อกัน

๑๑. การไกล่เกลี่ยเพื่อให้คน ๒ คนมีความรู้สึกที่ดีต่อกันด้วยการเผชิญหน้า พยายามฟังให้มาก เพื่อให้เขาได้ระบายความรู้สึกที่ดีต่อกัน

๑๒. เมื่อใช้ยุทธวิธีทุกอย่างเพื่อขจัดความขัดแย้งแล้ว พยายามติดตามพฤติกรรมของคนๆ นั้น ว่าเปลี่ยนไปในทางดีมากขึ้นเพียงใด

นอกจากนี้ ควรน้อมนำหลักธรรมอัสตัมมปณิธิ คือ การเป็นผู้ตั้งกายอยู่ในระเบียบ ทำกิริยาอาการให้สมภูมิฐานะของตน ตั้งวาจาให้อยู่ในระเบียบของวาจา พูดจริง พูดไพเราะ พูดให้เกิดความสามัคคี ไม่พูดยั่วโมโห ไม่พูดให้ทะเลาะกัน เกิดความรักใคร่ คนตั้งวาจาอยู่ในระเบียบของวาจา ชื่อว่า ตั้งวาจาถูก ไม่ทำให้ตัวเองและผู้อื่นเดือดร้อน อีกทั้งตั้งใจอยู่ในระเบียบของใจ ควรวางระเบียบของใจอย่างมีสติ ให้สติคุมใจ ขยับนั่งสมาธิเจริญภาวนาจนมีอำนาจกล้าแข็งเหนือใจ สามารถบังคับตนเองได้ อันชื่อว่าตั้งใจถูก

ท่าอาสนะพื้นฐานสำหรับสตรี

ท่าอาสนะพื้นฐานสำหรับเพศหญิง ควรฝึกทำนี้เป็นประจำทุกวัน วันละสองครั้ง

๑. ท่างูเห่า หรือ บูจางกสนะ (Cobra or Bhujangasana) เริ่มโดยการนอนคว่ำราบกับพื้น ขาเหยียดตรง ใช้มือพุงน้ำหนักตัวไว้ แขนงหน้าไปทางด้านหลังให้มากที่สุด พร้อมกับหายใจเข้า คงอยู่ในท่านี้ประมาณ ๘ วินาที ตามองที่เพดานจากนั้น ค่อยถอนกลับสู่ท่าพักพร้อมกับหายใจ

ออกช้าๆ ผีก ๘ ครั้ง ทำนี้มีประโยชน์ต่อหัวใจ และระบบรอบเดือนของเพศหญิงมาก การหายใจจะลึกและยาวขึ้น กล้ามเนื้อท้อง หลัง และอวัยวะภายในจะได้รับการนวดอย่างอ่อนโยน

๒. ทำโยกามูตรา (Yogamudra) เริ่มโดยการนั่งไขว่ขาทำให้แบ ออกข้างกาย เรียกการนั่ง เช่นนี้ว่า “ทำนั่งทานอาหาร” หรือ “โบจาสนะ” (Bhojanasana) เอื้อมมือซ้ายไปด้านหลัง จากนั้นก็เอื้อมมือขวาไปจับมือซ้ายไว้ หายใจลึกๆ แล้วค่อยๆ ก้มโน้มไปข้างหน้าพร้อมกับหายใจออก พยายามยืดไปข้างหน้าให้ไกลที่สุดเท่าที่จะทำได้ กระทั่งศีรษะสามารถจรดพื้นได้ก็จะได้ คงอยู่ในท่านี้ประมาณ ๘ วินาที จึงค่อยๆ หายใจเข้า พักกลับท่าเดิม ทำ ๘ ครั้ง

๓. ทำกราบยาว หรือตริกาประนาม (Long Salutation or Driigha Pradnam) ให้คุกเข่าลง นั่งบนส้นเท้า ประนมมือยืดออกไปเหนือศีรษะให้แขนทั้งสองข้างแนบใบหู หายใจเข้าลึกๆ แล้วค่อยๆ ก้มโน้มไปข้างหน้าพร้อมกับหายใจออก พยายามยืดออกไปให้มากที่สุด กระทั่งศีรษะจรดพื้นได้ ทั้งนี้จะต้องยังคงอยู่บนส้นเท้าเสมอ ดำรงอยู่ในท่านี้ ประมาณ ๘ วินาที จึงค่อยๆ ยืดตัวออกสู่ในท่าเดิม พร้อมกับหายใจเข้าช้าๆ โดยมือทั้งสองข้างจะต้องแนบหูอยู่เสมอ ทำท่านี้ ๘ ครั้ง

๔. ทำนอนตาย หรือ ศวาสนะ (Dead Pose or Shavasana) มีวิธีการทำคือ

๔.๑ นอนหงายเหยียดยาวลงกับพื้น ให้ส้นเท้าหันเข้าหากัน ปลายเท้าแยกกัน แขนทั้งสองข้างทอดห่างออกจากลำตัวเล็กน้อย ฝ่ามือหงายขึ้น หลับตาลงเบาๆ

๔.๒ สัมผัสร่างกายด้วยความรู้สึก ดูว่ามีความตึงเครียดที่บริเวณใด ชยับแขน ขา สะโพก ศีรษะ เพื่อขจัดความตึงเครียดที่บริเวณเหล่านั้น

๔.๓ หายใจลึกๆ สม่ำเสมอ จนกระทั่งลมหายใจเป็นปกติ

๔.๔ ทำความรู้สึกผ่อนคลายทั่วทั้งร่างกาย ให้รู้สึกว่าน้ำหนักของส่วนต่างๆ ของร่างกายทอดทิ้งลงกับพื้น โดยเฉพาะที่บริเวณคอและศีรษะ ระวังอย่าให้กรามและใบหน้าขมวดตึง แต่ควรผ่อนคลายตามไปด้วย

๔.๕ จดจ่ออยู่กับลมหายใจ โดยผ่อนลมหายใจออกให้ช้าลง ในที่สุดลมหายใจก็จะละเอียดขึ้นและการหายใจก็จะเป็นไปอย่างแผ่วเบา

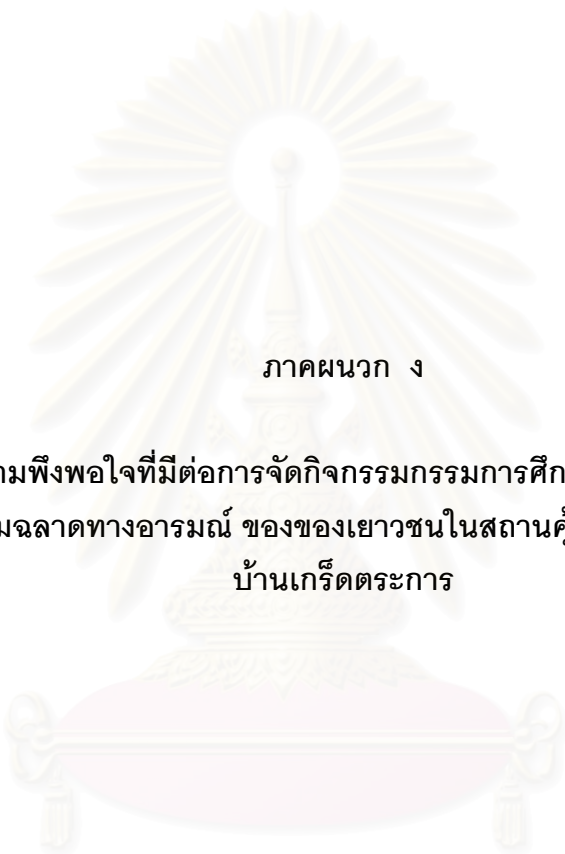
๔.๖ ถ้าหากจิตใจฟุ้งซ่าน ให้กลั้นหายใจช่วงสั้นๆ หลังการหายใจออกแต่ละครั้ง

๔.๗ อยู่ในท่านี้นานเท่าที่ต้องการหรือประมาณ ๑๕-๒๐ นาที

ศวาสนะนี้ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย และจิตใจโดยทั่วไปและขจัดความเหนื่อยล้า จากการปฏิบัติอาสนะอื่นๆ

๕. ทำดอกบัว หรือ ปัทม-อาสนะ (Lotus Pose or Padmasana)

มีวิธีปฏิบัติคือ นั่งตัวตรง เหยียดขาทั้งสองข้างออกไปข้างหน้า แล้วงอขาขวาเข้าหาตัว ใช้มือยกเท้าขวาให้ทับต้นขาซ้าย แล้วงอขาซ้ายเข้าหาตัว เช่นเดียวกัน ใช้มือยกเท้าซ้ายทับขาขวา เอามือทั้งสองวางซ้อนที่ตักนิ้วมือประสานกัน หลับตาลง



ภาคผนวก ง

แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนเพื่อ
เสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพ
บ้านเกร็ดตระการ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบประเมินความพึงพอใจที่มีต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของระบบโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย ลงในช่องที่ตรงกับการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ของของเยาวชนในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ

| ข้อความ | ความพึงพอใจ | | | | |
|--|----------------|----------|--------------|-----------|-----------------|
| | มากที่สุด 5 | มาก 4 | ปานกลาง 3 | น้อย 2 | น้อยที่สุด 1 |
| ๑.ความเหมาะสมของคุณครู | | | | | |
| ๒.ความเหมาะสมของสถานที่ | | | | | |
| ๓.ความเหมาะสมของอุปกรณ์ | | | | | |
| ๔.ความเหมาะสมของระยะเวลา | | | | | |
| ๕.ลักษณะกิจกรรมสามารถนำไปใช้ได้จริง | | | | | |
| ๖.เนื้อหาหลักสูตรครอบคลุมวัตถุประสงค์ของกิจกรรม | | | | | |
| ๗.ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับผู้เข้าร่วมกิจกรรม | | | | | |
| ๘.การได้รับประสบการณ์ใหม่จากกิจกรรม | | | | | |
| ๙.ความสอดคล้องของเนื้อหาสาระกับกิจกรรมที่จัดในกิจกรรม | | | | | |
| ๑๐.ความพึงพอใจของการจัดกิจกรรม | | | | | |
| ๑๐.๑ เอกลักษณ์ของฉัน | | | | | |
| ๑๐.๒ สัญลักษณ์ของฉัน | | | | | |
| ๑๐.๓ นี้แหละตัวฉัน | | | | | |
| ๑๐.๔ ดันไม้แห่งชีวิตของฉัน | | | | | |
| ๑๐.๕ ฉันเก่งอะไร | | | | | |
| ๑๐.๕ คู่หูช่วยเรียนรู้ | | | | | |
| ๑๐.๖ ใครเอ๋ยเก่งจัง | | | | | |
| ๑๐.๗ เปิดโลกใหม่ด้วยใจตน | | | | | |
| ๑๐.๘ หน้าต่างใจ | | | | | |
| ๑๐.๘ เหตุเกิดเพราะใคร | | | | | |
| ๑๐.๑๐ ว้าวุ่นใจทำไงดี | | | | | |
| ๑๐.๑๑ หัวใจของฉันใครดูแล | | | | | |
| ๑๐.๑๒ รับหรือไม่รับ | | | | | |
| ๑๐.๑๓ ทำอาสนะพื้นฐานสำหรับสตรี | | | | | |
| ๑๑.การฝึกปฏิบัติก่อให้เกิดการเรียนรู้และบรรลุตามวัตถุประสงค์ | | | | | |

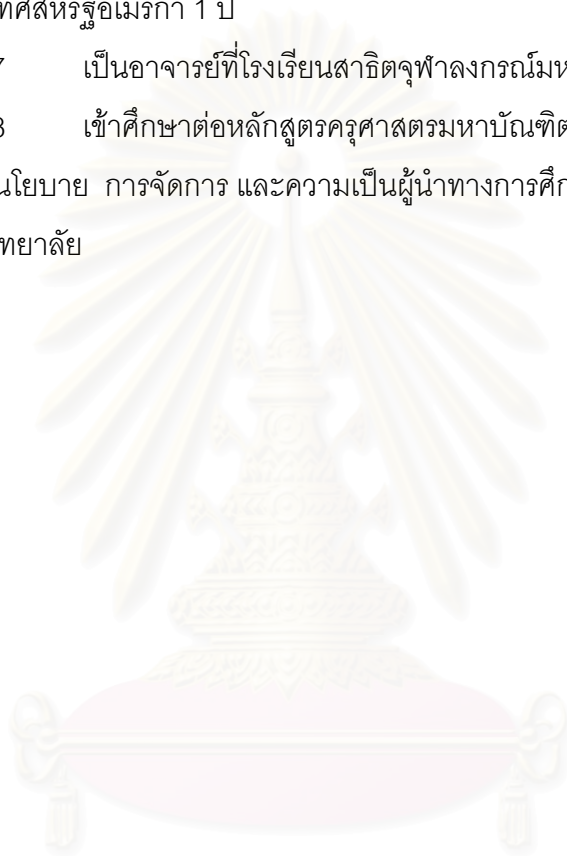
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายจักรี อรชุน สำเร็จการศึกษาปริญญาครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา
ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2545

พ.ศ. 2546 สมัครเป็นครูอาสา ในโครงการสอนภาษาไทยและวัฒนธรรมไทยใน
ต่างประเทศ ประเทศสหรัฐอเมริกา 1 ปี

พ.ศ.2547 เป็นอาจารย์ที่โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายประถม

พ.ศ.2548 เข้าศึกษาต่อหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการศึกษานอกระบบ
โรงเรียน ภาควิชานโยบาย การจัดการ และความเป็นผู้นำทางการศึกษา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย