

ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความ  
เชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์



นายร่มเกล้า ช้างน้อย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทคัดย่อและแฟ้มข้อมูลฉบับเต็มของวิทยานิพนธ์ตั้งแต่ปีการศึกษา 2554 ที่ให้บริการในคลังปัญญาจุฬาฯ (CUIR)

เป็นแฟ้มข้อมูลของนิสิตเจ้าของวิทยานิพนธ์ ที่ส่งผ่านทางบัณฑิตวิทยาลัย

The abstract and full text of theses from the academic year 2011 in Chulalongkorn University Intellectual Repository (CUIR) are the thesis authors' files submitted through the University Graduate School.

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต

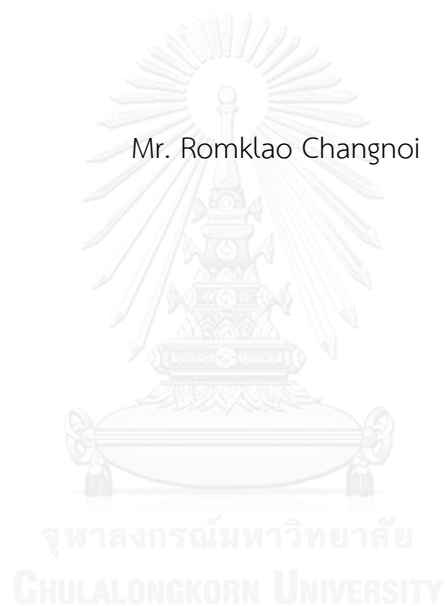
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2558

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF USING EXPERIENTIAL LEARNING CONCEPT IN APPLIED THEATRE TO  
PROMOTE SELF-CONFIDENCE OF YOUTH IN THE FOSTER HOME

Mr. Romklao Changnoi



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

Department of Lifelong Education

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2015

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ใน  
กระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นใน  
ตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

โดย

นายร่มเกล้า ช่างน้อย

สาขาวิชา

ศึกษานอกระบบโรงเรียน

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

..... คณบดีคณะครุศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร. บัญชา ชลาภิรมย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วีระฉัตร สุปัญญา)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย

(อาจารย์ ดร. กุสุมา เทพรักษ์)

ร่วมเกล้า ช่างน้อย : ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละคร  
 ประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ (EFFECTS OF  
 USING EXPERIENTIAL LEARNING CONCEPT IN APPLIED THEATRE TO PROMOTE  
 SELF-CONFIDENCE OF YOUTH IN THE FOSTER HOME) อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก:  
 ผศ. ดร. วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 265 หน้า.

การวิจัยมีจุดประสงค์เพื่อ (1) เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชน  
 ในสถานสงเคราะห์ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียนโดยการใช้แนวคิดการ  
 เรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ (2) เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเอง  
 ระหว่างเยาวชนในสถานสงเคราะห์ กับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังจากการจัดกิจกรรม  
 การศึกษาในระบบโรงเรียนโดยการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละคร  
 ประยุกต์

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง ตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้คือ เยาวชนที่  
 อยู่ในสถานสงเคราะห์ บ้านตะวันใหม่ จำนวน 13 คน โดยมีการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์  
 ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองซึ่งจัดทั้งหมด 10 ครั้ง ครั้งละ 4  
 ชั่วโมง และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์เพื่อใช้ในการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองกับ  
 เยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์จำนวน 10 คน ซึ่งทำกิจกรรมทั้งหมดในรูปแบบเดียวกันโดยมี  
 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง แบบสังเกตพฤติกรรม แผนการจัด  
 กิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความ  
 เชื่อมั่นในตนเอง และบันทึกประสบการณ์ของผู้เรียนแต่ละคน วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยเลขคณิต  
 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการทดลองจัดกิจกรรม พบว่า หลังเข้าร่วมกิจกรรม  
 เยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์มีระดับความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์สูงขึ้น  
 กว่าก่อนร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ผลการเปรียบเทียบระดับความเชื่อมั่น  
 ในตนเองระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังเข้าร่วม  
 กิจกรรมพบว่ามีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา การศึกษาดนตรีและดุริยางคศิลป์ ลายมือชื่อนิสิต .....

สาขาวิชา การศึกษานอกระบบโรงเรียน ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก .....

ปีการศึกษา 2558

# # 5683473827 : MAJOR NON-FORMAL EDUCATION

KEYWORDS: APPLIED THEATER / EXPERIENTIAL LEARNING CONCEPT / SELF-CONFIDENCE

ROMKLAO CHANGNOI: EFFECTS OF USING EXPERIENTIAL LEARNING CONCEPT  
IN APPLIED THEATRE TO PROMOTE SELF-CONFIDENCE OF YOUTH IN THE FOSTER  
HOME. ADVISOR: ASST. PROF. WIRATHEP PATHUMCHAROENWATTANA, 265 pp.

This research aimed to compare 1) the self-confidence of youth in the foster home between before and after using experiential learning concept in applied theatre, and 2) the self-confidence between youth in the foster home and youth outside the foster home after using experiential learning concept in applied theatre. The research methodology is quasi-experimental research design. The sample group was 13 youth from BAAN TAWAN MAI foster home. The control group was 10 youth outside the foster home. The experiential learning concept in applied theatre were conducted for 10 times. Each time took four hours. The research instruments that were used to collect data were self-confidence questionnaire, interview protocol, observation note, and self-reflection. The research instrument that were used to experiment was activity plan using experiential learning concept in applied theatre to promote self-confidence. The paired t-test, means, and standard deviation were applied to analyze the data

The results revealed that 1) Self-confidence of youth in foster home after joining the activities were significantly higher than before joining the activities at the significant level of .05. 2) The comparison of self-confidence between youth in foster home and youth outside the foster home were not significantly different at the significant level of .05.

Department: Lifelong Education Student's Signature .....

Field of Study: Non-Formal Education Advisor's Signature .....

Academic Year: 2015

## กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยฉบับนี้ได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือจนสำเร็จ และไม่อาจนำมา  
กล่าวได้หมด ซึ่งผู้มีพระคุณท่านแรกคือ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผศ.ดร.วีระเทพ ปทุมเจริญ  
วัฒนา และคณาจารย์ประจำภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย ที่ได้ให้คำแนะนำ ประกอบกับชี้แนะแนวทางการทำงานและอำนวยความสะดวกต่อ  
การทำวิจัยเป็นอย่างดี ขอขอบคุณ ผศ.อรรถพล อนันตวรสกุล อ.ดร.ปวีณา แซ่มซ้อย อ.ดร.กฤษมา  
เทพรักษ์ นางสาวดวงแข บัวประโคน และนายนิธิ จันทรธนู ที่ช่วยให้คำแนะนำเกี่ยวกับการใช้  
ละครเพื่อการพัฒนาผู้เรียน และชี้แนะแนวทาง จนสามารถเกิดเป็นกิจกรรมขึ้นมาได้ ขอขอบคุณ อ.  
ดร.ชนิทร สุขเจริญ ผศ.ดร.ณัฐภรณ์ หลาวทอง ผศ.ดร.กมลวรรณ ตังชนกานนท์ ที่ให้คำแนะนำ  
เกี่ยวกับเครื่องมือทางการวัดและประเมินผลทางการวิจัย ขอขอบคุณ นายกฤษฎา ปัญญาประทีป ที่  
ให้คำแนะนำและช่วยเหลือเกี่ยวกับการเขียนงานวิจัย นอกจากนี้ยังมีนางสาววรฤทัย มุมทองและ  
กลุ่มเพื่อนที่ช่วยเหลือในการให้คำแนะนำในด้านการแปลผลข้อมูลวิจัย

ขอขอบคุณ ครูเพ็ญ และนางสาวพริ้มเพรา สารสิน ซึ่งเป็นผู้อำนวยการความสะดวกใน  
ให้พื้นที่สำหรับการเก็บข้อมูลการวิจัย ณ สถานสงเคราะห์ บ้านตะวันใหม่ และผู้อำนวยการ  
โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม ที่เอื้อเฟื้อสถานที่ในการจัดกิจกรรมสำหรับงานวิจัย

ขอขอบคุณ ร.ท.ทรงโปรด ช่างน้อย นางสุทธิรัตน์ ช่างน้อย นางสาวศิริินภา บุญโต  
นางสาวนันทวรรณ บุญวัฒน์ และญาติ เพื่อน พี่ น้อง ที่ให้กำลังใจ และเป็นเบื้องหลังความสำเร็จ  
ของการทำวิจัยในครั้งนี้

ร่วมเกล้า ช่างน้อย

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฎ
บทที่ 1 .....	13
บทนำ.....	13
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	13
คำถามการวิจัย .....	20
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	20
สมมติฐานของการวิจัย.....	20
ขอบเขตของการวิจัย.....	21
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย .....	22
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	23
บทที่ 2 .....	24
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	24
ตอนที่ 1 การศึกษานอกระบบโรงเรียน .....	24
1.1 ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียน .....	24
1.2 หลักการของการศึกษานอกระบบโรงเรียน .....	25
1.3 ลักษณะของการศึกษานอกระบบโรงเรียน.....	26
1.4 กิจกรรมการเรียนการสอนนอกระบบโรงเรียน .....	27
ตอนที่ 2 แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential Learning) .....	27

2.1 ความหมายของการเรียนรู้จากประสบการณ์.....	27
2.2 กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์.....	28
2.3 ลักษณะสำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์.....	30
2.4 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้จากประสบการณ์.....	32
ตอนที่ 3 ละครประยุกต์.....	33
3.1 ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลง.....	33
3.2 ความหมายและประวัติความเป็นมาของละครประยุกต์.....	34
3.3 กระบวนการละครประยุกต์.....	34
3.4 คุณประโยชน์ของกระบวนการละครประยุกต์ต่อการพัฒนาเยาวชนในเชิงการศึกษา.....	37
3.5 จุดเด่นของละครประยุกต์.....	39
3.6 ลักษณะของละครประยุกต์.....	39
ตอนที่ 4 แนวคิดความเชื่อมั่นในตนเอง.....	40
4.1 ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง.....	40
4.2 ความสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเอง.....	41
4.3 ลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง.....	41
4.4 ลักษณะของการมีความเชื่อมั่นในตนเอง.....	42
ตอนที่ 5 เด็กและเยาวชนที่อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต.....	45
5.1 ความหมายของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต.....	45
5.2 สถานการณ์/ปัญหาและการพัฒนากลุ่มเด็กยากจน.....	46
5.3 เยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านตะวันใหม่.....	47
ตอนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	50
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	54
บทที่ 3.....	55



วิธีดำเนินการวิจัย .....	55
การกำหนดประชากรและตัวอย่าง .....	55
การกำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	56
1. กิจกรรมเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง .....	56
2. แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง .....	65
3. แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง .....	67
4. สมุดบันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และไปกิจกรรม .....	69
การทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล .....	70
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	70
1. ข้อมูลที่ได้มาจากแบบวัด .....	70
2. ข้อมูลที่ได้มาจากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม .....	72
3. ข้อมูลที่ได้มาจากสมุดบันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และไปกิจกรรม .....	72
บทที่ 4 .....	73
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	73
ตอนที่ 1 ผลการทดลองจัดกิจกรรมตามแนวความคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการ ละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ .....	74
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมจาก แบบสังเกตพฤติกรรม สมุด บันทึกส่วนตัว และไปกิจกรรม .....	90
บทที่ 5 .....	100
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	100
สรุปผลการวิจัย .....	101
อภิปรายผล .....	102

ตอนที่ 1 เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ก่อนและ หลังการจัดกิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการ ละครประยุกต์.....	102
ตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนในสถานสงเคราะห์ กับ เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังจากการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการ เรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์.....	113
ตอนที่ 3 กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม .....	113
ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย .....	116
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	117
รายการอ้างอิง.....	118
ภาคผนวก.....	126
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ .....	127
ภาคผนวก ข ตารางตรวจสอบความตรงของเนื้อหาของแบบวัด และความเหมาะสมของแผนการจัดกิจกรรม.....	135
ภาคผนวก ค แผนการจัดกิจกรรม.....	139
ภาคผนวก ง สิ่งที่นักเรียนบันทึกและถูกสังเกตจากผู้วิจัย.....	168
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์ .....	265

## สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 กิจกรรมละครประยุกต์เสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งกิจกรรมเกมละคร นำมาจากหนังสือ “Games for Actors And Non-Actors second” เขียนโดย โบล (Boal, 2002) และ “Drama 101 games and activities” เขียนโดย ฟาร์มเมอร์ (Farmer, 2005) .....	57
ตารางที่ 2 กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ .....	64
ตารางที่ 3 แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล เรื่องผลการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ .....	67
ตารางที่ 4 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน.....	74
ตารางที่ 5 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านการกล้าตัดสินใจ.....	77
ตารางที่ 6 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านการกล้าเผชิญความจริง .....	78
ตารางที่ 7 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านการกล้าแสดงออก .....	79
ตารางที่ 8 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์.....	80
ตารางที่ 9 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านความมั่นคงทางจิตใจ .....	81
ตารางที่ 10 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน.....	82
ตารางที่ 11 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านการกล้าตัดสินใจ.....	85
ตารางที่ 12 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านการกล้าเผชิญความจริง .....	86
ตารางที่ 13 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านการกล้าแสดงออก .....	87

ตารางที่ 14 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์..... 88

ตารางที่ 15 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านความมั่นคงทางจิตใจ ..... 89

ตารางที่ 16 เปรียบเทียบผลความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลองระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ..... 90

ตารางที่ 17 ความถี่ของกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองจากสมุดบันทึกส่วนตัวและใบกิจกรรม..... 114

ตารางที่ 18 การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยการวิเคราะห์ค่าดัชนี IOC ของแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ของเรื่อง เรื่องผลของการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์..... 136

ตารางที่ 19 ประเมินความเหมาะสม ของแผนการจัดการเรียนรู้จากกิจกรรมการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์..... 138

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การพัฒนาเด็กและเยาวชนนั้น เป็นเรื่องที่มีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะเด็กและเยาวชนในปัจจุบันต้องเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่จะขับเคลื่อนประเทศให้มีศักยภาพทัดเทียมนานาชาติ การพัฒนาเด็กและเยาวชนจึงเป็นเรื่องที่ต้องมีการวางแผนการดำเนินงาน มีการพัฒนาอย่างเป็นระบบ วางเป้าหมายชัดเจน และมีประสิทธิภาพ

ประเทศไทยได้มีการจัดทำแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555-2559 เพื่อเป็นแผนยุทธศาสตร์ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2550 เพื่อเป็นกรอบแนวทางการพัฒนาเด็กและเยาวชนในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 โดยมีเป้าหมายหลักให้เด็กและเยาวชนมีความมั่นคงในการดำรงชีวิตมีความแข็งแรงทางร่างกายและจิตใจ มีคุณธรรมจริยธรรม มีสำนึกความเป็นพลเมือง กล้าคิดและกล้าแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ ตามวิถีประชาธิปไตยและมีความสุข

แต่ละองค์กร หน่วยงานทุกภาคส่วน ก็ร่วมมือในการพัฒนาเด็กและเยาวชน เพื่อให้แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555-2559 เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและสามารถติดตามผลการปฏิบัติงานได้อย่างดี

ในแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ. 2555-2559 ได้ระบุปัญหาสถานการณ์และแนวโน้มการพัฒนาเด็กและเยาวชนไว้ดังนี้ (1) ความมั่นคงของเด็กและเยาวชนไทย (2) ความแข็งแรงทางร่างกายและจิตใจ (3) จริยธรรมคุณธรรมความเป็นพลเมือง (4) สุขภาพของเด็กและเยาวชนไทย (5) ศักยภาพในการสร้างสรรค์ของเด็กและเยาวชนไทย (กรมกิจการเด็กและเยาวชน, 2554)

จากที่กล่าวมา แม้จะมีแผนการดำเนินการแก้ปัญหา แต่เด็กและเยาวชนกลับประสบปัญหามากขึ้น เช่น ปัญหาครอบครัว โดยผลสำรวจความคิดเห็นของประชาชนโดยนิต้าโพล เรื่อง ปัญหาการใช้ความรุนแรงในครอบครัวไทย เมื่อวันที่ 1-7 สิงหาคม 2558 จากประชาชนอายุ 15 ปี ขึ้นไป ในพื้นที่ภาคเหนือตอนบนพบว่า ร้อยละ 57.50 เคยเห็นความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ร้อยละ 14.50 มีประสบการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับตนเองหรือคนในครอบครัว ซึ่งปัญหาและสาเหตุเกิดมาจากการดื่มสุราคือเป็นร้อยละ 47.24 เกิดจากพฤติกรรมการใช้สารเสพติด ร้อยละ 39.77 และเกิดจากการทะเลาะวิวาท ร้อยละ 12.99 ซึ่งปัญหาความรุนแรงในครอบครัวนั้น สามารถส่งผลถึงพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนเป็น 3 ระยะ คือ (1) วัยก่อนเข้าเรียนจะมีพฤติกรรมเก็บตัว ไม่พูดคุยหรือแสดงพฤติกรรมที่ดีต่อบุคคลในสังคม มีปัญหาด้านการกิน การนอน ฝันร้าย ไม่มีสมาธิ ปวดหัว ซึ่งจะส่งผลต่อร่างกาย จิตใจและการปรับตัวเข้าสังคม (2) เด็กที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น จะแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงด้านอารมณ์มากขึ้น ก้าวร้าว กังวล ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง แสดงพฤติกรรมที่แสดงออกว่ามีปัญหา เช่นการทะเลาะวิวาทกับเพื่อนเมื่อตนเองไม่พอใจ (3) เด็กวัยรุ่น จะแสดงพฤติกรรมที่แตกต่าง

จากคนในสังคมทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นคนใจร้อน วู่วาม ถูกยั่วให้แสดงความก้าวร้าวได้ง่าย ชอบข่มขู่ ชกต่อย หรืออาจมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทางการเรียน เป็นเด็กเกเรและต่อต้านสังคม (สมใจ รักษาศรี, 2557)

โดยปัญหาเหล่านี้ถือเป็นความเร่งด่วนในการแก้ปัญหา โดยมีกิจกรรม/สนับสนุนจากหน่วยงานที่จะช่วยลดระดับความรุนแรงในครอบครัวคือ (1) กิจกรรมสันตนาการ ออกกำลังกาย สำหรับครอบครัว (2) จัดกิจกรรมเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว (3) อบรมการไม่ยุ่งเกี่ยวกับ ยาเสพติด รวมถึงอบายมุขแก่คนในชุมชน (4) ส่งเสริมการสร้างอาชีพเพื่อสร้างรายได้ (5) เจ้าหน้าที่ ออกตรวจอย่างทั่วถึง (6) กิจกรรมเสริมสร้างศีลธรรม ส่งเสริมคุณภาพจิต แม้แต่ครัวที่ดี พ่อแม่รัก ดูแลทุกอย่าง เอาใจใส่ในทุกเรื่องไม่ว่าจะเป็นการกิน การนอน หรือการใช้ชีวิต ทำให้เด็กขาด ประสบการณ์ ไม่ผ่านการลองถูกลองผิด กลัวการเผชิญปัญหาในชีวิต ไม่รู้ว่าจะตนเองจะต้องจัดการกับ อุปสรรคอย่างไร ทำให้เด็กและเยาวชนขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และกลายเป็นเด็กมีปัญหาได้ (ศูนย์การแพทย์เฉพาะทาง โรงพยาบาลมหาชัย, 2557) ส่งผลให้มีปัญหาตามมาดังที่กล่าว ดังนั้นทุก ภาคส่วนจะต้องเข้าไปช่วยเหลือ จัดการและดูแลกลุ่มเด็กที่ต้องได้รับการคุ้มครองเป็นพิเศษ ซึ่งได้แก่ เด็กที่ประสบปัญหาทางสังคม อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต และต้องได้รับการแทรกแซง เพื่อคุ้มครองเป็นพิเศษ แบ่งได้เป็น 3 กลุ่มคือ

1. กลุ่มเด็กที่ถูกกระทบจากปัจจัยครอบครัวเป็นหลัก คือเด็กกำพร้าเด็กที่เป็นบุตรบุญธรรม เด็กถูกทอดทิ้งถูกปล่อยปละละเลย เด็กเร่ร่อน เด็กถูกทำร้ายทารุณ เด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ
2. กลุ่มเด็กที่ถูกผลกระทบจากปัจจัยด้านรัฐเป็นหลัก คือเด็กพลัดถิ่น เด็กลูกแรงงานต่างชาติดี เด็กชาวเขา เด็กกลุ่มชาติพันธุ์ เด็กไม่มีสัญชาติและเด็กไม่มีหลักฐานการเกิด
3. เด็กที่ถูกผลกระทบจากปัจจัยด้านครอบครัวสังคมและรัฐร่วมกัน คือเด็กที่ตกเป็นเหยื่อของ กระบวนการค้ามนุษย์ แรงงานเด็ก เด็กในกระบวนการยุติธรรม เด็กในชุมชนแออัด เด็กยากจนเด็ก ลูกกรรมกรก่อสร้าง เด็กกับสารเสพติดสุราและบุหรี่ เด็กที่ใช้ความรุนแรง

ในปัจจุบันเศรษฐกิจในประเทศไทยกำลังแย่งลงทำให้ความยากจนยังคงอยู่และทวีความรุนแรง ยิ่งขึ้นมีคนจนมากขึ้น ซึ่งมีข้อมูลรายงานจากผลสำรวจจากนักเศรษฐศาสตร์โดยศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานครร่วมกับคณะเศรษฐศาสตร์ เมื่อวันที่ 28 เมษายน 2558 เรื่อง "ดัชนีความเชื่อมั่นนักเศรษฐศาสตร์ต่อเศรษฐกิจไทยใน 3-6 เดือนข้างหน้า" พบว่าดัชนีความเชื่อมั่นนักเศรษฐศาสตร์ที่มีต่อ สถานะเศรษฐกิจไทยในปัจจุบันลดลงจากการสำรวจครั้งก่อนหน้า (หนังสือพิมพ์ฐานเศรษฐกิจ, 2558) นั้นหมายความว่าครอบครัวของคนจนที่ต้องแบกรับภาระมากมาย จนไม่สามารถส่งบุตรให้เรียน หนังสือทำให้เด็กเหล่านั้นไม่ได้รับการศึกษา บางส่วนก็ช่วยพ่อแม่ทำงาน และบางส่วนต้องแยกจากพ่อแม่ และถูกส่งให้มาอยู่ในสถานสงเคราะห์

สภาพของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์เป็นกลุ่มที่ไม่ได้รับการกระตุ้นและตอบสนองความต้องการพื้นฐานและความรักความอบอุ่นอย่างเพียงพอ ประกอบกับบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมภายใน สถานสงเคราะห์เป็นเหมือนโลกแคบของเด็ก จึงขาดโอกาสในการสัมผัสประสบการณ์เกี่ยวกับ ขบวนการชีวิตทางสังคม นอกจากนี้ข้อจำกัดทางสภาพแวดล้อมและรูปแบบการเลี้ยงดูทำให้ขาด โอกาสการดำรงชีวิตแบบธรรมดาสามัญ และสามารถสรุปสาเหตุและปัจจัยจากการขาดความรักความ อบอุ่นและขาดสัมพันธ์ภาพแบบครอบครัวเป็นผลต่อพฤติกรรมและพัฒนาการของเด็กและเยาวชนที่

ต้องเติบโตในสถานสงเคราะห์ดังนี้ (1) พัฒนาการทางร่างกายไม่สมบูรณ์ ไม่เป็นไปตามวัยทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม สติปัญญา และบุคลิกภาพ โดยเฉพาะเด็กเล็กที่เติบโตในสถานสงเคราะห์จะมีพัฒนาการด้านการสื่อสารช้า พูดไม่ชัดและมีอาการเจ็บป่วยบ่อย ภูมิคุ้มกันต่ำ (2) มีพฤติกรรมกระตุ้นตนเอง เช่น สายหัว โยกตัว โยกศีรษะ เพราะขาดการกอดสัมผัส เมื่อมีผู้ไปเยี่ยมเยียนเด็กเล็กส่วนใหญ่มักขอให้อุ้มและกอดสัมผัสตน (3) เป็นคนมีปมด้อย มีความเพ้อฝันสูง ต้องการพ่อแม่ (4) มีความรู้สึกว่าตนไม่มีค่าต่อคนอื่น (5) ขาดแรงจูงใจในการเรียนรู้ (6) มีความวิตกกังวลสูง ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง (7) เป็นเด็กเลี้ยงยาก (8) รักคนเพศเดียวกัน ไม่เคยเห็นแบบอย่างสัมพันธ์ภาพแบบครอบครัวและระหว่างเพศ (9) ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ หงุดหงิดง่าย โกรธแรง ไม่สมเหตุสมผล ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (10) พบได้มากกว่ามีความผูกพันเป็นพิเศษกับสิ่งที่ไม่ใช่คน เช่น สัตว์เลี้ยง (11) สติปัญญาและความคิดส่วนใหญ่ค่อนข้างต่ำ (12) ไม่สนใจการเรียน (ขนิษฐา เทวินทรภักดี, 2543)

จากสภาพปัญหาข้างต้น พบว่ามีปัญหามากมายที่เกิดจากการปล่อยปละละเลยจากครอบครัว หรือการเลี้ยงดูที่ใส่ใจมากเกินไป ทำให้เด็กไม่กล้าที่จะเผชิญความจริง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ไม่กล้าแสดงออก และไม่พร้อมที่จะพัฒนาศักยภาพที่ตนมี ทำให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง (ศูนย์การแพทย์เฉพาะทาง โรงพยาบาลมหาชัย, 2557) ส่งผลให้เด็กและเยาวชนไม่กล้าที่จะนำตนเองไปพัฒนา ชุมชน สังคม และประเทศชาติให้ดีขึ้น จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทุกภาคส่วนควรให้ความสำคัญในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเด็กและเยาวชนเพื่อให้กลุ่มคนเหล่านั้นมีโอกาสที่จะพัฒนาศักยภาพตัวเอง แสดงออกถึงสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม ดังนั้นการศึกษานอกระบบจึงมีบทบาทที่สำคัญในการเติมเต็มและช่วยแก้ปัญหาเหล่านี้ให้กับเยาวชนที่พลาดโอกาส และกิจกรรมการศึกษานอกระบบจะเป็นกิจกรรมที่พัฒนาให้เยาวชนเหล่านี้ ได้มีโอกาสในการพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพที่ดีขึ้นเป็นลำดับต่อไป และตามที่ (รัฐพล ฝั่งงาม, 2543) ได้กล่าวถึงลักษณะของคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะมีคุณลักษณะ 5 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านความมั่นคงทางจิตใจ คือสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีไม่รู้สึกวิตกกังวล สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี (2) ด้านการกล้าแสดงออกคือมีความกระตือรือร้น ในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น แสดงออกถึง ความสามารถของตน มีความเป็นผู้นำ (3) ด้านการกล้าตัดสินใจคือ สามารถตัดสินใจได้อย่างดีด้วยตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ (4) ด้านกล้าเผชิญความจริงคือ สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นได้ (5) ด้านความคิดสร้างสรรค์คือมีความคิดริเริ่มสามารถคิดแก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดีจะเห็นได้ว่าถ้ามีความเชื่อมั่นในตนเองแล้วลักษณะที่ดีด้านอื่นก็จะตามมา นอกจากนี้ วิลลิส (Willis, 1995) ได้กล่าวถึงลักษณะที่สำคัญของการมีความเชื่อมั่นในตนเอง ได้แก่ (1) เป็นคนเปิดเผยซื่อสัตย์ต่อตนเองและบุคคลอื่น (2) เป็นผู้ที่ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น (3) เป็นผู้แสดงความเข้าใจสภาพการณ์ของบุคคลอื่นได้ (4) สามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างชัดเจนโดยไม่ต้องพาดพิงถึงบุคคลอื่น (5) เป็นคนที่สามารถแก้ปัญหาความยุ่งยากได้ (6) สามารถตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ได้ (7) มีความชัดเจนในจุดยืนของตนเองและต่อผู้อื่น (8) เผชิญหน้ากับปัญหาที่เกิดขึ้น (9) สามารถยื่นกรานพูดในสิ่งที่ตนต้องการได้ (10) มีความเคารพต่อตนเองและต่อผู้อื่น (11) เป็นผู้ที่มีความเสมอภาคเท่ากับบุคคลอื่น และคงไว้ซึ่งความเป็นเอกลักษณ์ของตน (12) แสดงความรู้สึกรักของตนเองอย่างซื่อสัตย์ (13) เป็นผู้ที่ยืนหยัดในความเป็นตัวของตัวเอง

คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นผู้ที่สามารถยอมรับสถานการณ์ใหม่ ๆ ปรับตัวแก้ปัญหาจากสถานการณ์เบื้องต้น ไม่ว่าจะดีหรือร้าย จะไม่หวาดหวั่นหรือหวั่นเกรงต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้น กล้าที่จะยอมรับผิด เป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบ ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน มีมุมมองต่อตนเองในแง่ดี กล้าสบตา ในการสนทนาจะเป็นผู้ฟังที่ดี มั่นใจ กล้าหาญ สู้ต่ออุปสรรค ไม่ย่อท้อง่าย และเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถทำงานให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยตนเอง (Blair & Glenn, 1968; Hurlock, 1964)

การพัฒนาและสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้นได้นั้น มีผู้กล่าวไว้มากมาย หลายวิธี ได้แก่

กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนามนุษย์ ให้เกิดพัฒนาการทั้งด้าน กาย ใจ สังคม และสติปัญญาไปด้วยกัน ซึ่งการเรียนรู้ประเภทนี้ จะใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ทุกคนจะต้องลงมือทำ เรียนรู้กิจกรรมด้วยตนเอง มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้งจากประสบการณ์และงานที่ทำร่วมกัน ส่งผลให้เกิดการพัฒนาตนเอง จากการประเมินตนเอง การปรับบุคลิกภาพ ปรับแนวคิด และการนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับตนเองในอนาคต ซึ่งส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองในทางที่ดีขึ้น (สุนีย์รัตน์ ฤทธิรงค์ชัยเลิศ, 2530)

การให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์ เป็นกลวิธีที่ทำให้ผู้ที่ติดเชื่อ มีความเข้าใจความต้องการของตนเอง เมื่อผู้ติดเชื่อสามารถเข้าใจตนเองแล้ว จะทำให้ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในจิตใจลดลง หรือหายไป เมื่อไม่เกิดความขัดแย้งในจิตใจ ผู้ติดเชื่อจะสามารถเผชิญความจริง และกล้าที่จะออกไปเผชิญโลกภายนอกได้อย่างมั่นใจ และเชื่อมั่นว่าจะสามารถใช้ชีวิตอยู่ได้ (พรณี บุบผาวาสณ์, 2544)

กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียน หรือผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรม รู้จักการเห็นคุณค่าในตนเองผ่านความรัก ฝึกการกล้าแสดงออก รู้จักตนเอง รู้จักให้ความรัก ดูแลร่างกายและจิตใจให้เข้มแข็ง (วรรณวิมล ออกนิษฐ์, 2546)

วรรณกรรมบำบัด เป็นกิจกรรมที่ได้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ทำลายปมด้อย หรือความคับข้องที่อยู่ใจ ส่งผลให้เด็กมีสุขภาพจิตที่ดี (วรกร ทรัพย์วิระพรรณ, 2551)

การฝึกให้ลูกทำงานเป็นกลุ่ม เป็นกิจกรรมที่ฝึกให้ลูกสามารถแสดงความคิดเห็น แสดงความรู้สึกได้มากขึ้นจากการทำงานกลุ่มย่อย กล้าคิด กล้าแสดงออก ทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง เพราะการทำงานเป็นกลุ่มจะมีการแบ่งหน้าที่ตามความถนัดและความต้องการของแต่ละบุคคล ส่งผลให้เกิดความรู้สึกที่ดีในเด็กในกลุ่มอยากจะทำางานร่วมกัน (อุษณีย์ โพธิ์สุข, 2542)

นอกจากนี้ยังมีนักระดาน ได้กล่าวถึงการพัฒนาและสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้นได้นั้น คือ

ละครประยุกต์ เป็นเสมือนเครื่องมือทางการศึกษา ที่สามารถสร้างคุณค่าให้กับศาสตร์สาขาต่าง ๆ เช่น การใช้ละครประยุกต์กับนักโทษในเรือนจำ การใช้ละครประยุกต์กับการศึกษา หรือการใช้ละครประยุกต์ในการให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเอดส์ในโรงพยาบาล ซึ่งละครประยุกต์นั้นมีความยืดหยุ่นในการจัดกิจกรรม เพราะสามารถเลือกเกมละคร มาจัดให้เหมาะสมกับสภาพหรือบริบทของงานที่จะทำ สามารถทำให้ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมละครประยุกต์ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีจินตนาการ กล้าคิด กล้าแสดงออก มีทักษะการสื่อสาร รู้จักการสะท้อนตนเองรวมทั้งรู้จักตนเองมากยิ่งขึ้นอีกด้วย (พรรัตน์ ดำรุง, 2557)



ละครในการศึกษา เป็นกิจกรรมที่สามารถพัฒนาจินตนาการ ความเชื่อมั่นในตนเอง การรู้จักตนเองทั้งร่างกายและจิตใจ พร้อมจะแสดงออกถึงสิ่งที่ตนเองต้องการ อย่างถูกต้องและเหมาะสม มีการฝึกการคิด และวิเคราะห์จากสถานการณ์ จากบทละครหรือสถานการณ์ที่กำหนด (พรรัตน์ ดำรุง, 2550)

การใช้ละคร เป็นการนำละครมาใช้ในการพัฒนา ไม่ว่าจะจะเป็นความคิดสร้างสรรค์ การได้แสดงออก ทำให้รู้จักตนเองได้ดีขึ้น สื่อสารสิ่งที่ตนเองสนใจผ่านภาษาท่าทางหรือภาษาพูด รวมทั้งการสวมบทบาทเป็นผู้อื่นในสถานการณ์สมมติ ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ส่งเสริมการมีสมาธิ วินัย รู้จักรับฟัง รู้จักศักยภาพที่มีในตนเอง และแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระอย่างมีเหตุผล (พฤษส์ พหลกุลบุตร, 2557)

ละครสามารถพัฒนาคนจากภายในในเรื่องของการพัฒนาเรื่องความรู้สึกนึกคิด สมาธิ ความเชื่อมั่นในตนเอง รวมไปถึงการจำอย่างเป็นระบบ เป็นลำดับ สามารถพัฒนาทักษะต่าง ๆ ที่ช่วยให้จำง่าย เข้าใจสิ่งต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น รวมทั้งกล้าที่จะอยู่หน้าฝูงชน และในส่วนของพัฒนาภายนอกนั้นจะเป็นการจัดการร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการยืน การนั่ง การเคลื่อนไหวต่อหน้าคนอื่น รู้จักบุคลิกภาพ รวมถึงการอยู่กับคนอื่น ถ้ารู้จักที่จะเรียนรู้ สังเกตความเปลี่ยนแปลงในตนเอง จากวันแรกจนถึงวันสุดท้าย ก็จะสามารถเห็นพัฒนาการของตนเองได้ (ปวีณา แซ่มซ้อย, 2558)

จะเห็นได้ว่า จากหนังสือและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง มีวิธีการที่น่าสนใจมากมาย ไม่ว่าจะเป็นการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีเกสตัลท์กิจกรรมการเคลื่อนไหว และจังหวะตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส วรรณกรรมบำบัด และการใช้ละคร

จากแนวคิดในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองจากงานวิจัยข้างต้นที่กล่าวมานี้ มีวิธีที่น่าสนใจเพื่อนำมาใช้พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเด็กและเยาวชนในสถานสงเคราะห์หรือเยาวชนที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง นั่นคือ การใช้ละครประยุกต์

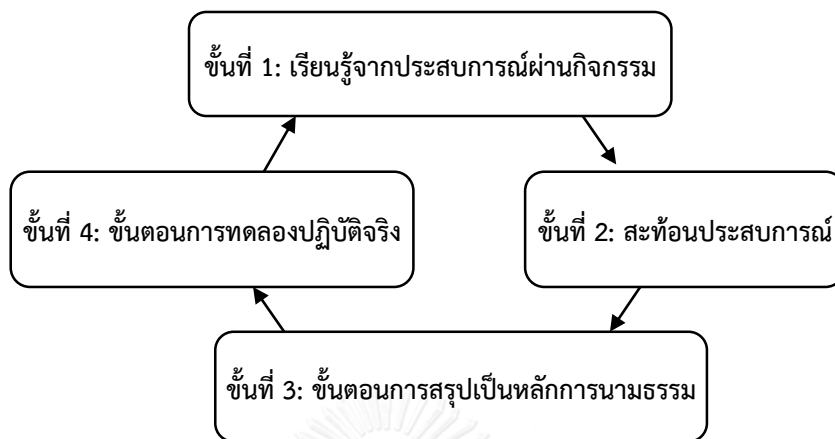
ละครประยุกต์เป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาศักยภาพของผู้ที่มีส่วนร่วมในการร่วมกิจกรรมโดยเรียนรู้จากการทำกิจกรรมละคร ซึ่งกิจกรรมละครเหล่านี้ทำให้ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง เรียนรู้ที่จะเข้าใจวิถีคิด และการทำงานร่วมกับผู้อื่น เป็นกระบวนการที่ทำให้ ผู้แสดง ผู้ที่มีส่วนร่วม และผู้ชม ได้มีประสบการณ์นอกเหนือไปจากการแสดงอย่างเดียว มีการโต้ตอบจากผู้ที่มีส่วนร่วมในการทำละครประยุกต์ มีผลย้อนกลับ อีกทั้งยังนำเสนอเรื่องราวของคนเหล่านี้ โดยใช้สถานที่จริง ซึ่งพื้นที่การแสดงนั้น อาจไม่ใช่โรงละคร แต่เป็นที่ไหนก็ได้ ไม่ว่าจะเป็น ชุมชน โรงเรียน ช่างถนน ในคุก ศาลาวัด ที่ไหนก็ตามที่คนให้ความสนใจ สอดคล้องกับ เฮเลน (Helen, 2005) และเทเลอร์ (Taylor, 2003) ได้ให้ความหมายว่าละครประยุกต์เป็นเครื่องมือในการพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ซึ่งขึ้นอยู่กับบริบทที่แต่ละคนจะใช้ในการพัฒนา ซึ่งละครประยุกต์ สามารถปรับได้ตามยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงไป สามารถพัฒนาได้ทั้งระดับสังคมและระดับบุคคล ไม่ว่าจะเป็นการให้ความรู้ การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความยืดหยุ่นในการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ซึ่งสิ่งที่ละครประยุกต์ค้ำประกันนั้น คือไม่เน้นการมีผู้ชมเน้นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ร่วมกันของผู้ที่เข้าร่วม เช่นการใช้ละครประยุกต์กับนักโทษในเรือนจำ ที่ไม่ต้องการการแสดงที่มี แสง สี เสียง ฉากเช่นโรงละครมากนัก แต่ถ้าพัฒนาไปจนถึงขั้นที่สามารถนำไปแสดงแล้วได้รับการยินยอมจากนักแสดงหรือจากเจ้าของเรื่อง ก็สามารถนำไปเผยแพร่ได้

ละครประยุกต์มีรากฐานมาจากการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน ความต้องการที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเฉพาะกลุ่ม การให้ความรู้ที่เฉพาะทางเช่น การให้ความรู้เรื่องโรคเอดส์ ก็สามารถใช้ละครประยุกต์เป็นเครื่องมือได้ ซึ่งหมายความว่า ละครประยุกต์เป็นเครื่องมือทางการศึกษาที่พัฒนามาจากละครรูปแบบต่าง ๆ ที่ช่วยในการพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น สามารถเปลี่ยนทัศนคติเชิงลบให้กลายเป็นเชิงบวก ส่งผลให้เยาวชนเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นเอกลักษณ์สร้างการเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ (พรรัตน์ ดำรุง, 2557) และในการพัฒนาเยาวชนให้มีความเชื่อมั่นในตนเองด้วยการแสดงละครนั้นเราไม่ได้เน้นว่าเด็กจะต้องทำละครได้แต่เราจะใช้กระบวนการละครที่ทำให้เด็กได้ทำงานร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างเป็นมิตรและปลอดภัย มาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งในวิจัยของ บาซิม (Basom, 2005) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของละครเป็นผลกระทบเชิงบวกของนักเรียน ทางกายภาพอารมณ์สังคม และการพัฒนาองค์ความรู้ไว้ในด้านต่าง ๆ ดังนี้ (1) มีความมั่นใจในตนเอง (2) สร้างจินตนาการ (3) มีการเอาใจใส่ที่ดีในการเรียนรู้ (4) เสริมสร้างความร่วมมือ/การทำงานร่วมกัน (5) มีสมาธิ (6) พัฒนาทักษะการสื่อสาร (7) ฝึกการแก้ปัญหา (8) สนุกกับกิจกรรมการเรียนรู้ (9) พัฒนาการสื่ออารมณ์ (10) รู้สึกผ่อนคลายในการเรียน (11) มีความสามารถในการบังคับตนเอง (12) สร้างความวางใจ (13) สร้างสมรรถภาพทางกาย (14) สามารถจดจำสิ่งที่เรียนรู้ได้ (15) เรียนรู้ทางสังคมวัฒนธรรมผ่านกระบวนการละคร (16) ความชื่นชมความงามทางสังคม

นอกจากนี้ (พรรัตน์ ดำรุง, 2550) ยังได้กล่าวถึงคุณค่าของกิจกรรมการละครต่อการพัฒนาเยาวชนในเชิงการศึกษานั้นช่วยพัฒนาบุคคลในทุก ๆ ด้านโดยเฉพาะอย่างยิ่ง (1) ด้านความคิดสร้างสรรค์ (2) การได้แสดงออก (3) ทำให้รู้จักตนเองดีขึ้น (4) ได้พูดคุยถึงสิ่งที่ตนสนใจการ (5) ได้แสดงออกทางความคิด (6) การใช้ภาษา (7) การใช้ท่าทางในละครนอกแบบ (8) ได้ทดลองเป็นผู้อื่นในสถานการณ์สมมติ (9) ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า (10) เป็นประสบการณ์ที่ฝึกให้เด็กรู้จักการมีสมาธิ (11) มีวินัย (12) รู้จักวางตน (13) รับฟังและเรียนรู้ถึงประสิทธิภาพและความสามารถของตนเอง (14) รู้จักแสดงความคิดเห็นอย่างมีอิสระ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยนำเอากระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์มาใช้ในการจัดการเรียนรู้ เนื่องจากกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์สามารถทำให้ผู้เรียนสรุปความรู้ที่ได้รับออกมาเป็นรูปธรรม สามารถนำไปใช้ได้ และการเรียนรู้ประเภทนี้เป็นการเรียนรู้ที่คำนึงถึงความแตกต่างของผู้เรียน ซึ่งการเรียนรู้ประเภทนี้มีประโยชน์ต่อผู้วิจัยมาก คือ (1) สามารถจัดการเรียนการสอนตามความต้องการของผู้เรียนได้ (2) ผู้วิจัยสามารถหาวิธีการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียนที่บริบทต่างกันได้ (3) ผู้เรียนมีความสุขที่ได้เรียนในรูปแบบที่ตนถนัดและเหมาะสม ส่งผลให้ผู้เรียนมีเจตคติที่ดีต่อครูและวิชา (4) ผู้วิจัยมีความสุขเพราะผู้เรียนสามารถประสบความสำเร็จได้จากวิธีการเรียนที่เหมาะสม (จินตนา เดชะปทุมวัน, 2549)

กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์นั้นจะมีขั้นตอนสำคัญ 4 ขั้นตอนซึ่งเขียนเป็นวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ของ โคลบ (Kolb, 1984) ได้ดังนี้



จากทฤษฎีวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ของ โคลบ (Kolb, 1984) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้เรียนแต่ละคนเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อย่างเป็นกระบวนการ ที่ดำเนินกันไปเป็นวงจร ซึ่งแต่ละขั้นของการเรียนรู้ก็จะส่งเสริมการเรียนรู้ของขั้นต่อไปด้วย ทำให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในบทเรียน หรือกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น รวมทั้งสามารถสืบทอดความรู้ให้เข้าใจ ลุ่มลึกถึงสิ่งที่ประสบ และนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องและเข้าใจ ชัดเจนเป็นรูปธรรม เช่น การเล่นเกมบทบาทสมมติ หรือสถานการณ์จำลอง เล่นเกม เป็นต้น ซึ่งในแต่ละขั้นตอน มีลักษณะดังนี้

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ประสบการณ์ผ่านกิจกรรม เป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ ลงมือทำ ทั้งกับตนเองและร่วมมือกับผู้อื่น

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ เป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนจะถกคิด ไตร่ตรอง ประสบการณ์ที่ได้รับจากการรับรู้ของแต่ละคน เพื่อนำไปหาข้อสรุปร่วมกันกับผู้เรียนคนอื่นต่อไป

ขั้นที่ 3 การสรุปเป็นหลักการนามธรรม เป็นขั้นตอนที่ให้ผู้เรียนทุกคน นำผลสะท้อนของตัวเอง มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ที่ได้รับกับผู้เรียนคนอื่น ๆ ซึ่งจะทำให้ได้หลักการ แนวคิด แนวปฏิบัติในการนำไปใช้ในกิจกรรมต่อไป

ขั้นที่ 4 การทดลองปฏิบัติจริง เป็นขั้นตอนที่ นำความรู้ ความเข้าใจ ที่มีได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้เรียนคนอื่น ไปใช้จริง เพื่อเกิดเป็นประสบการณ์ และการเรียนรู้สิ่งใหม่

เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์แล้ว ผู้เรียนก็จะสามารถนำความรู้ที่สรุปเป็นรูปธรรม ไปใช้ในชีวิตและประยุกต์ให้เข้ากับสถานการณ์เฉพาะหน้าของตนเองต่อไปได้

ดังนั้นจึงควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของระบบโรงเรียนเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่อยู่ในกลุ่มด้อยโอกาส มีความยากจนมากเป็นพิเศษ รวมทั้งกลุ่มที่กำพร้าและไม่ได้อาศัยอยู่กับพ่อแม่ หรืออยู่กับพ่อแม่คนใดคนหนึ่ง ซึ่งขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ที่รากฐานสำคัญในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ดังนั้นจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นที่จะต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของระบบโรงเรียนเพื่อให้เยาวชนเหล่านี้ ได้รับการพัฒนาและสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมภายนอกได้อย่างดี

จากคุณค่าและประโยชน์จากกิจกรรมละคร รวมทั้งการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ทำให้ผู้วิจัยเห็นว่าละครประยุกต์ที่มีการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เป็นกลไกในการจัดกิจกรรม สามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้กับเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์เพื่อให้เยาวชนกลุ่มนี้สามารถพัฒนาตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ และสร้างประโยชน์ต่อประเทศชาติต่อไป

### คำถามการวิจัย

1. การใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถทำให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นได้หรือไม่
2. เยาวชนในสถานสงเคราะห์ที่ร่วมกิจกรรมการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองมีความแตกต่างกับเยาวชนที่ไม่ได้อยู่ในสถานสงเคราะห์ที่ได้ร่วม กิจกรรมการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองหรือไม่

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์
2. เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนในสถานสงเคราะห์ กับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังจากการจัด กิจกรรมการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์

### สมมติฐานของการวิจัย

ละครประยุกต์เป็นกิจกรรมที่สามารถพัฒนาผู้เรียนในหลายด้าน ซึ่งจะมีลำดับขั้นตอนและช่วงอายุที่เหมาะสมสำหรับการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรมไป นั่นคือกิจกรรมละครสามารถทำได้ตั้งแต่เด็กถึงผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถพัฒนาจินตนาการ ทักษะทางสังคม การสื่อสาร การแสดงออก การทำงานร่วมกับผู้อื่น ความคิดสร้างสรรค์ การรู้จักตนเอง รู้คุณค่าของตนเอง สร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งสามารถปรับเนื้อหาที่จะสอดแทรกระหว่างการทำกิจกรรมละคร ยืดหยุ่นวิธีการเรียนการสอนได้ ทำให้กิจกรรมละครเป็นที่นิยมสำหรับการพัฒนากลุ่มคนให้เข้าใจชีวิต บริบททางสังคมต่าง ๆ และนักละครเองก็ใช้วิธีการ หรือกระบวนการละครมาใช้ในการพัฒนาสังคม บ้างก็นำไปใช้ในการทำละครชุมชน นำไปจัดแสดงตามท้องถิ่น หรือจัดในโรงเรียน หรือทำให้ท้องถิ่นแสดงละครกันเองได้ก็มีเช่นกัน เพราะกิจกรรมละครเป็นการทำกิจกรรมที่สนุก สามารถทำให้ผู้เรียนหรือผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรม สามารถเปลี่ยนแปลงเรียนรู้และเกิดการพัฒนาขึ้นได้

จากการวิจัย พบว่าผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาอนุกระบวนโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่มีต่อความเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มสตรีในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางส่งผลดังนี้ (1) สตรีในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางจังหวัดนนทบุรีมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้หลังการทดลองการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม (2) กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษา

นอกระบบโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่สอดแทรกแนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (3) กลุ่มทดลองมีระดับความพึงพอใจใจการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่สอดแทรกแนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่อยู่ในระดับมาก (อัจฉนา รูปแพ, 2554)

เนริมันและเนอริมาน (Can & Neriman, 2012) ได้ศึกษาเรื่องผลของการสอนโดยใช้ละครที่มีต่อระดับความคิดสร้างสรรค์ของเด็กกอนุบาลกลุ่มตัวอย่างคือเด็กกอนุบาลวัย 61-72 เดือน ในประเทศตุรกีจำนวน 80 คนโดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 40 คนและกลุ่มควบคุม 40 คนใช้เวลาในการทดลอง 12 สัปดาห์เก็บรวบรวมข้อมูลโดยแบบทดสอบระดับความคิดสร้างสรรค์วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเปรียบเทียบระดับความคิดสร้างสรรค์ของเด็กที่ได้จากแบบทดสอบผลวิจัยพบว่าค่าเฉลี่ยของระดับความคิดสร้างสรรค์ของเด็กกลุ่มทดลองมีระดับสูงกว่าเด็กกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการใช้กระบวนการละครประยุกต์สามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในหลายบริบทตามวัตถุประสงค์ที่ผู้วิจัยแต่ละคนต้องการได้ทำให้ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมละครเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีขึ้นเป็นกระบวนการที่สามารถยืดหยุ่นทั้งเนื้อหาสถานที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้ตามต้องการซึ่งมีทั้งคุณค่าและประโยชน์ในการสร้างทักษะให้ผู้เรียนมีทักษะติดตัวไปใช้ในอนาคตอันก่อให้เกิดคุณค่าต่อตนเองสังคมและประเทศชาติต่อไป

ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานว่า

1. เมื่อผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์จะมีความเชื่อมั่นในตนเองที่ดีขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรม
2. ผลของความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ที่เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์

### ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาวิจัยเพื่อศึกษาผลของการใช้รูปแบบ กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองกับเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ 2 ลักษณะคือ ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษาและขอบเขตด้านเนื้อหาซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา
  - ตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่
    - 2.1) ตัวแปรอิสระคือการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์
    - 2.2) ตัวแปรตามคือความเชื่อมั่นในตนเอง
2. ขอบเขตด้านเนื้อหาความเชื่อมั่นในตนเอง
  - ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบดังนี้

- 2.1 ด้านการกล้าแสดงออก คือ ร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นโดยไม่ลังเลหรือเขินอาย แสดงความกระตือรือร้นในการติดสัมพันธ์กับผู้อื่น
- 2.2 ด้านการกล้าตัดสินใจ คือ รอบคอบมีแผนงาน แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
- 2.3 ด้านการกล้าเผชิญความจริง คือ ยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามความต้องการ ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ไม่หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา
- 2.4 ด้านความมั่นคงทางจิตใจ คือ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี ไม่รู้สึกวิตกกังวล
- 2.5 ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ได้แก่ หาแนวทางของตนเอง ชอบทำสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ พอใจกับการแก้ปัญหาด้วยตนเอง และรักความเป็นอิสระ

### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**การศึกษานอกระบบโรงเรียน** หมายถึง การศึกษาที่มีความยืดหยุ่นและหลากหลายรูปแบบ ไม่มีข้อจำกัดเรื่องอายุและสถานที่โดยมุ่งหมายให้เป็นการศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพมนุษย์มีการกำหนดจุดมุ่งหมายหลักสูตรวิธีการเรียนการสอนสื่อการวัดผลและประเมินผลที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

**การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์** หมายถึง การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนจากกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดขึ้น โดยมุ่งให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์แล้วเชื่อมโยงกับตนเองและสรุปออกมาเป็นความรู้ที่สามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาตนเองได้ ซึ่งมีขั้นตอนการเรียนรู้ที่สำคัญทั้งหมด 4 ขั้นตอน

**ขั้นที่ 1** หมายถึง ขั้นที่ผู้เรียนจะเรียนรู้ประสบการณ์ผ่านกิจกรรม เป็นขั้นตอนที่ผู้วิจัยจัดประสบการณ์ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ ลงมือทำ ทั้งกับตนเองและร่วมมือกับผู้อื่น

**ขั้นที่ 2** หมายถึง ขั้นที่ผู้เรียนจะสะท้อนประสบการณ์ เป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนจะถกคิดไตร่ตรอง ประสบการณ์ที่รับจากการรับรู้ของแต่ละคน เพื่อนำไปหาข้อสรุปร่วมกันกับผู้เรียนคนอื่นต่อไป

**ขั้นที่ 3** หมายถึง ขั้นที่ผู้เรียนสรุปเป็นหลักการนามธรรม เป็นขั้นตอนที่ให้ผู้เรียนทุกคน นำผลสะท้อนของตัวเอง มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ที่ได้รับกับผู้เรียนคนอื่น ๆ ซึ่งจะทำให้ได้หลักการ แนวคิด แนวปฏิบัติในการนำไปใช้ในกิจกรรมต่อไป

**ขั้นที่ 4** หมายถึง ขั้นที่ผู้เรียนจะทดลองปฏิบัติจริง เป็นขั้นตอนที่ นำความรู้ ความเข้าใจ ที่มีได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้เรียนคนอื่น ไปใช้จริง เพื่อเกิดเป็นประสบการณ์ และการเรียนรู้สิ่งใหม่

**ละครประยุกต์** หมายถึง ละครที่สามารถทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองผ่านประสบการณ์จากกระบวนการละครประยุกต์

**กระบวนการละครประยุกต์** หมายถึง กระบวนการที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง โดยมี 6 ขั้นตอน คือ (1) เตรียมความพร้อมของร่างกาย (2) เตรียมความพร้อมของฐานใจ (3) พัฒนาบทละคร (4) กระบวนการซ้อม (5) แสดงละคร (6) ถอดบทเรียน

**เยาวชนในสถานสงเคราะห์** หมายถึง เยาวชนที่ได้รับการช่วยเหลือ อุปการะจากสถานสงเคราะห์ และต้องการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

**เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์** หมายถึง เยาวชนทั่วไปที่ต้องการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

**ความเชื่อมั่นในตนเอง** หมายถึง ภาวะที่บุคคลสามารถตัดสินใจ กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ ในสิ่งที่ตนเองต้องการ โดยไม่มีความวิตกกังวลกับผลที่ตามมา พร้อมทั้งจะรับผิดชอบกับทุกการกระทำที่ตนเองตัดสินใจ ซึ่งส่งตรงจากภายในจิตใจ ออกมาสู่ภายนอก และพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นตรงหน้าทุกสถานการณ์

ซึ่งผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบดังนี้

- (1) ด้านการกล้าแสดงออก คือ ร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นโดยไม่ลังเลหรือเขินอาย แสดงความกระตือรือร้นในการติดสัมพันธ์กับผู้อื่น
- (2) ด้านการกล้าตัดสินใจ คือ รอบคอบมีแผนงาน แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
- (3) ด้านการกล้าเผชิญความจริง คือ ยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามความต้องการ ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ไม่หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา
- (4) ด้านความมั่นคงทางจิตใจ คือ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี ไม่รู้สึกวิตกกังวล
- (5) ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ได้แก่ หาแนวทางของตนเอง ชอบทำสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ พอใจกับการแก้ปัญหาด้วยตนเอง และรักความเป็นอิสระ

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถนำผลการจัดกิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อเสริมสร้างให้เยาวชนในสถานสงเคราะห์มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไปเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาเด็กและเยาวชน ทั้งในระดับชุมชน ระดับชาติ เป็นประโยชน์กลุ่มองค์กรเพื่อช่วยเหลือเด็กและเยาวชน ที่สามารถนำผลที่ได้ไปใช้ในการช่วยเหลือและดูแลเยาวชนที่ขาดโอกาส ให้มีคุณค่าในตนเอง และสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้ดีขึ้นได้

2. สามารถนำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ไปประยุกต์และดัดแปลงให้เข้ากับบริบทอื่น เพื่อตรวจสอบความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มเยาวชนที่ต้องการศึกษาได้ เช่น เยาวชนในสถานสงเคราะห์อื่น เยาวชนในระบบโรงเรียน หรือเยาวชนในสถานพินิจ เป็นต้น

3. กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ที่พัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองนั้น สามารถนำไปใช้ประโยชน์กับกลุ่มเยาวชนทั่วไปได้ โดยผู้ที่สามารถนำไปประยุกต์และปรับใช้ได้นั้น คือ ครูในโรงเรียน นักพัฒนาชุมชน บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเยาวชน ครูการศึกษาในโรงเรียน หรือองค์กรเอกชนเพื่อสาธารณประโยชน์ เป็นต้น

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าแนวคิดทฤษฎีจากหนังสือเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องครอบคลุมหัวข้อดังนี้

#### ตอนที่ 1 การศึกษานอกระบบโรงเรียน

##### 1.1 ความหมายของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

การศึกษานอกระบบโรงเรียน คือการจัดกิจกรรมที่เป็นระบบแต่ไม่อยู่ในการศึกษาที่เกิดขึ้นในโรงเรียน มุ่งเน้นกลุ่มคนต่าง ๆ ทั้งผู้ใหญ่และเด็ก เน้นที่การเรียนรู้ พัฒนาสมรรถนะ ทักษะ ทัศนคติ ทักษะ เป็นการให้ความรู้ที่มีความยืดหยุ่น เน้นการเรียนรู้ด้วยตนเอง แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นเพื่อแก้ปัญหา สร้างความเชื่อมั่น ความรับผิดชอบให้เกิดขึ้น (จรรยาพร ธรณินทร์, 2550; อัญชลี ธรรมะวิธีกุล, 2552) ซึ่งสอดคล้องกับ (อาชัญญา รัตนอุบล, 2542) ได้กล่าวถึงการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นแนวทางในการจัดการศึกษาที่เปิดโอกาสให้กับผู้ที่ไม่ได้รับโอกาสทางการศึกษา ทำให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข เป็นการศึกษาในลักษณะอ่อนตัว ผู้เรียนสามารถเลือกเรียนเองได้ กำหนดตัวเองได้ มีวิธีการเรียนการสอนที่หลากหลาย เรียนรู้จากประสบการณ์ ธรรมชาติ ชีวิต พัฒนาทักษะที่มุ่งแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน ตามความรู้ความสนใจของแต่ละคน

การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นพัฒนาตามความต้องการของผู้เรียน โดยจัดภายนอกโรงเรียน และเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา ซึ่งจะมีความเฉพาะกว่ากิจกรรมที่จัดในโรงเรียนทั่วไป (ปฐม นิคมานนท์, 2522)

การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมทางการศึกษาที่สามารถยืดหยุ่น ประหยัดและจัดขึ้นตามความต้องการของผู้เรียน ซึ่งกิจกรรมที่จัดขึ้นจะต้องเป็นกิจกรรมที่สร้างประโยชน์ต่อส่วนรวมเหมาะกับทุกเพศ ทุกวัย ทุกชุมชนที่อยู่อาศัยได้ และสามารถให้ความรู้ มีระยะเวลาหลักสูตรที่สั้นเหมาะแก่การนำไปใช้ต่อไป (อุ้นตา นพคุณ, 2528)

การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมที่บริการสังคม ซึ่งสามารถเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมอื่นหรือไม่ก็ได้ โดยกิจกรรมนี้จะจัดนอกเหนือจากระบบโรงเรียน แต่ก็ยังมีระบบในการจัดการเรียนการสอนอยู่ ซึ่งสามารถจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนให้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ (สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2529)

การศึกษานอกระบบโรงเรียน เป็นกิจกรรมการศึกษาที่จัดขึ้นตามความต้องการของผู้เรียน มีรูปแบบที่ไม่แน่นอน แล้วแต่ผู้จัดว่าจะออกแบบให้เหมาะสมกับผู้เรียนอย่างไร และเน้นความ



รับผิดชอบที่มาพร้อมกับเสรีภาพของผู้เรียนเป็นหลัก ซึ่งผู้เรียนจะต้องกำหนดทางเลือกตามแนวทางการดำเนินชีวิตของตนเอง (สุรกุล เจนอบรม, 2533)

งานด้านการศึกษาของระบบโรงเรียนจึงหมายถึง การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นกลุ่มเป้าหมายที่มีวัตถุประสงค์หรือความต้องการที่ชัดเจน เป็นกิจกรรมที่มุ่งพัฒนาศักยภาพสมรรถนะให้มีขีดจำกัดที่สูงขึ้น ซึ่งเป็นเครื่องมือและกลไกของภาครัฐและเอกชนที่พัฒนาคุณภาพของคนส่วนใหญ่ในประเทศได้ (สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย, 2550) ตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 มาตรา 15 การศึกษานอกระบบหมายถึง การศึกษาซึ่งจัดขึ้นนอกระบบปกติที่จัดให้กับประชาชนทุกเพศทุกวัยไม่มีการจำกัดพื้นฐานการศึกษา อาชีพประสบการณ์หรือความสนใจโดยมีจุดมุ่งหมายที่จะให้ผู้เรียนได้รับความรู้ในด้านพื้นฐานแก่การดำรงชีวิตความรู้ทางด้านทักษะการประกอบอาชีพและความรู้ด้านอื่น ๆ เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิตการจัดการศึกษามีความยืดหยุ่นในการกำหนดจุดมุ่งหมายรูปแบบวิธีการจัดการศึกษา ระยะเวลาของการศึกษาการวัดผลและประเมินผลซึ่งเงื่อนไขความสำเร็จการศึกษาโดยเนื้อหาและหลักสูตรจะต้องมีตามเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียนแต่ละคน

ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าการศึกษานอกระบบหมายถึงกระบวนการทางการศึกษาที่จัดขึ้นเพื่อเพิ่มหรือพัฒนาศักยภาพให้แก่ประชาชนทั้งในด้านความรู้ความชำนาญหรืองานอดิเรกต่าง ๆ ผู้ที่สำเร็จการศึกษาอาจได้รับหรือไม่ได้รับเกียรติบัตรก็ได้ซึ่งเกียรติบัตรนี้ไม่เกี่ยวข้องกับการเปรียบเทียบเงินเดือนหรือศึกษาต่อยกเว้นการศึกษาสามัญของสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยที่มีการมอบวุฒิบัตรที่สามารถเปรียบเทียบเงินเดือนหรือศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไป

## 1.2 หลักการของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนนั้น เป็นการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาสังคมโดยรวม เพราะในสังคมมีทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ซึ่งผู้ใหญ่ไม่สามารถเรียนหรือศึกษาในโรงเรียนได้อีก การศึกษานอกระบบจึงเป็นการศึกษาที่เอื้อต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต และควรจัดอย่างต่อเนื่อง เพื่อขยายโอกาสให้แก่ผู้ที่ไม่ได้รับโอกาสทางการศึกษาอย่างทั่วถึง (สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย, 2550)

การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียนมีหลักการและเหตุผลดังต่อไปนี้

1. หลักความเสมอภาคทางการศึกษา หมายถึงการไม่เลือกปฏิบัติว่า การศึกษาที่จัดนั้นจะต้องจัดเพื่อกลุ่มใดโดยเฉพาะ การทำเช่นนี้ก็เพื่อขยายโอกาสให้ทุกคนได้มีโอกาสในการรับการศึกษาอย่างเท่าเทียม

2. หลักการพัฒนาตนเองและการพึ่งพาตนเอง หมายถึง การจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนรู้จักที่พัฒนาตนเอง เพื่อให้มีความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปได้

3. หลักการบูรณาการการเรียนรู้กับวิถีชีวิต หมายถึง การจัดศึกษาที่สามารถนำไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน หรือประกอบอาชีพของตนเองได้อย่างดี เหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่ได้

4. หลักความสอดคล้องกับปัญหาความต้องการและความถนัดของผู้เรียน หมายถึง การจัดการศึกษาตามความสนใจของผู้เรียน ซึ่งหลักการในการเรียนรู้คือ ผู้เรียนต้องรู้ว่าตนเองต้องการอะไร มีวิธีการที่จะรู้ในเรื่องนั้น ๆ ได้อย่างไร และจะมีวิธีการวัดผลประเมินผลอย่างไร

5. หลักการเรียนรู้ร่วมกันและการมีส่วนร่วมของชุมชน หมายถึง การจัดการศึกษาโดยใช้การมีส่วนร่วมกันทั้งระดับกลุ่มและชุมชน เป็นการส่งเสริมกัลยาณมิตรซึ่งกันและกัน ส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา ทั้งแหล่งเรียนรู้ และวิธีการเรียนรู้

ดังนั้นการศึกษานอกระบบเป็นกระบวนการจัดการศึกษาให้ผู้ที่พลาดโอกาสจากระบบการศึกษาภาคปกติ ให้ได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถต่าง ๆ เพื่อเป็นแรงขับเคลื่อนในการพัฒนาสังคมอย่างยั่งยืนต่อไป (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2557)

### 1.3 ลักษณะของการศึกษานอกระบบโรงเรียน

กิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน มีลักษณะที่ยืดหยุ่น ไม่เข้มงวดเกินไป และไม่หย่อนยานจนเกินไป ทำให้สามารถจัดกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งรูปแบบกิจกรรม สถานที่ เวลา เรียกได้ว่าเป็นกึ่งกลางระหว่าง การศึกษาในระบบกับการศึกษาตามอัธยาศัย แต่ข้อเสียของการศึกษานอกระบบก็คือ ถ้ายืดหยุ่นมากเกินไป อาจทำให้การวัดผล หรือมาตรฐานในการเรียนลดลงได้ ด้วยปัจจัยเรื่องของเวลา ที่ไม่สามารถทำให้ต่อเนื่องได้ แต่ก็ยังเป็นการศึกษาที่รองรับและเปิดโอกาสให้กับคนที่พลาดโอกาสทางการศึกษาในระบบ ซึ่งสามารถสรุปและอธิบายเป็นข้อสำคัญได้ดังนี้ (ทองอยู่ แก้วไทรฮะ, 2544)

1. จะต้องไม่มีการบังคับผู้เรียน สามารถเรียนได้ไม่ว่าจะอายุเท่าใด รวมทั้งไม่จำกัดเพศ หรือวุฒิ ขึ้นอยู่กับความสมัครใจ และความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก

2. ผู้สอนอาจเป็นผู้ที่ทำงานในวงการการศึกษา หรือเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านในเรื่องที่ผู้เรียนต้องการเรียนที่จะเรียนมาจัดกิจกรรมการเรียนการสอนการศึกษานอกระบบโรงเรียนได้

3. หลักสูตรจะต้องปรับตามความต้องการของผู้เรียนเป็นหลัก หรือปรับตามสภาพหรือบริบทของเนื้อหาหลักสูตร ซึ่งจะต้องยืดหยุ่นเนื้อหาได้ เพื่อให้ผู้เรียนได้บรรลุความต้องการในการเรียนและนำไปใช้ตามจุดมุ่งหมายของการมาเรียนได้

4. รูปแบบในการจัดการเรียนการสอนจะไม่แน่นอน สามารถจัดกิจกรรมการศึกษาในหัวข้อเดียวกันด้วยวิธีที่แตกต่างกันได้ เพื่อให้บรรลุสิ่งที่ผู้เรียนต้องการจะศึกษาอย่างแท้จริง

5. การเรียนการสอนสามารถจัดกิจกรรมที่หลากหลายได้ ทั้งสถานที่และวิธีการ แต่จะจัดในรูปแบบของการเรียนแบบกลุ่ม เช่น การฝึกอบรม หรือพูดคุยสนทนา ซึ่งอาจจะเป็นชั้นเรียนหรือไม่ก็แล้วแต่ความเหมาะสม

6. สถานที่ สามารถจัดได้ตามความสะดวก ไม่ว่าจะเป็น วัด เทศบาล ศูนย์อนามัย ห้องสมุด ชุมชน เป็นต้น

7. ระยะเวลาจะปรับเปลี่ยนตามสภาพของผู้เรียนหรือเนื้อหาที่ใช้ในการสอน

8. หน่วยงานที่รับผิดชอบ มีทั้งภาครัฐและเอกชน หรือสถาบันการศึกษาต่าง ๆ

9. การรับรองความสามารถ ถ้าเป็นหลักสูตรสายสามัญจะต้องเรียนตามการศึกษาในระบบ แต่ถ้าเป็นหลักสูตรอื่นๆ ที่ใช้ความสามารถหรือทักษะอาชีพที่มีการประเมินผลสั้น ๆ จะไม่ได้ให้ความสำคัญกับวุฒิบัตรมากนัก

10. ความยืดหยุ่นของจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน จะยืดหยุ่นได้ค่อนข้างมาก เพราะจะเน้นที่ผู้เรียนเป็นหลัก ซึ่งสิ่งที่สามารถยืดหยุ่นได้คือ วัน เวลา สถานที่ หลักสูตร วิธีการสอน และการประเมินผล

## 1.4 กิจกรรมการเรียนการสอนนอกระบบโรงเรียน

การจัดกิจกรรมการศึกษาของนอกระบบโรงเรียนนั้นมีแนวคิดทฤษฎีวิธีการที่สามารถจัดการศึกษาได้หลากหลายดังนี้ การจัดการเรียนรู้แบบบรรยาย อภิปรายกลุ่มย่อย สาธิต แสดงบทบาทสมมติ การแสดงละคร สถานการณ์จำลอง เกม เน้นกระบวนการ กระบวนการกลุ่ม จิกซอว์ บูรณาการ Storyline ร่วมมือร่วมใจ ทฤษฎีการเรียนรู้แบบเบ็ดเสร็จ ทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ ทฤษฎีการเรียนรู้จากสถานการณ์ ทฤษฎีการเรียนรู้จากการปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ ทฤษฎีสร้างสรรค์ทางปัญญา ทฤษฎีการสร้างความรู้ แนวคิดเรื่องคิด เป็นการสอนแบบนิรนัย การสอนแบบอุปนัย และแนวคิดอื่น ๆ ที่น่าสนใจ

## ตอนที่ 2 แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential Learning)

### 2.1 ความหมายของการเรียนรู้จากประสบการณ์

การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสร้างองค์ความรู้ขึ้นเองหลังจากผ่านกิจกรรมหรือประสบการณ์แล้ว ซึ่งประสบการณ์ทั้งหมดจะต้องเกิดจากการทดลองทำของผู้เรียน ซึ่งจะต้องก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมและสามารถนำมาแก้ปัญหาที่ผู้เรียนต้องการได้ (Dewey, 1983)

การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการเรียนรู้ที่ดึงประสบการณ์ของผู้เรียนมาใช้เป็นกลไกในการเรียนรู้ ซึ่งจะสอดคล้องกับสิ่งที่ผู้เรียนประสบในชีวิตประจำวัน โดยจะนำประสบการณ์เหล่านั้นมาเข้าสู่วงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์เพื่อให้ได้ความรู้ใหม่ ซึ่งผู้เรียนและผู้สอนสามารถจัดการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ (Juch, 1983)

การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการเรียนรู้ที่ต้องใช้การสังเกต การแลกเปลี่ยนพูดคุย การสะท้อนความคิด เพื่อนำไปสู่การสรุปความคิดรวบยอดเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งจะต้องอาศัยประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นหลัก (Kolb, 1984)

การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง ผ่านการนำประสบการณ์หรือความต้องการของตนเองมาใช้เพื่อสร้างสิ่งที่ตนเองต้องการไม่ว่าจะเป็นในด้านของ ความรู้ ทักษะ หรือความสามารถต่าง ๆ ซึ่งจะต้องเรียนด้วยความสมัครใจ มีส่วนร่วมในกิจกรรม ผ่านการคิด วิเคราะห์ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ (Craig, 1987)

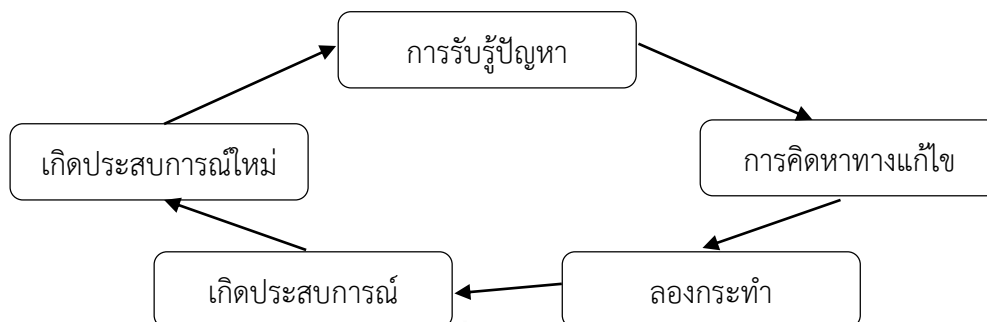
การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นวงจรที่ผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้ใหม่ที่ใช้ความรู้เก่าเป็นกลไกในการพัฒนาความรู้เหล่านั้น ซึ่งทั้งหมดนั้นจะต้องผ่านการทดลองทำด้วยตนเอง (Johnson, 1996)

การเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์เดิมของผู้เรียนเพื่อให้ได้ประสบการณ์ใหม่ที่จำเป็นต่อการนำไปใช้ ผ่านทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ซึ่งจะได้รับหลักการหรือแนวคิดแนวปฏิบัติเพื่อนำไปประยุกต์และใช้กับชีวิตตนเองต่อไป (ทิตนา แชมมณี, 2545)

สรุป การจัดกิจกรรมการเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยประสบการณ์ของผู้เรียนแต่ละคน มาเข้าสู่วงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์เพื่อให้เกิดความรู้ใหม่ โดยมีการผสมผสานกับความรู้เดิม และนำมาประยุกต์ให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่

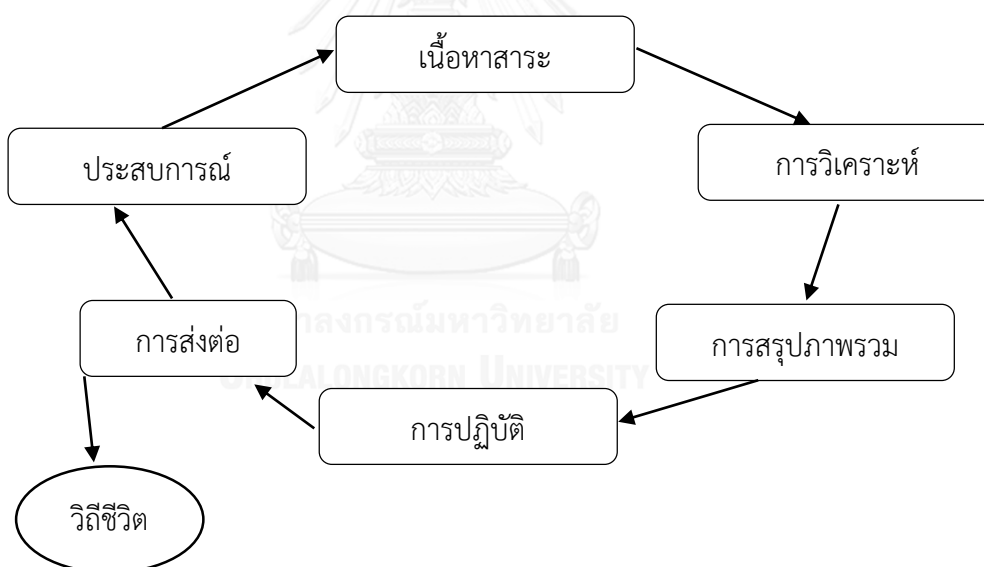
## 2.2 กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์

ดิวอี้ (Dewey, 1983) ได้กล่าวว่า สิ่งที่สำคัญที่สุดของกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ คือการที่ผู้เรียนจะได้ความรู้ใหม่ที่มีความหลากหลาย มีคุณค่า และนำไปใช้ประโยชน์ได้จริง ผ่านการประยุกต์ให้เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งมีขั้นตอน 5 ขั้นตอน เป็นวงจรดังนี้



วงจรการเรียนรู้การประสบการณ์ของดิวอี้ (Dewey, 1983)

ทิทไทล์ (Tittly, 1994) ได้กล่าวถึงวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์เอาไว้ 6 ขั้นตอนดังนี้



วงจรการเรียนรู้การประสบการณ์ของทิทไทล์ (Tittly, 1994)

ซึ่งได้ให้รายละเอียดแต่ละขั้นตอนไว้ดังนี้

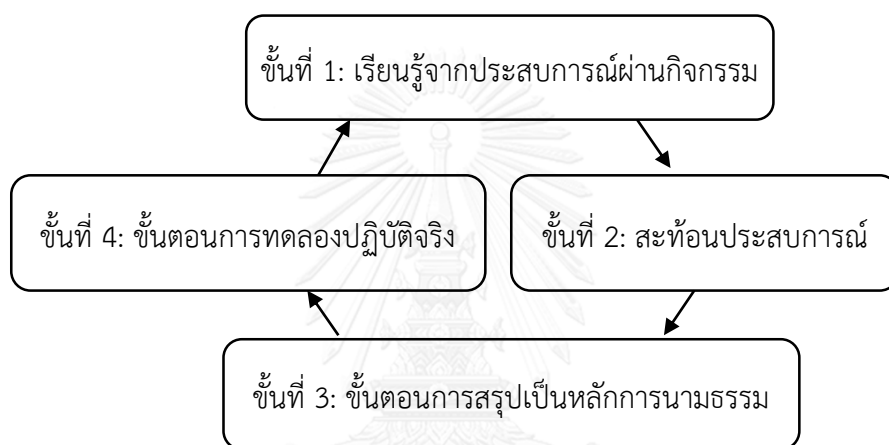
1. ประสบการณ์ (Experience) เป็นขั้นตอนในการสร้างแรงจูงใจให้กับผู้เรียนผ่านการทำกิจกรรม ซึ่งเป็นการทบทวนและกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม
2. การนำเสนอเนื้อหาสาระ (Content Input) เป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนกับผู้สอนจะทำความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาการเรียนการสอน ว่าผู้สอนจะให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องอะไรบ้าง อาจใช้เอกสารหรือบรรยาย หรือใช้วิธีการที่เหมาะสมกับผู้เรียน
3. การวิเคราะห์ (Analysis) คือขั้นตอนที่ให้ผู้เรียนได้มีการอภิปราย หรือประชุมกลุ่มย่อย เพื่อทบทวน และวิเคราะห์ประสบการณ์ที่ผู้สอนได้เสนอมา

4. การสรุปภาพรวม (Generalizations) เป็นขั้นตอนที่นำความรู้ที่ได้มาทั้งหมด มาสรุปเป็นแนวคิด หรือแนวทางการนำไปใช้หลังจากการวิเคราะห์แล้ว ซึ่งแต่ละครั้งจะได้ประสบการณ์ใหม่ของตนเอง

5. การปฏิบัติหรือทดลอง (Practice or Tryout) เป็นการตรวจสอบความรู้ที่ได้ ว่าสามารถใช้ได้จริงหรือไม่ผ่านการทดลองปฏิบัติจริง

6. การส่งต่อ (Transfer) เป็นการนำความรู้ไปใช้จริงในบริบทต่าง ๆ เพื่อให้เกิดประสบการณ์ใหม่ ในชีวิตประจำวัน และเป็นเช่นนี้ดังวงจรแห่งการเรียนรู้ข้างต้น

โคลบ (Kolb, 1984) ได้กล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้จากประสบการณ์ 4 ขั้นตอน สามารถเขียนเป็นวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ ได้ดังนี้



วงจรการเรียนรู้การประสบการณ์ของโคลบ (Kolb, 1984)

จากทฤษฎีวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ของ โคลบ (Kolb, 1984) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้เรียนแต่ละคนเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อย่างเป็นกระบวนการที่ดำเนินกันไปเป็นวงจร ซึ่งแต่ละขั้นของการเรียนรู้ก็จะส่งเสริมการเรียนรู้ของขั้นต่อไปด้วย ซึ่งในการจัดกิจกรรม ผู้วิจัยจะให้โอกาสผู้เรียนได้รับประสบการณ์อย่างเป็นรูปธรรมที่ทำให้ผู้เรียนสามารถค้นหากฎเกณฑ์ต่าง ๆ ด้วยการลองผิดลองถูก การให้ข้อมูลย้อนกลับหรือสันนิษฐานเกี่ยวกับเรื่องที่ศึกษา และทบทวนข้อสรุปเพื่อที่จะได้ฝึกฝนความรู้หรือทักษะต่าง ๆ ได้อย่างคล่องแคล่วจากกิจกรรมการเรียนรู้ เช่น การเล่นเกมบทบาทสมมติ หรือสถานการณ์จำลอง เล่นเกม เป็นต้น ซึ่งในแต่ละขั้นตอน มีลักษณะดังนี้

**ขั้นที่ 1** ประสบการณ์รูปธรรม เป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนเข้าไปมีส่วนร่วมและรับรู้ประสบการณ์ต่าง ๆ

เน้นการใช้ความรู้สึก และยึดถือสิ่งที่เกิดขึ้นจริงตามที่ตนประสบในขณะนั้น

**ขั้นที่ 2** การไตร่ตรองเป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนมุ่งที่จะทำความเข้าใจความหมายของประสบการณ์ที่ได้รับโดยการสังเกตอย่างรอบคอบเพื่อการไตร่ตรองพิจารณา

**ขั้นที่ 3** การสรุปเป็นหลักการนามธรรม เป็นขั้นที่ผู้เรียนใช้เหตุผลและใช้ความคิดในการสรุป รวบรวมเป็นหลักการต่าง ๆ

**ขั้นที่ 4** การทดลองปฏิบัติจริง เป็นขั้นตอนที่ผู้เรียนนำเอาความเข้าใจที่สรุปได้ในขั้นที่ 3 ไปทดลองปฏิบัติจริง เพื่อทดสอบว่าถูกต้องหรือขั้นตอนนี้เน้นที่การประยุกต์ใช้

สรุป กระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นกระบวนการที่ตั้งต้นจากการนำประสบการณ์ของผู้เรียน มาใช้ในการทำกิจกรรม จากนั้นผู้เรียนแต่ละคนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองเพื่อนำไปแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อน เพื่อให้เกิดการผสมผสานแนวคิดของตนเองและเพื่อน เพื่อให้ได้หลักการที่นำไปประยุกต์ใช้ได้จริง และก่อนนำไปใช้ในประสบการณ์จริง จะมีการทดลองใช้ประสบการณ์ก่อน เพื่อมั่นใจได้ว่า ความรู้ที่มีจะใช้แก้ปัญหาที่ตนเองต้องการได้

### 2.3 ลักษณะสำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์

โคลบ (Kolb, 1984) ได้กล่าวถึงลักษณะเฉพาะของการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่ทำให้การเรียนรู้ในลักษณะนี้ แตกต่างจากการเรียนรู้อื่น คือ

1. เป็นการเรียนรู้ที่เน้นกระบวนการไม่เน้นผลลัพธ์
2. เป็นการเรียนรู้ที่เป็นพลวัตตามปัจเจกบุคคล
3. เป็นการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหา
4. เป็นการเรียนรู้เพื่อพัฒนาและปรับปรุง
5. เป็นการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงกับชีวิตประจำวัน สังคม สิ่งแวดล้อม
6. เป็นการเรียนรู้ที่ใช้กระบวนการในการสร้างความรู้ใหม่

แจคสันและคาฟาเรลลา (Jackson & Caffarella, 1994) ได้กล่าวถึงลักษณะสำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์ มีดังนี้

1. การเรียนรู้ที่เน้นการใช้ประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นที่ตั้ง เคารพประสบการณ์ ภูมิหลังของผู้เรียน รวมทั้งความแตกต่างของผู้เรียนแต่ละคน ซึ่งจะเป็นกระบวนการในการทำความเข้าใจผู้เรียนและนำประสบการณ์เหล่านั้นมาสร้างเป็นกระบวนการเรียนรู้ได้
2. ต้องคำนึงถึงบริบททางสังคมของผู้เรียน เพราะผู้เรียนทุกคนต้องการที่จะได้รับการยอมรับ ดังนั้นการออกแบบการเรียนการสอน จะต้องคำนึงถึงความสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับสังคมของผู้เรียนด้วย
3. การถ่ายทอดการเรียนรู้ เพราะกระบวนการเรียนรู้เช่นนี้ เป็นกระบวนการที่เน้นประสบการณ์เป็นตัวช่วยเสริมการสร้างความรู้ ดังนั้นกระบวนการเรียนการสอน และกระบวนการประเมินผล จึงเป็นสิ่งที่สำคัญและมีบทบาทต่อการจัดการเรียนการสอนอย่างยิ่ง
4. การประเมินที่แท้จริง ควรเป็นผลงานของผู้เรียนที่ผู้เรียนทำด้วยตนเองไม่ว่าจะเป็นแฟ้มงาน หรือเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินกระบวนการต่าง ๆ จะต้องสื่อให้เห็นถึงประสบการณ์ที่ผู้เรียนได้รับมา

เบอร์นาร์ด (Burnard, 1996) ได้กล่าวถึงลักษณะสำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์ มีดังนี้

1. เป็นการเรียนรู้ที่เน้นการลงมือทำ ปฏิบัติด้วยตนเอง อาจใช้การแสดงละคร บทบาทสมมติ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีที่สุด ซึ่งผู้เรียนจะต้องมีส่วนร่วมและมีบทบาทในการเรียนรู้เท่าเทียมกับผู้สอน
2. การเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ ควรได้รับการบูรณาการจากประสบการณ์เดิม เพื่อให้ผู้เรียนได้คิดและทบทวนประสบการณ์เหล่านั้น ซึ่งจะก่อให้เกิดการวิเคราะห์จากกรอบอภิปรายกับเพื่อนคนอื่น
3. ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นใหม่ หรือความรู้ที่ได้มาหลังจากกิจกรรมถูกจัดขึ้น ผู้สอนจะต้องยอมรับ และไม่ตีค่าความหมายจากสิ่งนั้น เพราะการเรียนรู้ในลักษณะนี้ จะเชื่อสิ่งที่เกิดขึ้นหลังประสบการณ์
4. เน้นสร้างความรู้จากแนวคิดของผู้เรียน และให้ความสำคัญความคิดของผู้เรียนแต่ละคน
5. ประสบการณ์ของแต่ละคนเป็นสิ่งที่มีความหมาย เพราะผู้เรียนแต่ละคนจะต้องได้รับการกระตุ้นจากผู้สอนเพื่อนำประสบการณ์เก่า มาพัฒนาให้เกิดประสบการณ์ใหม่ และวางแผนการใช้ชีวิตในอนาคต
6. รับฟังซึ่งกันและกัน เพราะการฟังเป็นการเคารพความแตกต่างของแต่ละบุคคล ดังนั้น การเรียนรู้ในลักษณะนี้ เมื่อมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ จะต้องรู้จักการแสดงบทบาทของการเป็นผู้ฟังที่ดี

ลักษณะสำคัญหรือตัวบ่งชี้ของการเรียนรู้จากประสบการณ์ (ทิตนา แคมมณี, 2545) มีดังนี้

1. ผู้สอนจะต้องให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง
2. ผู้สอนจะต้องให้ผู้เรียนได้มีการแลกเปลี่ยนพูดคุย สะท้อนความคิดจากประสบการณ์
3. ผู้เรียนจะสามารถสร้างความคิดรวบยอดได้ด้วยตนเอง รวมทั้งหลักการ สมมติฐานจากประสบการณ์ที่ได้รับ
4. ผู้เรียนนำหลักการ หรือความคิดรวบยอดที่ได้ ไปทดลองปฏิบัติหรือประยุกต์กับบริบทใหม่ ๆ
5. ผู้สอนติดตามผลการเรียนรู้ของผู้เรียนเพื่อนำมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และขยายองค์ความรู้ของผู้เรียนใหม่เปิดกว้างและมีประสบการณ์เพื่อประยุกต์ใช้ต่อไป
6. ผู้สอนมีการวัดและประเมินผลจะต้องมีการประเมินจากทั้งผู้สอนและผู้เรียน

ลักษณะสำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์ (วนิดา ชนินทยุทธวงศ์, 2543) มีดังนี้

1. เป็นการเรียนรู้ที่ต้องอาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
2. เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนจะต้องมีส่วนร่วมเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ อย่างต่อเนื่อง
3. บรรยากาศการเรียนรู้ระหว่างผู้เรียนและผู้สอนจะต้องเป็นมิตร
4. บรรยากาศการเรียนรู้ และปฏิสัมพันธ์ของการเรียนรู้จะต้องก่อให้เกิดการขยายความรู้ไปอย่างกว้างขวาง

5. ใช้การสื่อสารทุกรูปแบบเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ การแลกเปลี่ยน การวิเคราะห์หรือสังเคราะห์การเรียนรู้ต่อไป

สรุป ลักษณะสำคัญของการเรียนรู้จากประสบการณ์ คือ ผู้สอนจะต้องใช้ประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นฐานในการสร้างความรู้ใหม่ โดยผ่านการมีส่วนร่วมของผู้เรียน ซึ่งจะอยู่ในบรรยากาศการเรียนรู้ที่เป็นมิตรระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่ดี และผู้สอนควรใช้การสื่อสารทุกวิธีที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ แลกเปลี่ยน และวิเคราะห์ต่อไป

#### 2.4 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้จากประสบการณ์

เบอร์นาร์ด (Burnard, 1996) ได้กล่าวถึงการจัดกิจกรรมการเรียนรู้จากประสบการณ์ มีหลากหลายวิธี ดังนี้

1. การจับคู่ฝึกปฏิบัติ (Pairs Exercises) เป็นการจัดกิจกรรมที่เป็นจะกำหนดบทบาทให้แต่ละคน ซึ่งจะต้องทำตามหน้าที่ของตน ฝึกการคิดวิเคราะห์ในแต่ละคู่ รู้จักที่จะสลับหน้าที่เพื่อนำผลที่ได้ไปขยายผลในกลุ่มใหญ่ต่อไป
2. กิจกรรมกลุ่มอย่างมีแบบแผน (Structured Group Activities) คือกิจกรรมที่จัดขึ้น ผู้สอนจะต้องอธิบายการจัดกิจกรรมทุกอย่างอย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเรื่องของ ประเด็นที่จะศึกษา กำหนดเวลา ต้องปฏิบัติตนอย่างไรบ้าง ใครมีหน้าที่อะไร เป้าหมายที่ต้องการเป็นเช่นใด ซึ่งในขณะที่ทำกิจกรรม ผู้สอนจะไม่ก้าวก่ายผู้เรียน ซึ่งกิจกรรมกลุ่มเช่นนี้ จะเป็นกิจกรรมที่ใช้วงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ ซึ่งผู้เรียนแต่ละคนจะได้ประสบการณ์ใหม่หลังจากแลกเปลี่ยนเรียนรู้หลังจบกิจกรรม เพื่อนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้สถานการณ์จริง
3. บทบาทสมมติ (Role Play) เป็นการจัดกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ทดลองสวมบทบาทจากสถานการณ์ต่าง ๆ รวมทั้งได้ทบทวนวิธีการแก้ปัญหา ซึ่งกิจกรรมนี้ควรให้ผู้เรียนได้ทำซ้ำเพื่อตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปจากเดิม
4. การแสดงละคร (Psychodrama) เป็นการเรียนรู้ที่ใช้เรื่องราวหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ได้มาจากชีวิตจริงมาแสดงละครให้ผู้สอนดู หลังจากนั้นจะมีการอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อเสนอแนะต่าง ๆ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาทักษะใหม่ เพื่อนำไปปรับใช้ในสถานการณ์จริง
5. การระดมสมอง (Brainstroming) เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนได้ร่วมกันใช้ความคิดวิเคราะห์ หรือหาข้อสรุปต่าง ๆ ผ่านการพูดคุย แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่ม และเขียนสรุปลงกระดาษที่ผู้สอนเตรียมไว้ และนำความคิดเหล่านั้น ไปเข้าสู่กระบวนการอภิปรายต่อไป
6. การบรรยายเชิงประสบการณ์ (The Experiential Lecture) เป็นการอธิบายประเด็นคำถามหรือสร้างแนวคิดพื้นฐานก่อนที่จะเข้าสู่ขั้นตอนการเรียนรู้จากประสบการณ์



รูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการเรียนรู้ที่ได้จากการกระทำ เป็นการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการสร้างความรู้จากประสบการณ์เดิม มีลักษณะสำคัญ 5 ประการ (พรปภัตสร ปริญญาญกุล, 2546) ดังนี้

1. การเรียนรู้ที่ได้จะต้องมาจากประสบการณ์ของผู้เรียน
2. ต้องเป็นการเรียนรู้ที่ท้าทายอย่างต่อเนื่อง ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมตลอด และก่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่
3. ผู้เรียนและผู้สอนมีบรรยากาศที่เป็นมิตร
4. ความรู้สามารถเผยแพร่อย่างกว้างขวาง
5. ใช้สื่อการสอนทุกรูปแบบเพื่อให้เกิดการเรียนรู้

สรุป การจัดกิจกรรม ควรเน้นกิจกรรมที่ใช้กลุ่ม หรือมีผู้ร่วมกิจกรรมตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกลุ่ม ควรทำให้ผู้เรียนได้ขยับร่างกาย สนุกสนาน ลงมือทำด้วยตนเอง และมีการคิดวิเคราะห์

### ตอนที่ 3 ละครประยุกต์

#### 3.1 ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลง

ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลง เป็นการประยุกต์ใช้ละครเพื่อพัฒนาสังคม พร้อมทั้งรับใช้และเป็นเครื่องมือในการนำเสนอความคิดเห็นทางการเมือง ซึ่งเป็นกิจกรรมเสริมสร้างการเรียนรู้ทั้งในและนอกโรงเรียนเพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเข้าใจตนเอง นอกจากนี้ละครยังสามารถเป็นเครื่องมือที่ทำให้ผู้คนเกิดการมีส่วนร่วม สามารถตั้งคำถาม แสดงความคิดเห็น หรือพูดคุยกันระหว่างผู้ชมกับนักแสดง และสามารถจัดกิจกรรมละครได้ทั้งในชุมชนหรือในเมือง

ในปัจจุบันการประยุกต์ใช้ละคร ถูกจัดให้อยู่ในประเภทของคำว่า “ละครประยุกต์” ซึ่งละครประยุกต์เป็นละครที่พัฒนามาจากกิจกรรมเพื่อบำบัดทางจิต ใช้ในการสอนภาษาและพัฒนามาเป็นการให้ความรู้กับชุมชนที่ห่างไกล พร้อมทั้งมีการปรับเปลี่ยนพัฒนามาโดยตลอดในช่วง 2 ทศวรรษที่ผ่านมา ซึ่งการใช้กิจกรรมละครประยุกต์ จะเป็นกิจกรรมที่มีส่วนร่วมระหว่างนักแสดงและผู้ชม ทำให้กำแพงที่ขวางกั้นในใจระหว่างนักแสดงกับผู้ชมลดลง ส่งผลให้การนำเสนอเรื่องราวที่เกิดขึ้นและแลกเปลี่ยนพูดคุยในประเด็นต่าง ๆ สามารถทำได้อย่างสนใจ

นอกจากนั้น กิจกรรมละคร จะใช้กระบวนการจัดกิจกรรม ที่มุ่งหวังให้ชุมชนเกิดการเปลี่ยนแปลงและมีการร่วมมือร่วมใจกัน ผ่านศิลปะและวัฒนธรรม ที่เป็นเครื่องมือในการถ่ายทอดความรู้ ผ่านเสียงหัวเราะ ความกล้าแสดงออก การแก้ปัญหา จนสามารถพัฒนาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นได้จริงซึ่งกิจกรรมละครนั้นอาจจะจัดขึ้นจากประชาชนกันเองหรือเกิดจากองค์กรเข้ามาช่วยเหลือก็ได้ แต่จะต้องเน้นการมีส่วนร่วมของชุมชนเป็นสำคัญ (ขวัญชนก พิระปกรณ์ & ภัทรกร เกิดจังหวัด, 2557)

ดังนั้น ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลง จึงเป็นละครที่สามารถทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองได้ ผ่านกระบวนการละคร และเมื่อเปลี่ยนแปลงตนเอง ก็สามารถ

เปลี่ยนแปลงชุมชนหรือสังคมของตนเองต่อไป นอกจากนี้การใช้ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลงนั้น จะเน้นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างผู้จัดกิจกรรมกับผู้ร่วมกิจกรรม สามารถตั้งคำถาม โต้ตอบ มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักแสดงและผู้ร่วมกิจกรรมได้

### 3.2 ความหมายและประวัติความเป็นมาของละครประยุกต์

ละครประยุกต์ (Applied Drama หรือ Applied Theatre) เป็นละครเพื่อการพัฒนาคน การศึกษา ชุมชน และสังคม ให้ดีขึ้นตามบริบทของผู้ที่นำไปใช้ ซึ่งเป้าหมายของละครประยุกต์คือการใช้ศิลปะการละครเป็นเครื่องมือเชื่อมโยงให้เกิดการศึกษา การสื่อสาร และการพัฒนาผู้คน ชุมชน และสังคม ช่วยขยายขอบเขตของละครให้กว้างขวางและมีคุณค่ายิ่งขึ้น ซึ่งละครประยุกต์มีบทบาทหน้าที่ที่จะทำให้ผู้ชมเกิดความตระหนักรู้ต่อการแสดงที่อยู่ตรงหน้า นำการละครเข้าไปสู่ผู้คนที่หลากหลาย โดยนำละครออกจากโรงละครไปสู่โรงเรียน โรงพยาบาล บ้านคนชรา และชุมชนที่ขาดการดูแลจากองค์กรของรัฐ ผู้ที่ประสบปัญหาหรือเป็นผู้อยู่ในสภาวะเปราะบาง ผู้คนขาดโอกาสในการรับข่าวสารในพื้นที่สาธารณะ เช่น ตามถนน สวนสาธารณะ ในพื้นที่ปิดและยากที่คนปกติจะเข้าไปได้ เช่น ในเรือนจำ สถานพินิจ ในสถานสงเคราะห์ผู้มีความบกพร่องทางสมอง ในท้องถิ่นห่างไกลในชนบท หรือในประเทศที่ขาดแคลนการให้ความรู้พื้นฐานด้านสุขภาวะ ในค่ายผู้อพยพลี้ภัยสงคราม หรือพื้นที่ที่มีการปิดกั้นทางความคิดและสังคมไม่ยอมรับ กลุ่มคนชายขอบทั้งในเมืองและพื้นที่ชนบท ซึ่งสอดคล้องกับ (ปวีณา แซ่มซ้อย, 2558) ที่กล่าวว่า จุดเด่นของละครประยุกต์คือการนำเอากระบวนการละครความเป็นศิลปะ นำออกมาใช้นอกบริบทโรงละคร ทั้งกระบวนการและกิจกรรม ถูกนำไปปรับใช้เป็นเครื่องมือในการทำงานเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เป็นการให้ความรู้แบบใหม่ ช่วยพัฒนาผู้คน ผู้ชม ผู้มีส่วนร่วมในละคร ให้ความสำคัญกับผู้คนธรรมดาและสร้างสรรค์กระบวนการละครและการแสดงที่มีเรื่องราวที่สัมพันธ์กับผู้ชม หรือมาจากเรื่องจริงในชุมชน ความแตกต่างของละครประยุกต์จากละครแบบฉบับนั้น (พรรัตน์ ดำรุง, 2557) ได้กล่าวถึงไว้โดยสรุปว่า ละครซึ่งเป็นศิลปะที่สลายกฎเกณฑ์ สลายกรอบทางสังคม จึงน่าจะช่วยให้เกิดพื้นที่ปลอดภัยที่ทำให้ผู้อยู่ในกิจกรรมเกิดการเรียนรู้ รับฟัง มีความเข้าใจที่ดียิ่งขึ้นต่อเรื่องราวในใจตนหรือชุมชนหนึ่ง ๆ ส่งเสริมความคิดอิสระ และสร้างประชาชนที่เป็นผู้ไม่เมินเฉยและจำยอมต่อสภาพต่าง ๆ เสริมสร้างให้เกิดกระบวนการคิด วิพากษ์ และกล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น และผนวกการปฏิบัติจริงในสิ่งที่ถูกที่ควรและเป็นประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน

ดังนั้น ละครประยุกต์จึงเป็นละครที่เหมาะสมแก่การเป็นแรงขับเคลื่อน เป็นเครื่องมือที่สำคัญในการพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ตามบริบทของในแต่ละชิ้นงาน ส่งเสริมให้เกิดการสื่อสาร รับฟัง แสดงความคิดเห็น กล้าคิดกล้าพูด กล้าแสดงออก มีทักษะและกระบวนการคิดที่ดี ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนกระบวนการเรียนรู้ ยืดหยุ่นวิธีการ ให้เหมาะสมกับสภาพปัญหา สภาพผู้เรียน และสถานที่ได้

### 3.3 กระบวนการละครประยุกต์

กระบวนการละครประยุกต์ เป็นกระบวนการที่มีลักษณะไม่ตายตัว เป็นกระบวนการที่ขึ้นอยู่กับบริบทในการทำงาน สามารถปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับสภาพผู้คน สถานที่และเนื้อหา ถ้าจะให้กำหนดเป็นขั้นตอนอย่างง่าย ก็สามารทำได้เป็น 3 ขั้นตอนคือ ขั้นเตรียม ขั้นแสดง ขั้นสรุปถอด

บทเรียน ส่วนรายละเอียดในแต่ละขั้นตอนก็แล้วแต่ผู้จัดจะปรับให้เข้ากับเนื้อหาที่จะใช้ในการทำงานละคร แต่กระบวนการนี้จะต้องทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบางอย่างที่ส่งผลต่อผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมละครประยุกต์ (ปวีณา แซ่มซ้อย, 2558) ซึ่งสอดคล้องกับ (พรรัตน์ ดำรุง, 2557) ที่กล่าวว่ากระบวนการละครประยุกต์เป็นการจัดประสบการณ์ละครและกิจกรรม พัฒนาเรื่อง บท จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงของผู้ร่วมกิจกรรม มีการเล่นสมมติ ละครต้นสด ตอบโต้ เมื่อได้เรื่องที่จะเล่าแล้ว ก็จะเข้าสู่กระบวนการซ้อม ที่มีการวางแผนงาน แบ่งหน้าที่ และซ้อมการแสดง จนละครพร้อมที่จะแสดงให้กับเพื่อนคนอื่นชม หลังจบการแสดง จะมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถอดบทเรียนร่วมกันและพัฒนาแนวทางการเปลี่ยนแปลง โดยใช้การพูดคุย เสวนา ตั้งคำถามเพื่อการเปลี่ยนแปลง

โดยมีลักษณะและขั้นตอนของกระบวนการละครเพื่อใช้ในการเรียนการสอน ดังนี้จุดเริ่มต้นในการสร้างละครประยุกต์ผ่านกระบวนการสร้างสรรค์และเรียนรู้ร่วมกัน ละครประยุกต์ให้ความสนใจกับการสร้างความเปลี่ยนแปลงในตัวบุคคลและชุมชน ในทางปฏิบัติเน้นการลงมือทำจริงอย่างมีเป้าหมายอันเป็นจุดแข็งของการละคร กิจกรรมที่ออกแบบล้วนสัมพันธ์กับภูมิหลัง ต้นทุนทางวัฒนธรรมและสังคมของผู้มีส่วนร่วมในกิจกรรมละคร ในการพัฒนาละครประยุกต์มีขั้นตอนดังนี้ (พรรัตน์ ดำรุง, 2557)

(1) การจัดประสบการณ์ละครและกิจกรรม สร้างวงกลมที่ใช้เป็นพื้นที่ปลอดภัย ทุกคนต่างนับถือและเคารพกันรวมทั้งสร้างกติการ่วมกัน โดยในวงกลมนี้ทุกคนจะทำเทียมกันไม่ว่าจะเป็นครูนักเรียนผู้ใหญ่ผู้น้อยก็จะสามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกิจกรรมต่างๆสามารถเปิดใจอธิบายความรู้สึกกล้าที่จะเสี่ยงทำแบบฝึกหัดในกิจกรรมละครได้อย่างดีอย่างตั้งซึ่งกิจกรรมนี้ถือว่าเป็นรากฐานในการสร้างความไว้วางใจระหว่างผู้เรียนและผู้สอนหรือระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน ซึ่งนอกจากจะสร้างความไว้วางใจซึ่งกันและกันแล้ว ผู้เรียนและผู้สอนยังมีการสร้างวินัยผ่านการเล่นเกมละครอีกด้วยซึ่งทุกคนจะต้องลิ้มความแตกต่าง ไม่ว่าจะเป็นเพศสภาพ ความชอบหรือความคิดต่าง ๆ ซึ่งเกมละครจะทำให้ผู้เรียนได้ใช้ร่างกายและจิตใจ รวมทั้งสติ ที่จะต้องจดจ่ออยู่ในเกมละครเพื่อให้ผู้เรียนในกลุ่มสามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่ กล้าแสดงความคิดเห็น พร้อมทั้งรับฟังและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง ผ่านการละลายพฤติกรรม พูดคุยสะท้อนความคิดเห็น จนลิ้มไปว่าการแสดงละครที่มีเส้นแบ่งระหว่างนักแสดงกับผู้ชมนั้นมันหายไป โดยที่ละครประยุกต์จะเน้นกระบวนการพัฒนาผู้เรียนมากกว่าการแสดงในโรงละครและจะต้องมีการพูดคุยเสวนาหลังจากมีกิจกรรมแสดงละครทุกครั้งหรือถ้าละครเรื่องนั้น ๆ ได้แสดงในชุมชน ผู้สอนจะต้องหาโอกาสให้ผู้ชมได้มีโอกาสโต้ตอบหรือมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น ซึ่งอาจสอดคล้องหรือโต้แย้งกับประเด็นปัญหา เพื่อนำไปสู่การแก้ไขปัญหาด่าง ๆ ในชุมชนต่อไป

(2) การพัฒนาเรื่อง บท ที่เหมาะสมกับชุมชน การพัฒนาบทในละครประยุกต์นั้นจะเน้นจากเรื่องเล่าหรือความจริงบางส่วนในชีวิตของผู้ร่วมกิจกรรม อาจจะมาจกปัญหาหรือความขัดแย้งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชนรวมทั้งความไม่สบายใจหรืออาจจะได้มาจากการต้นสดจากสถานการณ์ที่ผู้สอนจัดให้ รวมถึงความทุกข์ ความสุขของชุมชน ซึ่งผู้ร่วมกิจกรรมจะนำชีวิตจริง มาใช้ในกิจกรรมละคร รวมทั้งการสร้างบทหรือการพัฒนาละครสามารถทำได้จากการทำงานเป็นกลุ่ม ซึ่งจะมีการรวบรวมแล้วนำมาเรียบเรียงเป็นบทขึ้นมา ซึ่งบทนั้นอาจจะมีการคัดเลือกระหว่างผู้เรียนด้วยกัน โดยแต่ละคนจะได้แสดงความคิดเห็นและเล่าเรื่องของตนเองออกมา อาจจะเป็นจุดเปลี่ยน

ของชีวิต ความกดดัน การถูกเอาเปรียบ โดยที่ผู้สอนนั้นจะไม่บังคับให้ผู้เรียนเล่าถ้าผู้เรียนไม่พร้อมที่จะแบ่งปัน แต่สามารถใช้กลวิธีทางอ้อมเพื่อให้ผู้เรียนอธิบายหรือเล่าสิ่งต่าง ๆ ออกมาผ่านศิลปะหรือใช้กิจกรรมทางละครในการอธิบายได้ เช่นการเล่าเรื่องผ่านวัตถุสิ่งของที่คิดว่าตนเองเป็นสิ่ง ๆ นั้น หรือการใช้ภาพทางศิลปะในการเล่าเรื่อง อาจจะใช้การวาดภาพ การปั้นหรือวิธีการสื่อสารที่สามารถทำให้มองเห็นวิคิดและกระบวนการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ รวมไปถึงการเล่าเรื่องที่เป็นความรู้สึก ความหวัง ความฝันอาจจะเป็นความรู้สึกที่ดี โดยเล่าผ่านเกมละครเพื่อนำไปสู่การสนทนาหรือเสวนาในกลุ่มย่อยต่อไป นอกจากนี้อาจใช้วิธีการสร้างเรื่องด้วยภาพเหตุการณ์แบบไม่เจาะจงของกลุ่ม เพื่อใช้ในการอธิบายปัญหาหรือเรื่องราวที่ผู้เรียนต้องการที่จะสื่อสาร หรืออาจจะใช้เพลงหรือบทกลอนในการสะท้อนปัญหาสภาพชุมชนสภาพชีวิตหรือแนวคิดต่าง ๆ ที่ผู้เรียนต้องการจะสื่อสารออกมา แต่ผู้สอนจะต้องไม่บังคับหรือบีบบังคับผู้เรียนให้เล่าเรื่องราวต่าง ๆ นั้นออกมาด้วยความกดดัน ผู้สอนจะต้องทำให้ผู้เรียนเกิดความมั่นใจและเป็นผู้ถ่ายทอดเรื่องราวนั้นด้วยตนเองอย่างแท้จริง ต้องเปิดโอกาสให้ทุกคนได้เล่าเรื่องของตนเองอย่างเท่าเทียมกัน

(3) การสร้างละครกระบวนการ (Process Drama) การสร้างละครกระบวนการนั้น ผู้สอนจะต้องคำนึงว่าละครที่จะใช้ในการแสดงนั้นเป็นแบบใด ถ้าเป็นการแสดงที่แสดงกันในกลุ่มกันเอง เฉพาะผู้มีส่วนร่วมและไม่ต้องการผู้ชม ละครนั้นก็จะเป็นกระบวนการและการแลกเปลี่ยนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของคนกลุ่มนั้น แต่ถ้าละครที่ใช้ในการพัฒนาชุมชน การคัดสรรข้อมูลจะต้องสอดคล้องหรือมีผลต่อการเสวนาหลังจากละครจบ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสู่ชุมชนและเกิดการพัฒนาตามเป้าหมายต่อไป กลไกในการพัฒนาละครกระบวนการนั้นจะต้องประกอบไปด้วยกิจกรรมเกมละครที่สามารถพัฒนาศักยภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ สมาธิ ปัญญา ผ่านการเล่นเกม และทำกิจกรรมละครกับเพื่อนได้ ผู้สอนจะต้องพัฒนาเครื่องมือในการสื่อสารไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยในการฝึกแต่ละครั้งนั้นผู้สอนจะต้องอบอุ่นร่างกายและยืดหยุ่นความพร้อมของกล้ามเนื้อ ให้กับผู้เรียนด้วยทุกครั้ง รวมไปถึงการออกเสียง การฝึกการพูดให้ชัดถ้อยชัดคำ และสร้างความเชื่อระหว่างกลุ่มผ่านการทำแบบฝึกหัด ซึ่งร่างกายและจิตใจจะต้องผ่อนคลายก่อนเข้าสู่กิจกรรมละคร โดยแบบฝึกหัดทุกแบบฝึกหัดนั้น จะต้องมุ่งไปสู่การทำให้ผู้เรียนเกิดการเปิดใจที่จะแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อน ต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และมีสติรู้ตัวกำลังทำอะไรอยู่ขณะเล่นกิจกรรมเกมละครนั้น ๆ นอกจากนี้การใช้ร่างกายก็ต้องสัมพันธ์กับการรับรู้และสติ ผู้เรียนจะต้องฝึกการใช้ร่างกายไม่ว่าจะเป็นกล้ามเนื้อ ข้อต่อต่าง ๆ เพื่อควบคุมการเคลื่อนไหวที่และเคลื่อนไหวให้สื่อสารออกมาอย่างมีความหมายและทำให้ผู้อื่นเข้าใจได้ รวมไปถึงการรู้จักมวลของตนเอง ซึ่งกิจกรรมนี้จะเป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนรู้จักการรับรู้เรื่องน้ำหนัก การเคลื่อนไหวหรือการเคลื่อนไหว รวมไปถึงการฝึกการควบคุมความช้า-เร็ว และการที่จะเรียนรู้ในการอยู่พื้นที่เดียวกับผู้อื่น จากนั้นผู้เรียนจะฝึกร่างกายสำหรับการสื่อสาร ซึ่งจะเรียนรู้ความแตกต่างของสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นวัตถุ การรับรู้ประสาทสัมผัส การจินตนาการ หรือการใช้ความทรงจำเพื่อสื่อสารให้เพื่อนในกลุ่มเข้าใจ ยกตัวอย่างเช่น เกมส่งลูกบอลในจินตนาการ ซึ่งผู้เรียนแต่ละคนจะสามารถสร้างความเชื่อร่วมกันและเล่นกิจกรรมนี้ผ่านการใช้ร่างกายในการสื่อสารกันไปมาได้ ผู้เรียนจะต้องฝึกการฟัง การสื่อความ และการรับรู้ผ่านการเล่าเรื่อง สิ่งนี้จะเป็นการฝึกให้ผู้เรียน รู้จักการฟังที่ดีผ่านกิจกรรมการเล่าเรื่อง โดยเรื่องที่ใช้ก็น่าจะเป็นเรื่องราวในอดีต หรือเรื่องราวจากภาพในจินตนาการของตนเอง ซึ่งสามารถพัฒนาจากการหยิบ

วัตถุที่อยู่ในพื้นที่ที่นั่นแล้วนำมาเล่าเรื่องพีให้เพื่อนในวงได้ทำความเข้าใจ กับสิ่งที่ตนเองต้องการสื่อสารซึ่งการเล่าเรื่องนั้นจะต้องใช้ความรู้สึกเพื่อให้เกิดการเรียนรู้การแลกเปลี่ยนและเกิดการซักถาม รวมทั้งแสดงออกผ่านสัญลักษณ์ต่าง ๆ และการตั้งคำถาม อาจเริ่มด้วยการถามคำถามอย่างง่าย เช่น โตขึ้นอยากเป็นอะไร หรือให้พูดถึงความกลัว ความทุกข์ที่อยู่ในใจและเรื่องราวเหล่านั้น จะต้องเป็นความลับของกลุ่มไม่สามารถนำไปเผยแพร่ให้ใครที่อยู่นอกวงกลมแห่งพื้นที่ปลอดภัยนี้ได้รู้ต่อไป นอกจากนี้ผู้เรียนยังต้องเรียนรู้ผ่านการเล่นสมมติ ละครต้นสด ตอบโต้ได้ การอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งกิจกรรมนี้จะเป็นกิจกรรมที่ฝึกให้ผู้เรียนรู้จักที่จะใช้ไหวพริบปฏิภาณ ในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่ผู้สอนจัดขึ้นผ่านการเล่นละครต้นสด โดยที่ผู้เรียนจะต้องไม่กังวลกับสิ่งอื่นนอกเหนือจากสิ่งที่อยู่ตรงหน้าเท่านั้นและผู้เรียนจะต้องนำประสบการณ์จากชีวิตจริงมาใช้ในการเล่นกิจกรรมนี้ เช่นการเล่นเป็นคนแก่ คนท้อง คนชรา หรืออาจจะใช้วิธีการแก้ปัญหาที่เคยใช้ในชีวิตประจำวันมาใช้ด้วยก็ได้ นอกจากนี้ การเล่าเรื่องผ่านภาพก็เป็นการพัฒนาคำพูดจากปมขัดแย้งในภาพว่าใคร ทำอะไร ที่ไหนอย่างไร เกิดอะไรขึ้น ผลลัพธ์สุดท้ายเป็นอย่างไร โดยจะมีการโต้ตอบตามความเข้าใจของตนเอง ซึ่งเรื่องส่วนใหญ่่นั้นอาจจะจะเป็นภาพจริงซึ่งเป็นภาพนิ่งแล้วค่อย ๆ มีลำดับขั้นตอน โดยอาจจะเป็นชุดภาพของความสุข ความเศร้า หรือภาพของครอบครัว ประมาณ 3-5 ภาพแล้วให้ทุกคนช่วยกันจับต้นชนปลายให้ถูกว่าเรื่องราวที่ได้เห็นนั้นเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับอะไรมีตรงไหนที่ขัดแย้งสามารถนำไปสู่การแก้ไขปัญหาหรือตั้งคำถามในการแลกเปลี่ยนพูดคุยกันได้ หลังจากดูภาพครบทั้งหมด

(4) การแลกเปลี่ยนและพัฒนาแนวทางในการเปลี่ยนแปลง อาจจะเป็นการแลกเปลี่ยนเฉพาะกลุ่มที่ได้ดูละครเท่านั้น ซึ่งกลุ่มเหล่านี้อาจจะจะเป็นชุมชน โรงพยาบาล หรือเรือนจำ ซึ่งมีเป้าหมายในการดูละครต่างกันไป แต่หลังจากที่ได้แลกเปลี่ยนเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาแล้ว คนที่มีส่วนร่วมกับกิจกรรม จะต้องช่วยกันสื่อสาร วิเคราะห์ ระดมสมอง ในการเสวนา พูดคุย แลกเปลี่ยนและจะต้องจดบันทึกความรู้สึก การเรียนรู้ของตนเอง ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรม ว่าได้เปลี่ยนแปลงความคิด หรือมีความเข้าใจใหม่บ้าง ซึ่งการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากการชมละคร กระบวนการนั้นก็อาจจะไม่เป็นการเสวนาเฉพาะกลุ่มเท่านั้นก็ได้ นั่นคือเราสามารถเชิญกลุ่มคนที่ไม่เห็นด้วยหรือเป็นปฏิปักษ์ต่อแนวคิดที่ใช้ในการแสดงละคร มาร่วมฟัง เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกัน และเกิดการพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงต่อไป

สรุป กระบวนการละครประยุกต์นั้น สามารถสรุปเป็นขั้นตอนย่อย ๆ ได้ คือ เริ่มจากการเตรียมความพร้อมของผู้เรียนไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกายหรือจิตใจ จากนั้นก็เริ่มพัฒนาบทละครตามบริบทของชุมชน หรือพัฒนาจากเรื่องราวของผู้เรียนเอง เมื่อได้เรื่องราวแล้ว ก็เข้าสู่ขั้นตอนการซ้อมละคร เพื่อที่จะแสดงละครและถอดบทเรียนเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้ชมหรือนักแสดงต่อไป

### 3.4 คุณประโยชน์ของกระบวนการละครประยุกต์ต่อการพัฒนาเยาวชนในเชิงการศึกษา

ละครประยุกต์ เป็นละครที่แสดงถึงความอิสระ เปิดกว้างให้ผู้คนสามารถค้นคว้า ศึกษา ค้นหาคำที่มันไกลไปจากตัวเอง จึงทำให้มีความยืดหยุ่นในการจัดการเรียนรู้ด้วยกิจกรรมละคร (ปวีณา แซ่มซ้อย, 2558) ซึ่งสามารถระบุเป็นข้อได้ดังนี้

- (1) ทำให้บทเรียนมีชีวิตชีวา
- (2) ทำให้นักเรียนซึมซับความคิดมีจินตนาการมากขึ้นสร้างความคิดสร้างสรรค์

- (3) นักเรียนจะเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- (4) นักเรียนสามารถทำไปใช้ในทักษะชีวิตในเรื่องปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้
- (5) มีแรงจูงใจในการเรียน
- (6) มีความสนใจตลอดการเรียนรู้
- (7) เป็นการเรียนรู้ที่มีความหมาย
- (8) สร้างความมั่นใจและทักษะการสื่อสารให้กับผู้เรียน

ละครประยุกต์เป็นเครื่องมือทางการศึกษานอกระบบสามารถนำไปพัฒนาผู้เรียนได้ในหลายด้าน (พรรัตน์ ดำรุง, 2557) สามารถระบุเป็นรายด้านได้ดังนี้

- (1) พัฒนาการทางด้านบุคคล (personal resources)

การละครช่วยในการพัฒนาบุคคลในทุก ๆ ด้าน ๆ ทั้งในด้านของจิตใจและร่างกาย ทั้งความคิดสร้างสรรค์ พัฒนาศักยภาพในการคิด การคิดวิเคราะห์ ความกล้าแสดงออก สื่อสารในสิ่งที่ตนเองต้องการ ทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทาง ได้ทดลองแก้ปัญหาจากสถานการณ์จำลอง และบทบาทสมมติ รวมทั้งการมีวินัย รับฟังเรียนรู้ผู้อื่น มีเหตุผล และแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้

- (2) พัฒนาการทางศิลปะ (artistic collaboration)

การละครจะช่วยให้เด็กนำจินตนาการที่มี มาพัฒนาต่อยอดทางละคร อาจเป็นการเขียนบท ซึ่งจะทำให้เด็กฝึกการมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายจากงานละคร

- (3) พัฒนาการทางด้านสังคม (related drama/theatre to its social context)

การละครช่วยให้เด็กรู้จักปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่น การรับฟัง รู้จักยอมรับผู้อื่น มีเหตุผลและรู้จักเสียสละ การทำงานร่วมกัน ความไว้วางใจ เชื่อใจ วิจารณ์ วิพากษ์ตามเหตุผล การแลกเปลี่ยนข้อมูล การสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน เรียนรู้เกี่ยวกับหน้าที่และช่วยกระตุ้นความคิดทางด้านการวิพากษ์วิจารณ์ปัญหาสังคมและปัญหาอื่น ๆ

- (4) พัฒนาการทางการเรียนรู้และรสนิยม (form aesthetic judgment)

การละครช่วยให้เด็กมีพัฒนาการทางการเรียนรู้ในระบบการศึกษาการนำเอาเทคนิคละครไปปรับใช้ในห้องเรียนช่วยทำให้การเรียนการสอนมีชีวิตชีวา มีความสนุกสนานและช่วยให้การเรียนการสอนน่าสนใจการละครเป็นเทคนิคที่ช่วยให้พัฒนาวิชาทางการใช้ภาษาวรรณคดีและสังคมศึกษา นอกจากนี้การได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับงานละครในฐานะใดก็ตามจะช่วยพัฒนาเยาวชนด้านจิตใจทำให้เป็นผู้มีความละเอียดอ่อนมีการรับรู้ทางศิลปะที่มีรสนิยมและมีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ สามารถจัดกิจกรรมได้กับคนต่างวัยหรือคนวัยเดียวกันหรืออาจจะจัดขึ้นตามความต้องการและบริบทของสังคมอย่างแท้จริง สามารถทำงานร่วมกันได้หลายฝ่ายไม่ว่าจะเป็นนักศึกษา ศิลปินพื้นบ้าน เจ้าหน้าที่ของรัฐ หรือนักธุรกิจ เป็นต้น หรือสามารถจัดกิจกรรมได้ตามความสนใจของกลุ่มคนกลุ่มนั้น

การศึกษาละครช่วยกระตุ้นให้เยาวชนได้มีโอกาสค้นหา เรียนรู้ และแสดงออกเกี่ยวกับความเห็น ทศนคติที่มีต่อผู้อื่นและสังคม ความสัมพันธ์และความขัดแย้ง เพื่อน-โรงเรียนปัญหาของวัยรุ่นเช่นปัญหาเรื่องยาเสพติดเพศสัมพันธ์ความรุนแรงและอาชญากรรมซึ่งช่วยให้เยาวชนได้เกิดความเข้าใจและช่วยกันหาวิถีทางในการแก้ไขหรือพัฒนาตนเองและกลุ่มเพื่อมีทัศนคติในการดำเนินชีวิตและมีจิตใจที่ต้องการพัฒนาตนเองชุมชนและสังคมให้เกิดความเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นไปจนเมื่อเด็กเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่และดำรงชีวิตอยู่ในสังคม

ดังนั้น คุณประโยชน์ของกระบวนการละคร สามารถพัฒนาได้ทั้งระดับบุคคล และระดับสังคม ซึ่งระดับบุคคล จะพัฒนาในด้านความ ความรู้ จิตใจ ร่างกาย และการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น รวมไปถึงการสื่อสารที่ดี มีศิลปะในการนำเสนอ เมื่อสามารถเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นได้ ก็สามารถทำงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถกปัญหา พุดคุยนำเสนอ กับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับสังคมต่อไปได้

### 3.5 จุดเด่นของละครประยุกต์

ละครประยุกต์สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามบริบทของสังคมซึ่งสามารถทำให้ละครประยุกต์นำไปใช้กับกิจกรรมได้ในหลายรูปแบบไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมทางการศึกษาหรือกิจกรรมทางสังคม ขึ้นอยู่กับว่าผู้สอนจะปรับให้เข้ากับบริบทของโรงเรียนอย่างไร เพราะว่าละครประยุกต์เป็นละครที่ไม่เน้นผู้ชมแต่เน้นกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้น (พรรัตน์ ดำรุง, 2557) และกิจกรรมละครจะเน้นการเปลี่ยนแปลงของผู้ร่วมกิจกรรมเป็นสำคัญ ซึ่งกิจกรรมละครจะมองว่าถ้าเราสามารถเปลี่ยนคนได้ คนก็จะสามารถเปลี่ยนสังคมต่อไป นอกจากนี้ผู้จัดกิจกรรมจะต้องให้ผู้ร่วมกิจกรรมเป็นผู้ลงมือทำมากกว่าเป็นผู้ถูกกระทำและเน้นที่กระบวนการมากกว่าคำตอบเพราะกระบวนการจะเป็นกลไก ที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดการเปลี่ยนแปลง ดังนั้นผู้จัดกิจกรรมจะต้องคำนึงถึงกระบวนการเป็นสำคัญ และในการจัดกิจกรรมทุกครั้งผู้สอนจะต้องเน้นย้ำกับตัวเองและผู้เรียน ถึงการนำละครมาใช้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ว่าการทำกิจกรรมละครนั้นจะเน้นการเปลี่ยนแปลงภายในมากกว่าฝึกฝนทักษะทางการแสดง และเรื่องราวที่ใช้ในการแสดงละครของละครประยุกต์นั้นจะต้องเป็นเรื่องราวที่มาจากผู้แสดงหรือเรื่องราวจากชุมชน มากกว่าวรรณกรรมหรืองานเขียนต่าง ๆ ประกอบกับผู้สอนจะต้องทำให้ละครเป็นเครื่องมือสำคัญในการสื่อสารความคิดของผู้ร่วมกิจกรรมมากกว่าการใช้เทคนิคเชิงศิลปะ ในการสื่อสารออกมา (ขวัญชนก พิระภรณ์ & ภัทรกร เกิดจังหวัด, 2557)

สรุปได้ว่า จุดเด่นของละครประยุกต์ คือการเน้นที่การเปลี่ยนแปลงภายในของบุคคล มากกว่าผลผลิตทางการแสดง สามารถปรับเปลี่ยนตามบริบทต่าง ๆ ได้ เน้นการลงมือทำของผู้ร่วมกิจกรรม และเรื่องราวที่ใช้ในการแสดงต้องมาจากเรื่องราวของชุมชนหรือผู้ร่วมกิจกรรม

### 3.6 ลักษณะของละครประยุกต์

เป็นละครที่ทำเพื่อสังคมสามารถพัฒนาได้จากหลายสาขาวิชา ไม่ว่าจะเป็น นักเคลื่อนไหวทางการเมือง นักปราชญ์ นักการศึกษา นักการละคร หรืออื่น ๆ อีกมากมาย ซึ่งได้นำกระบวนการเหล่านี้เป็นเครื่องมือในการแก้ปัญหาการสื่อสาร ซึ่งจะเป็นการนำเกมมาของการพัฒนาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้และประยุกต์ไม่ได้มีไว้ใช้พัฒนานักแสดงเพียงอย่างเดียวแต่สามารถพัฒนาผู้คนได้ทุกเพศ ทุกวัยและทุกสถานที่ สามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม (พรรัตน์ ดำรุง, 2557)

ละครประยุกต์จะต้องเหมาะกับวัฒนธรรมและสภาพแวดล้อมของชุมชน เพื่อสื่อสารและเป็นเครื่องมือในการสร้างความเข้าใจและเกิดการเปลี่ยนแปลงของสังคมนั้น รวมไปถึงการเป็นพื้นที่ที่ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแสดงเสียงหรือแสดงความคิดเห็น ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และเป็นสื่อที่

แสดงออกด้วยความสุนทรีย์ ไม่ก้าวร้าว นอกจากนี้ละครจะต้องสร้างความเป็นเจ้าของให้กับชุมชนนั้น เช่น ผู้แสดงต้องเป็นคนในชุมชน เรื่องราวประกอบการแสดงจะต้องมาจากเรื่องจริง สถานที่จริงและทุกคนต้องออกมาร่วมกันทำจริง ๆ นอกจากนี้กระบวนการในการทำละคร จะต้องไม่ซับซ้อนและสามารถปรับเปลี่ยนได้ ไม่ว่าจะเรื่องของสถานที่หรือกิจกรรม ซึ่งสามารถบันทึกเป็นภาพหรืออาจจะเผยแพร่ต่อไปได้ ซึ่งการทำละครจะต้องไม่ยุ่งวุ่นวายมาก ทุกคนสามารถแสดงละครได้และต้องไม่มีอุปสรรคที่จะรบกวนการทำกิจกรรม เช่น การไม่รู้หนังสือ ซึ่งละครจะต้องเป็นสิ่งที่บูรณาการ ทำให้ทุกคนสามารถเสนอประเด็นหลังการแสดงละครได้ แต่ก็จะมีข้อจำกัดบางอย่างที่จะต้องคำนึงถึง เช่น ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม เพราะกิจกรรมละคร จำเป็นจะต้องทำซ้ำ ๆ ฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ถ้าขาดช่วงไปอาจจะไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงได้ และในส่วนของผลผลิตจากกระบวนการละครนั้น ก็เป็นอีกข้อจำกัดหนึ่ง ที่อาจได้ผลผลิตที่ไม่ดี เพราะกิจกรรมละคร จะเน้นที่กระบวนการ และข้อจำกัดท้าย คือทัศนคติของการใช้ละคร ถ้าเรายังมองว่าละครเป็นเครื่องมือในการให้ความบันเทิงมากกว่าการนำกระบวนการละครไปใช้ในการเปลี่ยนแปลง ละครก็จะเป็นแค่ความอยู่รอด ไม่ใช่ความเจริญเติบโต (ขวัญชนก พิระปรกรณ์ & ภัทรกร เกิดจังหวัด, 2557)

ดังนั้นลักษณะของละครประยุกต์ จึงเป็นสิ่งที่ต้องเอื้อต่อการเรียนรู้ที่ง่ายที่สุด อาจไม่จำเป็นต้องรู้หนังสือเพื่อท่องบทละคร แต่สามารถแสดงละครได้ผ่านกระบวนการที่ผู้จัดกิจกรรมจัดขึ้นให้ความสำคัญกับการสื่อสาร สนใจในประเด็นที่ละครจะเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของชุมชนต่อไป

#### ตอนที่ 4 แนวคิดความเชื่อมั่นในตนเอง

##### 4.1 ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเอง

ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นคุณลักษณะหนึ่งที่ได้มีการศึกษาค้นคว้าอย่างกว้างขวางโดยมีผู้ให้ความหมายไว้ดังต่อไปนี้

ความเชื่อมั่นในตนเองคือ บุคคลที่คล่องแคล่ว กล้าหาญ กล้าตัดสินใจ มีความทะเยอทะยาน บุคลิกดี มีสุขภาพดี มีอารมณ์ขัน เชาวน์ปัญญาว่างไว เฉลียวฉลาด เข้าสังคมได้ดี กล้าพูด แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี มีความมั่นใจในสิ่งที่ตนกระทำสูงและมีอำนาจ (จงใจ ขจรศิลป์, 2532; สุรพล บุตรศรีด้วง, 2538) สอดคล้องกับ (มาลี วงษ์แก้ว, 2526; อรพิน หงวนศิริ, 2533) ที่กล่าวว่าความเชื่อมั่นในตนเอง คือคุณลักษณะในตนเองของบุคคลที่แสดงให้เห็นถึงความกล้าในทุกการกระทำ มีใจเชื่อมั่นคงไม่เชื่อคนง่าย มีเหตุผล มีความรอบคอบ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เป็นผู้นำ และชอบช่วยเหลือผู้อื่น แน่ใจในความสามารถของตนเองว่าจะกระทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วงได้ มีศรัทธาในคุณค่าและความสำคัญของตนเองและรู้สึกที่ตนเองเป็นที่ชื่นชอบของผู้อื่นยอมรับทุกสิ่งทีประกอบเป็นตนเองมองเห็นว่าตนเองมีคุณค่า มีความสามารถและมีความสำคัญ (สุรีพร กุลนาม, 2534; อรพิน หงวนศิริ, 2533)

จากความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองที่ได้กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ภาวะที่บุคคลสามารถกล้าตัดสินใจ กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ ในสิ่งที่ตนเองต้องการ โดยไม่มีความวิตกกังวลกับผลที่ตามมา พร้อมที่จะรับผิดชอบกับทุกการกระทำที่ตนเอง



ตัดสินใจซึ่งส่งตรงจากภายในจิตใจ ออกมาสู่ภายนอก และพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นตรงหน้าทุกสถานการณ์(บุชบา ประสารอริคม, 2543; ภาณุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร, 2550; รัฐพล ไผ่งาม, 2543)

#### 4.2 ความสำคัญของความเชื่อมั่นในตนเอง

เฮอร์ล็อก (Hurlock, 1964) ได้กล่าวว่าคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะไม่ยอมแพ้ หรือยอมจำนนต่ออะไรก็ตาม มีความกล้า แน่ใจในสิ่งที่ตนเองกระทำ สิ่งที่ทำให้คนขาดความเชื่อมั่นคือความกลัวที่จะไม่กล้าทำอะไรเลย รวมทั้งความเชื่อและปมจากความล้มเหลวในอดีต ซึ่งสอดคล้องกับ แบลร์ และเกลน (Blair & Glenn, 1968) ที่กล่าวว่าคนที่ยอมรับสถานการณ์ใหม่ ๆ ที่ตนประสบโดยปราศจากความกลัวความล้มเหลว เมื่อมีความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว จะแน่ใจว่าสถานการณ์นั้น ๆ จะไม่ทำให้เกิดความเดือดร้อน ทำในสิ่งที่ดีงาม มีสำนึกเกี่ยวกับตนเองที่ดี เวลาพูดหรือสนทนากับผู้อื่น จะกล้าสบตา กล้าเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นตรงหน้า มีความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง รวมถึงการทำงานจนสำเร็จจุล่งไปจนสำเร็จ หรือถ้าไม่สำเร็จก็ยังไม่สิ้นไหวต่อความผิดพลาดที่เกิดขึ้นมองโลกในแง่ดี

นอกจากนี้ ความหมายของความเชื่อมั่นในตนเองอีกว่า เป็นสิ่งที่ควรทำให้เกิดแก่เด็กและมีการพัฒนาความเชื่อมั่นอยู่เสมอ เพราะจะทำให้บุคคลเหล่านั้นเป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่มในการทำงาน (นภารัตน์ รุ่งสุวรรณ, 2534) ซึ่งสอดคล้องกับ (รัฐพล ไผ่งาม, 2543) ที่กล่าวว่า ถ้าบุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง จะสามารถดึงศักยภาพในตนเองออกมาใช้ประโยชน์ทั้งต่อตนเองและส่วนรวมเป็นผลให้สามารถทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี และความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นแหล่งของกำลังใจที่ยิ่งใหญ่ แม้จะพบปัญหาที่ยากต่อการแก้ไข บุคคลนั้นก็ยังสามารถหาทางออกได้ (ภาณุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร, 2550)

จากที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่าความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ภาวะที่บุคคลสามารถตัดสินใจ กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ ในสิ่งที่ตนเองต้องการ โดยไม่มีความวิตกกังวลกับผลที่ตามมา พร้อมทั้งจะรับผิดชอบกับทุกการกระทำที่ตนเองตัดสินใจ ซึ่งส่งตรงจากภายในจิตใจ ออกมาสู่ภายนอก และพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นตรงหน้าทุกสถานการณ์

#### 4.3 ลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มักเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จบ่อยครั้ง จนทำให้รู้สึกว่าตนเองมีความสามารถมากพอที่จะกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ต่างจาก คนที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองที่มักจะคอยสอบถามผู้อื่น ไม่กล้ากระทำการต่าง ๆ จนทำให้ขาดทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น รวมทั้งการอยู่ร่วมกับคนในสังคมที่ดีได้ สมาคมการศึกษาเด็กแห่งอเมริกา (Child Study Association of America, 1955) ซึ่งสอดคล้องกับ เฮนรี (Henry, 1961) ที่ได้กล่าวว่า บุคคลใดที่มีความขัดแย้งในอัตลักษณ์ของตนเองมากเท่าใด จะทำให้ผู้นั้นขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ เท่ากับผู้ที่ไม่มี ความขัดแย้งในตนเอง ซึ่ง สามารถสรุปพฤติกรรมสำคัญของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเองไว้ 13 กลุ่มคือ (1) กล้าในการคิด การพูดและการกระทำ (2) ใจค่อมั่นคง ไม่เชื่อคนง่าย มีเหตุผล (3) รอบคอบมีแผนงาน (4) มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ชอบทำสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ (5) กล้าเสี่ยง กล้าได้

กล้าเสีย (6) ชอบแสดงตัว (7) ไม่วิตกกังวลจนเกินไป (8) เป็นผู้นำ (9) รักความยุติธรรม (10) ชอบช่วยเหลือหมู่คณะ (11) ชอบอิสระไม่โอ้อวด (12) ตั้งจุดมุ่งหมายไว้สูง และคิดว่าจะทำได้สำเร็จ (13) มีความเกรงใจ และเห็นใจผู้อื่น (ซูซีพ อ่อนโนคสูง, 2516)

นอกจากนี้ผู้วิจัยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นคุณสมบัติที่สำคัญประการหนึ่งของบุคคลระดับผู้นำ เช่น ดักเกอร์ (Dugger, 1969) ศึกษาเรื่องความเป็นผู้นำ ไม่เป็นผู้นำ พบว่า ผู้นำจะมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงและมีบุคลิกภาพที่แสดงตัว ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สไตรส์ (Stires, 1970) ที่ว่าผู้นำเป็นเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ยิ่งมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงเท่าไร ก็ยิ่งได้รับศรัทธาจากผู้อื่นมากเท่านั้น ส่วน เดล (Dale, 1969) พบว่าผู้นำจะต้องมีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ มีความเชื่อมั่นในตนเอง และเชื่อว่า คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นผู้ที่อยู่ในสังคมได้ด้วยความสะดวกสบาย ดังนั้น จึงทำให้เห็นความ การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองเป็นเรื่องที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นพื้นฐานของความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความกล้าแสดงความคิดเห็น รู้จักคิด กล้าตัดสินใจ ไม่คอยพึ่งพาผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา และสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งตรงกับผลการวิจัยของ วิลเลียมส์และโคล (Williams & Cole, 1968) ที่สรุปว่า บุคคลที่ปรับตัวได้จะเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น โดยสิ่งเหล่านี้สามารถเกิดขึ้นจากปัจจัยภายในและภายนอก ซึ่งโดยหลักจะมาจากภายใน คือความมีจิตใจมั่นคง รอบคอบ เข้มแข็ง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ คิดเป็นระบบ มีการวางแผน นำไปสู่การแสดงออกภายนอก นั่นคือ ความเป็นผู้นำ การแสดงตัวตน กล้าตัดสินใจ กล้าแสดงออก จนสามารถพึ่งพาตนเองได้ ซึ่งสรุปได้ว่าผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองนั้นจะเป็นผู้ที่ มีกำลังแรงใจอยู่เสมอ ไม่ย่อท้อต่อปัญหา คิดและแก้ปัญหาเป็น มีทักษะในการกระทำสิ่งต่าง ๆ รู้จักฝึกฝน และกำหนดตัวเองได้ มีวินัยในตนเอง และมีภาวะผู้นำ (ภานุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร, 2550; รัฐพล ใฝ่งาม, 2543)

#### 4.4 ลักษณะของการมีความเชื่อมั่นในตนเอง

ลักษณะของการที่บ่งบอกได้ว่ามีความเชื่อมั่นในตนเองนั้น มีนักวิจัย นักการศึกษา ได้กล่าวเกี่ยวกับลักษณะของการมีความเชื่อมั่นในตนเองโดยสามารถประมวลได้ดังนี้

ซิคเคอริง (Chickering, 1974) กล่าวว่าในแต่ละองค์ประกอบทั้ง 7 ด้าน ประกอบด้วยอะไรบ้างดังนี้

1. การพัฒนาความสามารถของตนเอง (Developing competence) ความสามารถเป็นพลังของบุคคล ทั้งด้านสติปัญญา ด้านร่างกาย และด้านสังคม
2. การจัดการอารมณ์ (Managing emotion) การจัดการเกี่ยวกับอารมณ์เป็นการควบคุมตนเอง คือ มีการเพิ่มการตระหนักรู้ (Increasing awareness) และการเพิ่มความกลมกลืน (Harmony awareness) เป็นการเชื่อมโยงระหว่างการรับรู้และการกระทำ เมื่อบุคคลยอมรับในอารมณ์ตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ
3. การพัฒนาความเป็นตัวเอง (Developing autonomy) หมายถึง บุคคลที่มีสภาพจิตใจที่มั่นคงแน่นอน สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสม การบรรลุถึงความเป็นตัวของตัวเองได้ต้องอาศัยปัจจัย 3 ประการ คือ (1) ความเป็นอิสระทางจิตใจ (Emotional Independence) จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลมีการพัฒนาการเติบโตขึ้น

ต้องแยกจากพ่อ แม่ หรือเมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกขัดแย้งหากได้รับความเอื้ออาทร (2) ความเป็นอิสระจากเครื่องยึดเหนี่ยว (Instrumental Independence) ความเห็นอิสระ ในความหมายนี้ เกิดขึ้นเมื่อมีความมั่นใจว่าจะทำหน้าที่ในชีวิตได้ด้วยตนเอง (3) การ ยอมรับการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน (Interdependence) คือยอมรับว่ามนุษย์ต้องมื การพึ่งพาอาศัยกันและกัน เนื่องจากบุคคลต้องมีข้อจำกัดในตนเอง

4. การพัฒนาความมีเอกลักษณ์ (Establishing identity) หมายถึง บุคคลที่รู้จักตนเองและ สำนึกเสมอว่าตนเองกำลังเป็นอะไร สามารถทำได้จาก (1) ภาวะที่บุคคลมีอิสระจาก ความวิตกกังวลและความกดดัน (2) การที่บุคคลมีประสบการณ์โดยตรง (3) การประสบความสำเร็จในชีวิตที่มีความหมายต่อบุคคล
5. การมีสัมพันธภาพส่วนบุคคลอย่างอิสระ (Freeing Interpersonal relationships) บุคคล จะสร้างสัมพันธภาพส่วนบุคคลได้อย่างอิสระนั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบ 2 ประการคือ (1) บุคคลต้องเพิ่มการยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น (Increased tolerance) จะต้องเปิดใจให้กว้าง (2) ความรู้สึกใกล้ชิด (Shift in intimacy) การเปลี่ยน บุคลิกภาพของตนเองจากการต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น
6. การพัฒนาเป้าหมายของตนเอง (Developing purpose) การมีเป้าหมายนั้น หมายถึง ความกล้าของบุคคลที่จะมองสิ่งที่ตนปรารถนาอย่างชัดเจน มี 3 ด้าน คือ (1) ความสนใจ ในงานอดิเรกของบุคคล (2) ความสนใจในแผนงานอาชีพ เป็นเรื่องเกี่ยวกับอาชีพ การ วางแผนงานอาชีพของบุคคล (3) ความสนใจในเป้าหมายของชีวิต
7. การพัฒนาการบูรณาการ (Developing integrity) หมายถึงความสามารถของบุคคลใน การผสมผสานระหว่าง ค่านิยมซึ่งเป็นมาตรฐานในการประเมินพฤติกรรมของบุคคล ความเชื่อในคุณค่าของบุคคล และบุคคลจะได้รับผลจากอิทธิพลของความเชื่อมั่นนั้น บุคคลจะพัฒนาบูรณาการได้ ต้องมีความสอดคล้องใน 3 ด้าน (1) คุณค่าแห่งมนุษย์ (Humanizing value) เป็นการเปลี่ยนแปลงความเชื่อในหลักเกณฑ์อย่างเคร่งครัดของ บุคคล (2) เป็นการยอมรับความเปลี่ยนแปลงในสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตและกล้าเผชิญกับการ เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น (3) ความกลมกลืนภายใน (Building congruence) เป็นการสร้าง ความสอดคล้องในชีวิตบุคคลมีความสอดคล้องระหว่างความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรม การมองสิ่งต่าง ๆ ด้วยความยืดหยุ่น

ตามแนวคิดของ เฟนสเตอร์ไฮม์และยีน (Fensterheim & Jean, 1975) ลักษณะที่สำคัญ 4 ประการได้แก่

1. รู้สึกอิสระในการเปิดเผยตนเอง ไม่ว่าจะป็นคำพูดหรือการกระทำ
2. เป็นผู้ที่มีความสามารถติดต่อกับบุคคลทั่วไปได้ทุก เปิดเผยตรงไปตรงมา ซื่อสัตย์ และเหมาะสมกับกาลเทศะ
3. เป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้น กระทำสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต ให้เป็นไปตามความ ต้องการของตนและแสวงหาโอกาสให้ตนเองโดยไม่ต้องให้สิ่งใดช่วย

4. เป็นผู้ที่กระทำในสิ่งที่ตนภูมิใจ ยอมรับข้อจำกัดของตนเอง ไม่ดื้อรั้นเอาชนะในสิ่งที่รู้ว่าไม่อาจเอาชนะได้ เมื่อพยายามทำดีที่สุดแล้ว ผลที่ตามมาไม่ว่าจะชนะหรือแพ้ก็ยังคงเคารพในตนเองไว้ได้

แบรนเดน (Branden, 1983) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ นอกจากนี้ วิลลิส (Willis, 1995) และ ฟิลด์ (Field, 1995) ได้แก่ (1) มีการสื่อสารทั้งภาษากายและภาษาพูดที่แจ่มใสร่าเริง (2) สามารถพูดถึงข้อดีและข้อเสียของตนเองได้ อย่างปกติ ไม่รู้สึกแค้น (3) สามารถให้และรับคำติชม ได้อย่างดี (4) เปิดใจรับคำตำหนิได้ (5) พูดอย่างเป็นธรรมชาติ (6) ซื่อสัตย์ จริงใจในการสื่อสาร (7) เปิดเผยประสบการณ์ตนเอง และยอมรับความคิดเห็นใหม่ (8) สนุกกับชีวิตทั้งของตนเองและผู้อื่น (9) มีทัศนคติที่ยืดหยุ่นต่อทุกสิ่ง (10) กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม (11) เป็นตัวของตัวเองแม้อยู่ในภาวะกดดัน (12) มีความสามารถในการเข้าสังคมและร่วมมือกับผู้อื่น มีความสามารถในการประนีประนอมเพื่อความสัมพันธ์ที่ดีต่อ (13) มีการพัฒนา สำนวญตรวจสอบตนเองอยู่เสมอ (นิพนธ์ แจ่มเยี่ยม, 2519; มาลี วงษ์แก้ว, 2526; สาระ สุขวราห์, 2532; สุนิย์รัตน์ ฤทธิรงค์ชัยเลิศ, 2530) และ ลักษณะของความเชื่อมั่นในตนเอง ดังได้มีผู้กล่าวแล้วนั้นสามารถประมวลลักษณะของความเชื่อมั่นในตนเอง 5 ด้าน ได้แก่

1. ด้านการกล้าแสดงออก คือ ร่วมทำกิจกรรมกับผู้อื่นโดยไม่ลังเลหรือเขินอาย แสดงความกระตือรือร้นในการติดสัมพันธ์กับผู้อื่น
2. ด้านการกล้าตัดสินใจ คือ รอบคอบมีแผนงาน แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
3. ด้านการกล้าเผชิญความจริง คือ ยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามความต้องการ ยอมรับการเปลี่ยนแปลง ไม่หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา
4. ด้านความมั่นคงทางจิตใจ คือ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี ไม่รู้สึกวิตกกังวล
5. ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ได้แก่ หาแนวทางของตนเอง ชอบทำสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ พอใจกับการแก้ปัญหาด้วยตนเอง และรักความเป็นอิสระ (รัฐพล ใฝ่งาม, 2543)

การที่จะทำให้เกิดเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้ ควรคำนึงถึงปัจจัยดังต่อไปนี้

1. ลดการลงโทษ เพราะผลจากการวิจัยหลายแห่งพบว่า กว่า 80% ของเด็กที่ขาดความมั่นใจในตนเอง สาเหตุเกิดจากการถูกลงโทษ ถูกบังคับ ตีกรอบต่าง ๆ ไม่ให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง ไม่กล้าคิด ออกนอกกลุ่มนอกทางของพ่อแม่หรือการที่คุณครูชอบลงโทษเด็ก ชอบบังคับเด็ก ชอบสั่งเด็กให้อยู่ในกรอบ จนทำให้เด็กขาดความมั่นใจในตนเอง

2. ลดการตามใจเด็กจนเกินขอบเขต เด็กบางคนพ่อแม่มักตามใจ ไม่ลงโทษเด็ก เลี้ยงเด็กแบบทูลนอมจนเกินไป จนเด็กไม่รู้ว่าอะไรคือความถูกต้อง จนทำให้เด็กเกิดความไม่มั่นใจในการแสดงออกของตนเอง

3. สร้างโอกาสแห่งความสำเร็จให้แก่เด็ก โดยสังเกตว่าลูกชอบอะไร ทำอะไรได้ดี ถึงแม้ว่าสิ่งนั้นจะไม่อยู่ในหลักสูตรก็ตาม ซึ่งสิ่งเหล่านี้สามารถทำให้เด็กเกิดความสำเร็จ เกิดความมั่นใจในตนเองได้ ล้วนเป็นสิ่งที่ดีที่พ่อแม่และคุณครูควรปลูกฝังให้โอกาสให้เด็กพบกับความสำเร็จ ก็จะทำให้เด็กเชื่อมั่นในตนเองได้

4. สร้างประสบการณ์จากสิ่งที่ย้ายไปหายาก เพราะถ้าให้งานเด็กยากเกินไป แต่ความสามารถของเด็กน้อย ก็ทำให้เด็กขาดความเชื่อมั่น แต่ถ้างานง่าย ความสามารถของเด็กมีมาก ก็ยิ่งทำให้เด็กเกิดความเชื่อมั่นมากขึ้น การที่พ่อ แม่ หรือครู เร่งรัดให้เด็กเร่งเรียนเร็วเกินไป ในขณะที่เด็กยังไม่พร้อม ทำให้เด็กขาดความสุข ขาดความมั่นใจในตนเอง

5. ฝึกให้ลูกทำงานกลุ่ม การที่ลูกได้ทำงานกลุ่มย่อย ๆ ทำให้เด็กได้มีโอกาสในการแสดงความคิด ความรู้สึกมากขึ้น การที่เด็กได้เข้าร่วมในการทำกิจกรรมกลุ่มย่อย ๆ ทำให้เด็กกล้าแสดงออก มีความมั่นใจในตนเอง เพราะเมื่อเด็กได้ทำกิจกรรมกลุ่มกับเพื่อน จะทำให้เด็กรู้จักการแบ่งงานกันทำตามความถนัดและความต้องการของแต่ละคน ทำให้เด็กมีความรู้สึกดี ๆ กับตนเองมากขึ้น

6. การให้กำลังใจลูกอย่างเหมาะสม เมื่อลูกทำดีหรือแสดงความสามารถออกมา พ่อ แม่ ควรชมลูกว่า “ลูกเก่ง” “ลูกทำดี” ฯลฯ เพราะโดยปกติเด็กจะมีพฤติกรรมอะไรขึ้นอยู่กับความเห็นของผู้ใหญ่เป็นสำคัญ พ่อ แม่ ควรบอกลูกเสมอว่าลูกทำได้ แต่ไม่ใช่ชมเกินความจริง เพราะจะทำให้เด็กเกิดความไม่มั่นใจมากขึ้น

7. ให้อิสระทางความคิดและการตัดสินใจ เด็กจำนวนมากที่ไม่มั่นใจในตนเอง เพราะพ่อแม่ไม่เคยปล่อยให้เด็กทำอะไรด้วยตนเอง คอยควบคุมดูแลอยู่ในสายตาไม่ให้แตกแถว สิ่งเหล่านี้แทนที่จะทำให้ลูกดีแต่กลับกลายเป็นการทำให้ลูกขาดความมั่นใจในตนเองมากขึ้นเสียอีก

8. ฝึกการสร้างความเชื่อมั่น เช่น ฝึกสุดลมหายใจลึก ๆ ก่อนพูดกับผู้อื่น ฝึกการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ

9. ฝึกการวางตัวทางสังคม ควรฝึกไว้ล่วงหน้า เช่น การแนะนำ การแสดงการทักทาย การดูแลแขกแทนที่จะไปบอกให้ทำอย่างไรขณะพบหน้าคน

10. ฝึกการตัดสินใจ ให้ลูกเริ่มจากกิจวัตรประจำวัน เช่น การเลือกเสื้อผ้า การฝึกให้ลูกได้ฝึกการแก้ไขปัญหาที่ลูกพอจะทำได้ เพื่อเป็นการหลีกเลี่ยงความล้มเหลวที่อาจเกิดขึ้นได้ (อุษณีย์ โพธิ์สุข, 2542)

## ตอนที่ 5 เด็กและเยาวชนที่อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต

### 5.1 ความหมายของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต

เด็กและเยาวชนที่อยู่ในสภาวะยากลำบากคือกลุ่มคนที่ประสบปัญหาต่าง ๆ มีชีวิตความเป็นอยู่ต่ำกว่าเด็กปกติทั่วไปขาดโอกาสหรือไม่มีโอกาสที่จะเข้ารับบริการทางการศึกษาหรือได้รับการพัฒนาทั้งทางร่างกายสติปัญญาอารมณ์สังคมและจิตใจจำเป็นต้องได้รับความช่วยเหลือเป็นกรณีพิเศษเพื่อให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นมีพัฒนาการที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัยและสามารถบรรลุถึงศักยภาพขั้นสูงสุดได้แบ่งตามกลุ่มได้ 3 กลุ่มคือ

1. กลุ่มเด็กที่ถูกกระทบจากปัจจัยครอบครัวเป็นหลักคือ เด็กกำพร้า เด็กที่เป้นบุตรบุญธรรม เด็กถูกทอดทิ้งถูกปล่อยปละละเลย เด็กเร่รอน เด็กถูกทำร้ายทารุณ เด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ

2. กลุ่มเด็กที่ถูกผลกระทบจากปัจจัยด้านรัฐเป็นหลักคือ เด็กพลัดถิ่น เด็กลูกแรงงานต่างชาติ เด็กชาวเขา เด็กกลุ่มชาติพันธุ์ เด็กไม่มีสัญชาติและเด็กไม่มีหลักฐานการเกิด

3. เด็กที่ถูกผลกระทบจากปัจจัยด้านครอบครัวสังคมและรัฐรวมกันคือ เด็กที่ตกเป็นเหยื่อของกระบวนการค้ามนุษย์ แรงงานเด็กเด็กในกระบวนการยุติธรรมเด็กในชุมชนแออัดเด็กยากจนเด็กถูกรกรรกรก่อสร้างเด็กกับสารเสพติดสุราและหรือบุหรี่เด็กที่ไร้ความรุนแรง แต่ละกลุ่มสามารถให้ความหมายตามประเภทได้ดังนี้ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2554)

1. เด็กยากจน (มากเป็นพิเศษ)
2. เด็กที่มีปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติด
3. เด็กที่ถูกทอดทิ้ง
4. เด็กที่ถูกทำร้ายทารุณ
5. เด็กที่ได้รับผลกระทบจากโรคเอดส์หรือโรคติดต่อร้ายแรงที่สังคมรังเกียจ
6. เด็กในชนกลุ่มน้อย
7. เด็กเร่ร่อน
8. เด็กถูกบังคับให้ขายแรงงานหรือแรงงานเด็ก
9. เด็กที่อยู่ในธุรกิจทางเพศหรือโสเภณีเด็ก
10. เด็กในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน

จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าเด็กซึ่งขาดโอกาสไม่ได้รับสิทธิเสรีภาพความคุ้มครองตามที่พึงจะได้รับถูกแบ่งออกเป็นหลายกลุ่มบางกลุ่มปัญหาเกิดจากความยากจนสภาพสังคมความเป็นอยู่ของครอบครัวเด็กจำนวนไม่น้อยที่ถูกล่วงละเมิดสิทธิโดยคนในสังคมซึ่งเป็นผู้ใหญ่หรือแม้กระทั่งคนในครอบครัวเอง

และกลุ่มเด็กและเยาวชนที่ผู้สนใจคือเด็กยากจน(มากเป็นพิเศษ) หมายถึงเด็กซึ่งเป็นบุตรหลานของคนยากจนที่มีรายได้ไม่เพียงพอต่อการเลี้ยงชีพ(ครอบครัวมีรายได้เฉลี่ยไม่เกิน 20,000 บาทต่อปี) ครอบครัวอยู่รวมกันหลายคนขาดแคลนปัจจัยพื้นฐานมีชีวิตอยู่อย่างยากลำบากรวมถึงเด็กในแหล่งชุมชนแออัดหรือบุตรของกรรมกรก่อสร้างหรือเด็กจากครอบครัวที่อยู่ในถิ่นทุรกันดารห่างไกลที่ขาดโอกาสที่จะได้รับการศึกษาและบริการอื่น ๆ

## 5.2 สถานการณ์/ปัญหาและการพัฒนาเด็กยากจน

จากสถานการณ์ของครอบครัวไทยปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทั้งรูปแบบและโครงสร้างและองค์ประกอบสมาชิกครอบครัวขาดช่วงกลางมีแต่ผู้สูงอายุ (ปู่ย่าตายาย) กับเด็ก (หลาน) เนื่องจากกลุ่มคนช่วงอายุกลาง (พ่อแม่) จำนวนมากต้องไปทำงานนอกถิ่นฐานสภาพของครอบครัวดังกล่าวทำให้เด็กเหล่านี้ประมาณร้อยละ 2 รวมกับเด็กกำพร้าประมาณร้อยละ 7 ซึ่งอาจตกอยู่ในภาวะเสี่ยงที่ต้องเผชิญกับภาวะขาดแคลนถูกทอดทิ้งถูกรกรรทำรุนแรงเอารัดเอาเปรียบและแสวงประโยชน์ในด้านต่าง ๆ ดังได้พบว่าในแต่ละปีมีรายงานจำนวนเด็กที่ประสบปัญหาเพิ่มขึ้นเช่นช่วงปี 2550 - 2552 มีเด็กถูกทอดทิ้งให้อยู่ในความดูแลของสถานสงเคราะห์ถูกรกรรทำด้วยความรุนแรงเข้ารับการช่วยเหลือจากศูนย์พึ่งได้ตกเป็นเหยื่อการค้ามนุษย์การกระทำผิดฯ เพิ่มมากขึ้น

กลุ่มเด็กยากจนจะมีการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนยากจนโดยประกันให้กลุ่มคนดังกล่าวสามารถเข้าถึงการบริการสังคมสุขภาพการศึกษาและที่อยู่อาศัยด้วยการจัดสรรงบประมาณเพื่อช่วยเหลือเด็กและครอบครัวที่ยากจนโดยเฉพาะภาคเหนือภาคตะวันออกเฉียงเหนือและ 3 จังหวัด

ชายแดนภาคใต้ด้วยการจัดตั้งกองทุนเพื่อช่วยเหลือนักเรียนนักศึกษา 2 ประเภทคือกองทุนเงินกู้ยืมเพื่อการศึกษาสำหรับผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาซึ่งต้องชำระเงินคืนเมื่อทำงานและมีรายได้ระดับหนึ่งแล้วและกองทุนให้เปล่าสำหรับนักเรียนนักศึกษาที่ยากจนโดยไม่ต้องชำระคืนมีมาตรการเพื่อยกระดับมาตรฐานความเป็นอยู่ของประชาชนในเรื่องอื่น ๆ อีกเช่นการสร้างและพัฒนาเครือข่ายการคุ้มครองแรงงานการสร้างโอกาสและทางเลือกให้กับผู้ใช้แรงงานให้ได้รับการศึกษาที่สูงขึ้นมีความร่วมมือจากภาคเอกชนมีการจัดสวัสดิการทุนการศึกษาจัดตั้งโรงเรียนในพื้นที่ยากจนเป็นต้นอย่างไรก็ดีพบว่ายังมีเด็กและเยาวชนยากจนที่ยังไม่สามารถเข้าถึงบริการการศึกษาและยังไม่สามารถได้รับทุนการศึกษาอย่างต่อเนื่องจนถึงขั้นเรียนจบตามเป้าหมายได้แต่ทั้งนี้ยังไม่มีข้อมูลปรากฏชัดเจน

ผลสำรวจความคิดเห็นของประชาชนโดยนิต้าโพล เรื่อง ปัญหาการใช้ความรุนแรงในครอบครัวไทย เมื่อวันที่ 1-7 สิงหาคม 2558 จากประชาชนอายุ 15 ปี ขึ้นไป ในพื้นที่ภาคเหนือตอนบนพบว่า ร้อยละ 57.50 เคยเห็นความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ร้อยละ 14.50 มีประสบการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับตนเองหรือคนในครอบครัว ซึ่งปัญหาและสาเหตุเกิดมาจากการดื่มสุราคือเป็นร้อยละ 47.24 เกิดจากพฤติกรรมการใช้สารเสพติด ร้อยละ 39.77 และเกิดจากการทะเลาะวิวาท ร้อยละ 12.99 ซึ่งปัญหาความรุนแรงในครอบครัวนั้น สามารถส่งผลถึงพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนเป็น 3 ระยะ คือ (1) วัยก่อนเข้าเรียนจะมีพฤติกรรมเก็บตัว ไม่พูดคุยหรือแสดงพฤติกรรมที่ติดต่อบุคคลในสังคม มีปัญหาด้านการกิน การนอน ผันรำย ไม่มีสมาธิ ปวดหัว ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจและการปรับตัวเข้าสังคม (2) เด็กที่เริ่มเข้าสู่วัยรุ่น จะแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงด้านอารมณ์มากขึ้น ก้าวร้าว กังวล ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง แสดงพฤติกรรมที่แสดงออกว่ามีปัญหา เช่น การทะเลาะวิวาทกับเพื่อนเมื่อตนเองไม่พอใจ (3) เด็กวัยรุ่น จะแสดงพฤติกรรมที่แตกต่างจากคนในสังคมทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นคนใจร้อน ง่าย ถูกยั่วให้แสดงความก้าวร้าวได้ง่าย ชอบขมขู่ ชกต่อย หรืออาจมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาทางการเรียน เป็นเด็กเกเรและต่อต้านสังคม (สมใจ รักษาศรี, 2557)

ดังนั้น ปัญหาสังคมที่เกิดขึ้น ล้วนมีรากฐานมาจากปัญหาครอบครัวที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ไม่ว่าจะเป็นการใช้ความรุนแรงในครอบครัว ความเครียดที่เกิดจากเศรษฐกิจไม่ดีแล้วส่งผลกระทบต่อคนในครอบครัว รวมทั้งสภาพแวดล้อมที่เยาวชนจะต้องประสบพบเจอในชีวิตประจำวัน ก็เป็นส่วนที่ทำให้เด็กและเยาวชน กลายเป็นกลุ่มคนที่มีปัญหาได้

### 5.3 เยาวชนในสถานสงเคราะห์บ้านตะวันใหม่

#### ประวัติความเป็นมา

หลังจากที่มูลนิธิป้องกันและปราบปรามยาเสพติดได้ก่อตั้งขึ้น เมื่อปี พ.ศ.2524 ต่อมาอีกประมาณ 10 ปีกว่าประธานมูลนิธิฯ พลตำรวจเอก เกา สารสิน จึงมีแนวคิดที่จะขยายภารกิจหน้าที่ของมูลนิธิฯ ให้กว้างขวางออกไปนอกเหนือจากการมอบเงินเพื่อช่วยเหลือแก่เจ้าหน้าที่และ ครอบครัวที่ประสบอันตรายจากการดำเนินงานการปราบปรามยาเสพติด และการให้งบประมาณสนับสนุนแก่หน่วยงานราชการและเอกชน เพื่อจัดกิจกรรมป้องกันยาเสพติดซึ่งเป็นภารกิจหลักในขณะนั้น

โดยได้ดำเนินการจัดตั้งบ้านตะวันใหม่ขึ้นที่ ตำบลคลองสวนอำเภอบางป่อ จังหวัดสมุทรปราการ โดยได้รับความอนุเคราะห์ที่ดินจาก คุณปิ่นทอง ศาลยาชีวิน จำนวน 88 ไร่ 2 งาน 96 ตารางวา เพื่อใช้เป็นสถานที่ฟื้นฟูและการพัฒนาสมรรถภาพเด็กและเยาวชนที่มีปัญหาการ ติดยาเสพติด

ติดซึ่งได้รับการบำบัดรักษาเบื้องต้นแล้ว และได้ดำเนินการตั้งแต่ เมื่อปี พ.ศ. 2538 เป็นต้นมา ในระยะแรกบ้านตะวันใหม่ มุ่งเน้น การดำเนินการแก้ไขไปที่กลุ่มเด็กและเยาวชนที่มีปัญหาการติดยาเสพติด โดยใช้แนวคิดชุมชนบำบัด (Community Therapy) เพื่อฟื้นฟูและ พัฒนาสมรรถภาพด้านร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ ให้กลับตัวกลับใจมาเป็นคนดีของสังคมเป็นทรัพยากรที่มี คุณภาพของประเทศชาติต่อไป แต่ต่อมา

มูลนิธิ พิจารณาเห็นว่าการที่บ้านตะวันใหม่เปิดให้บริการฟื้นฟูและพัฒนาสมรรถภาพ โดยเน้นไปที่กลุ่มเด็กและเยาวชนที่มีปัญหาติดยาเสพติดเพียงกลุ่มเดียวไม่สามารถที่จะแก้ไขปัญหาการติดยาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชนในภาพรวมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังเป็น การแก้ไขปัญหาที่ปลายเหตุเท่านั้น มูลนิธิ จึงได้ปรับนโยบายเพื่อกำหนดทิศทางในการดำเนินการใหม่โดยมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาไปที่การดำเนินการป้องกันปัญหาในกลุ่มเด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการใช้ ยาเสพติด ซึ่งมูลนิธิคิดว่าน่าจะทำให้การดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในกลุ่มเด็กและเยาวชนประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น

ในปัจจุบัน มูลนิธิ ให้ความสำคัญกับการพัฒนาเด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติด โดยบ้านตะวันใหม่ได้นำเอาแนวคิดทักษะ ชีวิต (Life Skills) มาใช้ในการเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับเด็กและเยาวชนกลุ่มนี้ ให้มีร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาที่ สมบูรณ์ สามารถเป็นภูมิคุ้มกันยาเสพติดให้กับตัวเองได้ และในขณะเดียวกันก็ให้เด็กและเยาวชนเข้ารับการศึกษาดูตามหลักสูตรการศึกษา ขั้นพื้นฐานและในระดับสูงขึ้นตามศักยภาพของเด็กและเยาวชนแต่ละบุคคล รวมทั้งส่งเสริมให้มีการฝึกอาชีพตามความถนัดของแต่ละบุคคล ด้วยมีคุณภาพที่ดี และเจริญเติบโตเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าต่อประเทศชาติ ต่อไป

### **กลุ่มเป้าหมาย**

กลุ่มเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการเข้าไปใช้ยาเสพติดค่อนข้างสูง อายุ 7-18 ปี อันได้แก่ เด็กและเยาวชนที่พ่อแม่ติดยาเสพติด เด็กและเยาวชนที่พ่อแม่ได้รับโทษในเรือนจำ เด็กและเยาวชนที่ถูกทอดทิ้งจากครอบครัวเด็กและเยาวชนที่ครอบครัวแตกแยก พ่อแม่ไม่สามารถอุปการะเลี้ยงดูได้ และเด็กกำพร้าที่ขาดผู้อุปการะเลี้ยงดู เป็นต้น

### **ปรัชญาและแนวคิด**

บ้านตะวันใหม่ ได้นำปรัชญาทางด้านสังคมสงเคราะห์มาประยุกต์ใช้ ในการอบรมเลี้ยงดูเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง โดยฝึกให้มีการทำงานร่วมกันมากกว่าการทำให้ มีเจ้าหน้าที่เปรียบเสมือนพ่อแม่เป็นผู้อบรมสั่งสอนและให้ความช่วยเหลือ ทั้งนี้เพื่อฝึกให้เด็กและเยาวชนสามารถพึ่งพาตัวเองได้ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และได้้นำเอาแนวคิดทักษะชีวิต (Life Skills) มาใช้ในการเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง เพื่อเป็นภูมิคุ้มกันในการป้องกันยาเสพติด พร้อมทั้งให้การศึกษาขั้นพื้นฐานจนถึงระดับที่สูงขึ้น ตามความสามารถและศักยภาพของเด็กและเยาวชนแต่ละบุคคลเพื่อให้สามารถประกอบอาชีพได้อย่างสุจริตมีความเป็นอยู่อย่างพอเพียง และมีรายได้พอเลี้ยงตัวเองหลังจากออกจากบ้านตะวันใหม่ไปใช้ชีวิตอยู่ในสังคม



## พันธกิจ

ให้การอุปการะเลี้ยงดู ให้การศึกษา ส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติด ที่บ้านตะวันใหม่ได้สรรหาและคัดกรองตามเกณฑ์ที่กำหนดจากพื้นที่ต่างๆ ทั่วประเทศ

ประสานงานกับองค์กรทุกภาคส่วนของสังคมที่เกี่ยวข้อง เพื่อระดมทรัพยากรมาใช้ในการดำเนินงาน ในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการใช้ยาเสพติด

## วิสัยทัศน์

บ้านตะวันใหม่มีวิสัยทัศน์ในการเสริมสร้างและการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง โดยมุ่งเน้นการประสานงานจากองค์กรทุกภาคส่วนในสังคมให้เข้ามาช่วยเหลือและพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อให้เจริญเติบโต มีการศึกษา มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และเป็นคนดีของสังคม โดยมีภูมิคุ้มกันไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด ตามปรัชญาบ้านตะวันใหม่ที่ว่า “บ้านตะวันใหม่ ให้ชีวิตใหม่ เพื่อเด็กไทยปลอดภัยจากยาเสพติด”

## การสรรหา คัดกรอง และการเตรียมความพร้อม

การสรรหาคัดกรองและการเตรียมความพร้อมเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญอย่างยิ่งในการพิจารณาคัดเลือกเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง เพื่อนำเข้าสู่กระบวนการพัฒนาเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตในบ้านตะวันใหม่ ตามนโยบายและวัตถุประสงค์ที่มูลนิธิ

1. คุณสมบัติเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยง
  - 1.1 มีอายุระหว่าง 7-18 ปี ชายและหญิง
  - 1.2 ไม่เป็นบุคคลทุพพลภาพ
  - 1.3 ไม่เป็นโรคติดต่อร้ายแรงหรือโรคเรื้อรัง
  - 1.4 เป็นผู้ขาดโอกาสทางการศึกษา
  - 1.5 เป็นลูกกำพร้าหรือครอบครัวไม่สามารถให้การอุปการะเลี้ยงดูได้
  - 1.6 เป็นผู้ที่มีพฤติกรรมซึ่งมีแนวโน้มจะไปใช้ยาเสพติด เช่น สูบบุหรี่และดื่มสุรา เป็นต้น
2. เกณฑ์การพิจารณา
  - 2.1 มีคุณสมบัติตามที่กำหนด
  - 2.2 มีความสมัครใจที่เข้ารับการเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตในบ้านตะวันใหม่
  - 2.3 พ่อแม่หรือผู้ปกครองยินยอม
  - 2.4 การกระจายตัวของภูมิลำเนาเด็กเยาวชน
  - 2.5 อยู่ในพื้นที่เสี่ยงที่มีการค้าและแพร่ระบาดของยาเสพติด
  - 2.6 มีบุคคลในครอบครัวใช้หรือติดยาเสพติด
3. การสรรหาและคัดกรอง
 

การสรรหาและคัดกรอง หมายถึง วิธีการคัดเลือกให้ได้มาซึ่งเด็กและเยาวชนกลุ่มเสี่ยงที่มีคุณสมบัติ และเป้าหมายตรงตามนโยบายและข้อกำหนดของบ้านตะวันใหม่เพื่อนำมาเข้าสู่กระบวนการเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิต
4. การเตรียมความพร้อม

การเตรียมความพร้อมเป็นขั้นตอนแรก ที่เจ้าหน้าที่บ้านตะวันออกใหม่จะต้องดำเนินการให้กับเด็กและเยาวชนที่ผ่านการคัดกรองมาแล้วโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับกฎระเบียบและการปฏิบัติตนที่ทุกคน จะต้องปฏิบัติเหมือนกันในฐานะสมาชิกบ้านตะวันออกใหม่และเพื่อให้เด็กและเยาวชนได้ปรับตัวในเรื่องสภาพความเป็นอยู่ และสังคมกับเพื่อนสมาชิกและเลี้ยงโดยไม่ตกอยู่ในสภาวะอึดอัดหรือขัดข้องใจ จนเป็นสาเหตุทำให้เด็กและเยาวชนหนีออกจากบ้านตะวันออกใหม่ เนื่องจากยอมรับสภาพต่างๆ ภายในบ้านตะวันออกใหม่ซึ่งเปรียบเสมือนบ้านหรือสังคมใหม่ไม่ได้ (บ้านตะวันออกใหม่, 2556)

ดังนั้นบ้านตะวันออกใหม่ จึงเป็นสถานสงเคราะห์สำหรับเยาวชนที่ขาดโอกาสทางการศึกษา เป็นเยาวชนที่มีความยากจน หรือเป็นเยาวชนที่ครอบครัวไม่สามารถส่งเสริมโอกาสทางการศึกษา หรือเป็นกลุ่มเยาวชนที่เสี่ยงต่อการมีปัญหา โดยสถานสงเคราะห์จะมีหน้าที่ในการให้โอกาสทางการศึกษาที่อยู่ อาหาร และการดูแลอื่น ๆ ตลอดการพักพิงอยู่ที่บ้านตะวันออกใหม่

## ตอนที่ 6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วิดโดวส์ (Widdows, 1996) ได้มีการศึกษาการใช้กระบวนการละครในนักเรียนที่มีความบกพร่องทางอารมณ์และพฤติกรรม ซึ่งตัวอย่างที่ใช้มีอายุ 14-15 ปี จำนวน 20 โดยมีการจัดกิจกรรมจากกระบวนการละครเพื่อใช้ในการพัฒนาและฝึกทักษะทางสังคม โดยระยะเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมนั้น จะเป็น 3 คาบต่อสัปดาห์ และคาบละ 55 นาที ตลอดปีการศึกษา ซึ่งวิธีการวัดและประเมินผลจะใช้วิธีการสังเกต สัมภาษณ์นักเรียน จากผู้วิจัยเองและผู้ช่วยวิจัย ซึ่งพบว่า ตัวอย่างให้ความร่วมมือและให้ความสนใจในการเข้าร่วมและทำกิจกรรมมากขึ้น พร้อมทั้งผู้เรียนก็มีความมั่นใจและเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น ส่งผลให้มีพฤติกรรมเชิงลบที่ลดลงประกอบการมีบุคลิกภาพที่ดีขึ้นอย่างเป็นลำดับด้วย

ฟรีแมน ซูลลิแวน และฟูลตัน (Freeman, Sullivan, & Fulton, 2003) ได้มีการศึกษาผลของพัฒนาการรับรู้ตนเอง ทักษะสังคม และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ โดยใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์โดยตัวอย่างที่ใช้ใช้นั้นคือนักเรียนเกรดสามถึงสี่จำนวน 237 คนโดยมีเครื่องมือวิจัยคือกิจกรรมละครสร้างสรรค์ และมีแบบวัดการรับรู้ตนเองในเรื่องของภาพลักษณ์ในการรับรู้ตนเองด้านวิชาการและการรับรู้ตนเองในด้านสังคม นอกจากนี้ยังมีแบบสอบถามเกี่ยวกับทักษะสังคมและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ จากนั้นได้ใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลคือนำข้อมูลของกลุ่มที่หนึ่งเป็นกลุ่มควบคุมคือใช้กิจกรรมดนตรีทั่วไป ส่วนในกลุ่มที่สองจะเป็นกิจกรรมละครสร้างสรรค์โดยใช้เวลาในการทำกิจกรรมสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 40 นาที จำนวน 18 สัปดาห์ โดยหัวใจสำคัญในการจัดกิจกรรมในครั้งนี้คือผู้เรียนจะต้องมีการรับรู้ตนเองสามารถควบคุมตนเองรวมไปถึงการมีทักษะทางสังคมที่ดีขึ้นเช่นกิจกรรมที่ใช้ผู้เรียนจะต้องแสดงออกเพื่อแก้ปัญหาที่ครูกำหนดให้ผ่านการคิดและวิเคราะห์ รวมทั้งออกแบบการแสดง เพื่อแสดงวิธีการแก้ปัญหา วิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้นในละคร รวมทั้งเขียนความรู้สึกออกมาหลังจากมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อน ว่าสิ่งที่ตนเองได้รับจากการแสดงนั้นคืออะไร และให้นักเรียนทำแบบวัดเพื่อวัดผลก่อนหลังการเข้าร่วมกิจกรรมละครสร้างสรรค์ ซึ่งผลการวิจัยพบว่ามี ความแตกต่างกันเพียงเล็กน้อยในการพัฒนาการประพฤตินตนเองและทักษะทางสังคม

กุลิ (Guli, 2004) ได้ทำการวิจัยในเรื่องของการศึกษาผลของโปรแกรมที่ใช้ละครสร้างสรรค์เป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาความสามารถทางสังคม ซึ่งมีความแตกต่างจากโปรแกรมในการฝึกทักษะทางสังคมทั่วไป โดยในงานวิจัยนี้จะเป็นการที่ผู้วิจัยนำหลักการของละครสร้างสรรค์กับกระบวนการอภิปรายกลุ่มมาใช้ในการลดข้อจำกัดในเรื่องของการรับรู้และการรวบรวมข้อมูลของนักเรียนที่มีความบกพร่องในการรับรู้ทางสังคม ซึ่งในงานวิจัยนี้จะศึกษาตัวอย่างของนักเรียนที่มีความบกพร่องในการเรียนรู้สำหรับการใช้ภาษาท่าทาง ซึ่งเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูลนั้นจะมีอยู่ 3 อย่าง คือ (1) แบบวัดย่อยที่เกี่ยวกับความสามารถในการบอกอารมณ์ซึ่งผู้เรียนจะฝึกสังเกตจากสีหน้าและท่าทางของผู้อื่น (2) แบบสัมภาษณ์พ่อแม่เกี่ยวกับพฤติกรรมการแยกตัวจากสังคม และทักษะทางสังคมของผู้เรียน (3) การสังเกตพฤติกรรม ซึ่งสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลได้ 2 รูปแบบ ประการแรกคือแบบปริมาณซึ่งใช้แบบวัดในการบอกอารมณ์ ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพจะเป็นข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์พ่อแม่และการสังเกตผู้เรียน โดยมีการศึกษาบันทึกหลังการสอนของผู้นำกลุ่ม ซึ่งผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้นนั้นคือการอยู่คนเดียวน้อยลง มีความร่วมมือในกิจกรรมกับกลุ่มมากขึ้น โดยกลุ่มควบคุมนั้นเมื่อสัมภาษณ์ผู้ปกครองพบว่านักเรียนร้อยละ 75 มีพฤติกรรมที่ดีขึ้นตั้งแต่ 1 ด้านขึ้นไป โดยข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไปคือ ผู้ปกครองควรมีส่วนร่วมกับกิจกรรมกับนักเรียนมากขึ้น ประการถัดมาคือควรมีระยะเวลาในการจัดกิจกรรมมากขึ้น รวมไปถึงงานวิจัยควรจะมีเพิ่มโครงสร้างหรือหลักการในการจัดการพฤติกรรม และสุดท้ายควรทำการวิจัยนี้ซ้ำกับกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่ขึ้นหรือขยายผลในความบกพร่องในการรับรู้ทางสังคมของนักเรียนกลุ่มนี้ รวมทั้งติดตามและเก็บข้อมูลของนักเรียนเพิ่มเติมอีกด้วย

เดอ เล ครูซและมอเรอู (De la Cruz, Lian, & Morreau, 1998) ได้ทำการวิจัยซึ่งทำการศึกษากการใช้กระบวนการละครในนักเรียนที่มีความบกพร่องทางการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะทางสังคมและทักษะทางภาษา โดยกลุ่มที่ใช้ในการทดลองจะมีอายุ 6-11 ปี กลุ่มควบคุมจะมีอายุ 7-12 ปีจำนวน 35 คน โดยผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มทดลอง 20 คน กลุ่มควบคุม 14 คน ทั้งนี้มีการจัดกิจกรรมละคร รวมทั้งสิ้น 12 คาบ คาบละ 40 นาทีซึ่งผู้เรียนแต่ละคนจะได้ทำแบบวัดในเรื่องของการทดสอบภาษาและทักษะทางสังคมมาตรฐาน แบบสอบเป็นมาตรวัดให้คะแนนจำนวน 16 ข้อ และจะมีการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างทักษะสังคมซึ่งเป็นทักษะที่ใช้ในการเปิดเผยและรับภาษาพูด ซึ่งผู้เรียนจะต้องทำทั้งก่อนและหลังการทดลองซึ่งผลการวิจัยพบว่ากลุ่มทดลองมีคะแนนการพัฒนาทักษะทางสังคมและทักษะทางภาษาดีกว่ากลุ่มควบคุมดีกว่ากลุ่มควบคุมและทักษะในการพูดที่ดีขึ้นด้วย ส่วนทักษะการรับคำพูดนั้นไม่ได้สามารถพัฒนาได้ดีขึ้นมากเท่าที่ควร

การวิจัยเรื่องการศึกษากระบวนการและผลของโครงการสื่อชาวบ้านเพื่อพัฒนามนุษย์และสังคมในภูมิภาคที่ต่างกัน : กรณีศึกษาคณะละครมะขามป้อมโดยศึกษากระบวนการและผลการใช้วัฒนธรรมพื้นบ้านของโครงการสื่อชาวบ้านเพื่อพัฒนามนุษย์และสังคมจากโครงการละครเรื่องมาลัยมงคลโดยการดำเนินงานของคณะละครมะขามป้อมในภูมิภาคที่แตกต่างกันผลการศึกษาพบว่าคณะละครมะขามป้อมได้ใช้วัฒนธรรมการละครเป็นฐานในการให้การศึกษาและแก้ปัญหาสังคมโดยเฉพาะปัญหาเอดส์ปัญหาจริยธรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสมของเยาวชนโดยมีกระบวนการละครทั้งในด้านการผลิตการแสดงและการประเมินผลนับว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ดีทั้งในแง่การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ตรงการให้ผู้ชมหรือผู้เรียนมีส่วนร่วมและกระตุ้นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องแต่ผลการวิจัยก็

ได้ชี้ให้เห็นความจำเป็นที่จะต้องมีการปรับสื่อการเรียนให้สอดคล้องกับความแตกต่างตามสภาพบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของผู้รับสารในแต่ละท้องถิ่น (จุฬารกรณ์ มาเสถียรวงศ์, 2540)

การศึกษาเรื่องการใช้ละครสร้างสรรค์ในการพัฒนาผู้เรียนเป็นการศึกษาละครสร้างสรรค์ในฐานะที่เป็นกระบวนการพัฒนาผู้เรียนในด้านพุทธิพิสัยจิตพิสัยและทักษะพิสัยกับนักเรียนชั้น ป.4 โรงเรียนชินวรกรุงเทพฯ พบว่าการเรียนละครสร้างสรรค์ทำให้เกิดการปฏิรูปการเรียนรู้ของผู้เรียนในวิชาอนุศิลป์อย่างชัดเจนเพราะสามารถทำให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทั้งสามด้านโดยผู้เรียนได้รับการพัฒนาด้านการฝึกทักษะการคิดด้วยกระบวนการวิธีการละครสร้างสรรค์ซึ่งเน้นเทคนิคการถามกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการคิดมีส่วนร่วมในการตัดสินใจการระดมสมองในกระบวนการกลุ่มและได้ลงมือปฏิบัติจริงซึ่งถือว่าเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (ปาริชาติ จีงวิวัฒนาภรณ์, 2545)

ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่มีต่อความเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มสตรีในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางส่งผลดังนี้ 1) สตรีในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลางจังหวัดนนทบุรีมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้หลังการทดลองการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม 2) กลุ่มทดลองเข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่สอดแทรกแนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยของการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) กลุ่มทดลองมีระดับความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่สอดแทรกแนวคิดการเรียนรู้ของผู้ใหญ่อยู่ในระดับมาก (อัจฉณา รูปแพ, 2554)

วากเนอร์ (Wagner, 1998) ได้ศึกษาผลการใช้การแสดงบทบาทสมมติเพื่อสร้างความเข้าใจอันดีระหว่างกลุ่มชนกับนักเรียนอายุ 8 ถึง 9 ปี โดยใช้การแสดงบทบาทสมมติของชนเผ่าพื้นเมืองอเมริกันที่แสดงความรู้สึกในการถูกรุกรานที่อยู่เป็นการเน้นคุณค่าของการติดต่อสื่อสารแสดงท่าทางโดยไม่ใช้คำพูดผลการศึกษาพบว่านักเรียนมีความเข้าใจและประทับใจในเรื่องที่แสดงมากเกิดความรู้สึกสงสารและเห็นใจความทุกข์ของชนกลุ่มน้อยมากขึ้น โวงค์และคณะทำงาน (Wong, K.Y., & et.al., 1997) ได้ศึกษาถึงความสำเร็จของการทำแบบฝึกหัดที่นำจินตนาการทางการละคร ซึ่งพัฒนาโดย โบล (Boal, 2002) มาใช้ในการสร้างทักษะการคิดวิจารณ์ญาณให้กับนักเรียนโดยทักษะนี้ประกอบด้วยการใช้จินตนาการในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์การร่วมมือกันทำงานและการตัดสินใจซึ่งทักษะต่าง ๆ เหล่านี้นำไปสู่การคิดวิจารณ์ญาณและยังเป็นวิธีในการเตรียมรับมือกับสถานการณ์ในอนาคตโดยเชื่อมโยงจินตนาการและหลักสูตรเข้ากับประสบการณ์จริงในชีวิต

ชาร์ฟาม (John Raymond Sharpham, 1972: 1875-A อ้างไว้ใน จุฬารกรณ์ มาเสถียรวงศ์, 2540:27) ศึกษาเรื่องการศึกษาเกี่ยวกับการใช้กิจกรรมละครสร้างสรรค์ในระดับมัธยมศึกษาในประเทศอังกฤษเพื่อศึกษาการนำกิจกรรมละครไปใช้ในการสอนระดับมัธยมศึกษาใน 3 หัวข้อคือธรรมชาติของกิจกรรมละครปรัชญาสำหรับการใช้กิจกรรมการละครและเทคนิคที่ใช้ในกิจกรรมการละคร

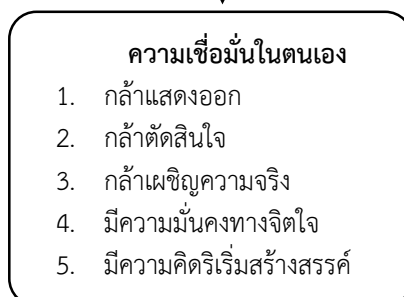
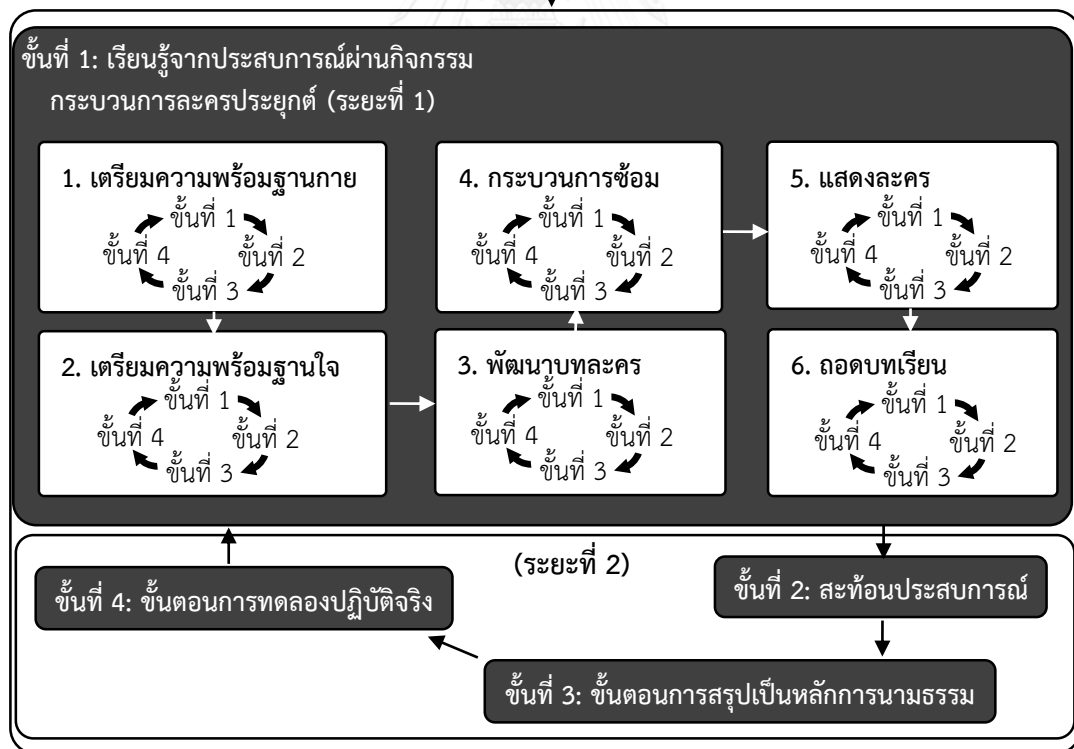
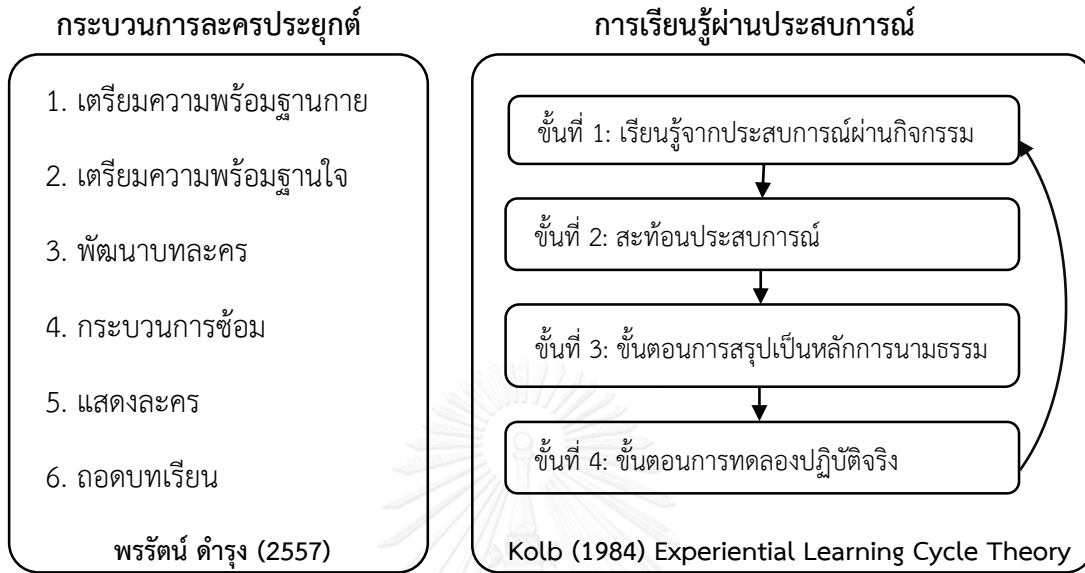
1. กิจกรรมการละครเป็นกระบวนการสอนที่มีคุณค่าและมีสาระแก่นสาร
2. กิจกรรมการละครเป็นกิจกรรมที่ใช้ทั้งด้านร่างกายและจิตใจซึ่งมีการแสดงทั้งรายบุคคลและกลุ่มโดยเน้นการพัฒนาด้วยการยอมรับตัวเองและการยอมรับผู้อื่น

3. กิจกรรมละครระดับมัธยมศึกษาในประเทศไทยไม่เหมือนกับการแสดงบนเวทีและทำหน้าที่ต่างกันเพราะไม่ต้องมีผู้ชม ไม่จำเป็นต้องแสดงอย่างดงามหรือจบสมบูรณ์
4. ครูผู้จัดกิจกรรมการละครทำหน้าที่เพียงผู้นำทาง
5. ไม่มีวิธีการใดที่ถูกต้องหรือสร้างขึ้นโดยเฉพาะแต่จะใช้แนวทางหลายวิธีด้วยกัน
6. การประเมินผลกิจกรรมการละครขึ้นอยู่กับครูผู้วิจัยตัดสินด้วยตนเองแบบอัตนัย (Subjective) ซึ่งแสดงให้เห็นถึงจุดอ่อนของการใช้กิจกรรมการละครในการสอนระดับมัธยม



**กรอบแนวคิดในการวิจัย**

การจัดกระบวนการเรียนรู้ด้วย กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์



### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

#### การกำหนดประชากรและตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ที่ได้รับการช่วยเหลืออุปการะจากสถานสงเคราะห์ ซึ่งเป็นวัยที่กำลังค้นหาตัวตน และเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นเยาวชนที่ถูกปล่อยปละละเลยจากครอบครัว อยู่ในครอบครัวเดี่ยว หรือไม่มีบิดา มารดา อยู่ในชุมชนที่เสี่ยงต่อการประพฤติดีตด เกม มั่วสุมสารเสพติด รวมไปถึงเยาวชนที่พ่อแม่เลี้ยงดูดีจนเกินไป และทำให้ไม่กล้าที่จะเผชิญปัญหา และดำเนินชีวิตด้วยตนเองได้

การคัดเลือกตัวอย่าง ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้ความน่าจะเป็น (Nonprobability sampling) โดยเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) นั่นคือการเลือกตัวอย่างโดยพิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง เพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย โดยเกณฑ์ในการเลือกคือ

1. อยู่ในสถานสงเคราะห์บ้านตะวันออก
2. มีอายุในช่วง 14-17 ปี
3. มาด้วยความสมัครใจ
4. เข้าร่วมกิจกรรมได้ 8-10 ครั้ง
5. มีเหตุผลหรือความต้องการที่จะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้น
6. อยู่ในสถานสงเคราะห์อย่างน้อย 1 ปี

โดยผู้วิจัยได้จำกัดจำนวนผู้เข้าร่วมไว้ที่ 8-15 คน และมีผู้ที่สามารถร่วมกิจกรรมได้ตามเงื่อนไขจำนวน 13 คน

นอกจากนี้ยังมีการคัดเลือกตัวอย่างเพื่อใช้ในการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ โดยเกณฑ์ในการเลือกคือ

1. ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์
2. มีอายุในช่วง 14-17 ปี
3. มาด้วยความสมัครใจ
4. เข้าร่วมกิจกรรมได้ 8-10 ครั้ง
5. มีเหตุผลหรือความต้องการที่จะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้น

โดยผู้วิจัยได้จำกัดจำนวนผู้เข้าร่วมไว้ที่ 8-15 คน และมีผู้ที่สามารถร่วมกิจกรรมได้ตามเงื่อนไขจำนวน 10 คน และแต่ละคนจะได้ทำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองทั้งก่อนและหลังทำกิจกรรม เพื่อศึกษาผลการทำกิจกรรมต่อไป

## การกำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

### 1. กิจกรรมเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง

ผู้วิจัยสร้างกิจกรรมตามกรอบแนวคิดการวิจัยมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาละครประยุกต์และการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ จากเอกสารของ พรรัตน์ ดำรุง (2557) , เฮเลน (Helen, 2005) กิจกรรมเกมละครจากหนังสือ “Games for Actors And Non-Actors second” เขียนโดย โบล (Boal, 2002) และ “Drama 101 games and activities” เขียนโดย ฟาร์มเมอร์ (Farmer, 2005) พร้อมทั้งวิเคราะห์องค์ประกอบของลักษณะความเชื่อมั่นในตนเองตามเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจาก ภาณุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร (2550)

2. กำหนดวัตถุประสงค์ทางการศึกษา โดยนำองค์ประกอบของลักษณะความเชื่อมั่นในตนเองที่ผู้วิจัยได้ศึกษาไปในขั้นตอนที่ 1 มาเป็นแนวทางในการกำหนดวัตถุประสงค์ในการพัฒนา กิจกรรมการเรียนการสอนนอกระบบโรงเรียนสำหรับเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองทั้ง 5 ด้าน โดยอยู่ในส่วนของวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่จัด

3. สร้างแผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนนอกระบบโรงเรียนให้มีความสอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยใช้ กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อให้เยาวชนในสถานสงเคราะห์ที่เข้าร่วมกิจกรรมได้พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองครอบคลุมลักษณะบ่งชี้ทั้ง 5 ด้าน ซึ่งประกอบด้วยแผนการจัดกิจกรรมนับเป็นจำนวนชั่วโมงรวม 43 ชั่วโมง

4. เสนอแผนการจัดกิจกรรมให้กับอาจารย์ที่ปรึกษา พร้อมทั้งแก้ไขตามคำแนะนำ

5. เสนอแผนการจัดกิจกรรมให้กับผู้ทรงคุณวุฒิตรวจ โดยผลการตรวจสอบกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์จากผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน โดยมีการทำแบบประเมินความเหมาะสมของกิจกรรม โดยที่คะแนนเต็ม 3 คะแนน เมื่อเฉลี่ยแล้วได้ 2.73 คะแนน จึงเห็นว่ามี ความเหมาะสมในการนำกิจกรรมนี้ไปใช้

ข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 1

- ด้านการวัดและประเมินการเรียนรู้ควรใช้ความระมัดระวังในการตีความและ วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จาก field note , reflection และแบบสอบถามของ ผู้เข้าร่วม และเนื่องจากเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ในส่วนของการตีความข้อมูล น่าจะมีการระบุความเป็น subjectivity ของงานและระบุว่าการตีความข้อมูล เป็นการตีความของผู้วิจัยอย่างไรบ้าง



- ในการเขียนรายงาน/วิทยานิพนธ์ ควรเล่า/ระบุเหตุการณ์ของสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะเหตุการณ์ที่ทำนายตัวผู้วิจัยเองในฐานะที่เป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้ และอธิบายสิ่งที่ผู้วิจัยทำและเสนอแนะสำหรับการจัดกระบวนการต่อไป
- อาจมีการระบุประเด็นทางจริยธรรมที่เกี่ยวข้อง เช่น การสร้างและการจัดการด้วยเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับบาดแผล (trauma) ในผู้เข้าร่วม ซึ่งงานวิจัยทำกับผู้ที่อยู่ในวัยรุ่น ถ้ามีการระบุพูดถึงช่วงวัยและผลกระทบของงานที่มีต่อวัยนี้ จะทำให้งานมีความสมบูรณ์ขึ้น

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 2

- แบบสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล ข้อ 3 (9) ต้องปรับคำใหม่ให้ชัดเจนขึ้น
- ควรมีกระบวนการใช้แบบสังเกตพฤติกรรมอย่างละเอียด เช่น มีผู้ช่วยวิจัยในการทำแบบสังเกตพฤติกรรมหรือมีการถ่ายวิดีโอ
- การวัดประเมินผล เน้นพฤติกรรมเป็นหลักใช่หรือไม่ ควรวัดอย่างอื่นอีกหรือไม่ เช่น ความรู้หรือคุณลักษณะ

ผู้ทรงคุณวุฒิคนที่ 3

- กิจกรรมออกแบบดี น่าสนใจ เหมาะกับวัยของผู้เรียน
- ควรทบทวนวัตถุประสงค์ของกิจกรรม บางข้ออาจจะออกแบบการวัดผลและประเมินผลได้ยาก

6. ปรับปรุงและแก้ไขแผนการจัดกิจกรรม และนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาก่อนนำไปใช้จัดกิจกรรม ซึ่งตารางการจัดกิจกรรมได้ปรับปรุงและแก้ไขตามคำแนะนำแล้วดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 กิจกรรมละครประยุกต์เสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งกิจกรรมเกมละคร นำมาจากหนังสือ “Games for Actors And Non-Actors second” เขียนโดย โบล (Boal, 2002) และ “Drama 101 games and activities” เขียนโดย ฟาร์เมอร์ (Farmer, 2005)

ระยะที่ 1 ของกระบวนการละครประยุกต์ : 1. เตรียมความพร้อมฐานกาย

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
1. เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะควบคุมหรือแสดงออกด้วยจากร่างกายของตนเองได้	<p><b>1.1 ทำความรู้จักและสร้างวงกลมไว้ใจ</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนได้ตรงประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> </ul> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> </ul> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p>

	<p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>1.3 รู้จักร่างกายตนเอง</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>1.4 เดินโพกัส (พื้นฐาน/ช้า-เร็ว-หยุด/อาชีพ/สัตว์/อวัยวะ)</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>1.5 ฝึกการสื่อสาร (สัญญาณในวง/ไต่ระดับอารมณ์/ Hip Hap Hop Blow/ คูยภาษาต่างดาว)</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p>
--	--

	<p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p>
--	---

## 2. เตรียมความพร้อมฐานใจ

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
<p>2. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกจินตนาการ ความเชื่อ ความต้องการ ความไวใจและสร้างความพร้อมของจิตใจที่จะเรียนรู้ต่อไปได้</p>	<p><b>2.1 ลูกบอลลม</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.2 ไม้มานี่</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.3 แก้วความต้องการ</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p>

	<p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.4 singing world</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไต่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.5 ชีรรอบเมือง</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไต่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.6 เขาวงกต</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไต่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p>
--	--

	<p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.7 นอนตาย</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><b>2.8 แก้อัปเดตใจ</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p>
--	--

### 3. พัฒนาบทละคร

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
3. เพื่อฝึกฝนการสร้างบทละครจากเงื่อนไข หรือ	<p><b>3.1 สร้างเรื่องราวจากคำที่กำหนด</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p>

<p>สถานการณ์ที่กำหนด รวมทั้งสร้างสรรค์บทละครขึ้นเองได้</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> <li><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</li> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> <li><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</li> <li>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> </ul> <p><b>3.2 ละครต้นสด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</li> <li><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</li> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> <li><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</li> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> <li><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</li> <li>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> </ul> <p><b>3.3 อนุสาวรีย์</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</li> <li><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</li> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> <li><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</li> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> <li><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</li> <li>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> </ul> <p><b>3.4 ละคร 3 ฉาก</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</li> <li><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</li> </ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> <li><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</li> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> <li><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</li> <li>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> </ul>
--	--

#### 4. กระบวนการซ่อม

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
<p>4. เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้กระบวนการทำงานร่วมกับผู้อื่นและสามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่นได้</p>	<p>4.1 กิจกรรมซ่อมละครและเตรียมการแสดง</p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> <li><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</li> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> <li><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</li> <li>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> </ul>

#### 5. แสดงละคร

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
<p>5. เพื่อให้ผู้เรียนได้แสดงถึงความรู้สึกนึกคิดที่ตนเองต้องการสื่อสารให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจได้</p>	<p>5.1 กิจกรรมแสดงละคร</p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</li> <li><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</li> <li>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</li> <li><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</li> </ul>

	- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว
--	---

### 6. ถอดบทเรียน

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
6. เพื่อให้ผู้เรียนได้รู้จักการสะท้อนผลย้อนกลับในตนเอง และร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่นผ่านการถอดบทเรียน	<p><b>6.1 กิจกรรมถอดบทเรียน</b></p> <p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกิจกรรม และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม ไปทดลองใช้กับกิจกรรมเดิมพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p>

ตารางที่ 2 กิจกรรมการใช้แนวความคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์

ระยะที่ 2 : หลังจากนำประสบการณ์จากกิจกรรมการใช้แนวความคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ไปใช้ในชีวิตประจำวัน

วัตถุประสงค์	กิจกรรมและขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม
1. เพื่อให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรมละครประยุกต์ ไปใช้ในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองได้	<p><u>ขั้นที่ 1</u> เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันจากระยะที่ 1</p> <p><u>ขั้นที่ 2</u> สะท้อนประสบการณ์</p> <p>สะท้อนประสบการณ์จากกิจกรรมละครประยุกต์ทั้งหมดโดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน</p> <p><u>ขั้นที่ 3</u> ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม</p> <p>ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันสรุปเป็นหลักการนามธรรม เพื่อนำไปทดลองปฏิบัติในชีวิตประจำวันและจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว</p> <p><u>ขั้นที่ 4</u> ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง</p> <p>ผู้เรียนแต่ละคนนำความรู้และประสบการณ์จากกิจกรรม ไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองพร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว พร้อมทั้งผู้วิจัย</p>



	กลับมาสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน หรือจัดวงเสวนาพูดคุยหลังจากนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาความเชื่อมั่นของตนเอง หรือพัฒนาตนเองส่วนอื่น
--	---

## 2. แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

ผู้วิจัยพัฒนาจากงานแบบวัดของ ภาณุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร (2550) ซึ่งใช้แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองกับกลุ่มสตรีอายุ 13-18 ปี จำแนกตามพฤติกรรมการมีความเชื่อมั่นในตนเอง แบ่งออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านการกล้าแสดงออก จำนวน 10 ข้อ (2) ด้านการกล้าตัดสินใจ จำนวน 8 ข้อ (3) ด้านการกล้าเผชิญความจริง จำนวน 11 ข้อ (4) ด้านความมั่นคงทางจิตใจ จำนวน 8 ข้อ (5) ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ จำนวน 7 ข้อ รวมทั้งหมด 44 ข้อ

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองดังกล่าวซึ่งมีความสอดคล้องกับบริบทที่เป็นเยาวชนในสถานสงเคราะห์อายุ 14-17 ปี และข้อคำถามมีลักษณะภาษาใกล้เคียงกับตัวอย่าง ผู้วิจัยเห็นว่ามีความเหมาะสม สามารถนำมาปรับใช้และพัฒนาข้อคำถามโดยครอบคลุมองค์ประกอบของความเชื่อมั่นในตนเอง ได้ข้อคำถามจำนวน 44 ข้อ จำแนกได้ทั้งหมด 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการกล้าแสดงออก ด้านการกล้าตัดสินใจ ด้านการกล้าเผชิญความจริง ด้านความมั่นคงทางจิตใจและด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อให้เหมาะสมกับตัวอย่าง

โดยจำแนกตามจำนวนข้อจากแต่ละด้านดังนี้

1. ด้านการกล้าแสดงออกได้แก่ข้อ 5, 10, 11, 18, 32, 36, 37, 39, 40 รวม 9 ข้อ
2. ด้านการกล้าตัดสินใจได้แก่ข้อ 2, 7, 12, 13, 15, 19, 21, 27 รวม 8 ข้อ
3. ด้านการกล้าเผชิญความจริงได้แก่ข้อ 3, 6, 8, 22, 24, 25, 30, 34, 38 รวม 9 ข้อ
4. ด้านความมั่นคงทางจิตใจได้แก่ข้อ 4, 9, 14, 28, 29, 33, 35, 41 รวม 8 ข้อ
5. ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ได้แก่ข้อ 1, 16, 17, 20, 23, 26, 31 รวม 7 ข้อ

แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองในการวิจัยทั้ง 41 ข้อ ประกอบด้วยข้อที่มีความหมายเป็นบวก จำนวน 16 ข้อ ได้แก่ 1, 2, 6, 10, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 30, 31, 34, 37 และข้อที่มีความหมายด้านลบ จำนวน 28 ข้อ ได้แก่ 3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 21, 22, 25, 28, 29, 32, 33, 35, 36, 38, 39, 40, 41

วิธีการตอบและการให้คะแนน ให้ผู้ตอบอ่านในแต่ละข้อ ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว ให้ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบ ตอบทีละข้อทั้งหมด 41 ข้อ ดังนี้

บ่อยครั้งที่สุด	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้งที่สุด	ได้ 5 คะแนน
บ่อยครั้ง	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้ง	ได้ 4 คะแนน
ไม่แน่ใจ	หมายถึง	ไม่แน่ใจในความรู้สึกนั้น	ได้ 3 คะแนน
นาน ๆ ครั้ง	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นนั้น ๆ ครั้ง	ได้ 2 คะแนน
ไม่เคย	หมายถึง	ไม่เคยมีความรู้สึกเช่นนั้น	ได้ 1 คะแนน

ข้อความที่มีความหมายด้านลบให้คะแนนตรงกันข้ามดังนี้

บ่อยครั้งที่สุด	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้งที่สุด	ได้ 1 คะแนน
บ่อยครั้ง	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยครั้ง	ได้ 2 คะแนน

ไม่แน่ใจ	หมายถึง	ไม่แน่ใจในความรู้สึกนั้น	ได้ 3 คะแนน
นาน ๆ ครั้ง	หมายถึง	มีความรู้สึกเช่นนั้นนั้น ๆ ครั้ง	ได้ 4 คะแนน
ไม่เคย	หมายถึง	ไม่เคยมีความรู้สึกเช่นนั้น	ได้ 5 คะแนน

ขั้นตอนในการพัฒนาเครื่องมือมีดังนี้

1. ศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบของลักษณะความเชื่อมั่นในตนเองตามเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ ภาณุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร (2550)

2. นำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองของ ภาณุพันธุ์ ประสิทธิคุณาพร (2550) ที่มีเนื้อหาครอบคลุมเนื้อหาจากการจัดกิจกรรมซึ่งจะนำไปใช้ในการวัดความเชื่อมั่นในตนเองของก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ มาปรับลักษณะของข้อความให้เหมาะสมกับตัวอย่างมากขึ้น 4 ข้อ ได้แก่

ข้อที่ 11	จาก	ฉันจะหัวใจเต้นแรงเมื่อต้องทำอะไรต่อหน้าคนอื่น
	เป็น	ฉันตื่นเต้นทุกทีที่ต้องทำอะไรก็ตามต่อหน้าคนอื่น
ข้อที่ 35	จาก	ฉันชอบเปลี่ยนแผนที่ได้ฉันวางไว้บ่อย ๆ
	เป็น	ฉันไม่ชอบทำตามแผนที่วางไว้
ข้อที่ 37	จาก	ฉันชอบทำงานร่วมกับคนอื่น
	เป็น	ฉันสามารถทำงานกับผู้อื่นได้
ข้อที่ 42	จาก	ฉันชอบคิดเข้าข้างตัวเอง แม้ว่าฉันจะทำผิดก็ตาม
	เป็น	ฉันเชื่อว่าฉันทำถูก แม้คนอื่นจะบอกว่าผิด

3. ผู้วิจัยนำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจ เพื่อความเหมาะสมถูกต้อง และนำแบบทดสอบมาแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

4. ผู้วิจัยนำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองที่ปรับปรุงแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ มีเกณฑ์ดังต่อไปนี้

- ผู้ทรงคุณวุฒิด้านหลักการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน
- ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการวิจัย
- ผู้ทรงคุณวุฒิด้านละคร

ตลอดจนความถูกต้องเหมาะสมของการใช้ภาษาและข้อความ ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์ ค่าดัชนี IOC ตั้งแต่ 0.60 ขึ้นไป (มีผู้ทรงคุณวุฒิเห็นด้วยจำนวน 3 ใน 5 ท่านขึ้นไป) และได้แก้ไขตามข้อเสนอแนะ

5. ผู้วิจัยนำแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองที่ผ่านการปรับปรุงให้สอดคล้องกับตัวอย่างไปหาความเที่ยงทั้งฉบับ โดยนำแบบวัดไปทดลองกับเยาวชนที่มีอายุและลักษณะใกล้เคียงกับเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่ไม่ใช่ตัวอย่าง จากนั้นเมื่อได้ข้อมูล จึงใช้สูตรการหาความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟา ของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) ซึ่ง Cronbach's Alpha มีค่าเป็น .849 ซึ่งถือว่าใช้ได้

### 3. แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง

ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยครอบคลุมองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการกล้าแสดงออก ด้านการกล้าตัดสินใจ ด้านการกล้าเผชิญความจริง ด้านความมั่นคงทางจิตใจและด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพื่อให้เหมาะสมกับตัวอย่าง โดยแบบสังเกตนี้ผู้วิจัยเป็นผู้ประเมินพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมกิจกรรม

วิธีการสังเกตและบันทึกข้อมูล ให้ผู้สังเกต สังเกตผู้เข้าร่วมกิจกรรมเป็นรายบุคคลว่ามี การแสดงออกถึงคุณลักษณะใดจาก 5 ด้าน ที่เป็นองค์ประกอบของความเชื่อมั่นในตนเอง และบันทึก ข้อมูลลงแบบบันทึกการสังเกต พร้อมทั้งลงชื่อผู้สังเกต เวลา โดยมีเกณฑ์การสังเกตดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3 แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล เรื่องผลการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการ เรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนใน สถานสงเคราะห์



แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมรายบุคคล (วัน...../เวลา.....)

ผู้สังเกต..... ผู้ถูกสังเกต..... สถานที่.....

คำชี้แจง ให้ผู้สังเกตทำเครื่องหมายกากบาท X ในกรอบสี่เหลี่ยม  ที่ผู้เรียนแสดงพฤติกรรม

พร้อมทั้งบันทึกรายละเอียดพฤติกรรมที่สังเกตได้ในพื้นที่ที่กำหนดให้และลงวัน/เวลาทุกครั้ง

พฤติกรรมสำคัญของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง	พฤติกรรม/ทักษะอื่น ๆ ที่สังเกตเห็น
<b>1. ด้านการกล้าแสดงออก</b> <input type="checkbox"/> (1) แสดงท่าทางและ/หรือสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างไม่ลังเล <input type="checkbox"/> (2) แสดงท่าทางกระตือรือร้นในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ <input type="checkbox"/> (3) พุดแสดงความคิดเห็น ชักถาม และอธิบายได้ด้วยเหตุผล <input type="checkbox"/> (4) ไม่สะทกสะท้าน ไม่หวาดผวา ต่อสายตาของบุคคลอื่น	
<b>2. ด้านการกล้าตัดสินใจ</b> <input type="checkbox"/> (5) สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่มอบให้ได้ <input type="checkbox"/> (6) มีการวางแผนงานอย่างรอบคอบก่อนการแสดงท่าทาง <input type="checkbox"/> (7) แสดงท่าทางตามเจตย์ได้โดยใช้ความคิดของตนเอง <input type="checkbox"/> (8) ไม่ลังเลและตัดสินใจแสดงหรือร่วมทำกิจกรรมได้ในทันที	
<b>3. ด้านการกล้าเผชิญความจริง</b> <input type="checkbox"/> (9) ไม่แสดงอารมณ์โกรธและเศร้าหมองเมื่อเห็นสิ่งที่ไม่เป็นไปตามต้องการ <input type="checkbox"/> (10) ไม่แสดงอาการเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์หลังการแสดงท่าทาง <input type="checkbox"/> (11) ไม่หลีกเลี่ยงต่อปัญหาหรืออุปสรรคที่ต้องเผชิญ <input type="checkbox"/> (12) แสดงความรับผิดชอบต่อผลงานของตนเอง	
<b>4. ด้านความมั่นคงทางจิตใจ</b> <input type="checkbox"/> (13) ไม่แสดงอาการสั่นตงใจเมื่อต้องแสดงต่อหน้าคนอื่น <input type="checkbox"/> (14) ไม่แสดงอาการวิตกกังวลก่อนการแสดงต่อหน้าคนอื่น <input type="checkbox"/> (15) ไม่เชื่อหรือไม่กระทำตามคำพูดผู้อื่นโดยปราศจากเหตุผล <input type="checkbox"/> (16) มีสติ รับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นตรงหน้า โดยไม่หลีกเลี่ยง	
<b>5. ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์</b> <input type="checkbox"/> (17) พุดแสดงความคิดที่แปลกใหม่ ไม่ลอกเลียนแบบคนอื่น <input type="checkbox"/> (18) ยึดมั่นแจ่มใส พึงพอใจ ภูมิใจ กับการแก้ปัญหาด้วยตนเอง <input type="checkbox"/> (19) ยึดมั่นแจ่มใส พึงพอใจกับการเสนอความคิดของตนเองกับคนอื่นในกลุ่ม <input type="checkbox"/> (20) มองเหตุการณ์และกล่าวคำพูดในเชิงบวก	

ระดับของพฤติกรรมที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง

น้อย	หมายถึง	ผู้เรียนมีการแสดงพฤติกรรม	0-5	จาก 20 ข้อ
ปานกลาง	หมายถึง	ผู้เรียนมีการแสดงพฤติกรรม	6-10	จาก 20 ข้อ
มาก	หมายถึง	ผู้เรียนมีการแสดงพฤติกรรม	11-15	จาก 20 ข้อ
มากที่สุด	หมายถึง	ผู้เรียนมีการแสดงพฤติกรรม	16-20	จาก 20 ข้อ
<input type="checkbox"/> น้อย		<input type="checkbox"/> ค่อนข้างน้อย	<input type="checkbox"/> ค่อนข้างมาก	<input type="checkbox"/> มาก

สรุปความคิดเห็นของผู้สังเกต .....

.....

.....

### ขั้นตอนในการพัฒนาเครื่องมือดังนี้

1. ศึกษาวิเคราะห์องค์ประกอบของลักษณะความเชื่อมั่นในตนเองตามเอกสารและงานวิจัยของ ภาณุพันธุ์ ประสิทธิ์คุณาพร (2550)
2. ศึกษาวิธีการสร้างแบบสังเกตจากหนังสือ และเอกสารที่เกี่ยวข้อง
3. ผู้วิจัยนำแบบสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจ เพื่อดูความเหมาะสมถูกต้อง และนำแบบสังเกตมาแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา
4. ผู้วิจัยนำแบบสังเกตความเชื่อมั่นในตนเองที่ปรับปรุงแล้วไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยเกณฑ์การคัดเลือกผู้ทรงคุณวุฒิ มีเกณฑ์ดังต่อไปนี้
  - ผู้ทรงคุณวุฒิด้านหลักการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน
  - ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการวิจัย
  - ผู้ทรงคุณวุฒิด้านละคร

ตลอดจนความถูกต้องเหมาะสมของแผนการจัดการเรียนรู้จากกิจกรรม โดยผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์ความเหมาะสมโดยใช้ค่าเฉลี่ยเลขคณิต คือค่าเฉลี่ยเลขคณิตต้องมากกว่า 2 คะแนนขึ้นไปถึงจะถือว่าใช้ได้ ซึ่งในแต่ละข้อของแบบประเมินความเหมาะสม ได้คะแนนมากกว่า 2 คะแนนขึ้นไป และค่าเฉลี่ยของแบบประเมินความเหมาะสมอยู่ที่ 2.73 คะแนน ดังนั้น แผนการจัดการเรียนรู้จากกิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์จึงนำมาใช้ได้

โดยเนื้อหากิจกรรมที่ใช้จัดเป็นกิจกรรมเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ช่วยให้เยาวชนในสถานสงเคราะห์เกิดการเรียนรู้และเกิดความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นตามหลักการของ พอร์ตัน ดำรง ซึ่งการจัดกิจกรรมนี้เป็นไปตามความต้องการของผู้เข้าร่วมกิจกรรม ดังนั้นผู้วิจัยจึงต้องจัดกิจกรรมให้ตรงกับความต้องการของผู้เข้าร่วม สนุกสนาน และเป็นบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ ประกอบไปด้วย การสร้างจินตนาการ ฝึกการสื่อสาร จนสามารถสร้างละครเพื่อนำประเด็นจากละครมาร่วมกันถกคิด และวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นจากละครได้ ซึ่งในแต่ละกระบวนการ ผู้เข้าร่วมจะได้รับการฝึกที่สามารถทำได้ ประสบความสำเร็จซ้ำ ๆ จนเกิดความมั่นใจในตนเองขึ้น ดังนั้นผู้วิจัยเห็นว่า จึงกิจกรรมละครการศึกษา มีความเหมาะสมในการนำไปจัดกิจกรรมเพื่อสร้างความมั่นใจในตนเองให้เกิดขึ้นกับเยาวชนในสถานสงเคราะห์ต่อไป

### 4. สมุดบันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และใบกิจกรรม

ผู้วิจัยได้กำหนดให้ทุกคนมีการบันทึกข้อมูล ความรู้ สิ่งที่ตนเองได้รับทุกครั้งที่มีการจัดกิจกรรม ซึ่งทั้งผู้วิจัยและผู้เรียน จะบันทึกอะไรลงไปในสมุดก็ได้ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงคุณภาพที่สะท้อนมุมมองที่กว้างขึ้นกว่าการสังเกตได้

### การทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลตามลำดับดังนี้

1. ผู้วิจัยส่งหนังสือจากคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัย ถึงผู้อำนวยการ สถานสงเคราะห์
2. ผู้วิจัยได้ทำการวัดความเชื่อมั่นในตนเองของทั้ง 2 กลุ่ม ก่อนการทดลอง ทั้งเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์
3. ผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์การเรียนการสอน การดำเนินกิจกรรม การประเมินผล ระยะเวลาที่จัดกิจกรรมและประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม
4. ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง กับผู้เข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง ซึ่งจะมีการถ่ายภาพเคลื่อนไหวโดยการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองและอธิบายกิจกรรมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งรายบุคคล และรายกลุ่ม
5. ผู้วิจัยใช้ผลงานการแสดงที่ได้จากผู้เข้าร่วมกิจกรรมและวิเคราะห์สิ่งที่ได้จากแต่ละกิจกรรม
6. ผู้วิจัยได้ทำการวัดความเชื่อมั่นในตนเองของทั้ง 2 กลุ่ม หลังการทดลอง ทั้งเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์
7. นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

#### 1. ข้อมูลที่ได้มาจากแบบวัด

(1) นำผลที่ได้มาแจกแจงหาความถี่ ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) นำเสนอข้อมูลในตารางประกอบความเรียง

เมื่อได้ค่ามัชฌิมเลขคณิตแต่ละข้อ มีจุดทศนิยม 2 ตำแหน่ง โดยจะมีความหมายดังนี้

4.50-5.00	หมายถึง	มีความถี่ในเชิงบวก	มากที่สุด
3.50-4.49	หมายถึง	มีความถี่ในเชิงบวก	มาก
2.50-3.49	หมายถึง	มีความถี่ในเชิงบวก	ปานกลาง
1.50-2.49	หมายถึง	มีความถี่ในเชิงบวก	น้อย
0.50-1.49	หมายถึง	มีความถี่ในเชิงบวก	น้อยที่สุด

สูตรหาค่ามัชฌิมเลขคณิต (ประคอง กรรณสูตร, 2525)

$$\bar{x} = \frac{\sum fx}{N}$$

เมื่อ  $\bar{x}$  แทนค่ามัชฌิมเลขคณิต

$fx$  แทนผลคูณระหว่างคะแนนกับความถี่ของคะแนนนั้น

$N$  แทนจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

สูตรหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) (สุวัฒน์ อุทัยรัตน์, 2545)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum fX^2 - (\sum fX)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ	S.D.	แทนความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	$X$	แทนคะแนนที่กำหนดตามสเกล
	$f$	แทนจำนวนผู้ตอบแต่ละข้อคำถาม
	$N$	แทนจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด

(2) นำผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมมาเปรียบเทียบ โดยหาค่า (t-test dependent) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียง

การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่ไม่เป็นอิสระจากกัน หรือค่าเฉลี่ย 2 ค่าที่ได้จากข้อมูล 2 ชุดซึ่งสัมพันธ์กันใช้ t-test for dependent samples (McGraw-Hill, 1989)

$$\text{สูตร} \quad t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n-1}}}, df = n-1$$

เมื่อ	$D$	แทน ความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่
	$n$	แทนจำนวนคู่

(3) เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 กับ 2 โดยหลังจากการแสดงใหญ่แล้วทั้งก่อนการทดลองกับหลังการทดลองโดยใช้ t-independent

การทดสอบค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความเชื่อมั่นในตนเอง ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เรียนโดยเครื่องมือที่ใช้วัดได้แก่ แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง

ใช้สถิติ ที (t-test) (สุวัฒน์ อุษัยรัตน์, 2545) ซึ่งมีสูตร ดังนี้

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left[ \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right]}}, df = n_1 + n_2 - 2$$

เมื่อ	$t$	แทนค่าอัตราส่วน
	$\bar{x}_1$	แทนค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มทดลอง
	$\bar{x}_2$	แทนค่าเฉลี่ยคะแนนของกลุ่มควบคุม
	$S_1^2$	แทนค่าความแปรปรวนของกลุ่มทดลอง
	$S_2^2$	แทนค่าความแปรปรวนของกลุ่มควบคุม
	$n_1$	แทนขนาดของกลุ่มทดลอง
	$n_2$	แทนขนาดของกลุ่มควบคุม
	$df$	แทนค่าขั้นแห่งความเป็นอิสระ

(4) การตรวจสอบความเที่ยงสูตรการหาความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient) อ่างใน (เอกวิทย์ แก้วประดิษฐ์, 2537) ซึ่งมีสูตรดังนี้

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma^2}\right)$$

เมื่อ	$\alpha$	แทนค่าสัมประสิทธิ์ของความเที่ยง
	$k$	แทนจำนวนข้อคำถามทั้งหมดในแบบสอบถาม
	$\sigma_i^2$	แทนค่าความแปรปรวนรายข้อของแบบสอบถาม
	$\sigma^2$	แทนค่าความแปรปรวนของแบบสอบถามทั้งหมด

## 2. ข้อมูลที่ได้มาจากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม

(1) กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนตามหลักของ Likert Scale คือ

$$(\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}) / \text{จำนวนช่วงชั้น} = (20-0) / 4 = 5$$

(2) นำความถี่จากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมมาสรุปจำนวนข้อ แล้วนำจำนวนข้อที่ได้เปรียบเทียบกับเกณฑ์การแสดงผลพฤติกรรมที่กำหนด ว่าจำนวนความถี่/จำนวนข้อ อยู่ในระดับใด แล้วสรุปข้อมูลจากเกณฑ์ดังนี้

0-5	ข้อ หมายถึง ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองน้อย
6-10	ข้อ หมายถึง ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองปานกลาง
11-15	ข้อ หมายถึง ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมาก
16-20	ข้อ หมายถึง ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากที่สุด

## 3. ข้อมูลที่ได้มาจากสมุดบันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และไปกิจกรรม

นำมาใช้ในการอธิบายปรากฏการณ์จากกิจกรรมในเชิงคุณภาพเพื่อประกอบกับข้อมูลจากแบบวัดให้ข้อมูลน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” ผู้วิจัยได้ทดสอบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ร่วมกิจกรรม ก่อนและหลังการทดลอง ด้วยแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองและจากแบบสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนน หลังการทดลองโดยการทดสอบค่าที (t-test) นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปของตารางประกอบคำอธิบายเป็นความเรียง รายละเอียดของผลการวิเคราะห์ข้อมูล นอกจากนี้ยังมีการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพได้แก่การสัมภาษณ์ สังเกต และให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมบันทึกสิ่งที่ตนเองได้รับผ่านสมุดบันทึกหรืออัดเสียงรวมทั้งชิ้นงานจากกิจกรรม โดยผู้วิจัยจะนำเสนอเป็น 2 ตอนตามลำดับดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการทดลองจัดกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ ซึ่งนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

(1) เปรียบเทียบผลความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลัง การทดลองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์

(2) เปรียบเทียบผลความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลัง การทดลองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

(3) เปรียบเทียบผลความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลองระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

ตอนที่ 2 ผลการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

(1) ผลการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์

(2) ผลการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

ตอนที่ 1 ผลการทดลองจัดกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละคร  
ประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

ซึ่งนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ใน  
สถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2- tailed)
		$\bar{x}$	<i>S.D.</i>	$\bar{x}$	<i>S.D.</i>		
1	ฉันมักทดลองสิ่งใหม่ ๆ เสนอแนะสิ่งใหม่ ๆ และ ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ	2.8462	0.89872	3.7692	1.01274	-3.860	.002
2	ฉันมักเป็นผู้นำในการ เลือกทำสิ่งต่าง ๆ ใน กลุ่มของฉัน	2.8462	1.06819	3.3846	0.96077	-1.723	.110
3	ฉันรู้สึกว่าการยอมแพ้ ทำให้สบายใจกว่าการ ต่อสู้	3.0769	1.03775	3.4615	1.19829	-1.237	.240
4	ฉันทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เสมอ	2.9231	1.25576	2.8462	1.14354	.291	.776
5	ฉันไม่ชอบพูดต่อหน้า คนมาก ๆ	2.9231	1.11516	2.6154	1.44559	.805	.436
6	ฉันสามารถกล่าวคำขอ โทษผู้อื่นเมื่อฉันทำผิด	4.8462	0.37553	4.3846	1.19293	1.389	.190
7	ฉันไม่ชอบคิดอะไรเอง ชอบให้ผู้อื่นคอยบอกให้ ทำทุกครั้ง	3.4615	1.05003	3.6154	1.19293	-4.13	.687
8	ฉันรู้สึกอยากจะถูกหนี เมื่อถูกคนอื่นตำหนิ	3.3077	1.25064	3.3846	1.3253	-.179	.861
9	ฉันชอบคิดมากเวลาถูก ผู้อื่นตำหนิ	2.3846	1.1209	3.1538	1.28103	-2.379	.035
10	ฉันไม่กลัวที่จะพูดความ จริง	3.0769	1.38212	3.6923	1.18213	-1.230	.242
11	ฉันตื่นเต้นทุกทีที่ต้องทำ อะไรก็ตามต่อหน้าคน อื่น	2.1538	1.28103	2.5385	1.45002	-1.100	.293

12	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยาก	3.3077	0.94733	3.0769	1.18754	.640	.534
13	ฉันรู้สึกลำบากใจ ถ้าต้องตัดสินใจด้วยตนเอง	2.7692	1.09193	3.2308	0.92681	-1.585	.139
14	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น	2.7692	1.09193	3.4615	1.39137	-1.671	.121
15	ฉันตัดสินใจไม่ได้ว่า จะทำอะไรก่อนและหลัง	3.1538	1.06819	3.5385	0.87706	-1.237	.240
16	ฉันมีความสุขที่ได้คิดอะไรแปลก ๆ ใหม่ ๆ	4.1538	0.5547	4.3846	0.86972	-.898	.387
17	ฉันชอบเปลี่ยนแปลง หรือ ประดิษฐ์สิ่งของ	3	1.1547	3.9231	0.95407	-2.650	.021
18	เวลาฉันได้คุยกับคนอื่น ฉันจะรู้สึกสนุกและมีความสุข	4.0769	1.25576	4.4615	0.87706	-1.100	.293
19	ฉันไม่ชอบการแก้ปัญหา	3.2308	1.30089	3.6154	1.19293	-.835	.420
20	ฉันเบื่อที่จะต้องทำสิ่งเดิม ๆ	2.6923	1.25064	3	1.35401	-.843	.416
21	ฉันชอบหลีกเลี่ยงปัญหา	3.7692	0.92681	3.8462	0.9871	-.234	.819
22	ฉันพอใจกับการแก้ปัญหาของตนเอง	3.7692	1.09193	4.0769	0.75955	-1.298	.219
23	ฉันยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามต้องการได้	3.3846	1.19293	3.6923	0.94733	-1.075	.303
24	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง	2.6154	1.38675	2.7692	1.16575	-.341	.739
25	ฉันมีแนวทางชีวิตเป็นของฉัน	3.5385	0.96742	3.8462	1.06819	-1.171	.264
26	ก่อนทำอะไรสักอย่าง ฉันจะวางแผนก่อนเสมอ	3.3077	0.75107	4	1	-2.112	.056
27	เมื่อไม่มีใครอยู่ใกล้ ๆ ฉันจะรู้สึกกลัว	2.6154	1.19293	3.6154	1.1209	-3.606	.004
28	เมื่อฉันโดนว่ากล่าว ตักเตือนต่อหน้าคนอื่น ฉันจะรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง	2.0769	0.95407	2.3077	1.03155	-1.000	.337

29	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันได้ ทำลงไป	3.6154	1.1209	3.9231	1.11516	-1.298	.219
30	ฉันรู้สึกที่ง และ ประหลาดใจเมื่อเห็น สิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ	3.3846	1.26085	3.8462	1.06819	-1.251	.235
31	ฉันรู้สึกกว่าตนเองเป็นคน ขี้อาย	3	1	3.1538	1.21423	-.562	.584
32	เมื่อฉันคุยกับคนแปลก หน้าฉันจะวางตัวไม่ถูก	2.7692	1.42325	2.9231	1.11516	-.341	.739
33	ฉันยินดีจะปรับปรุง ตัวเอง เมื่อถูกผู้อื่น ตำหนิ	4.1538	0.89872	4.5385	0.66023	-1.806	.096
34	ฉันไม่ชอบเดินคน กิน ข้าวคนเดียว หรือทำ อะไรคนเดียว	2.1538	0.9871	3	1.22474	-2.513	.027
35	ฉันจะมีข้อสงสัยเมื่อต้องพูด หรือทำสิ่งต่าง ๆ ต่อ หน้าคนหมู่มาก	1.8462	1.06819	2.4615	1.26592	-1.979	.071
36	ฉันรู้สึกท้อใจเมื่อทำงาน ร่วมกับผู้อื่น	3.0769	1.25576	3.2308	0.72501	-.617	.549
37	ฉันมักจะกลัวว่าสิ่งที่ฉัน คิดจะไม่เป็นจริง	2.8462	1.3445	2.6923	1.25064	.379	.711
38	ฉันไม่มั่นใจที่ต้องทำ อะไรตามลำพัง	2.8462	1.14354	3.3077	1.03155	-2.521	.027
39	เมื่อฉันไม่เข้าใจ ฉันไม่ กล้าถามใคร	2.9231	1.03775	3.6154	1.19293	-1.897	.082
40	เมื่อมีคนจ้องฉันมาก ๆ ฉันก็ไม่หวั่นไหว	3.6154	1.19293	2.4615	0.96742	2.560	.025
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.1077</b>	<b>.43617</b>	<b>3.4212</b>	<b>.47036</b>	<b>-4.166</b>	<b>.001</b>

จากตารางที่ 4 พบว่า หลังจากที่ยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตาม  
แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง  
คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์มีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์  
กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการ  
ละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านการกล้าตัดสินใจ

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S. D.	$\bar{x}$	S. D.		
2	ฉันมักเป็นผู้นำในการเลือกทำสิ่งต่าง ๆ ในกลุ่มของฉัน	2.8462	1.06819	3.3846	0.96077	-1.723	.110
7	ฉันไม่ชอบคิดอะไรเอง ชอบให้ผู้อื่นคอยบอกให้ทำทุกครั้ง	3.4615	1.05003	3.6154	1.19293	-4.13	.687
12	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยาก	3.3077	0.94733	3.0769	1.18754	.640	.534
13	ฉันรู้สึกลำบากใจ ถ้าต้องตัดสินใจด้วยตนเอง	2.7692	1.09193	3.2308	0.92681	-1.585	.139
15	ฉันตัดสินใจไม่ได้ว่าจะต้องทำอะไรก่อนและหลัง	3.1538	1.06819	3.5385	0.87706	-1.237	.240
19	ฉันไม่ชอบการแก้ปัญหา	3.2308	1.30089	3.6154	1.19293	-.835	.420
26	ก่อนทำอะไรสักอย่างฉันจะวางแผนก่อนเสมอ	3.3077	0.75107	4	1	-2.112	.056
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.1538</b>	<b>.57871</b>	<b>3.4945</b>	<b>.58790</b>	<b>-2.753</b>	<b>.018</b>

จากตารางที่ 5 พบว่า หลังจากที่ยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ในด้านการกล้าตัดสินใจมีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านการกล้าตัดสินใจ

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านการกล้าเผชิญความจริง

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S. D.	$\bar{x}$	S. D.		
3	ฉันรู้สึกว่าการยอมแพ้ ทำให้สบายใจกว่าการต่อสู้	3.0769	1.03775	3.4615	1.19829	-1.237	.240
6	ฉันสามารถกล่าวคำขอโทษผู้อื่นเมื่อนั้นทำผิด	4.8462	0.37553	4.3846	1.19293	1.389	.190
8	ฉันรู้สึกอยากจะลุกหนี เมื่อถูกคนอื่นตำหนิ	3.3077	1.25064	3.3846	1.3253	-1.179	.861
21	ฉันชอบหลีกเลี่ยงปัญหา	3.7692	0.92681	3.8462	0.9871	-.234	.819
23	ฉันยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามต้องการได้	3.3846	1.19293	3.6923	0.94733	-1.075	.303
24	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง	2.6154	1.38675	2.7692	1.16575	-.341	.739
29	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันได้ทำลงไป	3.6154	1.1209	3.9231	1.11516	-1.298	.219
33	ฉันยินดีจะปรับปรุงตัวเอง เมื่อถูกผู้อื่นตำหนิ	4.1538	0.89872	4.5385	0.66023	-1.806	.096
37	ฉันมักจะกลัวว่าสิ่งที่ฉันคิดจะไม่เป็นจริง	2.8462	1.3445	2.6923	1.25064	.379	.711
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.5128</b>	<b>.48121</b>	<b>3.6325</b>	<b>.53554</b>	<b>-1.017</b>	<b>.329</b>

จากตารางที่ 6 พบว่า หลังจากที่ยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองคะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ในด้านการกล้าเผชิญความจริงมีค่าสูงขึ้น แต่ไม่มีความสัมพันธ์กันที่ระดับนัยสำคัญ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้

จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้น้อยในด้านการกล้าเผชิญความจริง

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านการกล้าแสดงออก

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
5	ฉันไม่ชอบพูดต่อหน้าคนมาก ๆ	2.9231	1.11516	2.6154	1.44559	.805	.436
10	ฉันไม่กลัวที่จะพูดความจริง	3.0769	1.38212	3.6923	1.18213	-1.230	.242
11	ฉันตื่นเต้นทุกทีที่ต้องทำอะไรก็ตามต่อหน้าคนอื่น	2.1538	1.28103	2.5385	1.45002	-1.100	.293
18	เวลาฉันได้คุยกับคนอื่น ฉันจะรู้สึกสนุกและมีความสุข	4.0769	1.25576	4.4615	0.87706	-1.100	.293
31	ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนขี้อาย	3	1	3.1538	1.21423	-.562	.584
35	ฉันจะมีมือสั่นเมื่อต้องพูดหรือทำสิ่งต่าง ๆ ต่อหน้าคนหมู่มาก	1.8462	1.06819	2.4615	1.26592	-1.979	.071
36	ฉันรู้สึกท้อใจเมื่อทำงานร่วมกับผู้อื่น	3.0769	1.25576	3.2308	0.72501	-.617	.549
38	ฉันไม่มั่นใจที่ต้องทำอะไรตามลำพัง	2.8462	1.14354	3.3077	1.03155	-2.521	.027
39	เมื่อฉันไม่เข้าใจ ฉันไม่กล้าถามใคร	2.9231	1.03775	3.6154	1.19293	-1.897	.082
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>2.8803</b>	<b>.59224</b>	<b>3.6325</b>	<b>.53554</b>	<b>-4.517</b>	<b>.001</b>

จากตารางที่ 7 พบว่า หลังจากที่เยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองคะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ในด้านการกล้าแสดงออกมีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จาก

ประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านการกล้าแสดงออก

ตารางที่ 8 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1	ฉันมักทดลองสิ่งใหม่ ๆ เสนอแนะสิ่งใหม่ ๆ และทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ	2.8462	0.89872	3.7692	1.01274	-3.860	.002
16	ฉันมีความสุขที่ได้คิดอะไรแปลก ๆ ใหม่ ๆ	4.1538	0.5547	4.3846	0.86972	-.898	.387
17	ฉันชอบดัดแปลงหรือประดิษฐ์สิ่งของ	3	1.1547	3.9231	0.95407	-2.650	.021
20	ฉันเบื่อกับสิ่งที่ต้องทำซ้ำ ๆ เดิม ๆ	2.6923	1.25064	3	1.35401	-.843	.416
22	ฉันพอใจกับการแก้ปัญหาของตนเอง	3.7692	1.09193	4.0769	0.75955	-1.298	.219
25	ฉันมีแนวทางชีวิตเป็นของฉัน	3.5385	0.96742	3.8462	1.06819	-1.171	.264
30	ฉันรู้สึกทึ่งและประหลาดใจเมื่อเห็นสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ	3.3846	1.26085	3.8462	1.06819	-1.251	.235
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.3407</b>	<b>.47573</b>	<b>3.8352</b>	<b>.50456</b>	<b>-3.746</b>	<b>.003</b>

จากตารางที่ 8 พบว่า หลังจากที่เยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ในด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์มีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์



ตารางที่ 9 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 13 คน ด้านความมั่นคงทางจิตใจ

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S. D.	$\bar{x}$	S. D.		
4	ฉันทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เสมอ	2.9231	1.25576	2.8462	1.14354	.291	.776
9	ฉันชอบคิดมากเวลาถูกผู้อื่นตำหนิ	2.3846	1.1209	3.1538	1.28103	-2.379	.035
14	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น	2.7692	1.09193	3.4615	1.39137	-1.671	.121
27	เมื่อไม่มีใครอยู่ใกล้ ๆ ฉันจะรู้สึกกลัว	2.6154	1.19293	3.6154	1.1209	-3.606	.004
28	เมื่อฉันโดนว่ากล่าวตักเตือนต่อหน้าคนอื่น ฉันจะรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง	2.0769	0.95407	2.3077	1.03155	-1.000	.337
32	เมื่อฉันคุยกับคนแปลกหน้าฉันจะวางตัวไม่ถูก	2.7692	1.42325	2.9231	1.11516	-.341	.739
34	ฉันไม่ชอบเดินคนเดียว หรือทำอะไรคนเดียว	2.1538	0.9871	3	1.22474	-2.513	.027
40	เมื่อมีคนจ้องฉันมาก ๆ ฉันก็ไม่หวั่นไหว	3.6154	1.19293	2.4615	0.96742	2.560	.025
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>2.6635</b>	<b>.65428</b>	<b>2.9712</b>	<b>.73802</b>	<b>-2.468</b>	<b>.030</b>

จากตารางที่ 9 พบว่า หลังจากที่ยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ในด้านความมั่นคงทางจิตใจ มีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านความมั่นคงทางจิตใจ

ตารางที่ 10 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S. D.	$\bar{x}$	S. D.		
1	ฉันมักทดลองสิ่งใหม่ ๆ เสนอแนะสิ่งใหม่ ๆ และทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ	3.1	0.99443	3.4	0.96609	-.818	.434
2	ฉันมักเป็นผู้นำในการเลือกทำสิ่งต่าง ๆ ในกลุ่มของฉัน	3.2	1.0328	3.7	1.05935	-2.236	.052
3	ฉันรู้สึกว่าการยอมแพ้ทำให้สบายใจกว่าการต่อสู้	3.2	0.78881	3.4	1.17379	-.557	.591
4	ฉันทุกซ์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เสมอ	3.3	1.05935	3.5	0.84984	-.514	.619
5	ฉันไม่ชอบพูดต่อหน้าคนมาก ๆ	3.3	0.94868	3.8	1.13529	-1.246	.244
6	ฉันสามารถกล่าวคำขอโทษผู้อื่นเมื่อฉันทำผิด	3.5	0.97183	4.8	0.42164	-3.545	.006
7	ฉันไม่ชอบคิดอะไรเอง ชอบ让别人คอยบอกให้ทำทุกครั้ง	3.4	0.84327	3.7	0.82327	-1.406	.193
8	ฉันรู้สึกอยากจะถูกหลุมนี้เมื่อถูกคนอื่นตำหนิ	3.4	1.26491	3.6	1.26491	-3.91	.705
9	ฉันชอบคิดมากเวลาถูกผู้อื่นตำหนิ	2.3	0.94868	3	1.33333	-1.769	.111
10	ฉันไม่กลัวที่จะพูดความจริง	3.3	1.05935	4.1	0.73786	-2.449	.037
11	ฉันตื่นเต้นทุกทีที่ต้องทำอะไรก็ตามต่อหน้าคนอื่น	2.4	0.84327	3.1	1.52388	-1.023	.333
12	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยาก	3	1.05409	3.8	0.78881	-3.207	0.11

13	ฉันรู้สึกลำบากใจ ถ้า ต้องตัดสินใจด้วย ตนเอง	3.1	0.8756	4.1	0.8756	-2.739	.023
14	ฉันรู้สึกดียกกว่าผู้อื่น	2.8	1.31656	3.9	0.56765	-2.283	.048
15	ฉันตัดสินใจไม่ได้ว่า จะต้องทำอะไรก่อน และหลัง	3.4	1.17379	4.1	1.19722	-1.561	.153
16	ฉันมีความสุขที่ได้คิด อะไรแปลก ๆ ใหม่ ๆ	3.5	0.52705	4.6	0.96609	-2.905	.017
17	ฉันชอบดัดแปลง หรือ ประดิษฐ์สิ่งของ	3	1.1547	3	1.24722	.000	1.000
18	เวลาฉันได้คุยกับคน อื่น ฉันจะรู้สึกสนุก และมีความสุข	3.9	0.73786	4.9	0.31623	-3.873	.004
19	ฉันไม่ชอบการ แก้ปัญหา	3.7	0.82327	4.2	0.91894	-1.464	.177
20	ฉันเบื่อกับที่จะต้องทำสิ่ง เดิม ๆ	2.6	1.07497	2.8	1.0328	-.375	.716
21	ฉันชอบหลีกเลี่ยง ปัญหา	2.6	1.42984	3.3	1.49443	-2.090	.066
22	ฉันพอใจกับการ แก้ปัญหาของตนเอง	3.7	0.82327	4.1	0.8756	-1.309	.223
23	ฉันยอมรับสิ่งที่ไม่ เป็นไปตามต้องการได้	3.3	0.82327	4	0.66667	-2.689	.025
24	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจใน ความสามารถของ ตนเอง	2	0	3.4	1.3499	-3.280	.010
25	ฉันมีแนวทางชีวิตเป็น ของฉัน	3.5	0.84984	4.1	0.99443	-1.406	.193
26	ก่อนทำอะไรสักอย่าง ฉันจะวางแผนก่อน เสมอ	3.5	0.84984	3.7	1.49443	-.375	.716
27	เมื่อไม่มีใครอยู่ใกล้ ๆ ฉันจะรู้สึกกลัว	3.3	0.94868	4.3	0.94868	-2.372	.042
28	เมื่อฉันโดนว่ากล่าว ตักเตือนต่อหน้าคนอื่น	2.2	1.31656	2.2	1.13529	.000	1.000

	ฉันจะรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง						
29	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันได้ทำลงไป	3.9	0.31623	4.4	0.69921	-2.236	.052
30	ฉันรู้สึกทึ่ง และประหลาดใจเมื่อเห็นสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ	3.3	0.67495	4.8	0.42164	-9.000	.000
31	ฉันรู้สึกว่าคุณเองเป็นคนขี้อาย	2.3	0.82327	3.4	1.17379	-2.538	.032
32	เมื่อฉันคุยกับคนแปลกหน้าฉันจะวางตัวไม่ถูก	3.2	1.0328	3.6	1.26491	-1.000	.343
33	ฉันยินดีจะปรับปรุงตัวเอง เมื่อถูกผู้อื่นตำหนิ	3.8	0.91894	4.2	1.0328	-1.809	.104
34	ฉันไม่ชอบเดินคน กินข้าวคนเดียว หรือทำอะไคนเดียว	3.2	1.13529	3.9	1.1005	-1.769	.111
35	ฉันจะมือสั่นเมื่อต้องพูดหรือทำสิ่งต่าง ๆ ต่อหน้าคนหมู่มาก	3.3	0.94868	3.4	1.42984	-.208	.840
36	ฉันรู้สึกท้อใจเมื่อทำงานร่วมกับผู้อื่น	3.6	0.84327	4.1	1.19722	-1.861	.096
37	ฉันมักจะกลัวว่าสิ่งที่ฉันคิดจะไม่เป็นจริง	2.6	1.26491	3.4	1.42984	-2.228	.053
38	ฉันไม่มั่นใจที่ต้องทำอะไรตามลำพัง	2.6	0.96609	3.9	1.1005	-3.545	.006
39	เมื่อฉันไม่เข้าใจ ฉันไม่กล้าถามใคร	2.8	0.78881	4.2	0.63246	-5.250	.001
40	เมื่อมีคนจ้องฉันมาก ๆ ฉันก็ไม่หวั่นไหว	3.5	0.97183	2.8	1.22927	1.769	.111
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.1400</b>	<b>.22274</b>	<b>3.7675</b>	<b>.36649</b>	<b>-7.771</b>	<b>.000</b>

จากตารางที่ 10 พบว่า หลังจากที่เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์มีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ใน

กระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้

ตารางที่ 11 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านการกล้าตัดสินใจ

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
2	ฉันมักเป็นผู้นำในการเลือกทำสิ่งต่าง ๆ ในกลุ่มของฉัน	3.2	1.0328	3.7	1.05935	-2.236	.052
7	ฉันไม่ชอบคิดอะไรเอง ชอบให้ผู้อื่นคอยบอกให้ทำทุกครั้ง	3.4	0.84327	3.7	0.82327	-1.406	.193
12	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยาก	3	1.05409	3.8	0.78881	-3.207	.011
13	ฉันรู้สึกลำบากใจ ถ้าต้องตัดสินใจด้วยตนเอง	3.1	0.8756	4.1	0.8756	-2.739	.023
15	ฉันตัดสินใจไม่ได้ว่าจะต้องทำอะไรก่อนและหลัง	3.4	1.17379	4.1	1.19722	-1.561	.153
19	ฉันไม่ชอบการแก้ปัญหา	3.7	0.82327	4.2	0.91894	-1.464	.177
26	ก่อนทำอะไรสักอย่างฉันจะวางแผนก่อนเสมอ	3.5	0.84984	3.7	1.49443	-.375	.716
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.1286</b>	<b>.63335</b>	<b>3.5143</b>	<b>.67411</b>	<b>-2.793</b>	<b>.021</b>

จากตารางที่ 11 พบว่า หลังจากที่เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองคะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ด้านการกล้าตัดสินใจมีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านการกล้าตัดสินใจ

ตารางที่ 12 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านการกล้าเผชิญความจริง

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
3	ฉันรู้สึกว่าการยอมแพ้ทำให้สบายใจกว่าการต่อสู้	3.2	0.78881	3.4	1.17379	-0.557	.591
6	ฉันสามารถกล่าวคำขอโทษผู้อื่นเมื่อฉันทำผิด	3.5	0.97183	4.8	0.42164	-3.545	.006
8	ฉันรู้สึกอยากจะถูกหลอกเมื่อถูกคนอื่นตำหนิ	3.4	1.26491	3.6	1.26491	-3.91	.705
21	ฉันชอบหลีกเลี่ยงปัญหา	2.6	1.42984	3.3	1.49443	-2.090	.066
23	ฉันยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามต้องการได้	3.3	0.82327	4	0.66667	-2.689	.025
24	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง	2	0	3.4	1.3499	-3.280	.010
29	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันได้ทำลงไป	3.9	0.31623	4.4	0.69921	-2.236	.052
33	ฉันยินดีจะปรับปรุงตัวเอง เมื่อถูกผู้อื่นตำหนิ	3.8	0.91894	4.2	1.0328	-1.809	.104
37	ฉันมักจะกลัวว่าสิ่งที่ฉันคิดจะไม่เป็นจริง	2.6	1.26491	3.4	1.42984	-2.228	.053
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.1444</b>	<b>.27741</b>	<b>3.8333</b>	<b>.43901</b>	<b>-5.378</b>	<b>.000</b>

จากตารางที่ 12 พบว่า หลังจากที่ยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองคะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ด้านการกล้าเผชิญความจริงมีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านการกล้าเผชิญความจริง

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านการกล้าแสดงออก

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S. D.	$\bar{x}$	S. D.		
5	ฉันไม่ชอบพูดต่อหน้าคนมาก ๆ	3.3	0.94868	3.8	1.13529	-1.246	.244
10	ฉันไม่กลัวที่จะพูดความจริง	3.3	1.05935	4.1	0.73786	-2.449	.037
11	ฉันตื่นเต้นทุกทีที่ต้องทำอะไรก็ตามต่อหน้าคนอื่น	2.4	0.84327	3.1	1.52388	-1.023	.333
18	เวลาฉันได้คุยกับคนอื่น ฉันจะรู้สึกสนุกและมีความสุข	3.9	0.73786	4.9	0.31623	-3.873	.004
31	ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนขี้อาย	2.3	0.82327	3.4	1.17379	-2.538	.032
35	ฉันจะมือสั่นเมื่อต้องพูดหรือทำสิ่งต่าง ๆ ต่อหน้าคนหมู่มาก	3.3	0.94868	3.4	1.42984	-.208	.840
36	ฉันรู้สึกท้อใจเมื่อทำงานร่วมกับผู้อื่น	3.6	0.84327	4.1	1.19722	-1.861	.096
38	ฉันไม่มั่นใจที่ต้องทำอะไรตามลำพัง	2.6	0.96609	3.9	1.1005	-3.545	.006
39	เมื่อฉันไม่เข้าใจ ฉันไม่กล้าถามใคร	2.8	0.78881	4.2	0.63246	-5.250	.001
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>2.9778</b>	<b>.58748</b>	<b>3.6000</b>	<b>.60451</b>	<b>-3.357</b>	<b>.008</b>

จากตารางที่ 13 พบว่า หลังจากที่ยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ด้านการกล้าแสดงออกมีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านการกล้าแสดงออก

ตารางที่ 14 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1	ฉันมักทดลองสิ่งใหม่ ๆ เสนอแนะสิ่งใหม่ ๆ และทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ	3.1	0.99443	3.4	0.96609	-.818	.434
16	ฉันมีความสุขที่ได้คิดอะไรแปลก ๆ ใหม่ ๆ	3.5	0.52705	4.6	0.96609	-2.905	.017
17	ฉันชอบดัดแปลง หรือประดิษฐ์สิ่งของ	3	1.1547	3	1.24722	.000	1.000
20	ฉันเบื่อที่จะต้องทำสิ่งเดิม ๆ	2.6	1.07497	2.8	1.0328	-.375	.716
22	ฉันพอใจกับการแก้ปัญหาของตนเอง	3.7	0.82327	4.1	0.8756	-1.309	.223
25	ฉันมีแนวทางชีวิตเป็นของตัวเอง	3.5	0.84984	4.1	0.99443	-1.406	.193
30	ฉันรู้สึกทึ่ง และประหลาดใจเมื่อเห็นสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ	3.3	0.67495	4.8	0.42164	-9.000	.000
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>3.2429</b>	<b>.26979</b>	<b>3.8286</b>	<b>.34863</b>	<b>-3.911</b>	<b>.004</b>

จากตารางที่ 14 พบว่า หลังจากที่เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง คะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์มีค่าสูงขึ้น โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้ในด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์



ตารางที่ 15 เปรียบเทียบของความเชื่อมั่นในตนเองก่อน-หลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ จำนวน 10 คน ด้านความมั่นคงทางจิตใจ

ข้อที่	ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		ค่าที่ t-test	sig. (2-tailed)
		$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
4	ฉันทุกข์ร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เสมอ	3.3	1.05935	3.5	0.84984	-.514	.619
9	ฉันชอบคิดมากเวลาถูกผู้อื่นตำหนิ	2.3	0.94868	3	1.33333	-1.769	.111
14	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น	2.8	1.31656	3.9	0.56765	-2.283	.048
27	เมื่อไม่มีใครอยู่ใกล้ ๆ ฉันจะรู้สึกกลัว	3.3	0.94868	4.3	0.94868	-2.372	.042
28	เมื่อฉันโดนว่ากล่าวตักเตือนต่อหน้าคนอื่น ฉันจะรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง	2.2	1.31656	2.2	1.13529	.000	1.000
32	เมื่อฉันคุยกับคนแปลกหน้าฉันจะวางตัวไม่ถูก	3.2	1.0328	3.6	1.26491	-1.000	.343
34	ฉันไม่ชอบเดินคนกินข้าวคนเดียว หรือทำอะไรคนเดียว	3.2	1.13529	3.9	1.1005	-1.769	.111
40	เมื่อมีคนจ้องฉันมาก ๆ ฉันก็ไม่หวั่นไหว	3.5	0.97183	2.8	1.22927	1.769	.111
	<b>เฉลี่ยรวม</b>	<b>2.6250</b>	<b>.67700</b>	<b>2.9750</b>	<b>.52967</b>	<b>-1.500</b>	<b>.168</b>

จากตารางที่ 15 พบว่า หลังจากที่เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองคะแนนระหว่างก่อนและหลังการทำของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ด้านความมั่นคงทางจิตใจมีค่าสูงขึ้น แต่ไม่มีความสัมพันธ์กันที่ระดับนัยสำคัญ .05 แสดงว่ากิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์สามารถเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ได้น้อยในด้านความมั่นคงทางจิตใจ

ตารางที่ 16 เปรียบเทียบผลความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลองระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means		
	F	Sig.	<i>t</i>	<i>df</i>	Sig. (2-tailed)
$\sigma_1^2 = \sigma_2^2$	1.044	.318	1.920	21	.069
$\sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$			1.985	20.987	.060

จากการทดสอบจาก Levene's test เพื่อทดสอบว่า  $\sigma_1^2 = \sigma_2^2$  โดยมีค่า  $F = 1.044$  และ  $\text{Sig.} = .318 > \alpha$  แสดงว่าคง  $H_0 : \sigma_1^2 = \sigma_2^2$   
 ผลการทดสอบ t-test พบว่า  $\text{Sig.} = .069 > \alpha$  ที่ระดับ .05 แสดงว่าปฏิเสธ  $H_1$  ยอมรับ  $H_0$  ว่า  $\mu_1 = \mu_2$  นั่นคือความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เข้าร่วมกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้ละครประยุกต์ของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์สูงขึ้นไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

## ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมจาก แบบสังเกตพฤติกรรม สมุดบันทึกส่วนตัว และใบกิจกรรม

ผลจากการสังเกตพฤติกรรม สมุดบันทึกส่วนตัว และใบกิจกรรม หลังจากที่ผู้เรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมตามแนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองพบว่า จากมุมมองของตัวผู้เรียนเอง จากมุมมองของผู้วิจัย และจากมุมมองของเพื่อนที่ทำกิจกรรมร่วมกัน พบว่าพฤติกรรมของผู้เรียนตั้งแต่วันแรกจนถึงวันสุดท้ายของการทำกิจกรรม มีการแสดงพฤติกรรมที่ดีขึ้นแต่คนต่างกันไป เช่น ผู้เรียนคนหนึ่งจากที่เคยไม่ค่อยพูดเมื่อจบกิจกรรมกลับเป็นคนที่สามารถพูดจาได้อย่างชัดถ้อยชัดคำ กล้าที่จะพูด ถาม ตอบ กับผู้อื่นอย่างไม่ลังเล หรือมีผู้เรียนบางคนจากที่เคยเป็นคนเก็บตัวเงียบ ไม่ค่อยกล้าเล่นกับใคร เมื่อจบกิจกรรมแล้วก็กลายเป็นคนขี้เล่น กล้าเล่นกับเพื่อน หัวเราะได้อย่างมีความสุข ซึ่งสามารถอธิบายได้เป็นกรณีศึกษาดังต่อไปนี้

### กรณีศึกษาที่ 1

จากการสังเกตสมุดบันทึกส่วนตัวของกรณีศึกษาพบว่าในตอนแรกผู้เรียนมองว่าตัวเองนั้นได้เขียนเอาไว้ว่า “หนูรู้สึกว่าคุณเองยังไม่กล้าพูด ไม่กล้าแสดง” ซึ่งสอดคล้องกับสิ่งที่เพื่อนได้เขียนถึงกรณีศึกษาเอาไว้ในใบงานว่า “กล้าคุยกับหนูมากขึ้น เป็นคนที่ดูนิ่ง ไม่กล้าเล่นกับเพื่อนบางส่วน หน้าคู่” ทำให้ไม่ค่อยมีเพื่อน แต่พอผู้เรียนได้ทำกิจกรรมไป 2-3 วัน จากกิจกรรมการเดินโพกัส และกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ ตัวผู้เรียนเองก็บันทึกสิ่งที่ตนเองเปลี่ยนไปในใบงานว่า “เริ่มรู้สึกว่าคุณเอง กล้าพูด กล้าแสดงละคร” โดยกิจกรรมที่ผู้เรียนมองว่าทำให้ตนเองนั้นเปลี่ยนซึ่งบันทึกไว้ในสมุดบันทึกส่วนตัวคือ “การเดินโพกัส singing world และแสดงละคร” เพราะผู้เรียนได้สะท้อนตนเองเอาไว้ว่า “ได้ทำ

ในสิ่งที่ชอบ และตัวผู้เรียนเองก็อยากฝึกความกล้าพูด กล้าแสดง” ซึ่งสอดคล้องกับผู้วิจัยที่ปรากฏในแบบสังเกตพฤติกรรม ว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นในส่วนของ “ด้านการกล้าแสดงออก กล้าเผชิญความจริง และความมั่นคงทางจิตใจ” ซึ่งเป็น 3 ด้านที่พัฒนาขึ้นมาอย่างเห็นได้ชัด ในตอนที่ผู้เรียนกำลังทำกิจกรรม singing world นั้น ผู้เรียนดูไม่กล้า แต่สังเกตเห็นได้ถึงความพยายามในการที่จะทำกิจกรรม ถ้าแสดงให้เห็นเป็น 4 ขั้นตอนที่ทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนไปได้ คือ

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม : ในขั้นนี้ผู้เรียนจะต้องดึงประสบการณ์จากอดีตที่เคยทำ เช่นการเต้น ท่าทางชีวิตประจำวันหรือจดจำจากการชมการแสดงมาใช้ในการเต้นเพื่อให้เกิดท่าทางทำให้สามารถทำกิจกรรมนี้ได้

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ : ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองว่าเมื่อทำกิจกรรม singing world แล้ว ณ ตอนไหนที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทำไมถึงเกิดขึ้นมาได้ แล้วเขียนสิ่งที่ได้เหล่านั้นลงในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

ขั้นที่ 3 สรุปลงเป็นหลักการนามธรรม : เมื่อผู้เรียนได้ตกผลึกความคิดของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำสิ่งที่ได้ ไปแลกเปลี่ยนกับผู้เรียนคนอื่น เพื่อให้ได้หลักการในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านกิจกรรม singing world ขึ้นมา และกรณีศึกษาได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจว่า “กิจกรรมนี้ได้เป็นผู้นำ พอนำท่าไหน เพื่อนก็ทำตาม ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมา” และจากนั้นกรณีศึกษาก็จะฟังข้อสรุปจากเพื่อน ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนหนึ่งบอกว่า “การเล่นกิจกรรมนี้ได้โดยไม่เขินอาย เพราะใช้จุดโฟกัสมาเป็นตัวช่วยในการสร้างสมาธิ” ทำให้ผู้เรียนไม่วอกแวก และกล้าเล่นกิจกรรม ซึ่งหลักการจากกิจกรรมนี้ที่ผู้เรียนช่วยกันสรุปกันไว้คือ “ต้องใช้ท่าทางในชีวิตประจำวัน หรือท่าเต้นจากที่เคยเต้น/ดู หรือใช้จุดโฟกัสช่วยในการสร้างสมาธิ” ซึ่งหลักการนี้น่าจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองผ่านกิจกรรมที่ทำทลายความเชื่อมั่นในตนเองแบบนี้ได้

ขั้นที่ 4 ทดลองนำไปปฏิบัติจริง : เป็นขั้นที่นำหลักการจากขั้นที่ 3 ทดลองใช้ ว่าสิ่งที่ได้มานั้นสามารถทำให้ทำกิจกรรม singing world ได้ดีขึ้นหรือไม่ ซึ่งเมื่อทำซ้ำผู้เรียนก็สะท้อนในวงกลมไว้ใจไว้ว่า “หนูรู้สึกดีขึ้น สามารถนำสิ่งที่เพื่อนแนะนำมาใช้ได้” และผู้วิจัยเองก็เห็นว่า ผู้เรียนสามารถเล่นกิจกรรมนี้โดยที่มีความลังเลในการเล่นน้อยลงไปเช่นกัน ดังนั้นเมื่อผู้เรียนสามารถเล่นกิจกรรมนี้สำเร็จได้ ก็จะสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาทีละน้อย และถ้าผู้เรียนได้ทำในกระบวนการ 4 ขั้นตอนนี้กับทุกกิจกรรม ก็สามารถทำให้ผู้เรียนเป็นผู้ที่สามารถตกผลึกความคิด แลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในตนเองที่ดีขึ้นต่อไปได้

นอกจากนี้กิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนไปมาก คือกิจกรรม แก้อัปเดตใจ เพราะเมื่อผู้เรียนได้ระบายสิ่งที่ตนเองเป็นให้เพื่อนที่พร้อมจะฟัง ทำให้ตัวผู้เรียนเองรู้สึกมีตัวตนขึ้นมา และเริ่มให้ความสำคัญกับตัวเองมากขึ้น และในวันที่แสดงละครต้น ก็ยังสามารถแสดงได้เต็มที่แบบที่ผู้วิจัยเองคาดไม่ถึง กล้าแสดงกว่าวันแรกมาก ๆ พร้อมทั้งเพื่อนที่ทำกิจกรรมด้วยกัน ก็สะท้อนสิ่งที่ผู้เรียนเป็นหลังจากทำกิจกรรมนั้นคือรู้สึกว่า ผู้เรียนกล้าแสดงออกมากขึ้น มั่นใจมากขึ้น และดูเป็นมิตรกว่าตอนที่ยังไม่ได้รู้จักกันตั้งแต่แรก และผู้เรียนเองก็มองว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นคนที่ยิ้มมากขึ้น กล้าแสดงออก เริ่มเป็นคนที่มีชีวิตชีวามากขึ้น กล้าคิดกล้าทำในสิ่งที่ไม่เคยทำสรุปก็คือมีเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น และผู้วิจัยก็มองว่าผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก มีความเชื่อมั่นในตนเองมาก

ขึ้น ถึงจะไม่เท่ากับเพื่อนคนอื่น แต่ความแตกต่างจากตอนแรกจนถึงวันสุดท้าย ถือว่าต่างกันมาก และเป็นไปในทางที่ดีขึ้นเป็นลำดับ

## กรณีศึกษาที่ 2

จากสมุดบันทึกส่วนตัวที่ผู้เรียนเขียนไว้ว่า “ตอนแรกตนเองเป็นคนที่ย้าย ไม่กล้าแสดงออก” สอดคล้องกับผู้วิจัยที่มองว่า ผู้เรียนไม่ค่อยกล้าพูด พูดเบา พูดน้อย ขี้อาย และเพื่อนเองก็มองเช่นกัน ซึ่งได้สอบถามจากเพื่อน เพื่อนได้บอกว่า “เป็นคนที่มีเมื่อก่อนไม่ค่อยกล้าแสดงออก และมีนิสัยไม่ค่อยดี” แต่เมื่อทำกิจกรรมไปได้ 3-4 วันก็พบว่าผู้เรียนกล้าพูดมากขึ้น แต่ไม่มากเท่าที่ควรจะเป็น และเมื่อถึงกิจกรรม เก้าอี้เปิดใจ ผู้เรียนก็เล่าเรื่องที่ทำให้ตนเองเสียความเชื่อมั่นในตนเอง และคนที่ทำให้เสียความเชื่อมั่นก็คือพี่สาวที่กำลังนั่งอยู่ในวงกลมไว้ใจ วันนั้นเป็นวันที่บรรยากาศแย่มาก เพราะไม่มีใครคิดเลยว่าต้นเหตุจะอยู่ตรงนั้น ผู้เรียนเป็นคนที่ไม่ค่อยกล้าพูดตั้งแต่วันแรก จนถึงวันที่เล่าเรื่อง วันนั้นจบกิจกรรมอย่างไม่ดีนัก ผู้วิจัยก็พยายามพาเล่นเกมเพื่อให้ทุกอย่างดีขึ้น แต่มันไม่ใช่ ตกเย็นวันนั้นผู้วิจัยก็กลับมานั่งทบทวนกิจกรรมอีกรอบหนึ่งว่ามันดีหรือไม่ดี จนเวลาผ่านไป 3 วัน ผู้วิจัยกลับไปจัดกิจกรรมต่อ ผลปรากฏว่า ผู้เรียนและพี่สาวเล่นกัน เป็นภาพที่ผู้วิจัยไม่เคยเห็น ผู้วิจัยเข้าไปหาทั้งสองคน ทั้งสองคนก็เข้ามาเล่นกับผู้วิจัยอย่างเบิกบาน ผู้วิจัยเลยถามไปว่าทั้งสองคนได้คุยกันหลังจากทำกิจกรรมแล้วใช่หรือไม่ เพราะหลังจากจบกิจกรรมวันนั้น ผู้วิจัยได้ตั้งท้ายไว้ว่า ปัญหานี้เป็นปัญหาครอบครัว เป็นปัญหาระหว่างพี่กับน้อง ไม่มีใครรู้เหตุผลดีเท่าทั้งสองคน ดังนั้นจึงควรคุยกันเอง เพื่อคลี่คลายปัญหาที่เกิดขึ้น ทั้งคู่ก็ตอบว่า คุยกันแล้ว ทั้งสองคนเล่าว่าไม่คุยกันมาเป็นปีเลย เพิ่งได้มาคุยกันจริง ๆ ก็ครั้งนี้ หลังจากวันนั้น ผู้เรียนคนนี้ก็พูดไม่หยุด พูดจนผู้วิจัยต้องบอกว่าพอก่อน

จากกิจกรรม เก้าอี้เปิดใจ สามารถอธิบายการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนได้ตามขั้นตอนของการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ดังนี้

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม : ในขั้นนี้ผู้เรียนจะต้องนำประสบการณ์จากอดีตที่ทำให้เสียความเชื่อมั่นในตนเองมาใช้ในการเล่าอธิบายให้เพื่อนฟังว่า ปัจจัยใดบ้างที่ทำให้คนสามารถเสียความเชื่อมั่นในตนเองได้ เมื่อเล่าจบ จะต้องเป็นผู้ที่ฟังคำแนะนำหรือรับกำลังใจจากผู้ฟัง

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ : ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองว่า เมื่อทำกิจกรรมเก้าอี้เปิดใจแล้ว ณ ตอนไหนที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทำไมถึงเกิดขึ้นมาได้ แล้วเขียนสิ่งที่ได้เหล่านั้นลงในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

ขั้นที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม : เมื่อผู้เรียนได้ตกผลึกความคิดของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำสิ่งที่ได้ ไปแลกเปลี่ยนกับผู้เรียนคนอื่น เพื่อให้ได้หลักการในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านกิจกรรมเก้าอี้เปิดใจขึ้นมา และกรณีศึกษาได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจว่า “รู้สึกดีที่มีคนฟัง และได้ระบายสิ่งที่ตนเองเคยพบเจอ” และจากนั้นกรณีศึกษาก็จะฟังข้อสรุปจากเพื่อน ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนหนึ่งบอกว่า “การได้เล่าได้ระบาย เป็นเหมือนการยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต เพื่อที่จะไม่เสียใจ แต่อยู่กับสิ่งเหล่านั้นได้” ซึ่งหลักการจากกิจกรรมนี้ที่ผู้เรียนช่วยกันสรุปกันไว้คือ “การสร้างความเชื่อมั่นในตนเองต้องยอมรับเรื่องราวที่ผ่านมาได้ และถ้ามีคนมารับฟังที่ดี เราก็มีตัวตนขึ้นมาได้ ดังนั้นคนเล่าต้องกล้ายอมรับความจริง และคนฟังต้องฟังอย่างตั้งใจ” ซึ่งหลักการนี้มาจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองได้

ขั้นที่ 4 ทดลองนำไปปฏิบัติจริง : ผู้เรียนนำหลักการนี้ไปใช้กับพูดและอธิบายสิ่งที่ตนเองต้องการพูด เพื่อทำงานร่วมกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจ ทำให้บรรยากาศหลังผ่านกิจกรรมนี้ ผู้เรียนดูกล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็นมากกว่าเดิม และดูมีความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาอย่างมาก

ดังนั้นการระบายปมในใจ ให้ผู้อื่นฟัง ก็ถือเป็นการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองอย่างหนึ่ง เพราะเหมือนเป็นการยอมรับตัวเองจากสิ่งที่เป็น ก็ถือว่าได้แก้ปัญหาความเชื่อมั่นในตนเองจากเบื้องลึกจริง ๆ และจากมุมมองของผู้เรียนและเพื่อนก็พบว่า มีความสอดคล้องกัน สังเกตได้จากในใบกิจกรรมที่กล่าวถึงกรณีศึกษาว่า “กล้าพูด กล้าเล่นกับคนอื่น นิสยดีขึ้นมา และชอบทำให้ผู้อื่นหัวเราะ สนุก ไปด้วยกันกับผู้เรียนได้” ซึ่งสอดคล้องกับผู้วิจัยที่ปรากฏในแบบสังเกตพฤติกรรม ว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นในส่วนของ “ด้านการกล้าแสดงออก กล้าเผชิญความจริง และความมั่นคงทางจิตใจ”

### กรณีศึกษาที่ 3

เป็นกรณีศึกษาที่มีพัฒนาการความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นมาไม่มาก จากกรณีนี้พบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองของกรณีศึกษาคนนี้น่าจะค่อนข้างอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งไม่แย่มาก และก็ได้ดีมาก แต่ด้วยความที่ กรณีศึกษาขาดเรียนถึง 4 ครั้ง และขาดแบบ วันเว้นวัน จึงทำให้กระบวนการในการดึงประสบการณ์มาใช้ในกิจกรรมที่ต่อเนื่องกัน ไม่เป็นผลที่ดี เช่น กิจกรรมแก้ข้อความต้องการ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องแสดงความต้องการผ่านการสื่อสารที่ชัดเจน แต่กรณีศึกษาไม่มาเรียนในวันที่มีกิจกรรมฝึกการสื่อสาร จึงเป็นผลให้ตนเองไม่สามารถร่วมกิจกรรมนี้ได้อย่างดี เพราะสื่อสารแล้วเพื่อนคนอื่น ๆ ไม่เข้าใจสิ่งที่ตนเองต้องการจะสื่อสาร และส่งผลไปยังความเชื่อมั่นในตนเองที่พัฒนาขึ้นอย่างไม่มีประสิทธิภาพ และผลคะแนนที่ได้จากการสังเกตพฤติกรรมของกรณีศึกษาพบว่า มีคะแนนที่สูงขึ้นระหว่างวันแรกและวันสุดท้ายเพียง 2 คะแนน และในช่วงวันตรงกลางก็แทบไม่ต่างจากวันแรกเลย แต่ถึงแม้ว่าผลจากการสังเกตพฤติกรรมจะพบว่าไม่ต่างกัน แต่กรณีศึกษามองตนเองผ่านสมุดบันทึกส่วนตัวว่า “ตัวเองก็แสดงออกมากกว่าเดิม และตั้งใจที่ได้ทำกิจกรรมละคร”

เมื่อเปรียบเทียบระดับความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์กับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ พบว่าระดับความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นไม่ต่างกัน โดยมีพฤติกรรมที่ดีขึ้นคล้ายกันด้วย เช่น จากคนที่พูดน้อยก็กลายเป็นพูดได้มากขึ้น พูดเบากลายเป็นพูดดัง ชัดเจน ชัดถ้อย ชัดคำ จากคนที่ไม่กล้าแสดงออกก็กลายเป็นกล้าแสดงออก มีแค่บางคนในตอนแรกมองว่าตนเองไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง แต่พฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นผู้วิจัยมองว่าเป็นคนที่ดูมีความเชื่อมั่นในตนเองมาก แต่แท้จริงแล้วเป็นผู้ที่ไร้ซึ่งความเชื่อมั่นในตนเองอย่างแท้จริง และพฤติกรรมที่แสดงออกมาว่ามีความเชื่อมั่นในตนเองนั้นเป็นเพียงของปลอม ดังกรณีศึกษาที่ยกมา มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### กรณีศึกษาที่ 1

จากใบกิจกรรมผู้เรียนเขียนสะท้อนตนเองก่อนมาร่วมกิจกรรมไว้ว่า “ตนเองจะต้องแบกทุกอย่างทั้งภาระ หน้าที่ ความวุ่นวาย และผู้เรียนมักจะบอกตนเองว่า สบายดี ทั้งที่จริงแล้ว ผู้เรียนนั้น

ร้องไห้ในใจและเริ่มแบกมันไม่ไหว ถึงอย่างนั้นก็ไม่มีใครสนใจ และรู้สึกว่าคุณเองไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง” แต่พฤติกรรมที่ผู้วิจัยและเพื่อนของผู้เรียนสังเกตเห็นเหมือนกันคือ ผู้เรียนเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงมาก จึงเป็นกรณีศึกษาที่น่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง เพราะช่วงพฤติกรรมภายนอกดูเหมือนจะเชื่อมั่นในตนเองมากแต่ตนเองมองว่าไม่ใช่ และเมื่อผู้เรียนได้ลองทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็พบว่าคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองสูงมาก จนไม่น่าจะต้องพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองเลย แต่สิ่งที่สังเกตได้เพิ่มเติมคือลักษณะและวิธีการสื่อสาร จากที่ผู้เรียนอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมพบว่า เพื่อนดูไม่ชอบในลักษณะและวิธีการการสื่อสารหรือทำงานกลุ่มของผู้เรียน ที่ยึดตนเองเป็นหลัก ไม่ไว้ใจใครเลย ทำงานคนเดียว จึงทำให้ผู้เรียนอยู่คนเดียวเป็นส่วนใหญ่ คิดมาก คิดเยอะ ในการอธิบายสิ่งที่ตนเองสรุปได้จากกิจกรรม ก็มักจะหลุดจากประเด็นที่ทำกิจกรรม เชื่อมโยงทุกอย่างจนมากเกินความจำเป็น เมื่อผู้เรียนได้ทำกิจกรรมมาจนถึง กิจกรรม แก้อัปเดตใจ ผู้เรียนได้เล่าถึงความทุกข์ ที่ทำให้รู้สึกแย่มากจนถึงทุกวันนี้ ซึ่งเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องความรัก ผู้เรียนได้เล่าให้ฟังว่า “ความรักที่ผมไม่ได้มาครอบครองมันยังเกาะกินใจจนถึงทุกวันนี้ แม้จะบอกว่าตัวเองดีแล้ว แต่จริง ๆ มันคือการโกหกตัวเองมากกว่า” และจากแนวความคิดความต้องการขั้นพื้นฐานมนุษย์ ของมาสโลว์ได้อธิบายไว้ว่า มนุษย์จะไล่ระดับความต้องการของตนเอง โดยเติมเต็มจากขั้นต่ำสุดไปจนถึงขั้นสูงสุด ซึ่งการที่ผู้เรียนจะเห็นคุณค่าและเชื่อมั่นในตนเองได้ ผู้เรียนจะต้องมีความรักที่แท้จริง และมีความไว้วางใจ เชื่อใจ รู้สึกปลอดภัยก่อน แต่ที่ผู้เรียนเป็นตอนนี้ ผู้เรียนขาดทั้งสองอย่างคือ ความรัก การไว้ใจ หรือรู้สึกปลอดภัยจากผู้อื่น ทำให้สรุปได้ว่า สิ่งที่ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมออกมาว่าเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง เป็นเพียงเปลือกนอกที่หุ้มเกาะป้องกันความบอบบางภายในเอาไว้ ไม่ใช่ความแข็งแรงที่แข็งแกร่งจากภายในแม้แต่น้อย แต่จากวันที่ผู้เรียนเล่าถึงเหตุการณ์ที่ทำให้เสียความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว และสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนไปที่เขียนเอาไว้ในใบกิจกรรมคือ “วงกลมไว้ใจ” สามารถอธิบายเป็นขั้นตอนได้ดังนี้

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม : ในขั้นนี้ผู้เรียนจะต้องนำประสบการณ์จากกิจกรรมมาอธิบายหรือประสบการณ์อื่น ๆ มาเล่าให้เพื่อนฟังอย่างเปิดเผย และไว้ใจผู้ฟัง

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ : ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองว่าเมื่อทำกิจกรรมวงกลมไว้ใจแล้ว ณ ตอนไหนที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทำไมถึงเกิดขึ้นมาได้ แล้วเขียนสิ่งที่ได้เหล่านั้นลงในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

ขั้นที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม : เมื่อผู้เรียนได้ตกผลึกความคิดของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำสิ่งที่ได้ ไปแลกเปลี่ยนกับผู้เรียนคนอื่น เพื่อให้ได้หลักการในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านกิจกรรมวงกลมไว้ใจขึ้นมา และกรณีศึกษาได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจว่า “การที่ตนเองได้พูดสิ่งต่าง ๆ ในวงกลมไว้ใจ ทำให้รู้ว่าตนเองไม่จำเป็นต้องแบกภาระทุกอย่างไว้คนเดียว เพียงแค่เราไว้ใจเพื่อน ก็ทำให้เรากล้าที่จะทำอะไรต่าง ๆ ไปพร้อมกันได้แล้ว” และจากนั้นกรณีศึกษาก็จะฟังข้อสรุปจากเพื่อน ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนหนึ่งบอกว่า “การที่อยู่ในวงกลมไว้ใจเราจะไม่โกรธกัน เราสามารถแนะนำกันได้จริง ๆ และสิ่งนี้จะพัฒนาเรา” ซึ่งหลักการจากกิจกรรมนี้ที่ผู้เรียนช่วยกันสรุปกันไว้คือ “การสร้างความเชื่อมั่นในตนเองเราต้องรู้จักไว้ใจผู้อื่น ยอมรับ รับผิดชอบ และแลกเปลี่ยนกัน” ซึ่งหลักการนี้น่าจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองได้

ขั้นที่ 4 ทดลองนำไปปฏิบัติจริง : ผู้เรียนนำไปใช้กับการพูดคุยในวงกลมไวใจครั้งถัดไป และทำให้สิ่งที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้มีความลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น รวมไปถึงกิจกรรมอื่น ๆ ที่ต้องฝึกการไวใจด้วย เพราะมีผู้เรียนได้สะท้อนความคิดในกิจกรรมที่รอบเมืองไว้ว่า “การเล่นกิจกรรมนี้ ถ้าไม่ไวใจจะเดินไม่ได้เลย มันก็เหมือนกับวงกลมไวใจ ถ้าเราไม่ไวใจ เราก็จะพูดอะไรไม่ได้เลยเช่นกัน” และการไวใจผู้อื่นสามารถทำให้เรากล้าทำอะไรมากขึ้น และเกิดเป็นความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้

จากนั้นผู้เรียนเริ่มเรียนรู้ที่จะฟังคนอื่นมากขึ้น ไวใจคนอื่นมากขึ้น ซึ่งดีต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะเริ่มเติมเต็มส่วนล่างของความต้องการพื้นฐานก่อนที่จะพัฒนาในลำดับขั้นที่สูงกว่าได้ ทำให้ผู้เรียนมีพัฒนาการการอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมในระดับที่ดี เหมาะสมไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป จนสามารถสังเกตได้ถึงความสุขในการทำงานร่วมกับเพื่อน เริ่มให้เพื่อนทำงานมากขึ้น ตัวผู้เรียนก็เริ่มที่จะเป็นคนคอยแนะนำ แต่ไม่สั่งการเหมือนเมื่อก่อน ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่แท้จริงขึ้นมาได้ โดยที่เพื่อนคนอื่นก็กล่าวว่า ผู้เรียนสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น เรื่องมากน้อยลง คิดน้อยลง เป็นที่ปรึกษาได้ดี สอดคล้องกับที่ผู้วิจัยมองก็คือ ผู้เรียนฟังมากขึ้น ทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ผู้อื่นได้ดี เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น และผู้เรียนเองก็เขียนเอาไว้ในใบกิจกรรมว่า “ฉันไม่ได้แบกภาระใด ๆ แล้ว ทั้งภาระ ความวุ่นวาย แต่ว่าตนเองแบกความสุขที่พร้อมจะมอบให้คนอื่น” ซึ่งสอดคล้องกับผู้วิจัยที่ปรากฏในแบบสังเกตพฤติกรรม ว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นในส่วนของ “กล้าเผชิญความจริง กล้าตัดสินใจและความมั่นคงทางจิตใจ”

## กรณีศึกษาที่ 2

จากใบกิจกรรม ตอนแรกผู้เรียนมองตนเองว่าตนเอง “เป็นคนที่คุณเหมือนมีความมั่นใจ เป็นผู้นำ แต่ที่จริงมันไม่ใช่เลย ค่อนข้างขี้อายด้วยซ้ำ เป็นคนไม่กล้าเข้าหาใครก่อน ไม่กล้าพูดเปิดเรื่องกับคนแปลกหน้า เป็นคนคิดมาก เครียดง่าย ใจร้อนถึงที่สุด ชอบพูดจากรุนแรง ตรง ๆ เป็นคนที่ค่อนข้างหยิ่งพอสมควรกับคนที่ไม่รู้จักรั แม้แต่คุณครูและพี่ชาย ไม่ชอบกิจกรรมที่ต้องแสดงออก เพราะเป็นคนขี้อาย เป็นคนที่กลัวไมโครโฟนมาก ๆ เวลาที่ได้ยินเสียงของตัวเองออกลำโพง จะกล้าแสดงออกจริง ๆ เฉพาะกับเพื่อนสนิทในกลุ่มเท่านั้น ความสามารถจริง ๆ ไม่มีใครได้รู้เท่าไร เพราะขี้อายมาก ๆ” ซึ่งเมื่อมองจากมุมมองของผู้วิจัยเองก็สังเกตได้ตามที่ผู้เรียนกล่าว คือดูเป็นคนมั่นใจ เข้าถึงยาก รวมถึงเพื่อนเองก็มองเช่นเดียวกัน แต่พอได้ทำกิจกรรมไปแล้ว ปรากฏว่าผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างช้า ๆ อาจเป็นเพราะยังไม่กล้าที่จะเปิดเผยตัวตนให้ผู้อื่นได้รู้ ซึ่งสอดคล้องกับที่ผู้เรียนเคยบอกเอาไว้ ว่าไม่รู้ว่าจะไวใจใครได้มากนักเท่าใด จึงเป็นอุปสรรคในการพัฒนาตนเองให้มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น และในใบกิจกรรมกรณีศึกษาได้กล่าวถึงแต่ละกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงไปที่ละขั้นดังนี้

1. กิจกรรมเดินไฟก๊สทำให้คิดน้อยลง
2. กิจกรรมวงกลมไวใจทำให้เรากล้าคุยกับคนแปลกหน้าเยอะขึ้น
3. กิจกรรมไม่/มานี่ ทำให้กล้าแสดงอารมณ์ออกมาจริง ๆ
4. กิจกรรมแก้ไอ้ความต้องการ ทำให้กล้าแสดงออกขึ้น
5. กิจกรรมละคร 3 ฉากทำให้มีความคิดสร้างสรรค์และกล้าแสดงออก
6. กิจกรรมอนุสาวรีย์ ทำให้กล้าแสดงออก สนุก

7. กิจกรรมแสดงละคร ทำให้กลายเป็นคนที่ต้องวางแผนทุกอย่างดำเนินเรื่องราวสุดท้ายก็ทำสำเร็จ ออกมาดีมาก

8. กิจกรรมปล่อยพลัง(ลูกบอลลม) ทำให้กล้าแสดงกับเพื่อนเพื่อส่งอารมณ์กัน และกิจกรรมที่ผู้วิจัยมองว่าเป็นกิจกรรมที่เปลี่ยนผู้เรียนได้อย่างมากคือกิจกรรม แก้อัปเดตใจ ที่เล่าเรื่องที่ลึกที่สุดในใจให้กับเพื่อนที่อยู่ในวงกลมไว้ใจ ผู้เรียนเล่าเรื่องเกี่ยวกับครอบครัวที่ใช้ความรุนแรงทางอารมณ์ เป็นความรุนแรงที่ส่งผลให้ผู้เรียนเป็นคนเก็บตัว ไม่ไว้ใจใคร เก็บกด อารมณ์รุนแรง เข้าถึงยาก คิดมาก คิดเยอะ จนส่งผลกระทบยาวตั้งแต่เด็กจนถึงปัจจุบันที่ทำให้ปิดกั้นตนเองที่จะเรียนรู้ผู้อื่น และเสียความเชื่อมั่นในตนเองในที่สุด แต่พอผู้เรียนได้เปลี่ยนแปลงตนเองจากการได้ระบายเรื่องราวนี้แล้ว ก็ทำให้ผู้เรียนเปิดรับการเรียนรู้จากเพื่อนและกิจกรรมได้ดีมาก จนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองได้ดีขึ้นมาได้ ประกอบกับตัวผู้เรียนเองมองว่าตนเองมีการเปลี่ยนแปลงคือ กล้าตัดสินใจขึ้นเยอะ กล้าคิดกล้าทำ กล้าแสดงออก เข้าร่วมกิจกรรมทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียนตามโอกาสและช่วงเวลา กล้าอาสาทำกิจกรรมและค่ายของกระทรวง กล้าพูดคุยกับคนแปลกหน้าได้อย่างปกติที่สุด มีความคิดที่เป็นแบบแผนขึ้น มีความมั่นใจมากขึ้นแต่ก็ยังไม่มากพอ เลยเริ่มพยายามลงกิจกรรมทุกอย่างที่มี ทำให้คิดน้อยลงและมีระบบ ลงมือทำจริง ๆ เฮฮาขึ้น มีอารมณ์ขำมากกว่าแต่ก่อน หยิ่งน้อยลง ถึงจะหยิ่งอยู่บ้างแต่มันก็ดีขึ้น อายุน้อยลงเมื่ออยู่ต่อหน้าคนเยอะ ๆ ทุกวันนี้พูดมาก และพยายามลดลงอยู่ กลัวเพื่อนรำคาญ และสอดคล้องกับที่เพื่อนมองคือ ยิ้มง่าย ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น

นอกจากนี้กรณีศึกษายังมีกิจกรรมที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก คือกิจกรรมการเดินไฟก๊ส ซึ่งสามารถอธิบายได้เป็น 4 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม : ในขั้นนี้ผู้เรียนจะต้องนำประสบการณ์จากกิจกรรมจากเดินไฟก๊ส หรือ มอง หรือการคิดจินตนาการตามที่ผู้สอนกำหนด

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ : ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองว่าเมื่อทำกิจกรรมเดินไฟก๊สแล้ว ณ ตอนไหนที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทำไมถึงเกิดขึ้นมาได้ แล้วเขียนสิ่งที่ได้เหล่านั้นลงในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

ขั้นที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม : เมื่อผู้เรียนได้ตกผลึกความคิดของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำสิ่งที่ได้ ไปแลกเปลี่ยนกับผู้เรียนคนอื่น เพื่อให้ได้หลักการในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านกิจกรรมเดินไฟก๊สขึ้นมา และกรณีศึกษาได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจว่า “รู้สึกว่าคุณไม่ต้องคิดอะไรมากเหมือนเมื่อก่อนแล้ว อยากเดินก็เดินเลย” และจากนั้นกรณีศึกษาก็จะฟังข้อสรุปจากเพื่อน ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนหนึ่งบอกว่า “การเดินไฟก๊สต้องมีเป้าหมายแน่นอน เราจะไม่สนใจอย่างอื่น” ซึ่งหลักการจากกิจกรรมนี้ที่ผู้เรียนช่วยกันสรุปกันไว้คือ “การเดินไฟก๊สคือต้องรู้ว่าเรากำลังไฟก๊สอะไร และไม่คิดถึงสิ่งรอบกวนอื่น” ซึ่งหลักการนี้น่าจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองได้

ขั้นที่ 4 ทดลองนำไปปฏิบัติจริง : ผู้เรียนได้กล้าในวงกลมไว้ใจว่า “มันคิดน้อยลงจริง ๆ สนใจแค่จุด ต่อให้มีคนมาล้อต่อนำเสนองานก็ไม่หลุดแล้ว เพราะไฟก๊สอยู่ที่การนำเสนอ” ซึ่งทำให้ผู้เรียนมีความกล้าแสดงออก และมั่นคงทางจิตใจมากขึ้น



ซึ่งสอดคล้องกับผู้วิจัยที่ปรากฏในแบบสังเกตพฤติกรรม ว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นในส่วนของ “ด้านการกล้าแสดงออก กล้าเผชิญความจริง และความมั่นคงทางจิตใจ”

### กรณีศึกษาที่ 3

จากใบกิจกรรมตอนแรกกรณีศึกษามองว่าตนเอง “ไม่มีความมั่นใจในตนเอง เวลาจะทำอะไรไม่ค่อยกล้าทำ แต่บางสิ่งก็กล้าที่จะทำ เป็นคนเงียบ ๆ ไม่ค่อยพูด แต่เป็นคนขี้มั่งง่าย เวลาไปอยู่ในที่ที่คนเยอะ มักจะเขินอาย ไม่ค่อยกล้าจะแสดงความคิดเห็นเพราะกลัวคนอื่นไม่ฟังเรา เป็นคนคิดมาก คิดเยอะทุกเรื่อง แม้กระทั่งเรื่องเล็กน้อย ใส่ใจความรู้สึกคนอื่นมากกว่าตัวเอง ห่วงใยคนอื่นโดยลืมนิดไปว่าเราเองก็เจ็บ” ซึ่งสอดคล้องกับพฤติกรรมที่ผู้วิจัยและเพื่อนสังเกตได้นั้นคือ การพูดที่เสียงเบา พูดน้อย ไม่ค่อยกล้าที่จะแสดงออก ไม่ค่อยขี้มั่ง แต่เมื่อผ่านกิจกรรมแล้ว ก็พบว่ามีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งกรณีศึกษาได้ระบุกิจกรรมที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนแปลงเอาไว้ในใบกิจกรรม “ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมการเดินไฟก๊ส วงกลมไวใจ รู้จักร่างกายตนเอง การสื่อสาร จินตนาการของที่รัก ปล่อยพลัง ไม่/มานี่ และ แก้อ้อเปิดใจ” ซึ่งกิจกรรมที่เปลี่ยนกรณีศึกษาคนนี้ได้ดีที่สุดคือการเล่าเรื่องที่ตนเองเสียความเชื่อมั่นจากกิจกรรมแก้อ้อเปิดใจ กรณีศึกษาเล่าว่า “เหมือนกับว่าที่บ้านของผู้เรียนไม่เชื่อว่าผู้เรียนโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว ไม่เชื่อว่าเค้าสามารถทำอะไรเองได้ ไม่เชื่อว่าวันหนึ่งจะสามารถปล่อยให้ผู้เรียนโตและเรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ด้วยตัวผู้เรียนเองได้ จึงทำให้ทางบ้านไม่ค่อยจะปล่อยให้ผู้เรียนให้ไปไหนมาไหน และส่งผลให้ผู้เรียนรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ทำอะไรก็ไม่ได้ ต้องคอยรับคำสั่งตลอด สุดท้ายก็เสียความเชื่อมั่นในตนเองในที่สุด” แต่หลังจากได้เล่าเรื่องดังกล่าวแล้ว กิจกรรมที่ได้ทำถัดมาก็แสดงศักยภาพได้ดีกว่ากิจกรรมแรก ๆ ซึ่งเป็นไปในลักษณะเดียวกับกรณีศึกษาในสถานสงเคราะห์ ที่ผ่านกระบวนการ 4 ขั้นตอนของกิจกรรมนี้ แล้วเกิดเป็นความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ ผู้วิจัยสังเกตได้ว่า กรณีศึกษากล้าพูดมากขึ้นมาก มีรอยยิ้มให้เห็นอยู่บ่อยครั้ง ต่างจากวันแรก ที่เป็นคนนิ่ง เงียบ ไม่ค่อยพูด พูดเบา ซึ่งสอดคล้องกับที่เพื่อนในกลุ่มบอกว่า ผู้เรียนกล้าพูด กล้าเล่น มั่นใจในตนเองขึ้น เสียงดังกว่าเดิมและกล้าแสดงออก ประกอบกับตัวผู้เรียนเองก็ได้เขียนแสดงความรู้สึกถึงตนเองว่า “เป็นคนกล้าแสดงออกมากขึ้นมาก กล้าทำอะไรที่บ่าบอให้คนอื่นดู เป็นคนพูดมาก พูดไม่หยุด เมื่ออยู่ในที่ที่มีคนเยอะ ๆ จะมีความรู้สึกเฉย ๆ ไม่รู้สึกตื่นเต้นแต่อย่างใด ไม่กลัว มีการแสดงความคิดเห็นมากขึ้นในทุกเรื่องแม้บางครั้งเพื่อนจะไม่ฟังหรือไม่สนใจก็ตาม คิดน้อยลงเยอะมาก แต่อาจจะเครียดเรื่องเรียนบ้าง ส่วนเรื่องไร้สาระไม่ค่อยคิด ปล่อย ๆ มันไป ใส่ใจความรู้สึกตัวเองมากขึ้น ขี้เล่น เฮฮามากขึ้น เวลานำเสนองาน ไม่อาย ไม่ตื่นเต้น” ซึ่งถือว่ามีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นมา มาก ๆ จากที่ตอนแรกที่ยังไม่เข้าร่วมกิจกรรม และสอดคล้องกับผู้วิจัยที่ปรากฏในแบบสังเกตพฤติกรรม ว่าผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นในส่วนของ “ด้านการกล้าแสดงออก กล้าเผชิญความจริง กล้าตัดสินใจและความมั่นคงทางจิตใจ”

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้บันทึกข้อมูลหลังจากทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้เรียนได้ให้ข้อมูลไว้ในวงกลมไวใจ จากทั้งเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์และไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์เป็นไว้ดังนี้

### ปัจจัยที่ทำให้ความเชื่อมั่นลดลง

1. การโดนบังคับ เพราะการโดนบังคับคือการทำในสิ่งที่ตนเองไม่ต้อง และสิ่งที่ตนเองไม่ต้องการส่วนใหญ่ก็เป็นสิ่งที่ผู้เรียนไม่ถนัด เมื่อไม่ถนัดก็ทำได้ไม่ดี และการทำได้ไม่ดีก็ส่งผลให้ทำแล้วถูกตำหนิ สุดท้ายก็เสียความเชื่อมั่นในตนเองลง
2. การถูกปฏิเสธหรือเพิกเฉยหรือไม่มีคนรับฟัง เพราะทำให้ผู้เรียนรู้สึกไม่มีความสำคัญ ไม่มีตัวตนสำหรับคนที่ปฏิเสธหรือไม่รับฟัง จึงทำให้เสียความเชื่อมั่นในตนเองได้
3. การพยายามเป็นคนอื่น เพราะการเป็นคนอื่นคือการฝืนความเป็นตัวเองไป พอเป็นไม่ได้ก็คือว่าตนเองไร้ค่าได้
4. กังวล เพราะความกังวลส่งผลต่อพฤติกรรมที่คาดว่าจะดีแต่ไม่ดี สุดท้ายพอไม่ดี ก็เสียความเชื่อมั่นในตนเองเรื่องนั้น ๆ ไป
5. ไม่ไวใจผู้อื่น เพราะคิดว่าจะไม่มีใครทำได้ดีไปกว่าตนเอง เลยไม่ยอมปล่อยวาง ซึ่งส่งผลให้เกิดความกังวลต่าง ๆ เช่นเดียวกับข้อ 4 จึงขาดความเชื่อมั่นในตนเองไป
6. การถูกดูถูก เพราะสิ่งนี้เป็นการตัดสินคนโดยที่ยังไม่ได้เห็นความสามารถที่แท้จริง ดังนั้นคนที่ถูกดูถูก ถ้าไม่คิดจะต่อสู้กับคำเหล่านั้น แต่เลือกเดินเก็บมาคิดแล้วเสียใจ ก็จะทำให้เสียความเชื่อมั่นในตนเองได้
7. ขาดที่พึ่ง เพราะเมื่อคนมีปัญหาอยากแก้ไข แต่ไม่มีใครช่วยได้ ก็พยายามทำด้วยตนเองทั้งที่ไม่มีมีความเชื่อมั่นอยู่แล้ว การขาดที่พึ่งแล้วปล่อยให้คนแก้ปัญหา ก็ยังเป็นตัวเร่งให้เสียความเชื่อมั่นได้มากขึ้น
8. คาดหวังมากเกินไป เพราะหวังมากจึงเสียใจมาก คาดหวังเกินไปแล้วไม่ได้ดังหวัง ก็เสียความเชื่อมั่นในตนเองได้
9. โดนเปรียบเทียบ เพราะทำให้ผู้เรียนดูด้อยกว่า และไม่กล้าที่จะพัฒนาตนเองต่อไป
10. ยึดติดกับอดีต เพราะใช้เวลาอยู่กับความเสียใจ และบั่นทอนตนเองจนรู้สึกว่าคุณค่าตนเองไม่มีค่า และเสียความเชื่อมั่นในตนเองไป
11. ถูกใช้ความรุนแรง เพราะเหมือนเป็นการไม่รู้สึกรู้ว่าคนที่ถูกรุกระทำให้เป็นคนสำคัญ เพราะถ้าเป็นคนสำคัญคงจะไม่ถูกใช้ความรุนแรง เมื่อไม่สำคัญ ก็ความเชื่อมั่นในตนเองก็ไม่มี
12. ครอบครัวและเพื่อน เพราะครอบครัวและเพื่อน หรือสังคมรอบข้าง มักปล่อยปละละเลยความรู้สึกของคนใกล้ตัว และมักทำพฤติกรรมที่กล่าวมาจาก 11 ข้อข้างต้น ทำให้เป็นกลไกหลักที่ทำให้ผู้เรียนเสียความเชื่อมั่นในตนเองที่ละเล็กละน้อย จนเสียความเชื่อมั่นในตนเองมากได้

### ปัจจัยที่ทำให้ความเชื่อมั่นเพิ่มขึ้น

1. การระบายปมหรือความลับ เพราะการได้ระบายให้ผู้อื่นฟังนั้น จะทำให้ผู้เรียนรู้สึกมีตัวตนขึ้นมา เมื่อรู้สึกว่ามีตัวตน ก็จะมีคุณค่ากับตัวเองมีความสำคัญกับผู้อื่น และเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้
2. การไวใจผู้อื่น เพราะการไวใจผู้อื่น ก็เหมือนกับการแบ่งเบาภาระในทุก ๆ เรื่อง เพราะจะมีคนคอยช่วยเหลือเราทั้งงาน จิตใจ เมื่อจิตใจดี ร่างกายดี งานที่ทำก็ดีขึ้น จึงทำให้งานที่ทำประสบความสำเร็จ และความเชื่อมั่นในตนเองก็จะตามมา

3. การเป็นอิสระจากการถูกคาดหวัง เพราะการถูกคาดหวังจะตามมาด้วยความเครียด แต่การเป็นอิสระจากการถูกคาดหวัง จะทำให้ผู้เรียนกล้าทำในสิ่งที่ตนเองต้องการจริง ๆ และการกล้าทำสิ่งที่ตนเองรัก ก็เป็นรากฐานที่สำคัญของการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง
4. มีคนยอมรับ เพราะการมีคนยอมรับคือการบอกให้รู้ว่าผู้ถูกยอมรับมีตัวตน และการมีตัวตนก็ทำให้รู้สึกว่าคุณค่าตนเองสำคัญกับคนอื่น และสิ่งนี้ก็เป็นที่เกื้อกูลความเชื่อมั่นในตนเองให้ยังคงมีต่อไปได้
5. ยอมรับตนเองได้ เพราะการยอมรับตนเองคือการรู้จักตนเองอย่างหนึ่ง เพื่อที่จะรู้ว่า ต่อไปเราจะแก้ไขและพัฒนาตนเองอย่างไรได้
6. แก้ปัญหาเฉพาะหน้า เพราะแต่ละครมีทักษะในการแก้ปัญหาไม่เท่ากัน ยิ่งแก้ปัญหาไม่ได้ ยิ่งบั่นทอนความเชื่อมั่นในตนเอง ดังนั้นการฝึกแก้ปัญหาเฉพาะหน้าจึงเป็นเรื่องสำคัญ ที่จะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้
7. ไม่คิดมาก เพราะการคิดมากเป็นตัวบั่นทอนการคิดบวก
8. ไม่กลัวผิด เพราะควรมองว่าการทดลองที่ผิดพลาดคือการเรียนรู้ที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่
9. ปรับตัวได้ เพราะมนุษย์อยู่ในพื้นฐานของการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ถ้าปรับตัวได้ สังคมก็จะยอมรับเราได้ แต่ไม่ใช่ว่าปรับตัวจนไม่เป็นตัวเอง แต่ควรเป็นตัวเองในอีกสังคมหนึ่ง
10. ได้รับกำลังใจ เพราะการได้รับกำลังใจเป็นการได้พลังบวก ดังนั้นถ้าผู้เรียนเสียความเชื่อมั่นในตนเองเราจึงไม่ควรต่อว่า แต่ควรให้กำลังใจเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองต่อไปได้
11. เชื่อ/ฟังผู้อื่นมากขึ้น เพราะการที่เราคิดไปเองคนเดียวมีข้อผิดพลาดได้ จึงควรรับฟังผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากการแลกเปลี่ยน ไปสู่การพัฒนาตนเองต่อไป
12. ทำในสิ่งที่ชอบ เพราะสิ่งนี้เป็นรากฐานของทุกอย่าง ถ้าเราชอบ ถึงทำไม่ดียังมีความสุข และการทำด้วยความสุข จะทำสิ่งนั้นได้นาน เมื่อทำได้นาน ก็สามารถเปลี่ยนแปลงตนเองได้
13. มีสมาธิ เพราะสมาธิเป็นสิ่งสำคัญในการทำทุก ๆ อย่าง ถ้าสมาธิดี เราก็จะมีสติในการทำอะไรก็ได้ที่เราอยากทำ
14. เป็นผู้ฟังและมีผู้ที่รับฟังอย่างตั้งใจ เพราะการฟังคือการทำให้ผู้พูดมีตัวตน การฟังถือเป็นตัวช่วยหนึ่งที่ทำให้ผู้พูดเกิดความเชื่อมั่นในตนเองได้
15. ประสบความสำเร็จบ่อย ๆ เพราะสิ่งนี้ทำให้ผู้เรียนเริ่มมีความเชื่อมั่นในตนเองได้ เริ่มจากความสำเร็จง่าย ๆ ทำซ้ำ ๆ จนผู้เรียนมั่นใจ แล้วจึงค่อย ๆ ยากขึ้น เพื่อเพิ่มขีดความสามารถให้สูงเป็นลำดับต่อไป
16. การเรียนรู้ที่จะนำความสำเร็จของผู้อื่นมาใช้กับตนเองสื่อสารอย่างเข้าใจ เพราะสิ่งนี้คือความสำคัญหนึ่งจากการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม เพราะ 1 คน ก็คือ 1 ความคิด แต่ถ้าเรานำความคิดเหล่านั้นมารวมกันก็จะได้หลายความคิด ซึ่งทำให้ได้แนวคิดหลากหลาย และนำไปประยุกต์ให้เข้ากับตนเองในสถานการณ์อื่นได้อีก จึงทำให้เราสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านประสบการณ์ของผู้อื่นได้

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” ซึ่งเป็นการวิจัยกึ่งทดลอง โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ ก่อนและหลังการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ และเพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนในสถานสงเคราะห์ กับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังจากการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ โดยสมมติฐานของการวิจัยคือเมื่อผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์จะมีความเชื่อมั่นในตนเองที่ดีขึ้นก่อนเข้าร่วม กิจกรรม และอีกสมมติฐานคือ ผลของความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ ซึ่งขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ ตัวแปรอิสระคือการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ และตัวแปรตามคือความเชื่อมั่นในตนเองและขอบเขตด้านเนื้อหาความเชื่อมั่นในตนเอง คือผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองประกอบด้วย 5 องค์ประกอบคือด้านการกล้าแสดงออก ด้านการกล้าตัดสินใจ ด้านการกล้าเผชิญความจริง ด้านความมั่นคงทางจิตใจ ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้คือ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ แนวคิดในการจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน แนวคิดความเชื่อมั่นในตนเอง แนวคิดละครประยุกต์ ความหมายของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในสภาวะยากลำบากในการดำรงชีวิต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากนั้นได้ทำการคัดเลือกตัวอย่าง ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบไม่ใช้ความน่าจะเป็น (Nonprobability sampling) โดยเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) นั่นคือการเลือกตัวอย่างโดยพิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง เพื่อให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ในการทำวิจัย โดยเกณฑ์ในการเลือกคืออยู่ในสถานสงเคราะห์บ้านตะวันออกใหม่, มีอายุในช่วง 14-17 ปี, มาด้วยความสมัครใจ, เข้าร่วมกิจกรรมได้ 8-10 ครั้ง, มีเหตุผลหรือความต้องการที่จะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้น, อยู่ในสถานสงเคราะห์อย่างน้อย 1 ปี โดยผู้วิจัยได้จำกัดจำนวนผู้เข้าร่วมไว้ที่ 8-15 คน และมีผู้ที่สามารถร่วมกิจกรรมได้ตามเงื่อนไขจำนวน 13 คน นอกจากนี้ยังมีการคัดเลือกตัวอย่างเพื่อใช้ในการเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองหลังการทดลอง ระหว่างเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ โดยเกณฑ์ในการเลือกคือไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์, มีอายุในช่วง 14-17 ปี, มาด้วยความสมัครใจ, เข้าร่วมกิจกรรมได้ 8-10 ครั้ง, มีเหตุผลหรือความต้องการที่จะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้น ซึ่งมีผู้ที่สามารถร่วมกิจกรรมได้ตามเงื่อนไขจำนวน 10 คน นอกจากนี้ยังได้ทำการกำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่กิจกรรมเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเอง สมุด

บันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และใบกิจกรรม จากนั้นได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้มาจากแบบวัด โดยนำผลที่ได้มาแจกแจงหาความถี่ ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำเสนอข้อมูลในตารางประกอบความเรียง จากนั้นนำผลสัมฤทธิ์ก่อนและหลังเข้าร่วมกิจกรรมมาเปรียบเทียบ โดยหาค่า (t-test dependent) นำเสนอเป็นตารางประกอบความเรียงและเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มทดลองที่ 1 กับ 2 โดยหลังจากการแสดงผลแล้วทั้งก่อนการทดลองกับหลังการทดลองโดยใช้ t-independent พร้อมทั้งตรวจสอบความเที่ยงสุตรการหาความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบราค (Cronbach's Alpha Coefficient อ้างใน เอกวิทย์ แก้วประดิษฐ์, 2537) จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาจากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรม ซึ่งกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนตามหลักของ Likert Scale คือ (คะแนนสูงสุด - คะแนนต่ำสุด)/จำนวนช่วงชั้น = (20-0)/4 = 5 จากนั้นนำความถี่จากแบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมมาสรุปจำนวนข้อ แล้วนำจำนวนข้อที่ได้เปรียบเทียบตามเกณฑ์การแสดงผลพฤติกรรมที่กำหนด ว่าจำนวนความถี่/จำนวนข้อ อยู่ในระดับใด แล้วสรุปข้อมูลจากเกณฑ์ และในขั้นตอนสุดท้ายนำข้อมูลที่ได้มาจากสมุดบันทึกสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และใบกิจกรรม นำมาใช้ในการอธิบายปรากฏการณ์จากกิจกรรมในเชิงคุณภาพเพื่อประกอบกับข้อมูลจากแบบวัดให้ข้อมูลน่าเชื่อถือมากยิ่งขึ้น

### สรุปผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัยเรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” สามารถสรุปได้ตามวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เมื่อผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์จะมีความเชื่อมั่นในตนเองที่ดีขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

2. ความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ และสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

## อภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ จัดทำขึ้นศึกษาผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ และผู้วิจัยจะอภิปรายเป็นประเด็นตามวัตถุประสงค์การวิจัยดังนี้

**ตอนที่ 1 เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ โดยอภิปรายผลได้ดังนี้**

จากการ กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์ก่อนและหลังการจัดกิจกรรม พบว่า คะแนนเฉลี่ยของความเชื่อมั่นในตนเองมีความแตกต่างกันคือ มีคะแนนเฉลี่ยเลขคณิตหลังจัดกิจกรรม สูงกว่าค่าเฉลี่ยเลขคณิตก่อนทำกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ซึ่งตรงตามสมมติฐานคือเมื่อผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์จะมีความเชื่อมั่นในตนเองที่ดีขึ้นก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งเป็นผลมาจากกิจกรรมที่ใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ ที่เป็นผลทำให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้น

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้วิเคราะห์ข้อมูล ทั้ง 5 ด้านของความเชื่อมั่นในตนเอง โดยเรียงลำดับข้อมูลจากผู้เรียนมีคะแนนเฉลี่ยแต่ละด้านสูงขึ้น จากมากไปน้อย มีรายละเอียดดังนี้

เยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการกล้าแสดงออก เพิ่มขึ้น 0.7522 คะแนน
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความคิดสร้างสรรค์ เพิ่มขึ้น 0.4945 คะแนน
3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความกล้าตัดสินใจ เพิ่มขึ้น 0.3407 คะแนน
4. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความมั่นคงทางจิตใจ เพิ่มขึ้น 0.3077 คะแนน
5. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการกล้าเผชิญความจริง เพิ่มขึ้น 0.1197 คะแนน\*

ซึ่งทุกด้านมีคะแนนเฉลี่ยที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นด้าน การกล้าแสดงออก ความคิดสร้างสรรค์ การกล้าตัดสินใจ และความมั่นคงทางจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับในใบกิจกรรมและในสมุดบันทึกส่วนตัวของผู้เรียนที่ได้กล่าวถึงสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้เช่น “สิ่งที่ทำหนูนั้นทำให้หนูกล้าพูด กล้าแสดง คือการที่หนูได้เล่น singing world และแสดงละคร” ซึ่งจากกิจกรรมนี้ก็จะ เป็นกิจกรรมที่จะพัฒนาผู้เรียนในด้านของการกล้าแสดงออก ความคิดสร้างสรรค์ รวมไปถึงสิ่งที่ผู้เรียนได้กล่าวไว้ว่า “การเดินไฟกัสทำให้หนูมีจุดไฟกัสเป็นของตนเองทำให้หนูมีสมาธิกับตัวเองและการทำกิจกรรมเล็ก-ใหญ่ก็ทำให้หนูสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่ด้านหน้าอีกหลายอย่าง” ซึ่งจากกิจกรรมที่ผู้เรียนได้กล่าวมานั้น คือกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเกิดการกล้าตัดสินใจและสร้างความมั่นคงทางจิตใจได้ มีเพียงด้านการกล้าเผชิญความจริงเท่านั้น ที่มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น แต่ไม่มีความสัมพันธ์ที่ระดับนัยสำคัญ .05 เพราะเยาวชนในสถานสงเคราะห์ค่อนข้างมีเบื้องหลังความรู้สึกที่อ่อนไหว เพราะเป็นเยาวชนที่อยู่ห่างจากครอบครัว และประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิตนั้นค่อนข้างทำร้ายจิตใจพอสมควร ทำให้กิจกรรมที่ต้องให้ผู้เรียนท้าทายกับการเผชิญความจริงนั้น เป็นเรื่องที่ได้ลำบากมาก เช่นเก้าอี้

เปิดใจ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องให้ผู้เรียนเล่าเรื่องที่使自己ตนเองเสียความเชื่อมั่นในอดีต แม้ว่าจะมีบางคนที่ใช้กิจกรรมนี้เป็นจุดเปลี่ยนของการมีความเชื่อมั่นในตนเอง แต่บางคนก็ไม่ได้ดีขึ้นตามเพื่อนคนอื่น เพราะในสมุดบันทึกส่วนตัวของผู้เรียนคนหนึ่งกล่าวว่า “หนูต้องพยายามฝืนเล่าออกมา และเชื่อว่าเพื่อนบางคนก็ฝืนเหมือนกัน” จึงทำให้ความเชื่อมั่นในตนเอง ด้านการกล้าเผชิญความจริง ไม่เป็นผลมากกับเยาวชนในสถานสงเคราะห์เท่าที่ควร

เยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

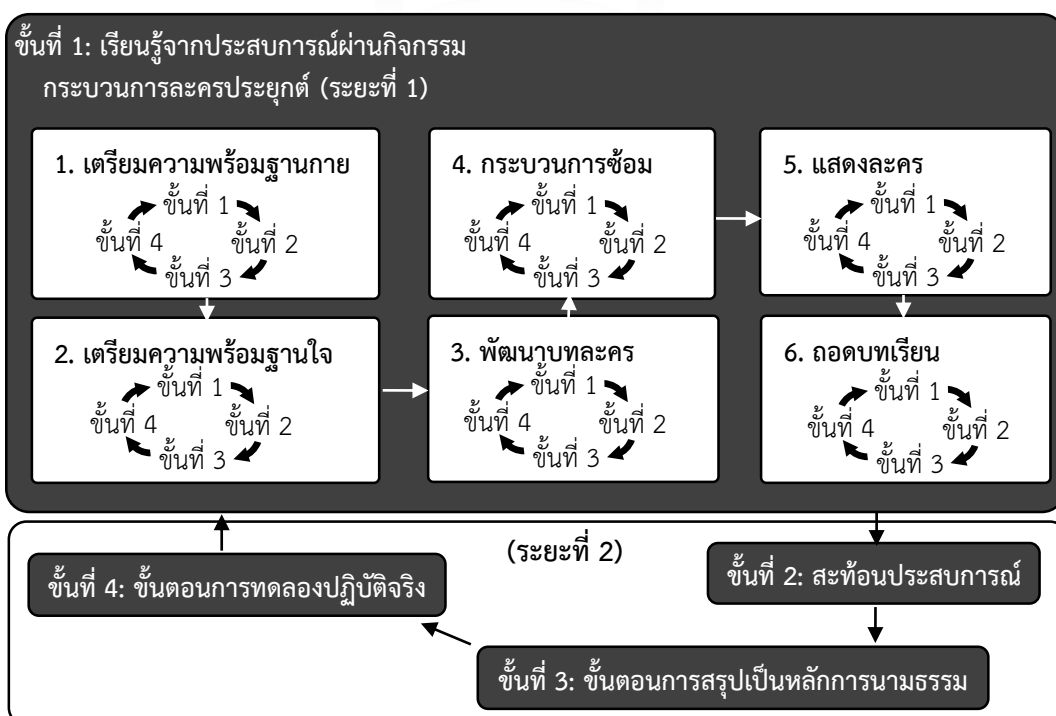
1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการกล้าเผชิญความจริง เพิ่มขึ้น 0.6889 คะแนน
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านการกล้าแสดงออก เพิ่มขึ้น 0.6222 คะแนน
3. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความคิดสร้างสรรค์ เพิ่มขึ้น 0.5857 คะแนน
4. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความกล้าตัดสินใจ เพิ่มขึ้น 0.3857 คะแนน
5. ค่าเฉลี่ยของคะแนนด้านความมั่นคงทางจิตใจ เพิ่มขึ้น 0.3500 คะแนน\*

ซึ่งทุกด้านมีคะแนนเฉลี่ยที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นด้าน การกล้าเผชิญความจริง การกล้าแสดงออก ความคิดสร้างสรรค์ และการกล้าตัดสินใจ ซึ่งสอดคล้องกับในใบกิจกรรมและในสมุดบันทึกส่วนตัวของผู้เรียนที่ได้กล่าวถึงสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงตัวเองให้มีความเชื่อมั่นมากขึ้น เช่น “หายกลัวไมโครโฟน วงกลมไวใจทำให้กล้าคุยกับคนอื่นเยอะขึ้น การเล่นเกมไม่มานี้ทำให้กล้าแสดงอารมณ์จริง ๆ ออกมา การเล่นเกม 3 ฉากทำให้มีความคิดสร้างสรรค์ และการเดินโพกส์ทำให้คิดน้อยลง” หรือ “การเดินโพกส์มีความหมายกับผมมาก เวลาผมนำเสนองาน มันทำให้ผมมีสมาธิ อยู่กับตัวเอง และมีความมั่นใจ” เป็นต้น มีเพียงด้านความมั่นคงทางจิตใจเท่านั้น ที่มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้น แต่ไม่มีความสัมพันธ์ที่ระดับนัยสำคัญ .05 เพราะเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์อยู่ในสังคมที่คนรอบข้างใช้การเปรียบเทียบความเก่ง ความฉลาด หรือความสามารถต่าง ๆ ดังที่ผู้เรียนได้กล่าวไว้ในวงกลมไวใจว่า “รู้สึกไม่ดี เวลาที่ครอบครัวเปรียบเทียบตนเองกับพี่ชาย” หรือ “คุณครูชอบบอกว่า ห้องนี้ดีกว่าห้องหนู” เป็นต้น ซึ่งผู้เรียนจะต้องพบเจอสภาพของการถูกเปรียบเทียบแต่ละวัน จึงทำให้พัฒนาการด้านความมั่นคงทางจิตใจ เพิ่มขึ้นได้อย่างไม่มีประสิทธิภาพมากนัก

นอกจากนี้ยังสามารถอภิปรายในประเด็นต่าง ๆ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

แนวความคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นแนวคิดที่สนใจเฉพาะสิ่งที่ผู้เรียนได้ประสบมากับตนเองเท่านั้น เป็นความรู้ที่ได้จากสิ่งที่ตนเองสนใจและจะเป็นความรู้ที่คงทนกว่าความรู้ที่ผู้เรียนไม่ได้สนใจหรือต้องการ ซึ่งสอดคล้องกับ คาร์ล โรเจอร์ นักจิตวิทยาและนักการศึกษาชาวอเมริกัน ที่กล่าวว่า การเรียนรู้ที่ผู้เรียนต้องการและสนใจจะมีความมั่นคง และยั่งยืนกว่าการเรียนรู้ที่ผู้เรียนไม่ต้องการ ซึ่งจากแนวคิดนี้ทำให้ผู้วิจัยได้มีการสอบถามความต้องการของผู้เรียนก่อนที่จะมีการจัดกิจกรรม และกิจกรรมที่จัดขึ้นนั้น นอกจากจะตรงกับความต้องการของผู้เรียนที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตนเองแล้ว แนวคิดนี้ยังมีวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ที่เป็นเหมือนกลไกในการขับเคลื่อนกิจกรรม ให้ออกมาเป็นรูปธรรม และได้ใช้ประสบการณ์ของตนเองและผู้อื่นในการพัฒนาตนเองด้วย ซึ่งวงจรนี้มีผู้กล่าวไว้ได้แก่ โคลบ (Kolb, 1984) มีทั้งหมด 4 ขั้นตอนคือ ขั้นเรียนรู้จากประสบการณ์ สะท้อนประสบการณ์ สรุปเป็นหลักการนามธรรม และนำไปทดลองปฏิบัติจริง ซึ่งผู้วิจัยเห็นว่าเป็นโครงสร้างที่ดี สามารถนำกิจกรรมละครประยุกต์มาผสมผสานเพื่อให้เกิดกิจกรรมที่เป็นรูปธรรมชัดเจน

ประกอบกับวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ มีลักษณะคล้ายกับการจัดกิจกรรมในกระบวนการละคร นั่นคือเมื่อทำกิจกรรมละครเสร็จสิ้นจะมีการสะท้อนตนเองผ่านการแลกเปลี่ยนพูดคุยกับผู้อื่น ทำให้ผู้วิจัยเห็นว่าสามารถนำมาปรับหรือประยุกต์ใช้ระหว่างกระบวนการละครประยุกต์กับวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ได้ เพราะกระบวนการละครประยุกต์ เป็นกระบวนการที่มีลำดับขั้นตอนไม่ตายตัว เช่น เดียวกับการสร้างละครเพื่อการพัฒนาโดยทั่วไป ซึ่ง ปวีณา แซ่มซ้อย (สัมภาษณ์, 23 กันยายน 2558) ได้กล่าวว่า กระบวนการละครประยุกต์สามารถกำหนดเป็นขั้นตอนอย่างง่ายได้ 3 ขั้นตอนคือ ขั้นเตรียม ขั้นแสดง และขั้นสรุปถอดบทเรียน ซึ่งสอดคล้องกับ พรรัตน์ ดำรุง (2557) ที่กล่าวว่ากระบวนการละครประยุกต์เป็นการจัดประสบการณ์ละครและกิจกรรม โดยมีการพัฒนาเรื่อง บท จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เมื่อได้เรื่องแล้วก็จะเข้าสู่กระบวนการซ้อม วางแผน แบ่งหน้าที่ จนแสดงละคร เมื่อจบการแสดงก็จะมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ถอดบทเรียนต่อไป ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ผู้วิจัยได้นำมาเป็นโครงสร้างในการออกแบบกิจกรรมระยะยาว เพื่อให้ผู้เรียนได้มีการพัฒนาตนเองทีละขั้น ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองอย่างเป็นลำดับ โดยอาศัยกระบวนการละครประยุกต์เป็นเครื่องมือในการพัฒนา ซึ่งเมื่อผู้เรียนได้ผ่านกระบวนการละครประยุกต์แล้วพบว่า ผู้เรียนกล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าที่จะอยู่ในสังคมด้วยความมั่นใจ ไม่หลบสายตาผู้อื่นเมื่อต้องตอบคำถามเหมือนตอนแรก ซึ่งกระบวนการละครก็เป็นตัวกลไกในการขับเคลื่อนผู้เรียนให้ก้าวข้ามอุปสรรคภายในให้เปลี่ยนแปลงตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับ Prentki และ Preston (2008) ที่อ้างถึงใน พรรัตน์ ดำรุง (2557) ที่กล่าวว่า ละครเป็นศิลปะที่สลายกฎเกณฑ์ ทำให้เกิดพื้นที่ปลอดภัย ทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดการเรียนรู้ รับฟัง ส่งเสริมความคิดอิสระ ส่งเสริมให้เกิดกระบวนการคิด วิพากษ์ กล้าพูด และกล้าแสดงความคิดเห็น โดยผู้วิจัยได้นำกระบวนการละครประยุกต์และวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ มากำหนดกิจกรรมและออกแบบการดำเนินกิจกรรมตามกรอบแนวคิดการวิจัยดังนี้





จากกรอบแนวคิดจะเห็นว่าผู้วิจัยออกแบบการจัดกิจกรรมเป็น 2 ระยะ นั่นคือ ระยะที่ 1 หมายถึงการนำกิจกรรมละครประยุกต์ มาใช้กระบวนการ 4 ขั้นตอนของวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์ และระยะที่ 2 หมายถึงการมองเป็นภาพรวมเมื่อจัดกิจกรรมละครประยุกต์จนเสร็จสิ้น มีการใช้ขั้นที่ 2-4 ของวงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์เมื่อนำไปใช้ในชีวิตจริง ในที่นี้ผู้วิจัยจะอภิปรายผลการจัดกิจกรรมดังนี้

### ระยะที่ 1

#### ขั้นที่ 1 เรียนรู้ประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

ในขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้วิจัยนำวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ มาใช้ในทุกกิจกรรมละครที่ผู้วิจัยนำมาใช้ หมายถึง 1 กิจกรรม จะต้องใช้ครบทั้ง 4 ขั้นตอน คือ เรียนรู้จากประสบการณ์ สะท้อนประสบการณ์ สรุปเป็นหลักการนามธรรม และนำไปทดลองปฏิบัติจริง โดยผลออกมาดีมากและเป็นรูปธรรมชัดเจน ซึ่งสามารถยกเป็นตัวอย่างได้จากการเล่นเกมละคร ในเกมละคร จะมีกติกาคือแพ้คัดออก จนกว่าจะมีผู้ชนะ ซึ่งในการเล่นเกมนี้นี้ เราถือเป็นขั้นที่ 1 คือเรียนรู้จากประสบการณ์ จากนั้นผู้วิจัยจะให้ผู้เรียนทบทวนตนเองว่า ที่ตนเองเล่นแพ้หรือชนะจากเกมที่ผ่านมา เรามีวิธีการเล่นอย่างไรให้ถือเป็นขั้นที่ 2 คือ สะท้อนประสบการณ์ จากนั้น ผู้วิจัยจะให้ผู้เรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อน โดยเล่าถึงประสบการณ์ของตนเองตอนเล่นเกม รวมถึงกลยุทธ์ที่ใช้ในเกมที่ผ่านมา เพื่อให้เพื่อนได้เรียนรู้ประสบการณ์ระหว่างเพื่อนในกลุ่ม แล้วสรุปออกมาเป็นวิธีการเล่นเพื่อนที่จะชนะเกม หรือข้อควรระวังในการเล่นแล้วอาจทำให้ตนเองเป็นผู้แพ้ ในขั้นนี้ถือเป็นขั้นที่ 3 เมื่อผู้เรียนได้เรียนรู้ประสบการณ์และช่วยกันสรุปเป็นนามธรรมแล้ว ผู้เรียนก็ทดลองใช้ประสบการณ์คือขั้นที่ 4 โดยการเล่นเกมนี้อีก 1 รอบ เพื่อตรวจสอบประสบการณ์ที่เป็นนามธรรมจากข้อสรุปในกลุ่ม ว่าสามารถใช้ได้ผลหรือไม่ โดยส่วนใหญ่แล้ว ผู้เรียนที่เคยเป็นผู้แพ้ ก็สามารถเปลี่ยนมาเป็นผู้ชนะได้ โดยให้เหตุผลว่า ลองนำวิธีการของเพื่อนมาปรับใช้ หรือบางคนก็นำไปใช้โดยไม่เปลี่ยนแปลง ก็สามารถทำให้ชนะเกมขึ้นมา หลังจากให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จจากการเล่นเกมบ่อยขึ้น ผู้เรียนก็กล้าที่จะพูด หรือแสดงออกอย่างมั่นใจ ไม่กลัวต่อสายตาผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จงใจ ขจรศิลป์ (2532) ที่กล่าวไว้ว่า คนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะกล้าแสดงออก กล้าตัดสินใจ และมีความมั่นใจที่จะทำโดยไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม รวมทั้งการมีโอกาสพบกับความสำเร็จ และสอดคล้องกับ บุชบา ประสารอริคม (2543) ที่กล่าวว่า ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง จะมีความมั่นใจในสมรรถนะ กล้าพูด กล้าคิด กล้าตัดสินใจ กล้าเผชิญความจริง แก้ปัญหาได้ดี และใฝ่ความสำเร็จ จึงทำให้เห็นว่าการเรียนรู้ผ่านวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ของ โคลบ (Kolb, 1984) สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลง และเกิดความเชื่อมั่นในตนเองจากความสำเร็จที่ผ่านการเรียนรู้ขั้นได้

การนำกิจกรรมละครมาเป็นขั้นที่ 1 นั้น เพื่อให้ผู้เรียนดึงประสบการณ์ของตนเองออกมาใช้ในบางกิจกรรมผู้วิจัยจำเป็นต้องสร้างประสบการณ์ผ่านกิจกรรม เพราะผู้เรียนยังมีประสบการณ์ที่ไม่มาก ทำให้ขาดประสบการณ์ในบางเรื่อง เช่น การเดินโพกัส หรือการฝึกการเตรียมพร้อมร่างกาย ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนมีประสบการณ์และสามารถนำประสบการณ์มาใช้ในการเรียนรู้ได้ ผู้วิจัยจึงต้องสร้างประสบการณ์ให้ผู้เรียนขึ้น และการจัดกิจกรรมเหล่านี้ มีผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้ดี เพราะการที่ผู้เรียนได้ลงมือทำเอง ปฏิบัติเอง แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่นจะเป็นความรู้ที่คงทนเกิดการเรียนรู้ได้มากกว่าการนั่งฟัง อ่าน หรือจดเพียงอย่างเดียว นั่นคือการเรียนรู้แบบ Active learning ซึ่งสอดคล้องกับ

พีระมิดการเรียนรู้ของ เดล (Dale, 1969) ที่กล่าวว่า การอ่านทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ 10% การฟังทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ 20% แต่การแลกเปลี่ยนเรียนรู้สามารถเกิดการเรียนรู้ได้ 50% การเรียนรู้ด้วยการลงมือทำสามารถเกิดการเรียนรู้ได้ถึง 75% และการสอนหรือทดลองทำ ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ถึง 90% ดังนั้นกิจกรรมละครประยุกต์จึงดีต่อการเรียนรู้ เพราะกิจกรรมที่ท่าจะมีทั้งการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การได้ลงมือทำ และทดลองด้วยตนเอง หรือทดสอบความรู้ของตนเองซึ่งสอดคล้องกับวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ด้วย

นอกจากนี้เมื่อลงรายละเอียดไปจนถึงกิจกรรมละครประยุกต์ ก็สามารถทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเอง จากผู้ที่ไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเองจนกลายเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองได้ โดยมีรายละเอียดแต่ละกิจกรรมดังต่อไปนี้

กิจกรรมทำความรู้จักกัน เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้ผู้วิจัยและผู้เรียนได้รู้จักกัน รวมทั้งทำให้ผู้เรียนได้รู้จักกันเองด้วย ถึงแม้ว่ากิจกรรมนี้ไม่ได้ทำให้ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมทั้ง 5 ด้านออกมาในครั้งแรก แต่ผู้เรียนได้กล่าวถึงกิจกรรมทำความรู้จักเอาไว้ว่า “ดีใจที่ได้รู้จักทุกคน และดีใจที่จะได้เล่นละคร” ถือเป็นกิจกรรมที่ต้องทำเพื่อให้ผู้วิจัยเข้าถึงผู้เรียนได้ดีกว่าการที่ผู้วิจัยและผู้เรียนไม่รู้จักกันเลย นั่นคือการสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่ตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ อาชัญญา รัตนอุบล (2542) ที่กล่าวว่า การจัดบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดีนั้น ต้องเป็นบรรยากาศที่แสดงถึงความเคารพซึ่งกันและกัน ระหว่างผู้จัดกิจกรรมและผู้ร่วมกิจกรรม ดังนั้นผู้วิจัยควรทำความรู้จักก่อนไปจัดกิจกรรม เพื่อลดช่องว่าง ที่อาจเป็นอุปสรรคต่อผลการจัดกิจกรรม และกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนและผู้วิจัยสร้างความเข้าใจตรงกันไม่ว่าจะเป็นเรื่องของกติกาในการจัดกิจกรรม การสำรวจความต้องการในการพัฒนาตนเองที่แท้จริง ว่าผู้เรียนและผู้วิจัยมีความต้องการที่ตรงกันหรือไม่ ถ้าไม่ตรงก็ต้องปรับ ต้องพูดคุยให้เข้าใจ มีเป้าหมายในการทำกิจกรรมในทิศทางเดียวกัน เพราะการศึกษานอกระบบโรงเรียนเป็นการศึกษาที่เกิดขึ้นตามความสนใจของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับที่ สุมาลี สังข์ศรี (2539) ได้กล่าวไว้ว่า การศึกษานอกระบบโรงเรียนจะต้องสนองต่อความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย กิจกรรมควรจัดขึ้นหลังจากการสำรวจความต้องการของกลุ่มเป้าหมายแล้ว โดยผู้วิจัยได้เปิดรับสมัครผู้เรียนที่สนใจพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง และมีการสัมภาษณ์ก่อนที่จะเริ่มทำกิจกรรม เพื่อตรวจสอบให้แน่ใจว่าผู้เรียนต้องการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองจริง จากนั้นผู้วิจัยจึงเริ่มจัดกิจกรรม และผลที่ได้ก็คือ เมื่อผู้เรียนทุกคนมีความต้องการในการพัฒนาที่เหมือนกัน ก็ทำให้กิจกรรมที่จัดประสบความสำเร็จตอบสนองต่อความต้องการของผู้เรียนอย่างแท้จริง และผู้เรียนก็เกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้น

เมื่อผู้เรียนรู้จักกันแล้ว สิ่งที่ต้องทำต่อไปคือการสร้างความไว้วางใจ โดยในที่นี้ผู้วิจัยจะใช้กิจกรรมวงกลมไว้วางใจ

การสร้างวงกลมไว้วางใจ เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมที่เด่นชัดออกมา 2 ด้านคือการกล้าแสดงออก และความมั่นคงทางจิตใจ ซึ่งส่งผลให้ ผู้เรียนกล้าพูด กล้าเสนอแนะ กล้าถาม กล้าตอบ กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นที่แตกต่าง มีความเชื่อใจ ไว้วางใจซึ่งกันและกัน อันเป็นพื้นฐานที่ดี ในการฝึกการสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจ และยังทำให้บางคนลดอัตตาของตัวเอง ฟังมากขึ้น พูดน้อยลงสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้น และจากการแลกเปลี่ยนพูดคุยในวงกลมไว้วางใจ ผู้เรียนกล่าวไว้ว่า “เป็นกิจกรรมที่ทำให้เราสามารถที่จะแลกเปลี่ยนพูดคุย ถกเถียง แนะนำกันได้โดยไม่โกรธกัน” ดังนั้นควรทำให่วงกลมไว้วางใจ เป็นวงกลมที่ไว้วางใจ เชื่อใจได้จริง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภาณุพันธ์ุ ประ

สิทธิคุณาพร (2550) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมการศึกษาในระบบโรงเรียน ควรจัดบรรยากาศให้มีการกระตุ้น เร้าความสนใจ มีความเชื่อใจ และสอดคล้องกับ อาชัญญา รัตนอุบล (2542) ที่กล่าวว่า การจัดบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดีนั้น ต้องเป็นบรรยากาศที่แสดงถึงความเคารพซึ่งกันและกัน ระหว่างผู้จัดกิจกรรมและผู้ร่วมกิจกรรม ซึ่งจะทำให้เกิดการเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมจากครั้งแรกก่อนทำกิจกรรมพบว่า ผู้เรียนมีความเขินอาย ไม่กล้าที่จะพูดหรือโต้ตอบทั้งผู้ร่วมกิจกรรมด้วยกัน และกับผู้วิจัยเอง จึงทำให้ผู้เรียนและผู้วิจัยต้องทำความรู้จักกัน โดยการสร้างพื้นที่ปลอดภัย ซึ่งในที่นี้ผู้วิจัยใช้กิจกรรมวงกลมไว้ใจในการสร้างพื้นที่ที่จะแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ไม่โกรธกันเมื่อต้องมีการแสดงความคิดเห็นที่แตกต่างจากความคิดของแต่ละคน และคุณค่าของทุกคนในวงกลมไว้ใจจะมีค่าเท่า ๆ กัน เมื่อกิจกรรมวงกลมไว้ใจ ได้ใช้ในทุก ๆ กิจกรรม ก็ทำให้เห็นว่า ผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการกล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ตนเองคิด ไม่ลอกเลียนความคิดของคนอื่น กล้าที่จะเรียนรู้และทำกิจกรรมได้ดีขึ้นอย่างเป็นลำดับ ซึ่งเมื่อบรรยากาศในการเรียนรู้ดีแล้ว ผู้เรียนก็สามารถที่จะเปิดรับความเชิงบวกเข้ามาในตนเอง สามารถทำกิจกรรมหรือภาระงานที่ผู้วิจัยกำหนดให้สำเร็จลุล่วง และเกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองจากการทำกิจกรรม ซึ่งทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ และเมื่อผู้วิจัยได้ทำให้ผู้เรียนเกิดพื้นที่ที่พร้อมจะแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันแล้ว ผู้วิจัยก็ได้้นำผู้เรียนเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ที่เริ่มจากตนเองก่อน เพื่อให้การทำกิจกรรมที่ต้องใช้ร่างกายในกิจกรรมถัดไปจ่ายต่อการสร้างความเข้าใจระหว่างผู้เรียนและผู้วิจัย นั่นคือการรู้จักร่างกายตนเอง

รู้จักร่างกายตนเอง กิจกรรมนี้ผู้เรียนสะท้อนว่า “เหนื่อยและเมื่อยมาก” และสะท้อนความกล้าแสดงออกออกมาเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ซึ่งผู้เรียนคงไม่ชอบเท่าไร แต่กิจกรรมนี้ก็สอนให้เรารู้จักอวัยวะ หรือองค์ประกอบต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อที่จะจัดบุคลิกภาพของตนเองให้ดีขึ้น และรู้จักภายในของตนเองด้วย ว่าเราต้องการอะไร ทำไมเราต้องรักตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2539) ที่กล่าวว่า คนที่มีความรู้สึกรักตนเอง มีความรู้สึกดีให้คนรอบข้าง พูดในเชิงบวก คือคนที่เห็นคุณค่าในตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อผู้เรียนรู้จักตนเองดีขึ้น จากภายในและภายนอกแล้ว ผู้เรียนก็พร้อมที่จะนำเรื่องกาย มาใช้ให้เกิดประโยชน์ได้มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารที่ชัดเจน หรือการปรับบุคลิกภาพให้ดูดี มีความมั่นใจได้ โดยผ่านกิจกรรมการเดินอย่างมีจุดหมายซึ่งเรียกอีกชื่อว่า การเดินโฟกัส

การเดินโฟกัส เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมที่เด่นชัดออกมา 2 ด้านคือ การความมั่นใจทางจิตใจ และกล้าแสดงออก นับเป็นกิจกรรมหนึ่งในหลายกิจกรรม ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นได้ ซึ่งผู้เรียนสะท้อนเอาไว้ทั้งในวงกลมไว้ใจ ในใบกิจกรรมและสมุดบันทึกส่วนตัวว่า “เป็นกิจกรรมที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง กล้าแสดงออก สามารถเดินได้อย่างมั่นใจ มีเป้าหมาย มีจุดโฟกัสเป็นของตนเอง และเกิดสมาธิ” เพราะการเดินโฟกัสเป็นเหมือนการฝึกสมาธิอย่างหนึ่ง โดยใช้การเลือกมองหาจุด ๆ หนึ่ง แล้วมองไปที่จุดนั้น สนใจแค่จุดนั้น เหมือนการจะทำอะไรต่าง ๆ ให้สำเร็จ ก็ต้องมีเป้าหมายที่ชัดเจน มีผู้เรียนกล่าวถึงการนำจุดโฟกัสไปใช้ว่า “การเล่าเรื่องหน้าห้อง ก็ต้องมีเป้าหมายอยู่ที่เรื่อง ไม่ใช่ที่เพื่อน กิจกรรมนี้สามารถทำให้ผู้เรียนไม่เขินอายอีกต่อไป” เมื่อเกิดสมาธิ ผู้เรียนก็จะสามารถแสดงศักยภาพได้อย่างเต็มที่ ซึ่งสอดคล้องกับ พงษ์ส พหลกุลบุตร (2557) ที่กล่าวว่า ละครจะทำให้รู้จักตนเองได้ดีขึ้นซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหาเฉพาะหน้า หรือสมาธิ

ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนประกอบให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง นอกจากนี้ผู้เรียนยังบอกอีกว่า “กิจกรรมนี้ทำให้กล้าเดินมากยิ่งขึ้น ใจนิ่งและมีเป้าหมาย รวมทั้งการได้ทำไปพร้อมกับเพื่อนก็ช่วยให้เกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้” ซึ่งเมื่อเดินโฟกัสได้ดี การสื่อสารก็จะดีตามมาด้วย เพราะบางทีการเดินอย่างมีโฟกัสก็ได้สื่อสารกับผู้อื่นแล้วที่เราต้องการสื่อสารอะไร และเพื่อให้การสื่อสารมีความชัดเจนยิ่งขึ้นไปอีก ผู้เรียนควรได้ฝึกการสื่อสารในรูปแบบอื่นด้วย

การฝึกการสื่อสารเป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมที่เด่นชัดออกมา 1 ด้านคือการกล้าแสดงออก การฝึกการสื่อสารนี้จะทำให้ผู้เรียนสื่อสารออกมาได้ชัดเจนยิ่งขึ้น ทั้งเนื้อความ ความรู้สึก และการสร้างความสนใจในการสื่อสาร เพราะถ้าเราสามารถสื่อสารให้ผู้อื่นรู้ได้ว่าเราต้องการอะไร เขาก็จะเข้าใจเรา และการเข้าใจนี้เอง ที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นขึ้นมา ซึ่งผู้เรียนสะท้อนเอาไว้มันในวงกลมไว้ใจ ในใบกิจกรรมและสมุดบันทึกส่วนตัวว่า “ชอบเล่น HIP HAP HOP เพราะเหมือนได้ปลดปล่อย” และมีผู้เรียนเคยบอกว่า “ตนเองเสียความเชื่อมั่นในตนเองเพราะพูดแล้วไม่มีใครเข้าใจ จึงไม่อยากพูดอีก จากนั้น ก็ไม่กล้าพูดกับใคร” ซึ่งถ้าผู้เรียนสามารถสื่อสารได้อย่างเข้าใจอย่างดี และเลือกคำที่จะสื่อสารออกไปให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีที่สุด ผู้เรียนก็จะมั่นใจที่จะแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ โรซ (Roesch, 1989) อ้างถึงใน ภาณุพันธ์ ประสิทธิคุณาพร (2550) ที่กล่าวว่า การสื่อสารของมนุษย์ต้องใช้ภาษาพูด จึงต้องคัดเลือกคำที่จะพูดอย่างพิถีพิถัน เพื่อสื่อสารความต้องการที่เราต้องการอย่างเข้าใจ ซึ่งผู้วิจัยได้ฝึกให้ผู้เรียนฝึกสื่อสารผ่านทางร่างกาย การพูด และการแสดงสีหน้าด้วย และเห็นชัดว่าผู้เรียนเริ่มมั่นใจที่จะสื่อสารสิ่งที่ตนเองต้องการออกมา และเมื่อผู้เรียนเริ่มกล้าที่จะสื่อสารแล้ว สิ่งที่ต้องพัฒนาให้ต่อเนื่องไป คือการสื่อสารจากความต้องการภายใน ซึ่งเป็นสิ่งที่สื่อสารค่อนข้างยาก เพราะบางความต้องการอาจถูกปฏิเสธจากอดีตมาหลายครั้ง จนทำให้ตนเองไม่กล้าที่จะแสดงความต้องการของตนเองผ่านการสื่อสารให้ผู้อื่นรับรู้ ผู้เรียนจึงต้องฝึกการแสดงความต้องการต่อไป

การฝึกแสดงความต้องการนั้นผู้วิจัยใช้กิจกรรมที่เริ่มจากฐานกายก่อน เพื่อปลูกให้ผู้เรียนตื่นจากการไม่สื่อสารผ่านกิจกรรม ลูกบอลลม แก้วความต้องการ และไม้-มานี่ ซึ่งเป็นการฝึกการสื่อสารจากภายในโดยแสดงออกทางร่างกาย และแสดงความต้องการให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เมื่อผู้เรียนได้ทำกิจกรรมนี้แล้วพบว่าผู้เรียน ชอบและสนุกกับการทำกิจกรรม เช่นกิจกรรมลูกบอลลม เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมที่เด่นชัดออกมา 2 ด้านคือ การกล้าแสดงออก และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ผู้เรียนสะท้อนเอาไว้มันในวงกลมไว้ใจ ในใบกิจกรรมและสมุดบันทึกส่วนตัวว่า “สนุกมากที่ได้ปล่อยพลังกับเพื่อน การปล่อยพลังที่ส่งพลังกันไปมา ทำให้กล้าแสดงท่าทางและมีความเชื่อมั่นตนเอง” และแสดงความต้องการจากภายในที่ชัดเจนนี้เอง จึงเป็นผลให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ เกล (Gael, 1995) ที่กล่าวไว้ว่า การเปิดเผยแสดงความรู้สึก สามารถสื่อสารอย่างตรงไปตรงมาได้ทางภาษาพูดและภาษากาย อันเป็นผลให้กล้าแสดงออกและเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้น และกิจกรรมเหล่านี้ ส่วนใหญ่ผู้เรียนจะให้ทำเป็นคู่ เพื่อฝึกความกล้าแสดงออก แต่ก็ยังไม่ดีมากนัก จึงปรับกิจกรรม โดยให้ผู้เรียนได้ฝึกกับกลุ่มที่ใหญ่ขึ้น โดยเล่นด้วยกันทั้งวงคือกิจกรรมที่ใช้เพลงและจังหวะทางดนตรี และในส่วนของกิจกรรม ไม้-มานี่ และแก้วความต้องการนั้น ยังไม่สามารถทำให้ผู้เรียนมีพัฒนาการในคุณลักษณะทั้ง 5 ได้ออกมาอย่างเด่นชัด มีเพียง ความกล้าแสดงออก ที่ได้

จากกิจกรรม ไม่มานี่เพียงเล็กน้อย เป็นผลมาจากประสบการณ์ของผู้เรียนยังมีน้อย จึงไม่สามารถดึงประสบการณ์ของผู้เรียนออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่

singing world เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมที่เด่นชัดออกมา 2 ด้านคือ การกล้าแสดงออก และความริเริ่มสร้างสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้เต้นผ่านเสียงเพลงและจังหวะทางดนตรี โดยทำทั้งวงแต่ทำทีละคน บางคนดีขึ้นเพราะกิจกรรมนี้ เพราะว่าชอบการเต้น หลังจากกิจกรรมนี้ได้มีการแลกเปลี่ยนพูดคุยในวงกลมไว้ใจ ผู้เรียนกล่าวไว้ว่า “หนูกล้าพูด กล้าแสดงออกมากขึ้น” ส่วนบางคนที่ขาดความเชื่อมั่นมาก ๆ ก็เล่นกิจกรรมนี้ได้ไม่ด้นัก แต่ก็ถือว่าได้ฝึกและได้พยายาม นอกจากนี้คนที่เกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาจากกิจกรรมนี้ เช่นในสมุดบันทึกส่วนตัวว่า “เมื่อตนเองเป็นผู้นำ ไม่ว่าจะถูกหรือผิดจังหวะเพลง ก็ยังมีคนทำตาม เมื่อมีคนทำตามก็รู้สึกดี” จึงทำให้เกิดความมั่นใจในการเต้นท่าถัดไป เพราะฉะนั้นความเชื่อมั่นในตนเอง อาจไม่ได้เกิดจากตัวเองอย่างเดียว อาจเกิดจากเพื่อน สภาวะแวดล้อมเป็นช่วยก็ได้เช่นกัน ถือว่าการร้องเพลง เต้น ผ่านจังหวะดนตรีเป็นการบำบัดคนให้เกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ ซึ่งสอดคล้องกับ พิชัย ปรัชญานุสรณ์ (2550) ที่กล่าวว่า ผลของดนตรีต่อการเปลี่ยนแปลงของบุคคล คือมีผลต่อจิตใจ ร่างกาย การมีมนุษยสัมพันธ์ การเข้าสังคม ความเชื่อมั่นในตนเอง เข้าใจ ตนเอง เกิดสมาธิ ความคิดสร้างสรรค์และจินตนาการผ่านการเคลื่อนไหวตามจังหวะและคลายเครียดได้ และเมื่อผู้เรียนเริ่มที่จะเข้าใจในการสื่อสารและการทำงานร่วมกันกับผู้อื่นในเบื้องต้นบ้างแล้ว ผู้วิจัยก็จะนำผู้เรียนสื่อสารการฝึกความไวใจบนฐานของความเสียง เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความไวเนื้อเชื่อใจผู้อื่นในระดับที่สูงขึ้น เพื่อเตรียมพร้อมผู้เรียนให้เกิดพลังกลุ่มก่อนการซ้อมละครและการแสดงละครในท้ายกิจกรรม นั่นคือการเดินโดยการหลับตา

ซึ่งรอบเมืองและเขาวงกต เป็นกิจกรรมที่ไม่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมทั้ง 5 ด้านให้เด่นชัดได้อาจเป็นเพราะกิจกรรมนี้ต้องใช้ความไวใจค่อนข้างมาก แต่ผู้เรียนอาจยังต้องฝึกการไวใจคนอื่นอยู่จึงไม่ได้ผลดีนัก แต่กิจกรรมนี้ก็กิจกรรมที่ผู้เรียนจะต้องได้ฝึกการสร้างความไวเนื้อเชื่อใจผู้อื่น รวมทั้งไวใจตนเอง ผ่านการหลับตาเดิน กล้าที่ยอมให้ตนเองทำอะไรเสี่ยงที่เสี่ยงต่อความปลอดภัย เพื่อเติบโตจากการไวใจผู้อื่น และเปลี่ยนแปลงความเชื่อมั่นที่มีอยู่ภายในให้แข็งแรงมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ ผู้เรียนยังกล่าวไว้ว่ากิจกรรมนี้เป็นการฝึก “การเป็นผู้นำและ ผู้ตาม” บางคนเพิ่งค้นพบตัวเองจากการสะท้อนของเพื่อนว่า “เป็นผู้นำที่ดี” ซึ่งได้รับการยอมรับจากเพื่อน และบันทึกในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเองว่า “กิจกรรมเขาวงกตทำให้หนูเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง” ซึ่งสอดคล้องกับ เกียรติวรรณ อมาตยกุล (2539) ที่กล่าวว่า มนุษย์ต้องการการได้รับความเคารพนับถือ มีรูปภาพและการให้การยอมรับ เพื่อให้ผู้นั้นรู้สึกว่าคุณค่าสูงมากขึ้น เมื่อผู้เรียนเริ่มไวใจผู้อื่นมากขึ้นแล้วจากฐานกาย ผู้วิจัยจะกลับมาพัฒนาความไวใจที่เริ่มจากฐานใจ ให้แข็งแรงเพิ่มขึ้นไปอีก โดยใช้กิจกรรมนอนตายเป็นตัวช่วยในการพัฒนา

กิจกรรมนอนตาย เป็นกิจกรรมที่ไม่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมทั้ง 5 ด้านให้เด่นชัดจากการมองภายนอกได้ เพราะเป็นกิจกรรมที่ใช้ความสงบมาก ถึงแม้ว่าผู้เรียนจะไม่ได้บันทึกกิจกรรมนี้ลงไป ในสมุดบันทึกส่วนตัว แต่ผู้วิจัยได้เห็นถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากกิจกรรมคือผู้เรียนสามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้ได้ตามปกติ ซึ่งกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างจินตนาการ พัฒนาความคิดสร้างสรรค์ สามารถผู้เรียนได้สะท้อนไว้ว่า “หนูรู้สึกได้ถึงภาพที่ผู้วิจัยอธิบาย สามารถสัมผัสถึงความรู้สึก อารมณ์ และสบายตัวมาก ๆ ” ทำให้ผู้เรียนรู้สึกถึงความคิดเชิงบวกขึ้นได้ และเกิดเป็นความเชื่อมั่นในตนเองที่

เริ่มจากภายในในที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับ รัฐพล ไผ่งาม (2543) ที่กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึงลักษณะของบุคคลที่แสดงออกอย่างสร้างสรรค์ มีความมั่นคงภายในจิตใจ ยอมรับในความสามารถและการกระทำของตนเอง กล้าตัดสินใจ เผชิญหน้ากับความจริง และมีความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งกิจกรรมนี้ผู้วิจัยได้พาผู้เรียนเข้าไปค้นหาสิ่งที่ทำให้ตนเองขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เข้าไปรู้ความทรงจำที่ฝังลึกที่สุดของตนเองออกมา เพื่อเปิดและเรียนรู้ที่จะอยู่กับความจริง มากกว่าการไม่ยอมรับตนเอง หรือเรื่องราวที่ผิดหวัง เพราะการหลอกตนเองว่าเป็นผู้ที่เชื่อมั่นในตนเองแต่ความจริงแล้วไม่ใช่แบบนั้น ก็ถือว่าไม่ใช่ความเชื่อมั่นในตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งเมื่อผู้เรียนได้ค้นพบปัญหาแล้ว ผู้วิจัยก็ให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรม แก้อัปเดตใจ เพื่ออธิบายสิ่งที่ตนเองเป็นผ่านกิจกรรมนี้ต่อไป

กิจกรรม แก้อัปเดตใจ เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมทั้ง 1 ด้านให้เด่นชัดนั้นคือการกล้าเผชิญความจริง เพราะเป็นกิจกรรมที่ให้ผู้ที่นั่ง เล่าเรื่องที่ทำให้ตนเองเสียความเชื่อมั่นในตนเองจากกิจกรรมนอนตาย และผู้อื่นต้องฟังอย่างตั้งใจ เมื่อเพื่อนเล่าเรื่องจบ คนที่นั่งฟังจะต้องเป็นผู้ให้คำแนะนำหรือกำลังใจให้กับผู้ที่นั่งแก้อัปเดตใจ ซึ่งกิจกรรมนี้ถือว่าเป็นกุญแจสำคัญสำหรับผู้เรียนหลายคน ที่จะแก้ไขการไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะทุกคนที่เปลี่ยนไปบอกว่า “การมีคนฟัง ก็ดีมากแล้ว” และมีผู้เรียนบางคนได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนไว้ว่า “การยอมรับอดีตและอยู่กับมันได้น่าจะดีกว่าการพยายามลืม” เหมือนว่ากิจกรรมนี้ทำให้ผู้พูดมีตัวตนขึ้นมา จึงทำให้กิจกรรมนี้ ผู้วิจัยมองว่าเป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นขึ้นมามากที่สุด ซึ่งการเปิดเผยตนเองนี้ ถือว่าเป็นการพัฒนาตนเองให้กลายเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมา ซึ่งสอดคล้องกับ เฟนสเตอร์โฮมและจิน (Fensterheim & Jean, 1975) ที่ระบุลักษณะที่สำคัญของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองคือ รู้สึกอิสระในการเปิดเผยตนเอง ไม่ว่าจะป็นคำพูดหรือการกระทำ ถือว่ากิจกรรมนี้เป็นแบบฝึกหัดที่สำคัญมากในการก้าวข้ามอุปสรรคเพื่อเปลี่ยนผ่านสิ่งที่ตนเองเป็นไปสู่สิ่งใหม่ที่ดีกว่าเดิม เมื่อผู้เรียนได้เล่าเรื่องราวที่ลึกที่สุดของตนเองให้ผู้อื่นฟังแล้ว ความไวใจในผู้อื่นหรือผู้ร่วมกิจกรรมด้วยกัน ก็มีมากขึ้นตามมา ทำให้ผู้วิจัยสามารถให้ผู้เรียนได้ฝึกการทำงานร่วมกันกับผู้อื่นได้แล้ว โดยกิจกรรมที่จัด จะเป็นกิจกรรมที่เป็นพื้นฐานการเล่าเรื่อง การสร้างละคร และเทคนิคการสร้างละครให้น่าสนใจ

สร้างเรื่องราวจากคำที่กำหนด อนุสาวรีย์ ละคร 3 ฉากและละครต้นสด เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนได้ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า จินตนาการ และความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างดี เพราะผู้เรียนจะต้องสร้างเรื่องราวผ่านสถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้น รวมทั้งยังได้ฝึกเรื่องการเชื่อมโยงเนื้อเรื่องให้สอดคล้องกันอีกด้วย และยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนดึงประสบการณ์ของตนเองมาใช้ รวมถึงสัญชาตญาณด้วย เพราะบางสถานการณ์ ที่ผู้วิจัยกำหนดให้ผู้เรียนทำกิจกรรม ผู้เรียนจะต้องมีสติ ดึงประสบการณ์ สิ่งที่เคยเห็น เคยทำมาใช้ กิจกรรมนี้ค่อนข้างอิสระ ทำให้ผู้เรียนเป็นตัวของตัวเองได้มากที่สุด จึงมีนักเรียนบางคนบอกว่า “กิจกรรมสร้างเรื่องราวจากคำที่กำหนดเป็นกิจกรรมที่ทำให้หนูเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมา” บางคนก็บอกว่า “หนูทำไม่ได้ เลยเสียความเชื่อมั่นในตนเอง” แต่กิจกรรมละครต้นสด เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมทั้ง 3 ด้านให้เด่นชัดนั้นคือ กล้าแสดงออก กล้าตัดสินใจและการเผชิญความจริง ซึ่งกิจกรรมในลักษณะนี้ถือเป็นความท้าทายตนเองของผู้เรียน เพื่อพัฒนาให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมา สอดคล้องกับ วิลลิส (Willis, 1995) ที่กล่าวถึงลักษณะสำคัญของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองนั้นคือ ความสามารถในการตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ได้ เป็นคนที่สามารถแก้ไขปัญหาคความยุ่งยากได้ และกล้าเผชิญหน้ากับปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งผู้เรียนแต่ละคนสามารถ

ทำสิ่งเหล่านี้ได้ดีมาก เมื่อผู้เรียนได้ผ่านการเล่าเรื่องอย่างง่ายมาแล้ว ผู้เรียนก็สามารถที่จะสร้างละครขึ้นมาได้เอง ผ่านการซ้อม และแสดงละครต่อไป

การซ้อมละคร แสดงละคร และการถอดบทเรียน เป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้แสดงพฤติกรรมทั้ง 1 ด้านให้เด่นชัดนั้นคือการกล้าแสดงออก นอกจากนี้กิจกรรมนี้ยังเป็นการฝึกการทำงานร่วมกัน ฝึกการเป็นผู้นำและผู้ตาม ซึ่งผู้เรียนได้เขียนในสมุดบันทึกส่วนตัว ใบบทเรียนและการแลกเปลี่ยนในวงกลมไว้ใจไว้ว่า “หนูกล้าแสดงออกมากขึ้น เพราะสนุกกับการได้แสดงละครกับเพื่อน ได้เล่นในสิ่งที่ตนเองอยากทำ ได้อยู่กับเพื่อนสนุกมา และการได้แสดงก็สนุกและทำให้หนูกล้ามากกว่าที่เคยเป็น” ซึ่งการแสดงละครสตูดิโอจะมีการลืบทหรือลืมว่าต้องแสดงอย่างไร จึงถือเป็นฝึกการแก้ปัญหา ฝึกการฟังเสียงผู้อื่น หรือการแสดงความคิดเห็นของตนเองให้เพื่อนได้รู้ แต่อยู่ในเงื่อนไขของการตัดสินใจร่วมกัน เคารพซึ่งกันและกัน ซึ่งสอดคล้องกับ วิลลิส (Willis, 1995) ที่กล่าวถึงลักษณะของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองว่า ต้องซื่อสัตย์ ตัดสินใจได้ แก้ปัญหาได้ กล้าเผชิญหน้ากับปัญหา มีความชัดเจนในจุดยืนต่อตนเองและผู้อื่น กล้าแสดงความต้องการของตนเอง เคารพตนเองและผู้อื่น และยังมีความเป็นตัวเอง ซึ่งผู้เรียนสามารถทำได้ และมีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นตามมา นอกจากนี้การมีส่วนร่วมในกิจกรรมและการได้ลงมือทำด้วยตนเอง ของผู้เรียนจากการซ้อมละคร แสดงละคร และการถอดบทเรียน ก็มีผลทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น เพราะการได้ลงมือทำแล้วเห็นว่าตนเองเกิดความสำเร็จ จะทำให้ผู้เรียนเกิดความภูมิใจในตนเองว่า ตนเองก็สามารถทำได้ โดยสอดคล้องกับ ฌูร์ท สุธธจิตต์ (2538) ที่กล่าวว่า ถ้าผู้เรียนสามารถสร้างผลงานออกมาได้ จะเกิดความภาคภูมิใจ มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียน มีความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าของตัวเอง ในที่สุด ซึ่งในกิจกรรมการศึกษานอกระบบที่จัดขึ้นทั้งหมด ผู้เรียนจะได้ลงมือทำด้วยตนเอง อาจมีเป็นกลุ่มบ้าง ทำเดี่ยวบ้าง แต่ผู้เรียนก็ได้ลงมือทำด้วยตนเอง เห็นข้อผิดพลาดของตนเองและเพื่อน ก็นำมาปรับปรุงและพัฒนาตนเองจนสร้างความสำเร็จและเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมา

นอกจากนี้ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ ก็ต้องมีความเหมาะสมด้วย ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดเอาไว้ 8-10 ครั้ง โดยที่ผู้วิจัยจะทำกิจกรรมกับผู้เรียน 8 ครั้ง นั่นคือสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ส่วน อีก 2 ครั้งจะเป็นการซ้อมละครด้วยตนเองผู้วิจัยจะไม่เข้าไปรบกวน ซึ่งใช้เวลาทั้งสิ้น 1 เดือนในการพัฒนาผู้เรียนให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งถือว่าอยู่ในระยะเวลาที่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับ อรรถพล อนันตวรสกุล (สัมภาษณ์, 19 มกราคม 2559) ได้กล่าวไว้ว่า ระยะเวลา 1 เดือน สามารถทำให้เกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ ผู้วิจัยจึงนำข้อแนะนำนี้ไปใช้ในการจัดกิจกรรม และผู้เรียนก็มีความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นมาจากครั้งแรกได้

## ระยะที่ 2

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์

การสะท้อนประสบการณ์ของผู้เรียนคือการที่ผู้เรียนได้อธิบายในสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้จากกิจกรรมที่เกิดเป็นประสบการณ์ของผู้เรียนให้ผู้อื่นหรือเพื่อนฟัง ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความเข้าใจในตนเอง และเห็นปัญหาเพื่อพร้อมที่จะพัฒนาตนเองต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับ จอห์น (Johns, 2000) ที่กล่าวว่า การสะท้อนประสบการณ์คือการคิดไตร่ตรอง ทบทวน พิจารณาส่งต่าง ๆ โดยใช้สติ เพื่อให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์ เกิดการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การพัฒนาปรับปรุงตนเอง แก้ปัญหาให้ดียิ่งขึ้น เมื่อผู้เรียนสามารถสะท้อนตนเองได้แล้ว ผู้เรียนก็สามารถประเมินตนเองและทำให้ตนเองเกิด

ความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ ผ่านการเห็นปัญหาและแก้ปัญหาที่ละจุด ซึ่งสอดคล้องกับ โวงค์ (Wong, 1997) ที่กล่าวว่า การสะท้อนคิดจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเชื่อมโยงความรู้สึกไปสู่ประสบการณ์ และพยายามอธิบายสิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อเรียนรู้จากประสบการณ์หนึ่งไปสู่อีกประสบการณ์หนึ่งต่อไป นอกจากนี้ สาโรช บัวศรี (2544) ยังกล่าวอีกว่า การฝึกการสะท้อนคิด ยังเป็นกระบวนการที่นำไปสู่การคิดแบบมีวิจรรย์ญาณได้ ทำให้แก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะมีการทบทวนและไตร่ตรองอย่างมีเหตุผล ซึ่งสิ่งเหล่านี้ เป็นผลให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองให้สูงขึ้นอย่างมีขั้นตอนที่แข็งแกร่งได้ดี และเมื่อผู้วิจัยได้ให้ผู้เรียนสะท้อนความคิดของตนเองทุกครั้งเมื่อจบกิจกรรม ก็พบว่าผู้เรียนกล้าพูดกล้าอธิบายขึ้นอย่างเห็นได้ชัด พูดชัดเจนขึ้น ไม่กลัวสายตาผู้ฟังเหมือนครั้งแรก

### ขั้นที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม

จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากการสะท้อนประสบการณ์ของผู้เรียนในแต่ละคนที่อธิบายจนครบทุกคนแล้ว ผู้วิจัยและผู้เรียนจะร่วมกันสรุปหลักการนามธรรม ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้น เพื่อนำไปทดลองปฏิบัติจริง ซึ่งการทำแบบนี้ เราจะได้เป้าหมายและวิธีการในการพัฒนาตนเองอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับ โวงค์ (Wong, 1997) ที่กล่าวว่า การแลกเปลี่ยนประสบการณ์อย่างมีโครงสร้าง หรือมีประเด็นให้พูดคุย หรือมีการใช้คำถามกระตุ้นเพื่อให้เกิดการคิดอย่างมีเหตุมีผลจะทำให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อประเด็นนั้น ๆ ได้ ซึ่งในขั้นนี้สิ่งที่เราสนใจคือประเด็นการเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง โดยวิเคราะห์จากปัจจัยของแต่ละคนที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่กว้างขึ้น และสรุปออกมาเป็นหลักการได้ (อภิภา ปรัชญพุทธิ, 2547) ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งที่ดี เพราะเมื่อผู้เรียนได้นำประสบการณ์ของตนเองไปแลกเปลี่ยนกับผู้อื่นแล้ว ผู้เรียนก็จะได้รับแนวทางการพัฒนาตนเองที่เพิ่มขึ้นจากผู้อื่น เพื่อนำมาปรับใช้กับตนเองเมื่อไปเจอสถานการณ์ที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่เพื่อนพบเจอ และไม่กล้าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาที่เราไม่เคยพบ แต่ได้รับวิธีการแก้ปัญหาจากผู้อื่น ซึ่งทำให้เป็นเกราะป้องกันตนเอง ไม่ให้เสียความเชื่อมั่นในตนเองได้ง่ายเหมือนเมื่อก่อน

### ขั้นที่ 4 นำไปทดลองปฏิบัติจริง

เมื่อผู้เรียนได้หลักการนามธรรมที่ได้จากการสะท้อนและแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้เรียนคนอื่นแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำหลักการนามธรรมนั้น มาทดลองใช้กับตนเอง ซึ่งถือว่าเป็นการนำความรู้ที่ได้มาปฏิบัติจริง ทดลองจริง เพื่อให้ได้ทดสอบว่าความรู้ที่ได้มานั้นสามารถใช้ได้หรือไม่ และเป็นการตอกย้ำว่า ความรู้ที่ได้มา ควรจะใช้ต่อไปหรือปรับปรุงให้เหมาะสมกับตนเอง ซึ่งการเรียนรู้ในขั้นนี้จะตรงสอดคล้องกับการเรียนรู้แบบ Active learning จากพีระมิดของ เดล (Dale, 1946) และ วินสตัน (Winston, 1969) ที่กล่าวว่า การสอนหรือทดลองนำไปใช้จริง ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ถึง 90% ซึ่งทำให้เปลี่ยนจากผู้รับความรู้เป็นผู้มีส่วนร่วมในการสร้างความรู้ (Johnson, 1996) และนอกจากนี้การทดลองนำไปปฏิบัติจริงยังเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ทดลองทำจริง เป็นการลดบทบาทผู้สอน ทำให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ ผ่านการพูด ทำ เขียน และอภิปรายกับเพื่อนได้มากขึ้น รวมทั้งบทบาทครูสอนที่ต้องเปลี่ยนไปอย่างมาก ซึ่ง ฌันชนัน แก้วชัยเจริญกิจ (2550) ได้กล่าวไว้ว่า ครูจะต้องทำให้ผู้เรียนเป็นศูนย์กลางในการเรียนการสอน



กิจกรรมต้องสะท้อนความต้องการของผู้เรียนและนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริงของผู้เรียนได้ มีบรรยากาศการเรียนรู้ที่ดี มีปฏิสัมพันธ์ที่ดี กระตุ้นผู้เรียนให้มีส่วนร่วม เกิดการเรียนรู้แบบร่วมมือ การเรียนการสอนท้าทายผู้เรียน มีแผนและเวลาการจัดกิจกรรมอย่างชัดเจน ผู้สอนต้องใจกว้างยอมรับแสดงออกและความคิดของผู้เรียน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เมื่อผู้เรียนได้ทดลองทำด้วยตนเองแล้ว ความรู้ที่มีของเดิมอาจจะคงเดิมหรือเปลี่ยนไปก็ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของแต่ละคนที่จะพบ และเกิดขึ้นเป็นประสบการณ์ที่พร้อมจะนำมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนในวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ได้อย่างไม่รู้จบ อีกทั้งความรู้เหล่านี้ เป็นความรู้ที่ผู้เรียนเป็นผู้สร้าง เป็นผู้ตกผลึกทางความคิดด้วยตนเอง ก็จะทำให้ได้ความรู้ที่คงทนและยืนนานกว่าการเรียนการสอนแบบท่องจำ นอกจากนี้ เมื่อผู้เรียนได้ลงมือทดลองใช้ความรู้แล้ว ถ้าผู้เรียนได้พบการเรียนรู้ใหม่ที่ดีกว่ามาทดแทนความรู้เดิมของตนเอง ยอมรับข้อผิดพลาดของตนเองได้ ผู้นั้นก็เป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ วิลลิส (Willis, 1995) และ เกล (Gael, 1995) ที่กล่าวถึงพฤติกรรมของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ที่สามารถพูดถึงข้อดีและข้อเสียของตนเองได้ อย่างปกติ ไม่รู้สึกแยะ สามารถให้และรับคำติชม ได้อย่างดี เปิดใจรับคำตำหนิได้ เปิดเผยประสบการณ์ตนเอง และยอมรับความคิดแนวใหม่

## ตอนที่ 2 เพื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนในสถานสงเคราะห์ กับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังจากการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์

เมื่อเปรียบเทียบความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างเยาวชนในสถานสงเคราะห์ กับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ หลังจากการจัด กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์พบว่าผลการทดสอบ t-test ได้ผลว่าค่า Sig. = .069 >  $\alpha$  ที่ระดับ .05 แสดงว่าปฏิเสธ  $H_1$  ยอมรับ  $H_0$  ว่า  $\mu_1 = \mu_2$  ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ว่า ผลของความเชื่อมั่นในตนเองของผู้เข้าร่วม กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์ไม่แตกต่างกับเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์ เพราะไม่ว่าจะเป็นเยาวชนที่กลุ่มที่อยู่นอกระบบโรงเรียนและในระบบโรงเรียนคะแนนภายในกลุ่มก็เพิ่มขึ้นจากการทดลองและหลังการทดลองไม่ต่างกัน แสดงว่า กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ ไม่ว่าจะใช้กับกลุ่มใด ก็สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองที่สูงขึ้นมาได้

## ตอนที่ 3 กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม

จากกิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรมในกระบวนการละครประยุกต์ ผู้วิจัยได้สังเกตสมมุติฐานที่กส่วนตัวและไปกิจกรรมที่ผู้เรียนบันทึกว่ากิจกรรมใดบ้างที่ทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนไป โดยผู้วิจัยได้สังเกตและบันทึกความถี่ของกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้น โดยสรุปเป็นตารางดังนี้

ตารางที่ 17 ความถี่ของกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองจากสมุดบันทึกส่วนตัวและใบกิจกรรม

กิจกรรม/คุณลักษณะ 5 ด้าน	กล้า แสดงออก	กล้า ตัดสินใจ	เผชิญความ จริง	มั่นคงทาง จิตใจ	ริเริ่ม สร้างสรรค์
1. ทำความรู้จัก	1	0	0	0	0
2. สร้างวงกลมไว้ใจ	16	0	5	16	1
3. รู้จักร่างกายตนเอง	3	0	0	0	0
4. เดินโพกัส	15	0	5	31	2
5. ฝึกการสื่อสาร	8	3	1	3	0
6. ลูกบอลลม	11	0	1	1	6
7. ไม่-มานี่	9	1	4	2	3
8. แก้อั้ความต้องการ	1	0	0	1	0
9. singing world	10	2	1	1	5
10. ชีรธรอบเมือง	0	2	2	4	0
11. เขาวงกต	3	1	0	6	0
12. นอนตาย	0	0	1	0	0
13. แก้อั้เปิดใจ	1	0	8	2	0
14. สร้างเรื่องราวจาก คำที่กำหนด	0	1	4	0	2
15. ด้นสด	8	7	7	1	2
16. อนุสาวรีย์	2	2	2	4	4
17. ละคร 3 ฉาก	5	2	1	2	3
18. ซ้อม	3	0	2	2	1
19. แสดงละคร	14	0	2	4	0

จากตารางจะเห็นว่ากิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงไป คือกิจกรรมสร้างวงกลมไว้ใจ เดินโพกัส ฝึกการสื่อสาร ลูกบอลลม singing world แก้อั้เปิดใจ ละครด้นสด อนุสาวรีย์ และการแสดงละคร เพราะกิจกรรมที่ทำ เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนสามารถใช้การเรียนรู้จากประสบการณ์ 4 ขั้นตอนได้อย่างมีประสิทธิภาพในแต่ละกิจกรรม เช่น

### กิจกรรมการเดินโพกัส

สามารถอธิบายได้เป็น 4 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม : ในขั้นนี้ผู้เรียนจะต้องนำประสบการณ์จากกิจกรรมจากเดิน หรือ มอง หรือการคิดจินตนาการตามที่คุณสอนกำหนด

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ : ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองว่า เมื่อทำกิจกรรมเดินโพกัสแล้ว ณ ตอนไหนที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทำไมถึงเกิดขึ้นมาได้ แล้วเขียนสิ่งที่ได้เหล่านั้นลงในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

ขั้นที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม : เมื่อผู้เรียนได้ตกผลึกความคิดของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำสิ่งที่ได้ ไปแลกเปลี่ยนกับผู้เรียนคนอื่น เพื่อให้ได้หลักการในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านกิจกรรมเดินโพกัสขึ้นมา และผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจว่า “รู้สึกว่าคุณไม่ต้องคิดอะไรมากเหมือนเมื่อก่อนแล้ว อยากเดินก็เดินเลย” และจากนั้นผู้เรียนก็จะฟังข้อสรุปจากเพื่อน ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนหนึ่งบอกว่า “การเดินโพกัสต้องมีเป้าหมายแน่นอน เราจะไม่สนใจอย่างอื่น” ซึ่งหลักการจากกิจกรรมนี้ที่ผู้เรียนช่วยกันสรุปกันไว้คือ “การเดินโพกัสคือต้องรู้ว่าเรากำลังโพกัสอะไร และไม่คิดถึงสิ่งรอบขวอื่น” ซึ่งหลักการนี้น่าจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองได้

ขั้นที่ 4 ทดลองนำไปปฏิบัติจริง : ผู้เรียนได้กล้าในวงกลมไว้ใจว่า “มันคิดน้อยลงจริง ๆ สนใจแค่จุด ต่อให้มีคนมาล้อต่อนำเสนองานก็ไม่หลุดแล้ว เพราะโพกัสอยู่ที่การนำเสนอ” ซึ่งทำให้ผู้เรียนมีความกล้าแสดงออก และมั่นคงทางจิตใจมากขึ้น

### กิจกรรมเก้าอี้เปิดใจ

สามารถอธิบายตามขั้นตอนของการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ดังนี้

ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม : ในขั้นนี้ผู้เรียนจะต้องนำประสบการณ์จากอดีตที่ทำให้เสียความเชื่อมั่นในตนเองมาใช้ในการเล่าอธิบายให้เพื่อนฟังว่า ปัจจัยใดบ้างที่ทำให้คุณสามารถเสียความเชื่อมั่นในตนเองได้ เมื่อเล่าจบ จะต้องเป็นผู้ที่ฟังคำแนะนำหรือรับกำลังใจจากผู้ฟัง

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ : ขั้นนี้เป็นขั้นที่ผู้เรียนจะต้องตกผลึกความคิดของตนเองว่า เมื่อทำกิจกรรมเก้าอี้เปิดใจแล้ว ณ ตอนไหนที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาได้ เกิดขึ้นมาเพราะอะไร ทำไมถึงเกิดขึ้นมาได้ แล้วเขียนสิ่งที่ได้เหล่านั้นลงในสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

ขั้นที่ 3 สรุปเป็นหลักการนามธรรม : เมื่อผู้เรียนได้ตกผลึกความคิดของตนเองเรียบร้อยแล้ว ผู้เรียนแต่ละคนจะต้องนำสิ่งที่ได้ ไปแลกเปลี่ยนกับผู้เรียนคนอื่น เพื่อให้ได้หลักการในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง ผ่านกิจกรรมเก้าอี้เปิดใจขึ้นมา และผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจว่า “รู้สึกดีที่มีคนฟัง และได้ระบายสิ่งที่ตนเองเคยพบเจอ” และจากนั้นผู้เรียนก็จะฟังข้อสรุปจากเพื่อน ยกตัวอย่างเช่น นักเรียนคนหนึ่งบอกว่า “การได้เล่าได้ระบาย เป็นเหมือนการยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต เพื่อที่จะไม่เสียใจ แต่อยู่กับสิ่งเหล่านั้นได้” ซึ่งหลักการจากกิจกรรมนี้ที่ผู้เรียนช่วยกันสรุปกันไว้คือ “การสร้างความเชื่อมั่นในตนเองต้องยอมรับเรื่องราวที่ผ่านมาได้ และถ้ามีคนมารับฟังที่ดี เราก็มีตัวตนขึ้นมาได้ ดังนั้นคนเล่าต้องกล้ายอมรับความจริง และคนฟังต้องฟังอย่างตั้งใจ” ซึ่งหลักการนี้น่าจะเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนแต่ละคนสามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองได้

ขั้นที่ 4 ทดลองนำไปปฏิบัติจริง : ผู้เรียนนำหลักการนี้ไปใช้กับพูดและอธิบายสิ่งที่ตนเองต้องการพูด เพื่อทำงานร่วมกับเพื่อนในวงกลมไว้ใจ ทำให้บรรยากาศหลังผ่านกิจกรรมนี้ ผู้เรียนดูกล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็นมากกว่าเดิม และดูมีความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาอย่างมาก

จากตาราง จะพบว่ามีบางกิจกรรมที่ไม่สามารถพัฒนาผู้เรียนขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพนักคือ กิจกรรมทำความเข้าใจ รู้จักร่างกายตนเอง ไม่มานี่ แก้อั้วความต้องการ ชีรรอบเมือง เขาวงกต นอนตาย สร้างเรื่องราวจากคำที่กำหนด ละคร 3 ฉาก การซ่อมละคร และการถอดบทเรียน อาจเป็นเพราะประสบการณ์ของผู้เรียนยังมีไม่มากพอที่จะดึงสิ่งที่ต่าง ๆ มีเป็นเครื่องมือในการทำกิจกรรมได้ เช่น แก้อั้วความต้องการ เพราะผู้เรียนยังรู้สึกว่าจะไม่ได้ต้องการที่จะได้แก้อั้วนั้นมา จึงไม่ยอมเล่น ทำให้กิจกรรมนี้ไม่ค่อยได้ผลเท่าที่ควร รวมไปถึงกิจกรรมอนุสาวรีย์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องแสดงท่าทางที่ต้องใช้ความนิ่ง ผู้เรียนก็พยายามที่จะทำแต่สุดท้ายภาพก็ออกมาเหมือน ๆ กัน แสดงว่าผู้เรียนยังมีประสบการณ์ไม่เพียงพอที่จะทำกิจกรรมแบบนี้

และจากการสังเกตพฤติกรรมที่เปลี่ยน ผู้เรียนส่วนใหญ่จะมีทิศทางของพฤติกรรมที่ขึ้น 3 ด้านจาก 5 ด้าน คือมีความกล้าแสดงออก กล้าเผชิญความจริงและมั่นคงทางจิตใจมากขึ้น ส่วนความกล้าตัดสินใจและริเริ่มสร้างสรรค์ยังไม่ดีเท่าที่ควรนัก

### ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. จากงานวิจัยนี้พบว่า การนำวงจรการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ในกระบวนการละคร ประยุกต์ที่มี 4 ขั้นตอนมาใช้ นั้น ถือว่าได้ผลดี ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นได้ก่อนทำกิจกรรม นอกจากนี้การจัดกิจกรรมในลักษณะของวงจรการเรียนรู้ 4 ขั้นนั้น จะต้องคำนึงถึงความเชื่อมโยงของประสบการณ์ผู้เรียนกับกิจกรรมด้วย เพราะการนำไปใช้ในงานวิจัยนั้น ผู้เรียนจะต้องดึงประสบการณ์ของตนเองมาเป็นส่วนหนึ่งของวงจรการเรียนรู้ โดยเราจะต้องมุ่งเน้นที่ประสบการณ์ของผู้เรียนเป็นหลัก และจุดอ่อนของงานวิจัยนี้คือกิจกรรมที่เลือกมาบางกิจกรรม ไม่สามารถทำให้ผู้เรียนดึงประสบการณ์ที่มีออกมาได้อย่างเต็มที่ จึงทำให้กิจกรรมเหล่านั้นเกิดความเชื่อมั่นในตนเองน้อย หรือไม่เกิดเลยก็มี ดังนั้นควรเลือกกิจกรรมที่ผู้เรียนสามารถดึงประสบการณ์ออกมาได้จะดีกว่า
2. ควรศึกษาผู้เรียนให้ดีกว่าก่อนลงมือทำวิจัยเพราะผู้วิจัยได้ทำความรู้จักกับผู้เรียนก่อนการทำกิจกรรมก็จริง แต่ก็ไม่ได้รู้จักกันดีมาก ส่งผลให้กิจกรรมที่เตรียมไว้ ไม่สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้ทุกกิจกรรม ดังนั้นผู้สอนจึงต้องมีการปรับแผนการจัดกิจกรรมอยู่บ้าง ซึ่งทางที่ดีก็ควรศึกษาผู้เรียนให้ดีกว่าก่อน เพื่อที่การนำกิจกรรมไปใช้ จะได้เกิดประโยชน์ และควรมุ่งเน้นที่ความต้องการของผู้เรียนเป็นหลักว่าต้องการที่จะเรียนรู้อะไร แต่ก็ต้องมีจากในส่วนของผู้วิจัยอยู่ด้วยเสมอ สิ่งนี้ก็จะทำให้การเขียนแผนการจัดกิจกรรมง่ายขึ้นและมองเห็นเป้าหมายได้ดีกว่าเดิม

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการติดตามผลหลังจากกิจกรรมไปแล้ว 2 รอบ คือ 1 เดือนหลังจากจัดกิจกรรม และ 2 เดือนหลังจากจัดกิจกรรม เพื่อศึกษาความคงทนของการทำกิจกรรม
2. งานวิจัยนี้มีผลการทดลองที่อธิบายได้ว่า ไม่ว่าจะในหรือนอกสถานสงเคราะห์ก็สามารถจัดกิจกรรมนี้ได้ไม่ต่างกัน แต่ควรทดลองกับอีกกลุ่มที่อยู่ในสถานสงเคราะห์อื่น ๆ ด้วย เพื่อให้มั่นใจได้ว่า กิจกรรมสามารถใช้กับเยาวชนในสถานสงเคราะห์ได้ทุกที่
3. ควรทดลองกับตัวอย่างที่เป็นวัยอื่นบ้าง เช่น วัยทำงาน หรือผู้สูงอายุ เพราะผู้วิจัยคิดว่า น่าจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาตนเองของตัวอย่างเหล่านั้นด้วย
4. อาจนำกิจกรรมละครประยุกต์สามารถพัฒนา ให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงได้ในหลายเรื่อง เช่น การเห็นคุณค่าในตนเอง การพัฒนาภาวะผู้นำ การสื่อสาร การทำงานเป็นทีม หรือ การพัฒนาบุคลิกภาพ และเข้าใจผู้อื่นและตนเองได้
5. ในการทำวิจัยในลักษณะนี้ อาจทำเป็นเชิงคุณภาพได้มากขึ้น หรือมีการวัดผลที่หลากหลายกว่าการทำแบบวัด เช่นการสัมภาษณ์ พูดคุย ทำกิจกรรมศิลปะ หรือการให้ผู้เรียนได้วาดรูป เขียน เพื่อสะท้อนตัวตนออกมา
6. เครื่องมือละครเป็นเครื่องมือที่อ่อนไหวต่อความรู้สึก และทำงานกับจิตใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมค่อนข้างมาก ดังนั้นจึงต้องระมัดระวังในการจัดกิจกรรม

รายการอ้างอิง



## ภาษาอังกฤษ

- Basom, J. (2005). What is Drama Education? . Retrieved from <http://www.dramaed.net/definitions.pdf>.
- Blair, & Glenn, M. (1968). *Educational Psychology*. New York: Macmillan.
- Boal, A. (2002). *Games for Actors and Non-Actors*. from Routledge
- Branden, N. (1983). *Honoring the self*. Los Angeles: Tarcher.
- Burnard, P. (1996). *Acquiring Interpersonal Skills*. London: Chapman & Hall.
- Can, & Neriman. (2012). Drama Education on the Creative Thinking Skills of 61-72 Months Old Pre-school Children. Retrieved from <http://eric.ed.gov/?id=ED534301>
- Chickering, A. W. (1974). *Education and identity*. San Francisco: Jessey-Bass.
- Child Study Association of America. (1955). *Our Children Today*. New York: Viking.
- Craig, R. L. (1987). *Training and Development Handbook*. New York Mc Graw – Hill Book Company.
- Dale, E. (1969). *Audio-Visual Methods in Teaching*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- De la Cruz, R. E., Lian, M. J., & Morreau, L. E. (1998). The effects of creative drama on social and oral language skills of children with learning disabilities. *Youth Theatre Journal*, 12: 89-95.
- Dewey, J. (1983). *Experience and Education*. New York Collier.
- Dugger, J. A. (1969). *A study of Measurable Personal Factors of Leaders and Non-Leaders among University Women*.
- Farmer, D. (2005). *Drama 101 games and activities* Retrieved from <http://www.david-farmer.com>
- Fensterheim, H., & Jean, B. (1975). *Don't Say Yes When You Want to Say No*. New York: David Mckey.
- Freeman, G. D., Sullivan, K., & Fulton, C. R. (2003). Effects of creative drama on self-concept, social skills and problem behavior. *The Journal of Educational Research*, 96 : 131-138.
- Gael, L. (1995). *Self-Esteem*. California: Thorsons.

- Guli, L. A. (2004). *The effect of creative drama-base intervention for children with deficit in social preception*. University of Texas.
- Helen, N. (2005). *Applied Drama the gift of theatre*. London: Copyright Licensing Agency.
- Henry, S. C. (1961). *Personality Adjustment*. New York: McGraw-Hill.
- Hurlock, E. B. (1964). *Child Development*. New York: McGraw-Hill.
- Jackson, L., & Caffarella, R. S. (1994). *Experiential Learning* California: Jossey – Bass.
- Johns, C. (2000). *Becoming a Reflective Practitioner*. London: Blackwell Science.
- Johnson, D. W. (1996). *Joining together* Allyn Bacon.
- Juch, A. (1983). *Personal Development* Wiley.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Stires, K. L. (1970). "Leadership Designation and Perceived Ability as Determination of Practical Use of Modesty and Self Enhancement." Dissertation Abstracts.
- Taylor, P. (2003). *Applied Theatre*. Portsmouth: Heinemann.
- Tittly. (1994). Experiential Learning. Retrieved from <http://www.sonlifeafrica.com/model/learn.html>
- Wagner, B. J. (1998). *Educational drama and language arts*. Portsmouth: Heinemann.
- Widdows, J. (1996). Drama as an agent for change : Drama, behavior and students with emotional and behavioural difficulties. *Research in Drama Education*, 1 : 65-78.
- Williams, R., & Cole, S. (1968). Self-concept and School Adjustment. *The Personal and Guidance Journal* 47.
- Willis, L. (1995). *Assertive Trainer*. Washington DC: McGraw-Hill.
- Wong, K.Y., F., & et.al. (1997). An Action Research Study into the Development of Nurses as Reflective Practitioners. *Journal of Nursing Education*, 476-481.



## ภาษาไทย

กรมกิจการเด็กและเยาวชน. (2554, ตุลาคม 2554). แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ 2555-2559. Retrieved from <http://www.opp.go.th>

กระทรวงศึกษาธิการ. (2554). เด็กด้อยโอกาส 10 ประเภท ตามที่กระทรวงศึกษากำหนด.

Retrieved from <http://203.172.205.25/ftp/intranet/mc41/pragad/boy01.htm>

เกียรติวรรณ อมาตยกุล. (2539). พูดอย่างนี้โอ. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ที.พี. พรินท์ จำกัด.

ชินิษฐา เทวินทรภักดี. (2543). การจัดการศึกษาทางเลือกโดยศูนย์การเรียนรู้ในสถานสงเคราะห์กลุ่มงานปฏิรูปการศึกษาขั้นพื้นฐาน. รายงานการวิจัย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษา.

ขวัญชนก พิระปกรณ์, & ภัทรกร เกิดจังหวัด. (2557). ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลงปีที่ 3-4 "เมล็ดพันธุ์แห่งปัญญา 3". กรุงเทพมหานคร: คณะทำงานโครงการละครเพื่อการเปลี่ยนแปลง มูลนิธิสื่อชาวบ้าน (มะขามป้อม).

จงใจ ขจรศิลป์. (2532). การศึกษาลักษณะการจัดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์และการเล่นตามมุมมองที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์และความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย. (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.

จรรยาพร ธรณินทร์. (2550). แนวโน้มการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยยุคใหม่. Paper presented at the ทิศทาง กศน. ยุคใหม่ปี 2551.

จินตนา เดชะปทุมวัน. (2549). การสอนอ่านที่ยืดรูปแบบการเรียนรู้ของนักเรียนเพื่อเพิ่มพูนความเข้าใจในการอ่านภาษาอังกฤษและเจตคติต่อการอ่านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

จุฬารักษ์ มาเสถียรวงศ์. (2540). เด็กไทยบนทางสามแพร่ง: บทสังเคราะห์กรณีศึกษาเด็กและเยาวชนระดับจังหวัดในโครงการติดตามสภาวะการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัด. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, กรุงเทพมหานคร.

ชูชีพ อ่อนโคกสูง. (2516). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแสดงตัว ความวิตกกังวล ความเชื่อมั่นในตนเองกับคุณธรรมแห่งพลเมืองดี. (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว)), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2538). พฤติกรรมการสอนดนตรี. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ณัชนัน แก้วชัยเจริญกิจ. (2552). บทบาทของครูผู้สอนในการจัดกิจกรรมและวิธีการปฏิบัติตามแนวทางของ Active Learning. Retrieved from <http://www.itie.org>.

ทองอยู่ แก้วไทรชะ. (2544, 6 มีนาคม 2544). จากใจ ดร. ทองอยู่ แก้วไทรชะ อธิบดีกรมการศึกษานอกโรงเรียนในวันสถาปนา กศน. . วารสารการศึกษานอกโรงเรียน 4-12.

- ทศนา แคมมณี. (2545). ศาสตร์การสอน : องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นภารัตน์ รุ่งสุวรรณ. (2534). การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่มีระดับความเชื่อมั่นในตนเองต่างกัน. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิพนธ์ แจ้งเยี่ยม. (2519). การศึกษาบุคลิกภาพแสดงตัว ความเชื่อมั่นในตนเองและความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานครและจังหวัดอุดรธานี. (ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- บ้านตะวันใหม่. (2556). บ้านตะวันใหม่. Retrieved from <http://powsarasin.org/baantawanmai/about.php>
- บุษบา ประสารอริคม. (2543). ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติงานร่วมกับแพทย์ สภากาชาดในประเทศไทย ความเชื่อมั่นในตนเองกับประสิทธิภาพของหอผู้ป่วย ตามการรับรู้ของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการการพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปฐม นิคมานนท์. (2522). การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ทิพย์อักษร.
- ปวีณา แซ่มซ้อย. (2558, 23 กันยายน) ละครประยุกต์/Interviewer: ร. ช้างน้อย. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ปาริชาติ จิ่งวิวัฒนาภรณ์. (2545). การใช้ละครสร้างสรรค์ในการพัฒนาผู้เรียน. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- พรปภัตสร ปริญญาญกุล. (2546). การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนเชิงประสบการณ์เพื่อเสริมสร้างทักษะการทำงานสำหรับนักศึกษาสาขาวิชาศิลปศาสตร์ในสถาบันราชภัฏ. (วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, สาขาวิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์.
- พรธณี บุบผาวาสน์. (2544). การให้คำปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเกสตัลท์เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองต่อการออกสู่สังคมภายนอกของผู้ติดเชื้อเอชไอวีที่บ้านรวมน้ำใจ อำเภอศรีสมเด็จ จังหวัดร้อยเอ็ด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พรรัตน์ ดำรุ่ง. (2550). การละครสำหรับเยาวชน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรรัตน์ ดำรุ่ง. (2557). ละครประยุกต์ การใช้ละครเพื่อการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- พฤษ พหลกุลบุตร. (2557). ละครเพื่อการเปลี่ยนแปลง. Retrieved from <https://www.facebook.com/notes/guay-makhampom>
- พิชัย ปรัชญานุสรณ์. (2550, 30 สิงหาคม 2550) นักดนตรีบำบัด/Interviewer: ภ. ประสทธิคุณาพร. ภาณุพันธุ์ ประสทธิคุณาพร. (2550). ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษาอกระบบโรงเรียนที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มสตรีในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพบ้านเกร็ดตระการ. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มาลี วงษ์แก้ว. (2526). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ กรุงเทพมหานคร. (ปริญญา นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- รัฐพล ไฝ่งาม. (2543). ผลของการใช้เกมกลุ่มสัมพันธ์ทางพลศึกษา ในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ. (วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วนิดา ชนินทุทวงศ์. (2543). คู่มือการฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วม. กรุงเทพมหานคร: สำนักพัฒนา สุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- วรรณวิมล ออกนิษฐ์. (2546). ผลของการจัดกิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสที่มีต่อความเชื่อมั่นในตนเองของเด็กปฐมวัย. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์. (2551). วิธีการดำเนินชีวิตของเยาวชนในสถานสงเคราะห์: การศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา. วารสารศึกษาศาสตร์ ปีที่ 19 1, 109-120.
- วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา. (2557). พื้นฐานการศึกษาอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศูนย์การแพทย์เฉพาะทาง โรงพยาบาลมหาชัย. (2557, 23 กันยายน 2558). เพราะเหตุใด?...ฉันจึงไม่มั่นใจในตนเอง. Retrieved from [http://www.mahachaihospital.com/services/menu.php?pax\\_title\\_id=136&pax\\_id=27](http://www.mahachaihospital.com/services/menu.php?pax_title_id=136&pax_id=27)
- สมใจ รักษาศรี. (2557). ความรุนแรงในครอบครัว. Retrieved from <http://www.thisisfamily.org>.
- สาระ สุขวราห์. (2532). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มต่อการเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สาโรช บัวศรี. (2544). ปรัชญาการศึกษาสำหรับประเทศไทย: จุดบรรจบระหว่างพุทธศาสนากับประชาธิปไตย. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์หนังสือ มศว.

- สำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย. (2550). เอกสารสาระหลักการ และแนวคิดประกอบการดำเนินงาน กศน. โครงสร้างการศึกษานอกระบบโรงเรียน.  
Retrieved from <http://dl.kids-d.org>.
- สุนีย์รัตน์ ฤทธิงชัยเลิศ. (2530). ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกัน. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุมาลี สังข์ศรี (2545). การจัดการศึกษานอกระบบด้วยวิธีการศึกษาทางไกล เพื่อการศึกษาตลอดชีวิต. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- สุรกุล เจนอบรม. (2533). เรื่องน่ารู้ทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: คณะครู ศาสตราจารย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรพล บุตรศรีด้วง. (2538). ผลของความเชื่อมั่นในตนเองและประเภทของผลย้อนกลับในบทเรียน คอมพิวเตอร์ช่วยสอน ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรีพร กุลนาม. (2534). ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมทางบ้าน สภาพแวดล้อมทางโรงเรียน และบุคลิกภาพนักวิทยาศาสตร์ของนักเรียนแผนการเรียนวิทยาศาสตร์ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. (2529). การศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: ศิลปาบรรณาการ.
- สุวัฒนา อุทัยรัตน์. (2545). การวัด(Measurement). กรุงเทพมหานคร: แม็ค.
- หนังสือพิมพ์ฐานเศรษฐกิจ. (2558). นักเศรษฐศาสตร์มองเศรษฐกิจไทยยังอ่อนแอมาก. Retrieved from <http://www.rubberthai.com>
- อภิภา ปรัชญพฤทธิ์. (2547). การพัฒนาคุณภาพครูโดยการส่งเสริมการคิดไตร่ตรองเชิงวิพากษ์. กรุงเทพมหานคร.
- อรพิน หงวนศิริ. (2533). ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของบุคลิกภาพนักวิทยาศาสตร์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน. (ปริญญาโทบริหารการศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- อัจฉณา ฐูปแพ. (2554). ผลของการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนโดยใช้กระบวนการละครที่มีต่อความเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มสตรีในศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีภาคกลาง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัญชลี ธรรมะวิสิฏ์กุล. (2552). การศึกษานอกระบบโรงเรียน. Retrieved from <https://panchalee.wordpress.com>

อาชัญญา รัตน์อุบล. (2542). การจัดการศึกษานอกระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: คณะครุศาสตร์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อุ้นตา นพคุณ. (2528). แนวคิดทางการศึกษานอกระบบโรงเรียนและการพัฒนาชุมชนเรื่องคิดเป็น.  
กรุงเทพมหานคร: บรรณกิจ (1991).

อุษณีย์ โพธิสุข. (2542). สร้างรากฐานอัจฉริยภาพให้ลูกน้อย: บริษัทเฮอร์เล่การพิมพ์ (1998) จำกัด.  
เอกวิทย์ แก้วประดิษฐ์. (2537). การวิจัยเทคโนโลยีการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: วีรียาสาน.









ที่ ศธ 0512.6(2791.10)/59- 0162

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

27 มกราคม 2558

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.ปวีณา แซ่มซ้อย

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายร่มเกล้า ช่างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง และแผนการจัดการเรียนรู้จากกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี





## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร. 82681-2 ต่อ 600

ที่ ศธ 0512.6(2791.10)/59- 0166

วันที่ 27 มกราคม 2558

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรรถพล อนันตวรสกุล

ด้วย นายร่มเกล้า ช่างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ โรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง และแผนการจัดการเรียนรู้จากกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร. 82681-2 ต่อ 600

ที่ ศธ 0512.6(2791.10)/59-๐๑๖๕

วันที่ 27 มกราคม 2558

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กมลวรรณ ตังธณภานนท์

ด้วย นายร่มเกล้า ช่างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ โรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในกรณีนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ที่ ศร 0512.6(2791.10)/59-0160

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

27 มกราคม 2558

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย

เรียน ประธานมูลนิธิ พลตำรวจเอกเอก สาสิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายร่มเกล้า ช่างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลและทดลองใช้เครื่องมือ คือแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง และแผนการจัดการเรียนรู้จากกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง กับเยาวชนในบ้านตะวันใหม่ของท่าน ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตได้ทำการเก็บข้อมูลวิจัยดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติกรแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ  
โทร 0-2218-2681-82 ต่อ 600

ที่ ศร 0512.6(2791.10)/59-วิ 161

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

27 มกราคม 2558

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัยและทดลองใช้เครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายร่มเกล้า ช่างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ โรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลและทดลองใช้เครื่องมือ คือแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง และแผนการจัดการเรียนรู้จากกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองกับนักเรียนในโรงเรียนของท่าน ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตได้ทำการเก็บข้อมูลวิจัยดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติกรแทนคณบดี

งานหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอน ฝ่ายวิชาการ

โทร. 0 2218-2681-82 ต่อ 600



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานหลักสูตรและการจัดการเรียนฯ ฝ่ายวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาฯ โทร. 82681-2 ต่อ 600  
 ที่ ศร 0512.6(2791.10)/59- 0.๕๖4 วันที่ 27 มกราคม 2558  
 เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐภรณ์ หลาวทอง

ด้วย นายร่มเกล้า ช่างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ  
 โรงเรียน ภาควิชาการศึกษาดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิด  
 การเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนใน  
 สถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้  
 ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานใน  
 รายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการ  
 ต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี



ที่ ศร 0512.6(2791.10)/59- ๐๑๖๖

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร 10330

27 มกราคม 2558

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน อาจารย์ ดร.ชรินทร์ สุขเจริญ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย นายร่มเกล้า ช้างน้อย นิสิตหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ โรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต อยู่ระหว่างการดำเนินงานวิจัยวิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ใคร่ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง และแผนการจัดการเรียนรู้จากกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้ นิสิตผู้วิจัยจะได้ประสานงานในรายละเอียดต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดเป็นผู้ทรงคุณวุฒิดังกล่าวเพื่อประโยชน์ทางวิชาการต่อไป และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้

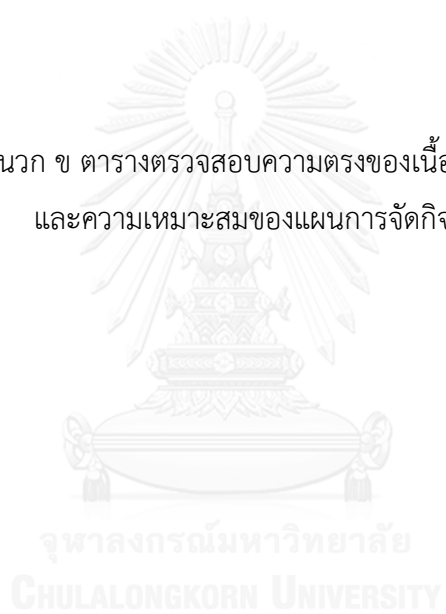
ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เนาวนิตย์ สงคราม)

รองคณบดี

ปฏิบัติการแทนคณบดี

ภาคผนวก ข ตารางตรวจสอบความตรงของเนื้อหาของแบบวัด  
และความเหมาะสมของแผนการจัดกิจกรรม



ตารางที่ 18 การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยการวิเคราะห์ค่าดัชนี IOC ของแบบวัดความเชื่อมั่นในตนเอง ของเรื่อง เรื่องผลของการใช้แนวทางการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละคร ประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

ข้อ	ลักษณะพฤติกรรม	IOC	ข้อความที่ได้รับการแก้ไข
1	ฉันชอบคิดค้นสิ่งใหม่ ๆ เสมอ	0.4	ฉันมักทดลองสิ่งใหม่ ๆ เสนอแนะสิ่งใหม่ ๆ และทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ
2	ฉันชอบทำงานด้วยตัวเองมากกว่าให้ผู้อื่นช่วย	0.4	ฉันมักเป็นผู้นำในการเลือกทำสิ่งต่าง ๆ ในกลุ่มของฉัน
3	ฉันรู้สึกว่าการยอมแพ้ ทำให้สบายใจกว่าการต่อสู้	0.8	
4	ฉันทุกซักร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เสมอ	0.6	
5	ฉันไม่ชอบพูดต่อหน้าคนมาก ๆ	1.0	
6	เมื่อฉันทำผิด สามารถกล่าวคำขอโทษผู้อื่น	0.8	ฉันสามารถกล่าวคำขอโทษผู้อื่นเมื่อฉันทำผิด
7	ฉันไม่ชอบคิดอะไรเอง ชอบให้ผู้อื่นคอยบอกให้ทำทุกครั้ง	0.8	
8	ฉันเชื่อว่าฉันทำถูก แม้อันอื่นจะบอกว่าผิด	0.4	ฉันรู้สึกอยากจะลุกหนี เมื่อถูกคนอื่นตำหนิ
9	ฉันมักรู้สึกจิตใจเศร้าหมองและไม่มีความสุขอยู่เสมอ	0.6	ฉันชอบคิดมากเวลาถูกผู้อื่นตำหนิ
10	ฉันเป็นคนพูดความจริงเสมอ	0.0	ฉันไม่กลัวที่จะพูดความจริง
11	ฉันตื่นเต้นทุกทีที่ต้องทำอะไรก็ตามต่อหน้าคนอื่น	1.0	
12	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยาก	1.0	
13	ฉันรู้สึกลำบากใจ ถ้าต้องตัดสินใจด้วยตนเอง	1.0	
14	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น	0.8	
15	ฉันตัดสินใจไม่ได้ว่าจะต้องทำอะไรก่อนและหลัง	0.8	
16	ฉันมีความสุขที่ได้คิดอะไรแปลก ๆ ใหม่ ๆ	0.6	
17	ฉันไม่ชอบให้ใครมาบังคับฉัน	0.4	ฉันชอบดัดแปลง หรือประดิษฐ์สิ่งของ
18	เวลาฉันได้คุยกับคนอื่น ฉันจะรู้สึกสนุกและมีความสุข	0.8	
19	ฉันไม่ชอบการแก้ปัญหา	0.8	
20	ฉันเบื่อกับที่จะต้องทำสิ่งเดิม ๆ	0.8	



21	ฉันไม่ชอบการวางแผนอะไรไว้ก่อน	0.6	ตัดทิ้งเพราะคล้ายกับข้อ 27
22	ฉันชอบหลีกเลี่ยงปัญหา	0.6	
23	ฉันพอใจกับการแก้ปัญหาของตนเอง	1.0	
24	ฉันยอมรับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามต้องการได้	0.8	
25	ฉันรู้สึกไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง	1.0	
26	ฉันมีแนวทางชีวิตเป็นของฉัน	0.6	
27	ก่อนทำอะไรสักอย่าง ฉันจะวางแผนก่อนเสมอ	0.6	
28	เมื่อไม่มีใครอยู่ใกล้ ๆ ฉันจะรู้สึกกลัว	1.0	
29	เมื่อฉันโดนว่ากล่าวตักเตือนต่อหน้าคนอื่น ฉันจะรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง	1.0	
30	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันได้ทำลงไป	1.0	
31	เมื่อเกิดปัญหาฉันจะพยายามแก้ปัญหาด้วยตัวเองให้ได้	0.6	ฉันรู้สึกทึ่ง และประหลาดใจเมื่อเห็นสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ
32	ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนขี้อาย	1.0	
33	เมื่อฉันคุยกับคนแปลกหน้าฉันจะวางตัวไม่ถูก	1.0	
34	เมื่อมีคนชมฉันต่อหน้าคนมาก ๆ ฉันจะรู้สึกดี	0.4	ฉันยินดีจะปรับปรุงตัวเอง เมื่อถูกผู้อื่นตำหนิ
35	ฉันไม่ชอบทำตามแผนที่วางไว้	0.4	ฉันไม่ชอบเดินคนเดียว กินข้าวคนเดียว หรือทำอะไรคนเดียว
36	ฉันจะมีอสังเมื่อต้องพูดหรือทำสิ่งต่าง ๆ ต่อหน้าคนหมู่มาก	1.0	
37	ฉันสามารถทำงานกับผู้อื่นได้	0.6	ฉันรู้สึกท้อใจเมื่อทำงานร่วมกับผู้อื่น
38	ฉันมักจะกลัวว่าสิ่งที่ฉันคิดจะไม่เป็นจริง	0.8	
39	ฉันไม่มั่นใจที่ต้องทำอะไรตามลำพัง	0.8	
40	เมื่อฉันไม่เข้าใจ ฉันไม่กล้าถามใคร	1.0	
41	เมื่อมีคนจ้องฉันมาก ๆ ฉันก็ไม่หวั่นไหว	0.6	

ตารางที่ 19 ประเมินความเหมาะสม ของแผนการจัดการเรียนรู้จากกิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้ จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนใน สถานสงเคราะห์

รายการประเมิน	ความเหมาะสม
<b>1. ด้านองค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้</b>	2.33
1.1 องค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้ ครบถ้วนตามรูปแบบ ของแผนการจัดการเรียนรู้	
1.2 องค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้มีลำดับขั้นตอนเป็น ระบบ	2.67
<b>2. ด้านวัตถุประสงค์การเรียนรู้</b>	3
2.1 วัตถุประสงค์การเรียนรู้สอดคล้องตามเป้าหมายที่ตั้งไว้	
2.2 วัตถุประสงค์การเรียนรู้ชัดเจน สามารถวัดพฤติกรรมได้	3
2.3 เขียนวัตถุประสงค์การเรียนรู้ถูกต้อง	3
<b>3. ด้านสาระการเรียนรู้</b>	3
3.1 สาระการเรียนรู้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้	
3.2 การจัดลำดับสาระการเรียนรู้มีความเหมาะสม	3
3.3 สาระการเรียนรู้มีความเหมาะสมกับเวลา	2.67
<b>4. ด้านกระบวนการจัดการเรียนรู้</b>	2.67
4.1 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การ เรียนรู้	
4.2 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับเนื้อหา	3
4.3 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สอดคล้องกับเวลา	2.67
4.4 การจัดกิจกรรมการเรียนรู้มีลำดับขั้นตอนชัดเจน และ ต่อเนื่องกัน	3
<b>5. ด้านการวัด และประเมินการเรียนรู้</b>	2.33
5.1 การวัด และประเมินสอดคล้องกับจุดประสงค์การเรียนรู้	
5.2 การวัด และประเมินสอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้	2.33
5.3 การใช้ภาษา ถูกต้อง ชัดเจน ตรงประเด็น	2.67
5.4 เครื่องมือที่ใช้วัดผลมีความเหมาะสมกับเนื้อหา	2.67
5.5 เกณฑ์การวัดและประเมินมีความเหมาะสม	2.33

ค่าเฉลี่ยรวมคือ 2.73

ภาคผนวก ค แผนการจัดกิจกรรม



กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม  
ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

(ระยะที่ 1)

: จัดประสบการณ์ละครให้กับผู้เรียน

ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรมเรียนรู้จากกิจกรรมละคร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY

## หน่วยที่ 1 : เตรียมความพร้อมร่างกาย (Outer)

### วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความหมายและระดับของการสื่อสารได้
2. บอกถึงความหมายและความสำคัญของจังหวะทางการแสดงได้
3. อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างการหายใจกับการสื่ออารมณ์ได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. แสดงท่าทางและสื่อสารโดยใช้ภาษาให้ผู้อื่นเข้าใจได้
2. แสดงการไล่ระดับตามคำสั่งที่ผู้วิจัยกำหนดได้
3. แสดงท่าทางให้ตรงกับจังหวะที่ผู้วิจัยกำหนดได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

### เวลา 12 ชั่วโมง

### เนื้อหา

พื้นฐานการแสดงเป็นสิ่งที่ต้องเตรียมความพร้อมให้กับผู้ที่willแสดง ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกายหรือจิตใจ และการจัดกิจกรรมให้กับเยาวชนอายุ 14-17 เป็นเรื่องที่ทำหายเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นวัยที่กำลังทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเอง รวมทั้งเป็นวัยที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ จึงเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องมีการคำนึงถึงลำดับกิจกรรม ในการพัฒนาทักษะการแสดง รวมทั้งเป้าหมายที่ต้องการให้เยาวชนมีความเชื่อมั่นในตนเอง อีกทั้งเป็นเยาวชนในสถานสงเคราะห์ อาจมีบางกิจกรรมที่กระทบต่อจิตใจ จึงต้องค่อยเป็นค่อยไป โดยเริ่มจากกิจกรรมในฐานากก่อน ซึ่งจะเป็นกิจกรรมที่ง่ายต่อการเข้าใจและเข้าถึง เพราะยังไม่ต้องลงรายละเอียดถึงจิตใจ จะทำให้ผู้เรียนค่อย ๆ เปิดใจและยอมรับการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยจะจัดประสบการณ์ให้กับผู้เรียน

การสื่อสารจึงเป็นสิ่งที่ผู้วิจัยจะเริ่มจัดกิจกรรม โดยเริ่มจากการละลายพฤติกรรมให้เกิดพื้นที่ปลอดภัยในการเรียนรู้ เกิดความไว้วางใจในประสบการณ์ที่จะแลกเปลี่ยนกัน มีกิจกรรมที่ต้องขยับตัว ฝึกการใช้ท่าทาง ฝึกการออกเสียง ฝึกการเคลื่อนไหวที่มีความหมาย และนำไปสู่การปลดปล่อยตัวเองจากสิ่งที่บดบังศักยภาพ เข้าสู่ในการพัฒนาฐานใจต่อไป

## การจัดกิจกรรม

(วันที่ 1)

### ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

- 1.1 สร้างข้อตกลงในการใช้วงกลมไว้ใจ โดยผู้วิจัยอธิบายกับผู้เรียนว่า (5 นาที)
- (1) เมื่ออยู่วงกลมเดียวกันแล้ว ทุกคนเท่าเทียม
  - (2) ให้เกียรติผู้พูดและผู้ฟัง
  - (3) เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎระเบียบ
  - (4) กล้าเสนอความคิดเห็นของตนเอง พร้อมทั้งรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- หลังจากนั้นผู้วิจัยแจกสมุดบันทึกส่วนตัวสำหรับการจัดบันทึกสิ่งที่ได้เรียนรู้ให้แต่ละคน
- 1.2 เข้าสู่กิจกรรมรู้จักชื่อ ผู้วิจัยอธิบายกติกากับผู้เรียนดังนี้ (20 นาที)
- (1) ทุกคนนั่งล้อมวงกัน
  - (2) พูดชื่อและฉายาของตนเอง (คนแรก)
  - (3) คนถัดมาจะต้องพูดชื่อของคนก่อนหน้าทุกคนพร้อมฉายา แล้วค่อยพูดของตนเอง
  - (4) ทำเช่นนี้จนถึงคนสุดท้าย
  - (5) เริ่มทำกิจกรรม
- 1.3 เมื่อทุกคนรู้จักกันแล้ว ผู้วิจัยและผู้เรียนจะยืนขึ้น และทำกิจกรรมแยกร่าง (20 นาที)
- (1) ผู้วิจัยสอนผู้เรียนแยกส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย โดยการอบอุ่นร่างกายแบบการออกกำลังกาย ตั้งแต่หัวถึงเท้า
- 1.4 เมื่อร่างกายได้รับการยืดร่างกายเรียบร้อยแล้ว ก็จะเข้าสู่การละลายพฤติกรรมด้วยกิจกรรม singing world (25 นาที)
- (1) ผู้เรียนยืนล้อมกันเป็นวงกลม
  - (2) ผู้วิจัยสอนผู้เรียนร้องเพลง  
 ดังนี้      singing world ho ho ho  
                  Way O way O way O way O  
                  Way O way O  
                  Way O way O way O way O
  - (3) ผู้วิจัยเริ่มร้องเพลงประกอบกับทำท่าเต้นที่ละท่อนซึ่งคนอื่น ๆ ในวงจะต้องร้องและทำตามทีละท่อนจนจบ 4 ท่อนโดยจะทำกิจกรรมเวียนไปทางใดทางหนึ่งจนครบทุกคน
- 1.5 เมื่อผู้เรียนเริ่มรู้จักกันได้ระดับหนึ่ง ก็จะเข้าสู่กิจกรรมสร้างความไวใจอย่างง่าย คือขี่รถรอบเมือง (15 นาที)
- (1) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับคู่ แล้วเลือกว่าใครจะเป็นคนขับใครจะเป็นรถ
  - (2) ให้คนขับไปอยู่ด้านหลังเพื่อน ส่วนคนที่เป็นรถให้หลังตา
  - (3) คนขับจับไหล่เพื่อนแล้วบังคับให้เพื่อนเดิน/วิ่ง ไปตามที่ใจตนเองต้องการ แต่ต้องระมัดระวังอุบัติเหตุ และขับอย่างไรให้เพื่อนที่เป็นรถรู้สึกปลอดภัย โดยผู้วิจัยกำหนดเวลาให้ขับ 1 นาที
  - (4) สลับตำแหน่งกัน และทำเช่นเดิมจนจบเกม จากนั้นผู้วิจัยจะเพิ่มระดับความยากด้วยกิจกรรมเขาวงกต

### 1.6 กิจกรรมเขาวงกต (30 นาที)

- (1) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับกลุ่มกันเป็นทีม ทีมละ 4-5 คน โดยเลือกคนที่เป็นผู้นำ 1 คน
- (2) ผู้วิจัยจัดห้องให้มีความยากในการเดิน โดยมีอุปสรรคในการเดินคือสิ่งกีดขวาง เช่น โต๊ะ เก้าอี้ โดยวางแบบไม่เป็นระเบียบ
- (3) ผู้เรียนแต่ละทีม หลับตา และยืนเรียงกันเป็นแถว
- (4) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนเริ่มเดินออกจากเขาวงกต โดยให้เดินเป็นแถวขบวนเดียวกัน ถ้าสามารถคลำทางจนเจอ ธง ที่ผู้วิจัยเตรียมไว้ถือว่าออกจากเขาวงกตได้

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ (5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 6 ซึ่งมีเรื่องของการรู้จักร่างกายในแต่ละส่วน การไว้ใจผู้อื่น การกล้าแสดงออก โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

### ขั้นที่ 4 ขั้นตอนการนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

### 1.7 นำความรู้เกี่ยวกับการรู้จักร่างกาย มาเป็นพื้นฐานในการฝึกทักษะการใช้เสียง (40 นาที)

- (1) ผู้วิจัยสาธิตวิธีการหายใจโดยกระบังลมให้กับผู้เรียน
- (2) ผู้เรียนลองหายใจด้วยตนเองและมีผู้วิจัยเป็นผู้ชี้แนะ
- (3) ผู้เรียนฝึกเปล่งเสียง "มา เม มี โม่ มู"
- (4) ผู้เรียนฝึกพูดคำที่พูดยากได้แก่ "หมูหมึกกุ้ง"

"เข้าฟาดผักฟัดเย็นฟาดฟักผัด"

"ยักษ์ใหญ่ไล่ยักษ์เล็ก"

"กินมันติดเหงือกกินเผือกติดฟันกินทั้งมันกินทั้งเผือกติดทั้งเหงือกติดทั้งฟัน"

"ทหารแบกปูนถือปืนไปโบกตึก"

"ระนอง ระยอง ยะลา"

"สาวสวยใส่เสื้อสีแดงใส่สั้นสูงสีส้มใส่สายสร้อยสีสิบสองเส้น"

### 1.8 เมื่อสื่อสารโดยใช้ภาษาพูดได้แล้ว ต่อไปจะเป็นการฝึกการสื่อสารโดยไม่ใช้ภาษาพูด (30 นาที)

- (1) ผู้เรียนจับคู่กันและผลัดกันทายสีจากการแสดงออกทางใบหน้า
- (2) ทำจนกว่าผู้วิจัยจะสั่งหยุด
- (3) ให้ผู้เรียนคิดเสียง 1 เสียงที่ใช้แทนคำพูดโดยไม่ใช้ภาษามนุษย์เช่น บีะ อี แค้ 1 พยางค์
- (4) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับคู่กัน
- (5) ผู้วิจัยให้โจทย์ทั้งคู่โดยที่แต่ละคู่จะไม่ทราบว่าคู่ของตนเองต้องเข้ามาทำอะไรในฉากแต่ต้องพยายามคุยกันด้วยภาษา 1 พยางค์ให้เข้าใจเช่นต้องการจะพูดว่าฉันหิวข้าวก็ต้องพูดว่าอีอีและแสดงในฉากจนกว่าผู้วิจัยจะสั่งให้หยุด

### 1.9 ผู้วิจัยจะเพิ่มความเข้มข้นของการสื่อสารด้วยการฝึก ระดับของการสื่อสาร (20 นาที)

- (1) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนยืนล้อมกันเป็นวงกลม
- (2) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนพูดอะไรก็ได้ ไม่เกิน 3 พยางค์โดยกำหนดให้ใครคนใดคนหนึ่งเป็นผู้เริ่ม

(3) เมื่อผู้เริ่มเริ่มพูดแล้ว ให้คนทางขวาพูดคำเดิม แต่ต้องพูดในระดับที่ใหญ่กว่าไปเรื่อย ๆ จนครบทั้งวง อาจจะเล่น 1-3 รอบก็ได้

1.10 ผู้วิจัยนำผู้เรียนไปสู่การสื่อสารแบบการสื่อสารอารมณ์ผ่านการหายใจ (30 นาที)

(1) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนลองหายใจปกติ ช้า เร็ว แล้วลองสังเกตดูว่าเมื่อหายใจแบบใดน่าจะเกิดความรู้สึกหรืออารมณ์แบบใดบ้าง เช่น โกรธ สบายใจ ตื่นเต้น ประหลาดใจ

(2) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนยืนเรียงแถวหน้ากระดานแล้วฝึกเดินจากจุดเริ่มต้นไปยังจุดหมายใน 1 ลมหายใจ

(3) ซึ่งระยะทางในแต่ละรอบจะไม่เท่ากันผู้เรียนจะต้องฝึกบริหารลมหายใจและสามารถบอกได้ว่าในแต่ละรอบในการเดินรู้สึกอย่างไร

**ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์** (5 นาที)

(1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 4 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกการสื่อสารผ่านภาษาและอวัจนภาษา รวมทั้งการสื่อสารอารมณ์ผ่านการหายใจ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

**ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม** (10 นาที)

(1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

(วันที่ 2)

**ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

1.11 ผู้เรียนนำพื้นฐานเรื่องการใช้ร่างกายมาใช้เป็นพื้นฐานการเดินโพกัส โดยมีการ worm up ร่างกายก่อนการฝึก (20 นาที)

(1) ผู้วิจัยอธิบาย/สาธิตวิธีการเดินโพกัสให้กับผู้เรียน

(2) ให้ผู้เรียนเริ่มเดินโพกัสจากการมองหาสิ่ง ๆ หนึ่งแล้วเดินไปหาสิ่งนั้น

(3) เมื่อผู้เรียนเดินถึงเป้าหมายให้มองหาสิ่งใหม่แล้วเดินไปหาสิ่งใหม่นั้น

(4) ให้ทำงานกว่าผู้เรียนจะเข้าใจการเดินโพกัส

1.12 ผู้วิจัยจะฝึกเรียนให้ผู้เรียนเข้าใจการเดินโพกัสในบริบทต่าง ๆ มากขึ้นโดยการให้ผู้เรียนเดินโพกัสเพื่อฝึกการไล่ระดับ (15 นาที)

(1) ผู้วิจัยอธิบายคำสั่งระดับในการเดินช้า-เร็ว 10 ระดับโดยระดับที่ 1 คือระดับช้าที่สุดระดับที่ 5 คือระดับปกติและระดับที่ 10 คือเร็วที่สุด

(2) ให้ผู้เรียนฝึกเดินโพกัสพร้อมกับการเดินไล่ระดับ

(3) ผู้วิจัยอธิบายคำสั่งระดับในการเดินสูง-ต่ำ 10 ระดับโดยระดับที่ 1 คือต่ำที่สุดระดับที่ 5 คือปกติและระดับที่ 10 คือสูงที่สุด

(4) ให้ผู้เรียนฝึกเดินโพกัสพร้อมกับการเดินไล่ระดับ

1.13 เมื่อเข้าใจการไล่ระดับแล้ว ต่อไปจะเป็นการฝึกเดินโพกัสตามอวัยวะ (15 นาที)

(1) ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเดินโพกัสแบบโพกัสอวัยวะนั้นคือการพิจารณาว่าขณะที่เรากำลังเดินโพกัสอวัยวะของร่างกายเรากำลังทำงานอย่างไรรู้สึกอย่างไร

(2) ผู้เรียนเดินตามคำสั่งโพกัสแต่ละอวัยวะจากผู้วิจัยจนครบทุกอวัยวะ



## ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ (5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 3 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกเดินโพกัส การไล่ระดับ และการโพกัสตามอวัยวะ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

## ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

## ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

### 1.14 ผู้เรียนใช้พื้นฐานการเดินโพกัส ใช้ในการฝึกเดินโพกัสตามอาชีพ/บุคลิก (15 นาที)

- (1) ผู้เรียนเดินโพกัส
- (2) ผู้วิจัยสั่งให้ผู้เรียนเดินโพกัสตามอาชีพ/บุคลิกที่ครูกำหนดซึ่งผู้เรียนจะต้องออกแบบลักษณะท่าทางอารมณ์ความรู้สึกสิ่งที่ต้องคิดเมื่อเป็นอาชีพ/บุคลิกนั้น ๆ ตามจินตนาการของตนเอง

### 1.15 ผู้วิจัยให้ผู้เรียนเดินโพกัสเพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น (105 นาที)

- (1) ผู้เรียนเดินโพกัสตามปกติพร้อมรอฟังคำสั่งจากผู้วิจัย
- (2) ผู้วิจัยจะสั่งให้ผู้เรียนเลือกเพื่อน 2 คนที่อยู่ในห้องเพื่อสร้างรูปสามเหลี่ยมด้านเท่าโดยที่ผู้เรียนจะไม่มีกีดกันระหว่างที่เดินโพกัส
- (3) เมื่อผู้วิจัยสั่งให้สร้างสามเหลี่ยมผู้เรียนจะมีเวลา 10 วินาที โดยผู้เรียนต้องสร้างสามเหลี่ยมด้านเท่าด้วยการยืนในระยะห่างที่เท่า ๆ กันกับเพื่อนอีก 2 คนที่คิดไว้ในใจ และทำซ้ำ 3-5 ครั้ง
- (5) ผู้วิจัยสั่งให้ผู้เรียนนึกถึงสองคนในใจโดยสมมติให้คนหนึ่งเป็นคนที่รักและอีกคนเป็นคนที่เกลียดซึ่งทั้งสองคนคือเพื่อนที่อยู่ในห้อง
- (6) เมื่อผู้วิจัยสั่งเริ่มเกมผู้เรียนจะมีเวลา 10 วินาทีเพื่อวิ่งไปเกาะคนที่รักและวิ่งหนีคนที่เกลียดและทำซ้ำ 3-5 ครั้ง
- (8) ผู้วิจัยสั่งให้ผู้เรียนเรียงวันเกิดเช่นจันทร์ อังคาร พุธโดยเริ่มจากวันใดก็ได้แต่ขอให้เรียงกันโดยห้ามพูดห้ามใช้เสียง
- (9) เมื่อได้ยินคำสั่งผู้เรียนจะต้องเรียงให้เสร็จใน 30 วินาที
- (10) ผู้วิจัยบอกผู้เรียนว่าให้ผู้เรียนเดินโดยไม่พูดเมื่อรู้สึกที่ตัวเองพร้อมจะทิ้งตัว (ทำทีละคน) ให้ปรบมือเสียงดัง ๆ แล้วพูดชื่อตัวเองเมื่อพูดจบให้ทิ้งตัว
- (11) ผู้เรียนคนอื่น ๆ เมื่อได้ยินเสียงเพื่อนจะทิ้งตัวให้รีบไปปรับท่าจนครบ
- (12) ให้ผู้เรียนล้อมวงกันพร้อมทั้งหลับตาและผู้วิจัยจะไปสะกิดหลังผู้เรียนเพียง 1-2 คน
- (13) ผู้เรียนที่ถูกสะกิดหลังจะต้องเป็นฆาตกรโดยฆาตกรจะต้องฆ่าผู้เล่นคนอื่นด้วยวิธีการเอานิ้วจิ้มแขน 3 ครั้งสำหรับการเล่นหลับตาและฆ่าด้วยแหวดตาเมื่อเล่นแบบสลิ้มตา
- (14) ผู้เรียนคนอื่น ๆ จะต้องสื่อสารว่าตนเองไม่ใช่ฆาตกรด้วยการจิ้มแขน 2 ครั้งสำหรับการเล่นแบบหลับตาและแหวดตาที่เป็นมิตรเมื่อเล่นแบบสลิ้มตาและถ้าตนเองถูกฆาตกรฆ่าให้นับไป 10 วินาทีแล้วทำท่าตายระดับ 10
- (15) เล่นจนกว่าจะตายครบทุกคนหรือมีคนจับได้ว่าใครเป็นฆาตกร
- (16) เมื่อผู้วิจัยสั่งว่า "ระเบิดลง" ให้ผู้เรียนแต่ละคนวิ่งไปเกาะหลังผู้เรียนคนอื่นผู้ใดก็ตามอยู่หน้าสุดถือว่าโดนระเบิดและต้องออกจากเกม

- (17) เล่นจนเหลือ 2 คนสุดท้ายถือว่าจบเกม
- (18) ผู้วิจัยอธิบายวิธีการเดินไฟฟ้าแบบ 1234321 นั่นคือผู้วิจัยจะให้ผู้เรียนเดินไฟฟ้าตามปกติเมื่อเดินไปสักพักถ้าผู้เรียนเห็นว่ามึนเพื่อนคนใดคนหนึ่งหยุดเดินก็ให้ผู้เรียนที่เหลือในกลุ่มหยุดเดินด้วย โดยที่ทั้งเกมไม่มีการนัดแนะกัน
- (19) รอบแรกให้คนใดคนหนึ่งเริ่มเดินแค่ "1" คนเดินไปเรื่อย ๆ แล้วหยุดสักที่หนึ่ง
- (20) รอบที่สองให้ "2" คนในกลุ่มที่ไม่ซ้ำกับคนแรกเดินต่อไปเรื่อย ๆ แล้วหยุดสักที่หนึ่ง
- (21) รอบที่สามให้ "3" คนในกลุ่มที่ไม่ซ้ำกับรอบที่สองเดินไปเรื่อย ๆ แล้วหยุดสักที่หนึ่ง
- (22) รอบถัดไปให้เดิน "4 3 2 1" คนเช่นสามารถรอบแรกโดยที่ไม่มีการเดินเกินหรือขาดคนในแต่ละรอบถ้าสามารถทำได้โดยไม่ผิดพลาดถือว่าเกมนับจบ

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ (5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 2 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกเดินไฟฟ้าตามอาชีพ และเกมกิจกรรมการเดินไฟฟ้าอื่น ๆ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

(วันที่ 3)

### ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

1.16 ผู้เรียนนำความรู้เรื่องการไล่ระดับ การใช้ลมหายใจในการสื่อสารอารมณ์และการใช้ร่างกาย มาเป็นพื้นฐานในการฝึกเรื่องจังหวะในการแสดง (120 นาที)

- (1) ผู้วิจัยจะกำหนดสถานการณ์ฉากให้เช่นร้านส้มตำ
- (2) ผู้เรียนที่เป็นอาสาสมัครคนแรกจะต้องเข้าไปทำกิจกรรมในฉากเป็น 4 จังหวะวนซ้ำไปมา
- (3) ผู้เรียนคนอื่นจะต้องทยอยเข้าไปในฉากจนเต็มโดยจะต้องเชื่อมโยงกับคนก่อนหน้าและมี 4 จังหวะของตนเอง
- (4) ผู้วิจัยจะเปิดเพลงให้เข้ากับจังหวะที่ผู้เรียนใช้และผู้เรียนจะเล่นจังหวะตามเพลงเช่นกัน
- (5) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนทั้งหมดกลับมานั่งที่
- (6) ผู้วิจัยนำเก้าอี้ 1 ตัวไปวางในฉาก
- (7) เปิดเพลงเพลงหนึ่งแล้วให้ผู้เรียนแต่ละคนจินตนาการเรื่องราวพร้อมกับแสดงสิ่งที่เกิดขึ้นระหว่างเรื่องราวกับเก้าอี้ตัวนั้นตามเสียงเพลงทีละคน
- (8) เมื่อจบการแสดงของแต่ละคนจะให้ผู้เรียนผู้อื่นช่วยกันทายว่าเค้าเป็นใครทำอะไรที่ไหนอย่างไร รู้สึกอย่างไร
- (9) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับกลุ่มและมีโจทย์เป็นเพลงให้ 1 เพลง โดยจะต้องเล่าเรื่องโดยไม่พูด ผ่านการแสดงท่าทาง การใช้ลมหายใจ และเสียงเพลงเป็นตัวเล่าเรื่องเท่านั้น
- (10) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกซ้อม และออกมานำเสนอ

1.17 สัตว์โลกน่ารัก (120 นาที)

- (1) ผู้เรียนทุกคนอยู่กับที่ของตนเอง
- (2) ตัดสินใจเลือกว่าจะเป็นสัตว์ชนิดใด

- (3) ผู้เรียนคิดว่าตนเองเป็นสัตว์ตัวนั้น หลังจากนั้นก็นอนหลับในบ้านของตนเอง ตื่นขึ้นมาในเช้าวันใหม่ ออกไปใช้ชีวิต ค้นหาอาหาร สิ่งแวดล้อม จนถึงสถานการณ์ที่อันตราย จนต้องหนีกลับมาอยู่ที่บ้านของตนเอง
- (4) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับกลุ่มและมีโจทย์ให้สร้างละครโดยใช้สัตว์ที่ทุกคนคิด เป็นตัวแสดง โดยมีโครงเรื่องตามหรือสถานการณ์ตามที่ผู้วิจัยกำหนด เพื่อให้เพื่อนกลุ่มอื่น ช่วยกันแสดงความคิดเห็น และทายว่า สิ่งที่เพื่อนแสดง มีความหมายอย่างไร
- (5) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มฝึกซ้อม และออกมานำเสนอ

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์

(5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 2 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกเดินไฟฟ้าตามอาชีพ และเกมกิจกรรมการเดินไฟฟ้าอื่น ๆ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม

(10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนจากกิจกรรม
2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม  
ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

หน่วยที่ 2 : เตรียมความพร้อมฐานใจ (Inner)

วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความสำคัญของความต้องการของตนเองและผู้อื่นได้
2. บอกถึงความสำคัญของพฤติกรรมและอธิบายถึงสิ่งที่เพื่อนแสดงออกมาได้
3. อธิบายถึงความสำคัญของความเชื่อและอธิบายความเชื่อที่สร้างร่วมกับเพื่อนในกลุ่มได้
4. อธิบายถึงความสำคัญของการไว้วางใจซึ่งกันและกันได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. แสดงออกถึงความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นเข้าใจได้
2. ใช้ท่าทางแสดงถึงสิ่งที่ตนเองจินตนาการให้ผู้อื่นเข้าใจได้
3. แสดงท่าทางให้ตรงกับจังหวะที่ผู้วิจัยกำหนดได้
4. แสดงออกถึงความเชื่อที่มีร่วมกับเพื่อนได้
5. แก้ปัญหาจากสถานการณ์เฉพาะหน้าจากเกมที่กำหนดได้
6. ใช้ทักษะการพูดในการเล่าเรื่องให้น่าสนใจได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

เวลา 8 ชั่วโมง

เนื้อหา

การแสดงที่ดีย่อมเกิดจากความรู้สึภายในที่แข็งแรง มีความต้องการที่ชัดเจน เชื่อในสิ่งที่ตนรู้สึกและเข้าใจ เมื่อความรู้สึกภายในจิตใจมั่นคง ชัดเจน ก็จะสามารถสื่ออารมณ์ สื่อความหมายได้อย่างดี

ความต้องการคือ สิ่งที่มีมนุษย์ ใฝ่หา อยากได้ อยากพบ อยากมี มนุษย์จะพยายามทำทุกสิ่ง คิดทุกอย่าง แสดงออกมาเป็นกระทำ เพื่อนำตัวเองไปสู่เป้าหมาย หรือความต้องการที่พึงปรารถนาได้

ความเชื่อ คือสิ่งที่อาจเป็นจริงหรือไม่ก็ได้ ซึ่งความเชื่อเป็นสิ่งที่ เป็นเหมือนพลังที่อยู่ภายใน จิตใจ ที่จะขับเคลื่อนผู้ที่มีความเชื่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ให้ดำเนินวิถีชีวิตไปตามความเชื่อนั้น ๆ เช่น คนที่เชื่อ เรื่องศาสนา ก็จะนำตัวเองสู่ขนบธรรมเนียมแห่งศาสนานั้น ๆ หรือคนที่เชื่อในหลักวิทยาศาสตร์ ก็จะ นำตัวเองสู่การค้นหาคำตอบอย่างมีรูปแบบ วิธีการที่ชัดเจน จะเชื่อก็ต้องเมื่อสิ่งนั้นพิสูจน์ได้แล้ว

## การจัดกิจกรรม

### ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง

- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรมเตรียมความพร้อมภายนอก(Outer) ด้านฐานกาย ไปใช้เป็นพื้นฐานในการฝึกเรื่องการเตรียมความพร้อมภายใน(Inner) ด้านฐานใจ พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่ เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว



## (วันที่ 4)

**ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

เมื่อผู้เรียนสามารถสื่อสารโดยใช้ร่างกาย และภาษาได้แล้ว ผู้เรียนจะเข้าสู่การฝึกการสื่อสารโดยสื่อจากภายในจิตใจ ซึ่งสิ่งนั้นจะเรียกว่าความเชื่อ โดยก่อนเริ่มฝึกกิจกรรม จะมีการ worm up ร่างกาย ก่อนการทำกิจกรรม และแต่ละกิจกรรมมีดังต่อไปนี้

**2.1 จินตนาของใช้ของเล่นของที่ตนเองรัก (30 นาที)**

- (1) ผู้เรียนจินตนาการถึงสิ่งของที่ตนเองชอบเล่นรักใช้บ่อย ๆ และเล่าให้เพื่อนฟัง
- (2) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนใช้เวลาเล่นกับสิ่ง ๆ นั้นโดยผู้เรียนจะต้องคิดถึงลักษณะของสิ่ง ๆ นั้นเช่นสี น้ำหนัก ขนาด พื้นผิว และการสัมผัส
- (3) ผู้วิจัยสั่งคำสั่งเพิ่มระดับความเล็ก-ใหญ่ของสิ่งของ 10 ระดับโดยที่ระดับที่ 1 คือเล็กที่สุดระดับที่ 5 คือระดับปกติและระดับที่ 10 คือใหญ่ที่สุด
- (4) ผู้เรียนเล่นสิ่งของตามขนาดระดับที่ผู้วิจัยสั่ง
- (5) ผู้เรียนทุกคนหยุดเล่นสิ่งของเหล่านั้น
- (6) ผู้วิจัยกำหนดสถานที่ที่หนึ่งให้กับผู้เรียนและให้ผู้เรียนเข้าไปมีบทบาทกับสถานที่นั้นทีละคน เข้าไปเรื่อย ๆ จนทุกคนอยู่ในสถานที่ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้น
- (7) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนสร้างสถานที่ขึ้นมาเองแต่ไม่มีการนัดแนะกันมาก่อนโดยเริ่มจากผู้เรียนคนแรก เข้าไปเล่นในฉากจากนั้นให้ผู้เรียนคนอื่นสังเกตว่าจากสิ่งที่คุณเรียนคนแรกทำนั้นน่าจะเป็นสถานที่ใด แล้วเข้าไปเล่นในฉากจนครบทุกคนโดยที่ห้ามมีการพูดจาสื่อสารกัน

**2.2 เมื่อผู้เรียนเริ่มเรียนรู้การสร้างสิ่งต่าง ๆ จากความเชื่อแล้ว ผู้สอนจะให้ผู้เรียนจับคู่กัน เพื่อทำกิจกรรมลูกบอลหรรษา (15 นาที)**

- (1) ผู้เรียนจับคู่กัน
- (2) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนสร้างลูกบอล เริ่มจากขนาดเล็ก ให้เป็นระดับ 1 และ ใหญ่ที่สุดเป็นระดับ 10
- (3) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนโยนลูกบอลเล่นกัน ผลัดกัน รับ-ส่ง
- (4) ผู้วิจัยมีหน้าที่สั่งให้ผู้เรียน เปลี่ยนขนาดลูกบอลตามระดับ เมื่อจบกิจกรรมนี้แล้ว จะเข้าสู่กิจกรรมที่ใช้สมาธิมากยิ่งขึ้น คือการสร้างความเชื่อด้วยกิจกรรม กระจกเงา

**2.3 กระจกเงา (15 นาที)**

- (1) ให้ผู้เรียนจับคู่และหันหน้าเข้าหากันทำเหมือนกระจก
- (2) ให้ทั้งคู่มองตากันแล้วให้คนใดคนหนึ่งเริ่มทำท่าทาง
- (3) ผู้เรียนอีกคนจะต้องทำตามท่าทางให้เหมือนที่สุด
- (4) เมื่อผู้เรียนมีสมาธิในระดับหนึ่งแล้ว ผู้วิจัยจะนำผู้เรียนสู่กิจกรรมที่ใช้ความเชื่อร่วมกันทั้งกลุ่ม ด้วยกิจกรรมจับจุดในอากาศ

**2.4 กิจกรรมจับจุดในอากาศ (25 นาที)**

- (1) ผู้เรียนจะต้องจินตนาการจุดในอากาศและจับจุดในอากาศ
- (2) ผู้เรียนจะต้องมองหาจุดในอากาศใหม่นำมืออีกข้างที่ยังว่างไปจับจุดในอากาศใหม่นั้นโดยที่มีมือเดิมที่จับจุดในอากาศจะยังต้องจับจุดเก่าเอาไว้
- (3) ปล่อยจุดเก่าจับจุดใหม่

- (4) ทำไปเรื่อย ๆ จนกว่าผู้วิจัยจะสั่งให้หยุด
- (5) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนหยุดทำแล้วพักสักครู่
- (6) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนคนที่ 1 เริ่มจับจุดแบบครั้งแรก
- (7) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนคนที่ 2 จับจุดที่ผู้เรียนคนที่ 1 กำลังจะปล่อยทุก ๆ จุดไปเรื่อย ๆ
- (8) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนที่เหลือค่อย ๆ เข้าไปจับจุดต่อจากคนล่าสุดไปเรื่อย ๆ จนครบทุกจุด
- (9) ผู้เรียนทำไปเรื่อย ๆ จนกว่าผู้วิจัยจะสั่งหยุด
- 2.6 ผู้วิจัยให้ผู้เรียนฝึกจินตนาการอย่างง่ายด้วยกิจกรรมนอนตาย (20 นาที)
- (1) ให้ผู้เรียนทุกคนนอนหงายท่าที่สบายที่สุด
- (2) ผู้วิจัยเปิดเพลงเบา ๆ พร้อมดึงให้ผู้เรียนจินตนาการว่าตนเองได้หลุดออกจากกายและล่องลอยไปตามเนื้อเรื่องที่ผู้วิจัยบอก
- (3) ผู้วิจัยพาผู้เรียนกลับมาสู่ความจริง พร้อมให้ผู้เรียนเล่าสิ่งที่เกิดขึ้นจากกิจกรรม
- ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์** (5 นาที)
- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 6 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกการสร้างความสำเร็จร่วมและจินตนาการ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง
- ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม** (10 นาที)
- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป
- ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**
- เมื่อผู้เรียนสามารถนำความเชื่อ และจินตนาการ มาใช้ในการสื่อสารและทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนคนอื่นได้แล้ว ในแบบฝึกหัดนี้ ผู้เรียนจะต้องเรียนเรียนรู้ถึงการแสดงความต้องการ โดยอาศัยความเชื่อ และจินตนาการ เป็นพื้นฐานในการสร้างภูมิหลัง เพื่อให้การแสดงความต้องการ มีความแข็งแรง และชัดเจนในการสื่อสาร โดยใช้กิจกรรมดังนี้
- 2.7 ไม่-มานี่ (20 นาที)
- (1) ให้ผู้เรียนจับคู่กันคนหนึ่งจะต้องพูดคำว่า “ไม่” อีกคนหนึ่งจะพูดคำว่า “มานี่” โดยที่ถ้าใครรู้สึกว่าจะตนเองจะต้องเข้าไปหาอีกคนหนึ่งก็ให้เดินจะถือว่าจบเกมซึ่งผู้เรียนจะต้องสร้างเบี่ยงหลังตัวละครหรือสร้างเรื่องราวที่ทำให้ต้องพูดคำที่ตนได้รับเอง
- 2.8 แก้อั้วความต้องการ (25 นาที)
- (1) ผู้วิจัยอธิบายถึงกติกาการเล่นคือผู้ใดก็ตามที่ได้นั่งแก้อั้วตัวนี้แล้วจะต้องแสดงเรื่องราวให้กับผู้ที่จะมาแย่งแก้อั้วว่าเราจะไม่ไปไหนแต่ถ้าความต้องการของผู้ที่มาแย่งแก้อั้วมีมากกว่าก็จะต้องยกแก้อั้วตัวนั้นให้คนอื่นคนไป
- (2) ผู้เรียนคนที่ 1 เริ่มนั่งและรองจนกว่าผู้เรียนคนอื่นจะมาแย่งทำแบบนี้ไปเรื่อย ๆ จนผู้วิจัยเห็นว่าควรหยุดเกม
- ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์** (5 นาที)
- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 2 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกการแสดงความต้องการ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรมจากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

### ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

เมื่อผู้เรียนเรียนรู้เรื่องความต้องการมาแล้ว กิจกรรมนี้จะนำผู้เรียนไปฝึกการสังเกตความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งนำมาเป็นพื้นฐานในการสร้างเรื่องราวอย่างง่าย โดยมีกิจกรรมดังนี้

#### 2.9 นักสืบ (30 นาที)

- (1) ผู้เรียนหาผู้ต้องสงสัย หรือบุคคลที่มีพฤติกรรมน่าสนใจ
- (2) สังเกตพฤติกรรม แล้วเลียนแบบท่าทาง
- (3) ผู้เรียนแสดงพฤติกรรมที่สังเกตได้ พร้อมทั้งให้เพื่อนคนอื่นทายว่า คำคนนั้นเป็นใคร ทำอะไรที่ไหน อย่างไร รู้สึกอย่างไรบ้าง คิดอะไรอยู่ มีความต้องการอะไร
- (4) ผู้แสดงก็อธิบายจากการสังเกตด้วยตนเองให้กับเพื่อนฟังภายหลังจากการที่เพื่อนพยายามค้นหาคำตอบจากการสังเกต
- (5) เมื่อผู้เรียนมีความเข้าใจผู้อื่นแล้ว ต่อไปผู้วิจัยจะนำผู้เรียนไปเรียนรู้เกี่ยวกับการแสวงหาความต้องการของเสียงเพลง ที่จะสื่อออกมาให้มนุษย์เข้าใจด้วยกิจกรรม

#### 2.10 ฟังจนเป็นเรื่อง (20 นาที)

- (1) ผู้วิจัยเปิดเพลง Canon ให้ผู้เรียนฟัง
- (2) ผู้เรียนหลับตาฟังแล้วนึกภาพเรื่องราวที่เกิดขึ้นจากในหัว
- (3) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนแต่ละคนเล่าเรื่องราวที่เห็นจนครบทุกคน

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ (5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 2 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกการแสดงความต้องการ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรมจากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป



## (วันที่ 5)

**ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

ในกิจกรรมนี้ ผู้วิจัยจะให้ผู้เรียนฝึกสร้างเรื่องราวจากการสถานการณ์ปัญหา โดยใช้พื้นฐานจากการสร้างเรื่องราวอย่างง่าย โดยมีกิจกรรมดังนี้

**2.11 กิจกรรมสร้างเรื่องราวจากคำที่ผิด (15 นาที)**

- (1) ผู้เรียนเริ่มเขียนเรื่องราวจากจินตนาการของตนเองโดยเขียนอะไรก็ได้ไม่จำกัดขอบเขตของเนื้อเรื่อง
  - (2) เมื่อผู้เรียนได้ยินผู้วิจัยพูดคำใด ๆ ก็ตามขึ้นมาผู้เรียนจะต้องเขียนคำนั้นลงในเนื้อเรื่องของตนเองในทันทีและจะต้องเชื่อมโยงเรื่องราวกับคำ ๆ นั้นให้มีเหตุผลและเข้าใจ
- เมื่อผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในการเล่าเรื่องระดับหนึ่งแล้ว ต่อไปผู้เรียนจะเล่าเรื่องของตนเองอย่างเข้าใจและมีความหมาย ซึ่งจะเป็นการฝึกเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่ดีด้วย

**2.12 ฝึกทักษะการเล่าเรื่อง (15 นาที)**

- (1) ให้ผู้เรียนจับคู่กันโดยที่ผู้เรียนจะต้องเล่าเรื่องที่พูดขึ้นมาในหัวซึ่งเป็นเรื่องภายใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา
- (2) เมื่อผู้วิจัยให้เริ่มเล่าเรื่องผู้เรียนจะต้องเริ่มพูดของตัวเองให้คู่ของตนเองฟังพร้อม ๆ กันนั้นหมายความว่าตัวเองจะต้องพูดเรื่องของตัวเองและฟังเรื่องของคนอื่นไปพร้อม ๆ กันในระยะเวลา 30 วินาที
- (3) ผู้วิจัยจะถามผู้เรียนทั้งคู่ว่าสามารถจับใจความเรื่องที่เพื่อนพูดอย่างไรได้บ้าง
- (4) ทำเช่นเดียวกันอีก

**2.13 เรื่องเล่าเร้าอารมณ์ (150 นาที)**

- (1) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนเตรียมเรื่องราวที่คิดว่าน่าจะเร้าอารมณ์ให้เพื่อนฟังได้ทั้งเรื่อง สนุก เศร้า ตื่นเต้น ทำท่าย น่าสนใจ แปลกใหม่ ซึ่งจะต้องเล่าเรื่องภายในเวลา 10 นาที
- (2) ผู้ฟังจะต้องฟังอย่างไร้อคติฟังแบบห้อยแขวนความรู้สึกและฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง

**ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ (5 นาที)**

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมทั้ง 3 ซึ่งมีเรื่องของการฝึกการแสดงความต้องการ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

**ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (10 นาที)**

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรมจากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

**ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

เมื่อผู้เรียนมีความไว้วางใจในระดับหนึ่งแล้ว ผู้วิจัยจะนำผู้เรียนไปสู่กิจกรรมที่สร้างความไว้วางใจ และการทำงานร่วมกันในระดับที่ลึกซึ้ง คือกิจกรรม สภาวะทิ้งตัว

**2.14 กิจกรรมสภาวะทิ้งตัว (60 นาที)**

- \*ในกรณีที่ผู้วิจัยให้ผู้เรียนวางแผนกันว่าถ้ามีเพื่อนจะต้องขึ้นไปยืนบนที่สูงจะรับเพื่อนอย่างไรเมื่อเพื่อนทิ้งตัวลงมาโดยที่เพื่อนจะต้องปลอดภัยและทุกคนจะต้องขึ้นไปยืนทิ้งตัว

\*ในกรณีที่ไม่มีที่สูงผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับคู่แล้วยืนติดกันตอนลึกแล้วจับแขนเพื่อรับเพื่อนการวิ่งกระโดดทั้งตัวใส่อ้อมแขนของเพื่อนโดยที่ทุกคนจะต้องกระโดดและปลอดภัย

**ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์ (ภาพย่อ) (5 นาที)**

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรม ซึ่งมีเรื่องของการฝึกการให้ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

**ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม (ภาพย่อ) (10 นาที)**

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรมจากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

**การประเมินผล**

1. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนจากกิจกรรม
2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน



## กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

### หน่วยที่ 3 : พัฒนาบทละคร

#### วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายถึงความหมายและประโยชน์ของการใช้บทบาทสมมติได้
2. บอกถึงขั้นตอนในการสร้างละคร 3 ฉากได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. ใช้ทักษะการเล่าเรื่อง สื่อสารเรื่องราว อารมณ์ ความรู้สึกของตนเองให้ผู้อื่นเข้าใจได้
2. แก้ปัญหาในการเล่นละคร ผ่านการตัดสินใจ และสถานการณ์ที่ผู้วิจัยกำหนด ให้เรื่องราว  
ลื่นไหลต่อไปได้
3. ทำงานละครร่วมกับผู้อื่นโดยมีการวางแผน และดำเนินงานตามที่วางไว้ได้
4. เชื่อมโยงความรู้สู่การทำละครอย่างง่ายได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

### เวลา 4 ชั่วโมง

#### เนื้อหา

การมีพื้นฐานการแสดงที่ดีนั้น เป็นสิ่งซึ่งสามารถพัฒนาให้การทำละครนั้นสมบูรณ์เป็นอย่างดี แต่การมีพื้นฐานด้านการแสดงอย่างเดียว ไม่สามารถทำให้ละครเกิดขึ้นได้ ดังนั้น การมีทักษะหรือความรู้ในการพัฒนาบทละคร นับเป็นเครื่องมือที่สำคัญ ในการนำศักยภาพที่มี ไปสู่การสร้างละครที่ดี ซึ่งวิธีการในการพัฒนาบทนั้น มีมากมายหลายวิธี โดยวิธีที่ง่ายต่อการสร้างละคร และพัฒนา  
ศักยภาพนั้น มีกิจกรรมที่น่าสนใจ เช่น การตัดสินใจ การนำเรื่องเล่าที่เป็นประสบการณ์ของแต่ละครมาใช้ หรืออาจจะสร้างสรรค์ขึ้นมาใหม่โดยต้องเป็นเรื่องที่น่าสนใจ ก็เป็นไปได้

## การจัดกิจกรรม

### ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง

- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรมเตรียมความพร้อมฐานใจ (Inner) ไปใช้เป็นพื้นฐานในการฝึกเรื่องการพัฒนาบทละคร พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว



## (วันที่ 6)

**ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

## 3.1 ฉันทจะเป็นเธอ

(90 นาที)

- (1) ผู้วิจัยและผู้เรียนร่วมกันเลือกเรื่องที่น่าสนใจจากเรื่องเล่าเร้าอารมณ์ มา 1 เรื่อง
- (2) ผู้เรียนที่ไม่ใช่เจ้าของเรื่อง เข้าไปอยู่ในสถานการณ์นั้น ตัวละครตัวนั้น คิดแบบตัวละคร ทำแบบตัวละครนั้น เช่น ผู้วิจัยกำหนดว่าผู้เรียน B จะต้องเข้าไปเป็นตัวละคร A ผู้เรียน B จะต้องศึกษาว่าตัวละคร A มีหน้าที่อย่างไร จะตัดสินใจอย่างไร มีบุคลิกท่าทางลักษณะอย่างไร และเมื่อมีสถานการณ์ ตามเรื่องเล่าเร้าอารมณ์จะต้องปฏิบัติตนอย่างไร เพื่อทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งมากกว่าการฟัง
- (3) ผู้วิจัยจะให้ผู้เรียนทุกคนได้รับบทบาทสมมติและพาผู้เรียนเข้าไปประสบกับสถานการณ์ อื่น ๆ ที่ผู้วิจัยเตรียมให้

**ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์**

(5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรม ซึ่งเป็นเรื่องของการสวมบทบาทสมมติ เพื่อทำความเข้าใจผู้อื่น และเป็นการสร้างเรื่องราวและทำละครเป็นฉากสั้น ๆ อย่างง่าย โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

**ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม**

(10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรม จากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

**ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง + ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

3.2 เมื่อผู้เรียนมีหลักในการคิดเชื่อมโยงเรื่องราวแล้ว ต่อไปจะเป็นการฝึกคิดการดำเนินเรื่องจากสถานการณ์ปัญหาที่ผู้วิจัยกำหนด ด้วยกิจกรรม หยุด-คิด (20 นาที)

- (1) ผู้วิจัยจะให้ผู้เรียน เริ่มพูดตามสถานการณ์ที่กำหนด ไม่ว่าจะเป็นเวลา สถานที่ พูดอะไรก็ได้ที่นึกออก โดยที่ผู้เรียนจะต้องพูดไปอย่างต่อเนื่องสลับไหล
- (2) ผู้วิจัยอาจให้สถานการณ์เพิ่มเติมขณะที่ผู้เรียนกำลังพูดก็ได้ เช่น ผู้วิจัยอาจพูดว่า มีคนกำลังวิ่งมา ผนกำลังตก เพื่อดูการแก้ปัญหาและการเผชิญหน้าของผู้เรียน ว่าจะสามารถพูดต่อไปให้สลับไหลได้หรือไม่

3.3 ผู้วิจัยนำผู้เรียนสู่การเผชิญสถานการณ์ปัญหา ซึ่งไม่มีการเตรียมตัว ด้วยละครต้นสด (30 นาที)

- (1) ผู้วิจัยให้ผู้เรียนจับกลุ่มกันและให้ทีละคนค่อย ๆ เข้าไปในฉากหรือสถานการณ์โดยที่ผู้วิจัยจะแอบบอกความต้องการในสถานการณ์นั้น ๆ และให้ผู้เรียนคิดสิ่งที่ต้องทำเองพูดเองจัดการตัวเอง ทำทีละกลุ่มจนครบ

เมื่อผู้เรียนเข้าใจวิธีการสร้างเรื่องและการสร้างความต่อเนื่องของละครแล้ว ผู้วิจัยจะนำผู้เรียนไปเริ่มสร้างละครจากภาพ จนกลายเป็นละคร โดยมีกิจกรรมดังนี้

## 3.4 อนุสาวรีย์

(30 นาที)

- (1) ผู้เรียนแบ่งกลุ่มกลุ่มละ 7-8 คน

- (2) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มจะได้รับโจทย์ให้สร้างอนุสาวรีย์มนุษย์ซึ่งจะต้องใช้เพื่อนในกลุ่มทุกคนสร้างเป็นอนุสาวรีย์ขึ้นเช่นได้รับคำสั่งว่าให้สร้างอนุสาวรีย์ต้นไม้ทุกคนก็ต้องพยายามทำภาพหนึ่งให้ดูเหมือนว่าภาพนี้เป็นต้นไม้โดยให้กลุ่มอื่นช่วยกันทาย

### 3.5 ละคร 3 ฉาก

(40 นาที)

- (1) ผู้วิจัยกำหนดสถานที่ของฉากในละครให้ผู้เรียน
- (2) ผู้วิจัยกำหนดให้ผู้เรียนสร้างอนุสาวรีย์ 3 รูปโดยที่แต่ละรูปจะต้องมีลักษณะการเรียงเรื่องเป็นจุดเริ่มต้นจุดขัดแย้งและจุดจบเช่นผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์เป็นสวนสาธารณะภาพจุดเริ่มต้นอาจเป็นคนสองคนกำลังพูดคุยกันภาพจุดขัดแย้งอาจเป็นสองคนนี้กำลังจะต่อยกันและจุดจบอาจเป็นสองคนนี้นึกไอสกริมลูกเดียวกันเป็นต้น (ใช้เรื่องจริง/เรื่องเล่าจากคนในกลุ่ม)
- (3) ผู้เรียนจะต้องปรึกษากันและร่วมกันสร้างละคร 3 ฉาก
- (4) ผู้วิจัยกำหนดในแต่ละฉากจะต้องมีตัวเชื่อมทำให้ 3 ฉาก เป็นเรื่องเป็นเรื่องราวเพื่อแสดงให้เพื่อนชมหลังจากเพื่อน ๆ กลุ่มอื่นทายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งมีข้อกำหนดทางการแสดงดังนี้
  - ทั้งเรื่องห้ามพูดเกิน 7 ครั้ง
  - ต้องมีเสียงประกอบด้วยเช่น ปัง พิว เป็นต้น
  - ต้องมีการแสดงที่ ช้า-เร็ว สุดขั้วในฉากด้วย
  - ทุกคนต้องแสดง
  - มีบาลานซ์เวที (ใช้เวทีแบบสมมาตร)
  - มีระดับภาพความสูง-ต่ำ
- (5) ผู้เรียนกลุ่มอื่นจะต้องทายว่า 3 ฉากที่เห็นนั้นมีเรื่องราวเป็นอย่างไรใครทำอะไรที่ไหนอย่างไรเพราะอะไร
- (6) ผู้เรียนแต่ละกลุ่มนำเสนอจนครบทุกกลุ่ม
- (7) ทำทุกขั้นตอนอีกรอบ แต่เปลี่ยนเนื้อเรื่องจากผู้วิจัยกำหนด เป็นผู้เรียนคิดเอง โดยนำเค้าโครงมาจากกิจกรรมเรื่องเล่าเล่าอารมณ์ พร้อมทั้งแสดงละคร

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์

(5 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนสะท้อนสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรม ซึ่งเป็นเรื่องของการสวมบทบาทสมมติเพื่อทำความเข้าใจผู้อื่น และเป็นการสร้างเรื่องราวและทำละครเป็นฉากสั้น ๆ ง่าย ๆ โดยการบันทึกลงสมุดบันทึกส่วนตัวของตนเอง

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม

(10 นาที)

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้และหาข้อสรุปเป็นหลักการนามธรรมจากประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรม เพื่อนำไปเป็นพื้นฐานในการทำกิจกรรมถัดไป

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนจากกิจกรรม
2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม  
ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

หน่วยที่ 4 : พัฒนาการทำงานร่วมกันจากกระบวนการซ้อมละคร

วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความสำคัญของการเตรียมละครและกระบวนการซ้อมละครได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. แก้ปัญหาจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นขณะทำงานร่วมกับผู้อื่นได้
2. ใช้ทักษะในการแสดง สื่อสารและสื่อความหมายให้กับเพื่อนกลุ่มเข้าใจได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

เวลา 8 ชั่วโมง

เนื้อหา

เมื่อผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ และกระบวนการสร้างละครแล้ว ผู้เรียนก็สามารถสร้างละครด้วยตนเองได้ แต่การทำละครนั้น จะต้องมีความหมายที่จะก่อร่างสร้างละครได้ ดังนั้นกระบวนการซ้อมและแบ่งหน้าที่จึงเป็นสิ่งสำคัญในการทำละครแต่ละครั้ง

การจัดกิจกรรม

ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง

- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการเรียนรู้การพัฒนาบทละครไปใช้เป็นพื้นฐานในกระบวนการซ้อมละคร พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว

(วันที่ 7-8)

ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม

4.1 กิจกรรมซ้อมละครและเตรียมการแสดง

(480 นาที)

- (1) ผู้เรียนแบ่งหน้าที่ แบ่งฝ่ายในการทำงาน ประกอบไปด้วย นักแสดง ผู้กำกับ เสื้อผ้า เบื้องหลัง เวที ทั้งเสียง และอุปกรณ์ฉาก
- (2) ผู้เรียนนำบทละครที่พัฒนามาจากขั้นตอนก่อนหน้า มาใช้ในการฝึกซ้อม และเตรียมการแสดง
- (3) วางแผนซ้อมการแสดง
- (4) ซ้อมการแสดงตามแผนที่วางไว้ โดยผู้วิจัยมีหน้าที่ชี้แนะ และให้คำแนะนำ

### ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์

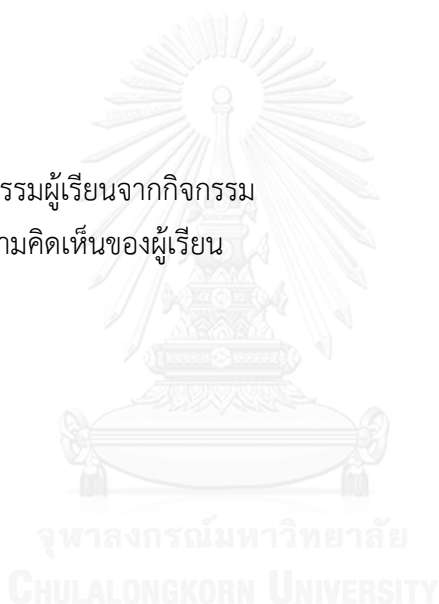
- ผู้เรียนแต่ละคนได้ตรงตรงประสบการณ์ที่ได้รับจากกระบวนการซ้อมละคร โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน

### ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม

- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกระบวนการซ้อมละคร และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนจากกิจกรรม
2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน





กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม  
ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

หน่วยที่ 5 : การแสดงละคร

วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. บอกความสำคัญในการแสดงละครที่ดีได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. แก้ปัญหาจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าได้
2. ใช้ทักษะในการแสดง สื่อสารและสื่อความหมายให้กับผู้ชมเข้าใจได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

เวลา 2.30 ชั่วโมง

เนื้อหา

เมื่อผู้เรียนมีความรู้ ทักษะ และกระบวนการสร้างละครแล้ว ผู้เรียนก็สามารถสร้างละครด้วยตนเองได้ แต่การทำละครนั้น จะต้องมีความที่มากมายที่จะก่อร่างสร้างละครได้ ดังนั้นกระบวนการซ้อมและแบ่งหน้าที่จึงเป็นสิ่งสำคัญในการทำละครแต่ละครั้ง

การจัดกิจกรรม

(วันที่ 9)

**ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง**

- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากกระบวนการซ้อมละคร และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว

**ขั้นที่ 1 เรียนรู้จากประสบการณ์ผ่านกิจกรรม**

5.1 กิจกรรมแสดงละคร

(150 นาที)

- (1) ให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่มทำการแสดงละคร
- (2) ทุกคนจะต้องทำหน้าที่ของตนเอง

**ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์**

- ผู้เรียนแต่ละคนไตร่ตรองประสบการณ์ที่ได้รับจากการแสดงละคร โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน

**ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม**

- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากการแสดงละคร และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว



กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม  
ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

หน่วยที่ 6 : ถอดบทเรียน

วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความหมายและความสำคัญของการถอดบทเรียนได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. แสดงขั้นตอนการสรุปรวมยอดผลที่ตนเองได้รับผ่านการถอดบทเรียนได้
2. สื่อความหมายตามสิ่งที่ตนเองได้รับ พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้เรียนคนอื่นได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

เวลา 1.30 ชั่วโมง

เนื้อหา

การถอดบทเรียน คือการสะท้อนความรู้ ความคิด ความรู้สึก ซึ่งนำกิจกรรมที่เคยทำมาทั้งหมด มาหาความคิดรวบยอด หาคุณค่าของกิจกรรมและประสบการณ์ พร้อมทั้งหาข้อดี และข้อเสียของตนเองหรือกิจกรรมที่เกิดขึ้น ถ้าดี มันดีอย่างไร จะทำอะไรให้ดีขึ้น หรือถ้ามีข้อเสีย มันเสียอย่างไร จะทำอย่างไรให้ดีขึ้น และจะทำไมให้ดีขึ้นต่อไปอย่างไร เพื่อให้ผู้ที่ร่วมถอดบทเรียน ได้รับแนวคิด และวิถีในการดำเนินชีวิตต่อไปได้

การจัดกิจกรรม

ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง

- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการแสดงละครไปใช้เป็นพื้นฐานในการถอดบทเรียน พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว

(วันที่ 9)

**ขั้นที่ 1 เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จากกิจกรรม**

(90 นาที)

**6.1 กิจกรรมถอดบทเรียน**

- (1) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันอภิปราย ถอดบทเรียนสิ่งที่ได้จากกิจกรรมการแสดงละคร ทั้งในเชิงเนื้อหา และกระบวนการ
- (2) ผู้วิจัยมีหน้าที่เปิดวงสนทนา ให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนกันในพื้นที่ด้วยความรู้สึกลดภัย เป็นกันเอง
- (3) ผู้เรียน ถาม-ตอบ และแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ตนเองสนใจ

**ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์**

- ผู้เรียนแต่ละคนได้ระดมประสบการณ์ที่ได้รับจากการถอดบทเรียน โดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน

**ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม**

- ผู้เรียนร่วมกันสรุปหลักการที่ได้รับจากการถอดบทเรียน และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว

**การประเมินผล**

1. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนจากกิจกรรม
2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

กิจกรรมการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริม  
ความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์

(ระยะที่ 2)

: นำประสบการณ์ละครที่ได้ นำไปใช้ในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง

ขั้นที่ 2 สะท้อนประสบการณ์

ขั้นที่ 3 ขั้นตอนการสรุปเป็นหลักการนามธรรม

ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง

## หน่วยที่ 7 : ศึกษาการเปลี่ยนแปลงภายหลังการทำกิจกรรม

### วัตถุประสงค์

ด้านความรู้ : ผู้เรียนสามารถ

1. อธิบายความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตนเองได้

ด้านทักษะ : ผู้เรียนสามารถ

1. สื่อความหมายตามสิ่งที่ตนเองได้รับ พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้เรียนคนอื่นได้

ด้านคุณลักษณะ : ผู้เรียน

1. มีความกล้าแสดงออก
2. มีความคิดสร้างสรรค์
3. กล้าเผชิญความจริง
4. กล้าตัดสินใจ
5. มีความมั่นคงทางจิตใจ

เวลา 2 ชั่วโมง

### เนื้อหา

การศึกษาผลภายหลังจากการทำกิจกรรมนั้นเป็นเรื่องที่มีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะเป็นสิ่งที่สามารถทำให้เรารู้ว่า ตัวของเราเกิดการเปลี่ยนแปลงในตนเองอย่างไรบ้าง ดังนั้นเราจึงควรศึกษาตนเองว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร หลังการทำกิจกรรม

การจัดกิจกรรม

(วันที่ 10)

**ขั้นที่ 4 ขั้นทดลองนำไปปฏิบัติจริง**

- ผู้เรียนนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการกิจกรรมละครตั้งแต่ต้น จนถึงการถอดบทเรียน ไปใช้เป็นพื้นฐานในการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว หลังจากนั้นผู้วิจัยจะศึกษาผลที่ตามมาหลังจัดกิจกรรมแล้ว

7.1 ศึกษาการเปลี่ยนแปลงภายหลังการทำกิจกรรม (120 นาที)

- (1) สะท้อนประสบการณ์จากกิจกรรมละครประยุกต์ทั้งหมดโดยสรุปลงสมุดบันทึกส่วนตัวของแต่ละคน
- (2) ผู้เรียนแต่ละคนร่วมกันสรุปเป็นหลักการนามธรรม เพื่อนำไปทดลองปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และจดบันทึกสิ่งที่ได้รับเพิ่มเติมลงสมุดบันทึกส่วนตัว
- (3) ผู้เรียนแต่ละคนนำความรู้และประสบการณ์จากกิจกรรม ไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง พร้อมทั้งบันทึกสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากนำความรู้ที่ได้ลงสมุดบันทึกส่วนตัว
- (4) ผู้วิจัยกลับมาสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน หรือจัดวงเสวนาพูดคุยหลังจากนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาความเชื่อมั่นของตนเอง หรือพัฒนาตนเองส่วนอื่น

การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมผู้เรียนจากกิจกรรม
2. การแสดงความคิดเห็นของผู้เรียน

ภาคผนวก ง สิ่งที่นักเรียนบันทึกและถูกสังเกตจากผู้วิจัย





สมุดบันทึกส่วนตัว (เยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์)

เดินไปพัก

- 1. รู้สึก-ดี - สนุก
- 2. ข้อคิด - ได้ออกกำลังกาย - ได้รู้ระดับในการเดิน - ได้รู้จักไปพัก
- 3.

1. ~~ไป~~ ไปพักผ่อน

- 1. รู้สึก สนุก ตาหลาย
- 2. ข้อคิด ได้รู้ว่าแต่ละอะไหล่ทำทำอะไร และ ก
- 3. สัก
- 1. รู้สึก สนุก เหนื่อย
- 2. ข้อคิด ได้รู้จักทำของสวยๆ และ ก



สามเหลี่ยมด้านเท่า

- 1. รู้สึก สนุก
- 2. ข้อคิด ได้รู้จักการหา คู่ที่ ๑ นี้ เป็นรูปสามเหลี่ยมด้านเท่า

รักเกลียด

- 1. รู้สึก ดี สนุก
- 2. ข้อคิด ได้จับคู่กับคนที่เรารัก และได้มีคนคนที่เราเกลียด

ความรู้สึกรู้สึก

- ๑.3) ชีวิตที่เจอ ได้ทำในสิ่งที่อยากจะทำมันมีความสุข  
 เก็บรอยยิ้มที่เรามีความเชื่อใจ  
 ที่ได้เป็นผู้นำ และได้ทำทำ
- ๑.๔) อุปสรรคที่เจอ ได้ทำในสิ่งที่อยากจะทำที่ จะรับอุปสรรค  
 ได้ทำทำที่พบกับความยาก
- ๑.๕) ไม่ ด้วย มัน ได้ทำในสิ่งที่อยากจะทำที่เจอ  
 ด้วยมัน แต่ทุกที่เจอเขาก็ไม่ต่างจากเราเลย

ความรู้สึกรู้สึก

1. ชีวิตที่เจอ

2. อุปสรรคที่เจอ ได้ฝึกฝนการเชื่อใจ และที่สำเร็จ  
 กับ อุปสรรค

3. ไม่ ด้วย มัน ได้สร้างความสำเร็จ และได้ปลื้มใจ  
 และได้ขอบคุณที่เจอไม่ ด้วย มัน

ความรู้ที่ 3.

หนูชอบ บ้านพักที่ที่สบาย และ ทุ่ง ๆ มีน้ำไปนอน  
 ๕ เข็ม เข็ม ๖๕ นาที ๗๐ นาที เข็ม ๘ คน ๑ ชั่วโมง  
 ถึงคือ ชูกัน ชื่นก็ ลวไป จ้าง ล่าว จะไป เก็บใส่ ๑๕  
 เลข ๖๖ น้อย คนขบขี้ จ้าง การกวาด ขอบ  
 จขท ๑๖ น้อย คน ๑๕ คน มา ลืม ขี้ การกว  
 ๑๖ คน ลืม ลืม ลืม ลืม ลืม ลืม ลืม ลืม ลืม ลืม  
 บ้านเลข ๖๖ เข็ม ๖๖  
 ๖๖

๖๖ ๕

ความประทับใจ

๑. การเขียน ทำไป ๖๖ ชั่วโมง ตามทำที่มี  
ได้ ๖๖ ชั่วโมง ๖๖ ชั่วโมง ๖๖ ชั่วโมง
๒. การแสดง ทำไป ๖๖ ชั่วโมง ๖๖ ชั่วโมง ๖๖ ชั่วโมง  
๖๖ ชั่วโมง ๖๖ ชั่วโมง ๖๖ ชั่วโมง



Date \_\_\_\_\_  
Subject \_\_\_\_\_



1. ข้อดี ตัวละคร แสดงให้เห็นถึงความยากของอาชีพและงาน
2. ข้อเสีย <sup>หรือข้อดี</sup> วัฒนธรรมและขนานนามของละคร ดนตรี
3. แสดงความกตัญญู

Opinion ตอนที่ ๑๐

ตั้งแต่วันที่แรกที่ได้อ่านแสดงละคร ก็รู้สึกว่าการแสดงก็แสดงออกท่าทางและมีดีที่ได้อ่านการแสดง  
 ทำความเข้าใจและรับรู้ความรู้สึก และได้อ่านความ  
 รู้สึกให้พี่เค้าฟัง และเพื่อนคุยได้ฟังด้วย ค่ะ  
 ถึงวันที่ได้อ่านแสดงละคร ดนตรี ดีๆ



Opinion ตอนที่ ๑๐ ไอซ์ซี่

HIGH QUALITY

เรื่องความประทับใจของคุณ

ตอนแรกที่ไปโรงเรียนที่แม่มา รับ นกขี้บ้านตอน

ที่สวนสัตว์สระเตี้ยมาขึ้น แลมา (๓๓) และทำวิทยานิพนธ์มาตอนอยู่ข้างอ่างประ  
พองเก็บมาไม่หาชื้ออีก และไปมา ก็อยู่ข้างๆ ลิง และ  
เดินมาใกล้ๆ บ้านแล้วเห็นตัวดำตัวดำแล้ว

↓  
นั่นสิแล้วจึง  
ไปที่บ้าน

ในที่สุดชอบนมแม่ไซฟ่า ในข้อแนะนำสั้นๆ ลายมลายู... ไปดู โดนใจจริงๆ  
เออ. จิวรี่... ใช้มาทางขาวในชุด... และ เข็ม เข็มนี้ ที่ ๑๐๐ บ้างๆ ตก  
↓ สัตว์  
ก็เห็นเข็ม ที่มี... เขกกาขาว ตกใจยิ่ง นึกอย่าง เวที. เร็ว.

สรุป นกขี้บ้านพยายามทำ ให้เห็น พวกงูไม่ทำ เป็นตัว  
เขมรอันนี้ แต่วันนี้เป็นวันที่สนุกมากแม่ฉันไม่ลืม  
ขี้ขี้ที่ กลัวยอดนอนอยู่ ในนี้ จึงทำ ให้ขี้ขี้ ไม่มันใจในตัวเอง  
และ นกขี้ขาว เขาก็มีของอยู่ ทมที่ เขาก่อ ไปเพราะ  
ฝัน.

ไม่ลืมใจไม่เก็บ



Date \_\_\_\_\_  
subject \_\_\_\_\_



ครั้งที่ 10

ตั้งแต่เริ่มแรกหนูอยากกับการหัวเราะ ร้องไห้ อารมณ์ การถูกสัมภาษณ์  
การเดินทางไปต่างประเทศ ทำให้น้องมีความสุขมากขึ้น การเดินทางไปกับอาสาสมัครก็ทำ  
ให้น้องได้เรียนรู้ ๓ แบบตัวอาสาสมัครนั้นๆ การเล่นเกมในออร์ก็ทำให้น้อง  
มีความเชื่อมั่น ในการพูด การแสดงออก มีส่วนร่วมในการเล่น  
การพูดไม่กับมา นี้ ก็ทำให้น้องกล้าแสดงออก ทำทาวที่แบบจำแนก  
ไม่ตรงกับมา ก่อน ทำให้น้องเข้าใจว่า การเล่นเกมเป็นแบบ  
ความเปลี่ยนแปลง ตามธรรมชาติ ที่ทำวันแรกหนูเป็นคนขี้อาย  
แต่วันนี้ น้องมีความมั่นใจ มาก ขึ้น กล้าแสดงออก อย่างเปิดเผย ทาวทาว



Date วันนี้วันพุธ 14/10/2561

Subject diary

- ดิฉันไฟก๊ส

- 1> รู้สึก ~~ดี~~ ดีมาก
- 2> รู้สึกดีมากๆ
- 3. รู้สึกไม่เมื่อย
- 4. รู้สึกตามสบาย



- ได้ใจดี

- 1> ทำให้มีความสุขมาก
- 2> ทำให้รู้สึกตัวเบา
- 3> ทำให้ตามสบายและสนุกกับเพื่อน
- 4> ทำให้รู้สึกเพื่อนได้มากขึ้น
- 5> ทำให้ได้รู้วิธีเพื่อนและผอง
- 6 ได้สติ

- ดิฉันไฟก๊สชาชื่น

รู้สึก = ได้ดื่มเป็นเหมือนกับที่เธอทำมา  
 ใจดี = รู้สึกการเดินของเธอละชาชื่น

- ดิฉันไฟก๊สส์ตาร์

รู้สึก = ดิฉันเหมือนสัตาร์ และทำท่าเหมือนสัตาร์

ใจดี = รู้สึกการเดินของสัตาร์ที่พี่ฝึกจนตามมากแล้ว ยังทำท่าเหมือนสัตาร์  
 = รู้สึกทำดิฉันสัตาร์



Date \_\_\_\_\_

Subject \_\_\_\_\_

diary diary!

- ดินไฟกัสมตามเหล็ขุดด้านเท

รู้สึก = ~~รู้สึก~~ รู้สึกสนุกที่ได้เดินไฟกัสมตามเหล็

ข้อคิด = รู้สึกดีต่อจำนวนของระบบ

- ดินไฟกัสมรักกับเกลี้ยง

รู้สึก = รู้สึกรักและเกลี้ยง

ข้อคิด = ~~ทำในสิ่งที่รักและเกลี้ยง~~ ทำในสิ่งที่รักและเกลี้ยง

- ดินไฟกัสมสนุกตามจันท์ - ชาติใหม่

รู้สึก = รู้สึกได้สนุกกับการวิ่ง

ข้อคิด = ~~ทำในสิ่งที่รักและเกลี้ยง~~ ทำในสิ่งที่รักและเกลี้ยง



Date                       
Subject                     



- 1. ข้อดี แสดงอารมณ์ใจดี
- 2. ใจดีเสียพร้อมคำแนะนำ
- 3. แสดงความอดทน

สรุป มาเขียนตัวเราที่ได้เขียนมา และความรู้สึก

วันแรกที่เข้ามา ก็ไม่รู้ว่ามันจะสนุกอย่างไร พอทำไปเรื่อยๆ ก็รู้สึกมีความสุขแล้ว แสดงออกมากจน กล้าคิด กล้าทำ กล้าที่จะพูดในสิ่งที่คิด และรู้สึก และได้รู้ว่าเพื่อนที่รู้สึกอย่างไร ได้นะหน้า สิวที่ตัวเราในเพื่อนๆ ได้ไปแก้ไข และรู้สึกว่ามีความเป็นผู้นำ มากขึ้น การเป็นผู้นำเริ่มจากเรา เริ่มใจว่าเพื่อนๆ เก็บเลือกให้เราเป็น จากนั้นก็รู้สึกมั่นใจมากขึ้น พอเราคิดอะไร แล้วพูดในสิ่งที่เราคิด เพื่อนๆ ก็มักจะเห็นด้วยกับความคิดของเรา ก็รู้สึกดีใจที่เพื่อนๆ ชอบยอมรับในตัวเรา สามัคคีกันเมืออยู่ในกลุ่ม

การเปลี่ยนตัวเองก็คือ รู้สึกมีความสุขเพิ่มขึ้นมาก

กัญญา ไทน ไพธเรอชฟอร์ด

ความปรารถนาใจ ของกิ๊ฟ

ฉันเป็นเด็กขอมัน จนหนักอึ้งแล้วแถมใส่ มันมีแมวอยู่หนึ่งตัว  
 ใจหยาบๆ ที่ฉันนี่เร้นกับแมวอยู่ มันก็ในฝัน แต่สุดท้าย  
 มันก็รู้ว่าคือแมว 4 แมวตัวนี้ชอบกินปลาทอดมาก วันที่มีคนเอา  
 มามานั่งกินที่สวน ลมพัดมันก็หิวก็พอมันอยู่ ดึงก็มาแปะจนผม  
 ฉันทไป ฉันเลยเอาลูกแมวไปให้น้องหมาในสวนที่มันเดินไปทำนองนั้น  
 มันก็เดินไปบนต้นไม้ที่หมา หยาบๆ มาเลยมา มันก็น่า นอนมัน  
 ๓ ๔ นักรวมมาก็ดีจริงๆ มันก็ได้อ่าน บ้านที่มันอยู่ มันยังกินหัว  
 ฝรั่งว่า บ้านมันเด้อ



สิ่งที่เปลี่ยนไปหลังเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

สิ่งที่เพื่อนมอง... ไชยบุรี

ไชนจี มีความ กล้าหาญ พาด จัน ไชนจี เริ่มมีความ กวน มาก จัน

เจมจี = พี่คนไม่รู้ว่าใครจัน  
จ = ที่พี่ไปไหนพี่ไม่ได้ก็กลับ  
มาดีอีกคนตัวจันไปนอกบ้าน

ช่วยเนลลี่มากจัน และจวิจวิ

กล้ามาก  
เทวดา จัน

กวนจัง... มาก แต่ก็ด้วยตัวเอง  
ทำตัวน่ารัก กตัญญูแล้วอ้อหัวกวน  
ไชนจีไม่เคยจวิจวิ



บอกเล่าได้เวลาแล้ว

กล้ามาก

กวนจังมากจัน จากที่ กวนอยู่แล้ว  
กล้าแสดงออกมากจัน มืดมากจันจวิ

แตรร้องยูเคซุ...

แต่กลัวแสดงออก กล้าพูด...

กล้าแสดงออก ร้อง สักครั้ง

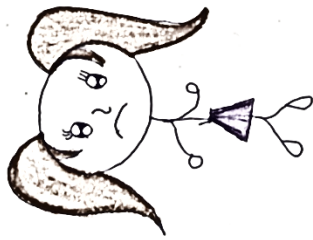
อย่าโกรธแทน

อันจริงแท้ที่กล้าแสดงออกจันนะ  
เวลาพูดก็เริ่มมีคนไม่เข้าใจจัน

กลัว ไม่รู้แต่กล้า

มีนึ่งก่อน

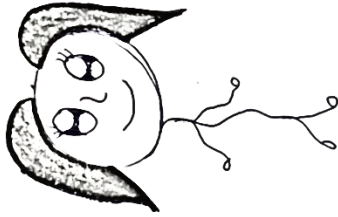
ไม่ใส่ดอ กล้วย แสง ๐๐๗



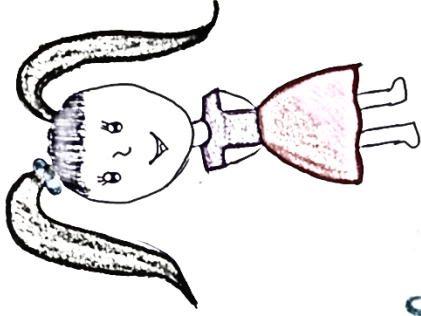
กล้วย

ทำไม่ ลิงก็ กล้วย

เงา ๗๗๓ ๓๓๓๓๓



มีนึ่งก่อน  
ใส่ดอ กล้วย แสง ๐๐๗



สิ่งที่เพื่อนมอง... ทัมวอย...

ทชวณจะคนทีลยบทีไม่ด  
กลับมามีคนทีดสึทุก  
ชวณ ทัมวอย

คิดกว่าดีม แต่ควทำเป็นชวณ  
อันนี้ ~~ม~~

คนจำมาก ชวณชวณ  
หน้าก็คล้ายชวณ ก้านลยชวณชวณ  
เดินดลไปไม่มิลกมชวณชวณ

แรวรียูเคชชวณชวณ  
ชวณ กลับแสดชวณชวณ

กชชวณชวณ แต่ชวณชวณ

ชวณชวณชวณชวณ




ชวณชวณ กชชวณ  
ชวณชวณชวณชวณ  
กชชวณชวณชวณ  
ชวณชวณชวณชวณ


ชวณชวณชวณชวณชวณชวณ


ชวณชวณชวณชวณชวณชวณ



<p>Hand-drawn illustration of a person with a large, curly afro hairstyle, wearing a simple t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground with a few flowers. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>	<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>	<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>
<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>	<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>	<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>
<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>	<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>	<p>Hand-drawn illustration of a person with a large afro hairstyle, wearing a t-shirt and shorts. The person is standing on a small patch of ground. To the right of the person, there is a vertical list of text in Thai script: "ชื่อ", "นามสกุล", "เลขที่", "ชั้นปี".</p>

สิ่งที่เพื่อนมองฉันหน้าตา... 

1 หุดดพมาจัน 1 มีดวงตาว่าเบมือนใช้ก่อน 

ตอนทำมโหรีรอบหน้าแล้วผดร้อน  
คิดว่าเล่น 50 


แก้วตา กิ่งแสงดอกพญา  
กลิ้งตั้น กลิ้งพุด กลิ้งทำ กลิ้งแสงพญาวันเยน

แระตลกเลข ชื่อ: แต่กล้าแสดงออกกล้าพูด  
อีกนะ ตัวเธอ... ๖


กล้าแสดงออก  
กล้าพูด  
กล้าทำ

ทำของดีกล้าแสดงออกดี

ไปนอนหลับพักผ่อนอยู่แล้ว นอนจากที่ไต่เงื่อน  
ก็อสูดแก้วทำเดิม ~~ทำ~~

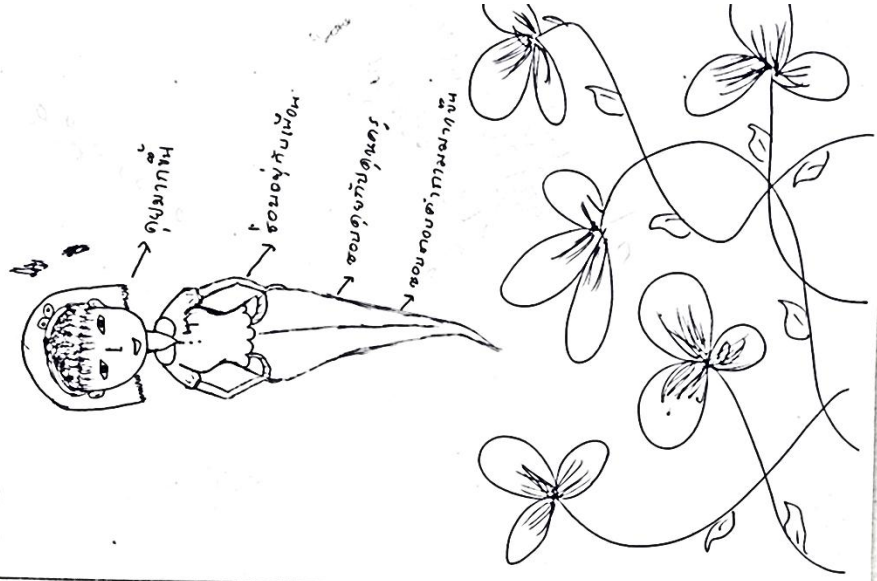
หัวรักขังนะ  
กล้าพูด 100 ก  
ไม่ตาย 

กล้าพูด กล้าแสดงออก กล้าเล่น

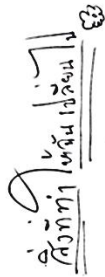
หนังกล้วยแล้ว นอนพักผ่อนที่บ้านอว กล้าเดินมากทำจันนี่งง 

กรทำทุกอย่าง สบ กล้าเล่นแบบสนุกกัน จำๆ อยๆ บ้าง แต่ก็  
เล่น

ฉันชอบ

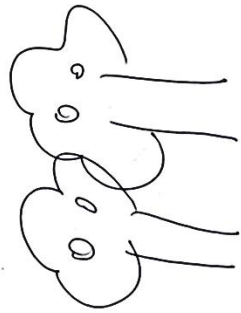


เล่น



1. การอยู่กับเพื่อน
2. การทำกิจกรรมที่ถนัด
3. การทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น
- 4.

ชอบมาก



ฉันคิดถึง





สิ่งที่เพื่อนมอง  Sub...

กล้วย แผลงกล้วย กล้วยพูด กล้วยทำ กล้วยเล่น

พูดมากในขณะเลย หลังจากนั้นก็  
พูดมากอยู่แล้ว แต่กล้วยแผลงมาก  
มากิน

พูดมากจริง แต่ขี้พูดขยับ  
แต่ทำอย่างอื่น

You Wary Wary  
กล้วยมาก

กล้วยพูด, กล้วยแผลงออก, กล้วยแผลงอีก 555+ นังเล่น 3?

กล้วยพูด  
กล้วยแผลง  
กล้วยสี  
1169

กล้วยแผลง กล้วยพูด ได้พูดมากนั้น

นะ ขี้พูดขยับ

พูดมากนั้นแล้วขี้พูดขยับ

กล้วยแผลงออก  
กล้วยพูดกับคนอื่น  
กินน้อยๆ นังเล่น 3  
555 666

กล้วยแผลงกว่า  
พูดมากจะขยับ  
กล้วยแผลง  
ขี้พูดขยับ 555



บ้านทะเลวังไกลฝั่ง  
วันอาทิตย์

ผู้เขียน

15/11/59

Nora

สัตว์ประหลาดในสวน

15/11/59

Nora

บ้านทะเลวังไกลฝั่ง  
วันอาทิตย์

สัตว์ประหลาดในสวน

15/11/59

15/11/59

Nora

Stick figures

บ้านทะเลวังไกลฝั่ง

15/11/59

Nora

สิ่งที่เพื่อนมอง... 500/lyr

คนที่เริ่มเป็นคนๆ มากขึ้น  
แต่ทำกับเพื่อนๆ มากขึ้น เป็นสิ่งที่ผิด

จริงๆ ไม่เงินแล้วนะ  
รู้สึกได้ว่า มีคนจนในใจมากขึ้น

ถึงความกล้าแสดงออกมากขึ้น  
พูดมากขึ้น ชื่นชมผู้อื่น

มีความรักมากขึ้น... ถึงจะเงินอยู่แต่ก็

ชอบคนใหม่ๆ มากขึ้น... คนๆ สดๆ ง่ายๆ...  
ใจดี... รักๆ...  
สวยๆ...

๑

พัฒนา... ความ

อ่อนแต่ก่อน  
อ่อนกว่าใช้ก็ทัน  
พูดมากขึ้น

๑

จากที่พูดของคนๆ... หัวข้อที่พูด

กล้าแสดง  
กล้าคิดไปเอง

กล้าคิดไปเอง  
กล้าแสดง

555

555333

ใจบ.  
555333

ใจไฟกุด  
มา

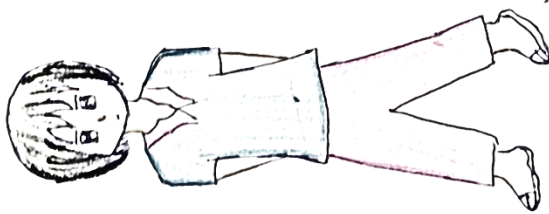
ใจรัก  
ใจบ.  
ใจบ.  
ใจบ.

ใจบ.  
ใจบ.

ใจบ.  
ใจบ.  
ใจบ.

ฉันมีความสุข

ฉันมีความสุขเพราะพ่อแม่ที่ดี  
ที่คอยดูแลและรักฉันเสมอ



ใจดี

ผมอยากทำดีให้ทุกคน  
ทั้งที่พ่อแม่ที่ใจดีกับผม  
ทำมาทั้งหมด ผมขอบคุณพ่อแม่  
ซึ่งผมภูมิใจที่จะทำดีให้ทุกคน



ฉันชอบมัน

กลัที่จจะแสดงออกมาทั้งนั้น กลัที่จจะเป็นผู้นำ  
กลัที่จจะทำอะไรหลายอย่างในสิ่งที่เขาไม่เคยทำ  
แะฉันมีศคามากลัที่จจะเปลี่ยนตัวเลยเช่ดุด

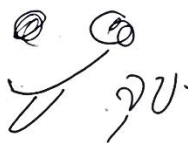


จิ้งจอก  
ขบกับกล้วย  
กล้วยกับขบ  
ไม่ตาย



สิ่งที่เพื่อนมอง... 7.7m

55555 5555555555555555



ก๊อ

หน้าใจมากชั้น... กล้ามากเลย เวลาพูด  
เห็นตลกก็กล้าทำ กล้าพูด ก๊อ ก๊อ 555 xxx

ทะเลชอบมากเลยก็ว่าแต่ตลก

แถมยังแรดมากกว่าใครเลย 555

ปี 4 ตอน 14 ม ลม แรด...

1227777

มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น  
มีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น

ผู้หญิงเป็นคนเก่ง  
ก็ต้องเก่งมากกว่า  
~~ผู้ชาย~~  
ผู้ชาย

ชอบพูดมากจัง

กล้าแสดงออกมากขึ้นหน่อย



ขบขบ กล้าพูด พูดมากกว่าใครหน้าใคร

นิดก็ขบ ๑๑ ตลกๆ นิดๆ



แม่งขบขบขบขบ... นี่แต่ก็ขบขบ  
ขบขบ ขบขบ

ฉันมีครอบครัว

ไม่กล้าแสดงออก พูดน้อย  
ไม่สนใจในตัวเอง

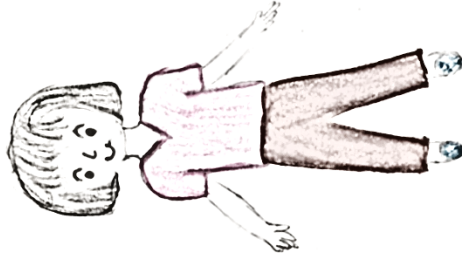


กีฬา

สิ่งดูน่าขมาในเน็ต มีจุดโฟกัส  
ได้เด่นแถมทำในท่าที่มีความสนใจ  
มากขึ้น ได้ทำในสิ่งที่อยากทำ  
เซบก็รักการออกกำลังกายที่ได้ทำร่วมกัน

ฉันชอบนี้

กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าพูด  
กล้าขำเขาได้ขำด้วยความสนใจในตัวเอง  
กล้าทำในสิ่งที่เขาอยากทำ



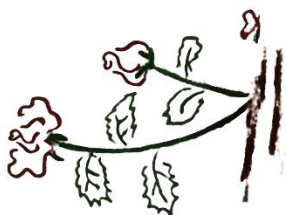


ผู้สอน



ผู้เรียน

- ฝึกพูด
- ทักษะการฟัง



ผู้สอน

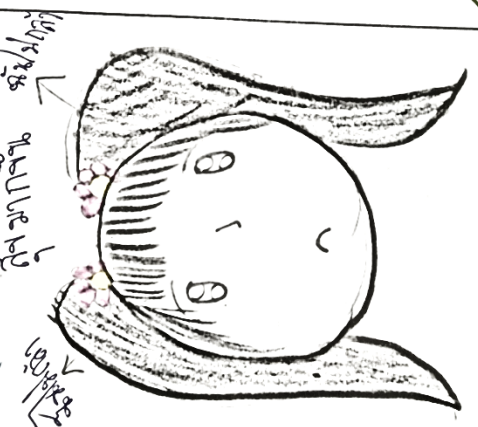






ฉิมแปดก้อม

ฉิมแปดก้อม  
 เป็นผลไม้ที่มีถิ่นกำเนิดในภาคเหนือ  
 ปลูกกันในป่าเขา และในสวน  
 ผลมีรสเปรี้ยว และหวานเล็กน้อย  
 ใช้รับประทานสด หรือนำมาทำขนม  
 เช่น ใส่น้ำตาล และน้ำแข็ง  
 หรือใช้ทำเครื่องดื่มต่าง ๆ  
 เช่น ชาฉิมแปดก้อม เป็นต้น



"N" ใน ๑๙๑

"N" ในภาษาไทย

ตั้งตำแหน่ง



ตั้งตำแหน่ง



ตั้งตำแหน่ง

ตั้งตำแหน่ง

ตั้งตำแหน่ง



ตั้งตำแหน่ง



ฉิมแปดก้อม

ฉิมแปดก้อม มีถิ่นกำเนิดในภาคเหนือ

ปลูกกันในป่าเขา

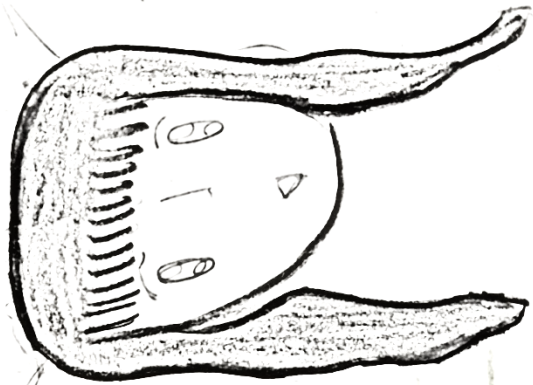


ผลมีรสเปรี้ยว และหวานเล็กน้อย

ใช้รับประทานสด



หรือทำขนม



สิ่งที่เพื่อนมอง... วิชา.....

กล้า แวดวง

กล้าพูด  
พูดเยอะ... กล้าได้ไม่  
อับอาย

กล้าแสดงออก กล้าทำ  
+ 11 ร.ด.

กล้าแสดงออก แต่ไม่ดื้อ... กล้าแสดงออก หอม หอม

รวมชน = 11 ต่อสู้กับชีวิต = รัก  
กล้าแสดงออก ให้มาก ๆ นะ... สู้ ๆ พี่เจม

เป็นคนที่เขอะนิดหน่อย  
แต่รวม ๆ แล้ว ก็น่ารักดี  
ชอบมองดูไฟ ก็ดี มีตบช่วย

สู้ ๆ พี่เจม  
กล้าแสดงออก  
สู้ ๆ พี่เจม

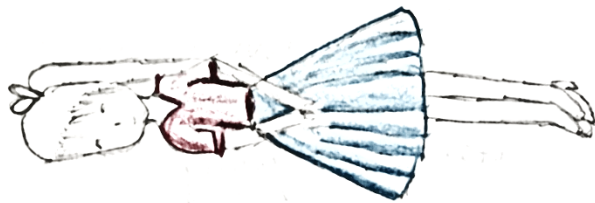
เป็นคนดี แก่ใจดี แก่อย่าง... นะ

~~สู้ ๆ พี่เจม~~  
หรือมีคาบที่ไม่เรียนใคร  
เพราะเราคือ กล้า กับผู้ร่วม นะ  
แค้นใจ

พูดมาก กล้าแสดงออก  
แล้วชื่อตอนต้นนะ ตอนแรกทำไม่  
ตายแต่อย่าผลึกใครเลย เผลอมากที่แทน  
สีไม่ม ไตรกล้าอยู่ด้วย

ชั้นเมื่อตอน

ห้องเรียนตอนเช้า



ไม่กล้าแสดงออก.

~ N" Bai fern



จุดเริ่มต้น  
การแสดง



จุดเริ่มต้น ของชุดนักเรียน  
การทำให้ชุดนักเรียนมีความหมาย

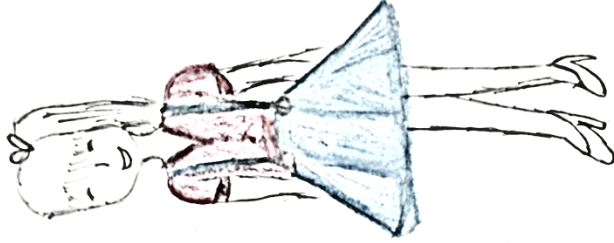
การแสดงต่อ.

ทำให้ชุดนักเรียน/ใจและกล้าแสดง



ชั้นตอนมี

ห้องแสดงออก



กล้าแสดงออกที่พยายามทำ...

สิ่งที่เพื่อนมอง... baitern ๕๓๕+๓๓

เป็นคนที่กล้าแสดงออกกล้าทำกล้าพูด

กล้าพูดในที่ กล้าแสดงออกในที่

กล้าเล่น กับ พวกเพื่อน

ไปคบคนที่ต่าง แต่ไม่ผิดที่ผิดใจ  
ดี สมองดี สมองฉลาด พยายามหาข้อดี

กล้าแสดงออกมากขนาดนั้น

และ ชอบคุยกับคนตรงข้ามด้วย ดีแล้วนะ

นี่เพื่อนทำตัวดี จึงช่วยช่วยเหลือ

~~ดีด้วยดี~~

มีความกล้าดีทุกอย่างเกิน  
ดีใจ ( ดี )

huy

การหมิ่น การดูถูก  
การดูถูกคนอื่น... ไม่ควรทำ

ทางใจดี ๆ พูดมาก ๆ

แต่ ก็ ดีใจ ดีใจ ๆ ๆ ๆ ๆ  
ดีด้วยดี

ดีด้วยดี

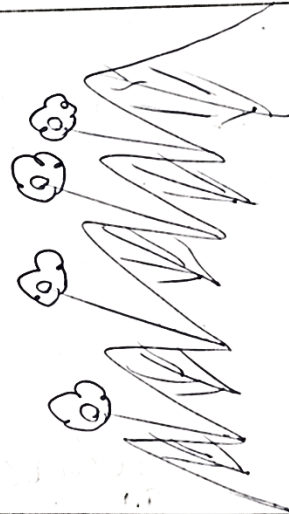
.....

ฉันเมื่อก่อน



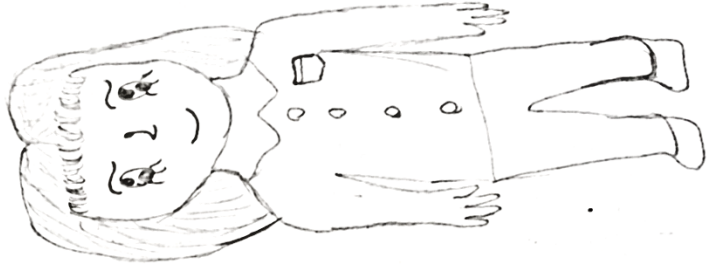
N" คัททรี

นี่คือสิ่งที่ฉันอยากเป็น! ฉันอยาก  
ได้สัมผัสกับทุกสิ่งทุกอย่าง!  
ฉันอยากสัมผัสกับทุกสิ่งทุกอย่าง!  
ฉันอยากสัมผัสกับทุกสิ่งทุกอย่าง!



ฉันตอนนี้

ฉันเป็นคนที่มีความสุขมาก!  
ฉันมีความสุขมาก!  
ฉันมีความสุขมาก!



สิ่งที่เพื่อนมอง... <sup>รัก</sup> ~~รัก~~..... 555

~~รัก~~ รักคุณด้วยนะ มากจ้ะ ฉันชอบ देखใจ ♡ อ้อ.....

รักกันดี มี ความกลัว ผิดใจ ก็มากอยู่ แต่ไม่ดื้อบ กลัว เล่น กับเพื่อน บาง ส่วน

พี่ ฉันรักชอบ ทำอะไรตามใจเธอ ฉัน <sup>รัก</sup> ~~รัก~~ นึกอยากมาก  
แต่ตอนนั้นคิดถึงจ้ะค่า <sup>๐๐</sup>

คืนเดือนหงายสวยมากจ้ะ <sup>๐๐</sup> และ <sup>๐๐</sup> ไม่ลืมรักกันนะ

ติดตาม

รักกันดี ๒๐๐๒ <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup> รักกันดี  
กลัวเพื่อนดูมากจ้ะ <sup>๐๐</sup>  
กลัวทำในสิ่งที่อยากทำ. <sup>๐๐</sup>

รัก รักๆ ทำ แต่ยังไม่ค่อยนะ

you navy <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup>  
๐๐๐๐

กลัวเพื่อนดูมากจ้ะ <sup>๐๐</sup>  
กลัวทำในสิ่งที่อยากทำ. <sup>๐๐</sup>

กลัวเพื่อนดูมากจ้ะ <sup>๐๐</sup>  
กลัวทำในสิ่งที่อยากทำ. <sup>๐๐</sup>

กลัวเพื่อนดูมากจ้ะ <sup>๐๐</sup>

กลัวเพื่อนดูมากจ้ะ <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup> <sup>๐๐</sup>

ผู้เขียน

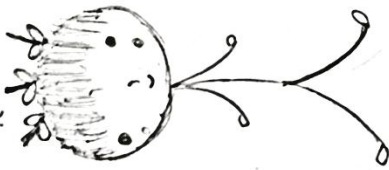
ผู้เขียนจินตนาการ  
สติปัญญาที่เฉลียวฉลาด

ก้าบเสถียรของงานเขียน

แต่ก็มีข้อผิดพลาด

ไม่สมบูรณ์

ไม่ทัน



ก' กอจจ

บทกวี: ความเป็นมาของกวีนิพนธ์ที่เรารู้จัก

ไม่ดีกว่าได้เขียนเรื่องที่ไม่ดี

ก็มีลักษณะที่ผิดเพี้ยนไปเรื่อง ก.ต

ผู้เขียน

ผู้เขียนจินตนาการ

สติปัญญาที่เฉลียวฉลาด

ผู้เขียนที่เฉลียวฉลาด

ก้าบเสถียรของงานเขียน

แต่ก็มีข้อผิดพลาด





สมุดบันทึกส่วนตัว(เสียง) เยาวชนที่ไม่ได้อยู่ในสถานสงเคราะห์

คนที่	ครั้ง	การบันทึก
1	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จากการเดินไฟฟ้า ทำให้รู้ว่าตัวเองไม่ค่อยชอบอยู่กับกรอบเท่า ไหร่ ตอนที่เลือกเป็นสัตว์ ชอบที่จะเป็นม้า เพราะรู้สึกถึงอิสระ ถึงแม้จะอยู่ในฝูง ที่เหมือนกรอบ แต่ก็ไม่ได้เป็นคนเจ้าระเบียบมาก และทำให้มีสมาธิเพิ่มมากขึ้น</li> <li>- วงกลมไว้ใจ ทำให้เรากล้าที่จะพูดเรื่องบางเรื่องที่เราคิดจะเก็บไว้คนเดียว กล้าที่จะพูดเรื่องบางเรื่องให้คนอื่นมากขึ้น บางครั้งเราเป็นคนทำงานคนเดียว ไม่ค่อยไว้ใจคนอื่น ทำงานกลุ่มก็ทำคนเดียว ดังนั้น วงกลมไว้ใจทำให้เรากล้าไว้ใจคนอื่นมากขึ้น</li> </ul>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จากกิจกรรมวันแรกผมก็ได้เอาไปใช้ ผมเริ่มที่จะไว้ใจเพื่อนมากขึ้น เริ่มที่จะเป็นคนๆ เริ่มพูดปกติกับเพื่อน ปกติเวลาคุยกับเพื่อนจะรักษามาตเล็กน้อย แต่ตอนนี้อิสระมากขึ้น</li> </ul>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น บางครั้งที่ตีใจ หรือโกรธ ก็มักแสดงอารมณ์อย่างเต็มที่ จนบางครั้ง มันก็ดูไม่ดี ทำให้คนบางคนไม่ชอบ ตอนนี้นั้นดีขึ้นมานิดนึง</li> </ul>
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ชีร์ดและเขาวงกต ผมไว้ใจเพื่อนเพิ่มขึ้นมาอีกขึ้นหนึ่งจากกิจกรรมวันแรก ผมไม่รู้หรือกว่าข้างหน้าจะเป็นอย่างไร แต่เพื่อนคนจะพาเราไปในที่ที่ดี อยู่รอดปลอดภัย</li> <li>- แก้อึดใจทำให้ผมมีความมั่นใจที่จะพูดสิ่งที่ตัวเองปิดหลาย ๆ อย่าง ทำให้รู้สิ่งที่อยู่ในตนเอง สิ่งที่เป็นต้นเหตุของปัญหาที่ผมไม่กล้าพูด ทำให้ได้รู้ต้นเหตุของมัน</li> </ul>
	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กิจกรรมการดันสัดทำให้ผมมีความสามารถในการยอมรับขึ้นมานิดนึง เพราะว่าบางครั้งสิ่งที่เกิดขึ้นมาแล้ว มันไม่สามารถกลับไปแก้ไขได้ สิ่งที่เราต้องทำก็คือเดินหน้าและแก้ไขสิ่งที่เกิดขึ้น</li> </ul>
	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำให้ผมทดสอบความมั่นใจที่เราได้อบรมไป ซึ่งกิจกรรมนั้นคือ อนุสาวรีย์ ทำให้เราต้องแบ่งหน้าที่ทำงานเป็นส่วน ๆ กัน ทำให้ผมไว้ใจเพื่อนว่า เพื่อนทำได้ เล่นได้ ทำให้เราไม่ต้องควบคุมคนอื่น ทำให้มีทิศทางที่ดีมากขึ้น</li> </ul>
	7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- จากการซ้อมละคร และขึ้นเวทีวันแสดง ทำให้รู้สึกไว้ใจเพื่อน แต่พอขึ้นเวทีมันยังไม่ไว้ใจมาก แต่พอเริ่มแสดงก็เลยทิ้งความรู้สึกทุกอย่างลงไป ทำหน้าที่</li> </ul>

		เรา ไว้ใจเพื่อน ให้เพื่อนทำ ถือว่าผลงานก็ออกมาดี ผมยังคิดว่าผมยังไว้ใจเพื่อนไม่มาก เลยอยากทำให้ดีขึ้น
	8	- ผมรู้สึกอิสระ หลังจากกิจกรรม แก้อัปเดตใจ ผมเลยแก้ปัญหาตัวเอง เป็นตัวเองมากขึ้น
2	1	- กิจกรรมเดินไฟกัส ชอบตอนแรก ๆ ไม่ชอบตอนเดินช้า มันดูกดดัน พอเดินช้า ต้องคิดเยอะเกินไป พอได้เดินไปเรื่อย ๆ ได้อยู่กับตัวเองมากขึ้น เราแค่ปล่อยสมองให้ว่าง ไม่คิดอะไรมาก หลังจากกิจกรรมนี้ ถือว่า ดีขึ้น - กิจกรรมวงกลมไว้ใจ ความรู้สึกตอนแรก ก็กังวลหน่อย ๆ ว่าคนพวกนี้ควรไว้ใจไหม พอเวลาผ่านไป 2 วัน ความรู้สึกที่คิดว่า ควรจะไว้ใจไหม มันเปลี่ยนไปเป็นกลุ่มนี้โอเคนะ เมื่ออยู่ในวงกลมไว้ใจ ควรไว้ใจซึ่งกันและกัน เปลี่ยนความรู้สึก เปลี่ยนความคิด ทำกิจกรรมร่วมกัน ถือว่าโอเคมาก ๆ
	2	- เมื่อก่อนเป็นคนที่ยิ่งพอสมควร แต่พอได้ทำกิจกรรม ได้อยู่ในวงกลมไว้ใจกับเพื่อน ก็โอเคขึ้น ไว้ใจเพื่อน กล้าเล่นกับเพื่อนมากขึ้น
	3	- สนุกดีแต่สติไม่ค่อยจะมีเท่าไร - HIP HAP HOP ที่ทำให้เรากล้าตัดสินใจในการทำอะไรสักอย่าง
	4	- จากกิจกรรมขับรถ รอบแรกแอบลืมนตา เพราะรู้สึกไม่ไว้ใจเลย ครั้งถัดมา เราลองเปลี่ยนความคิด ลองไว้ใจ อาจจะได้ดีขึ้นก็ได้ มันดีขึ้นจริง ๆ - กิจกรรม แก้อัปเดตใจ คือยังรู้สึกว่าไม่อยากจะพูด แม้ตอนนี้ก็ยังไม่อยากจะพูด แต่พอได้พูดสิ่งที่ลึกที่สุดมันก็ดีขึ้น
	5	- การตัดสินใจเป็นเหมือนความคิดแรกที่เราต้องคิดให้ทัน เป็นการฝึกแก้สถานการณ์ อย่างหนึ่งเหมือนกับว่าเราต้องกล้าแสดงออก ที่วันนี้ทำมันไม่กล้าเท่าไร แต่ถือว่าผ่านไปอย่างดี
	6	- กิจกรรมอนุสาวรีย์ ได้ฝึกจินตนาการ คือต้องมีความมั่นใจ ทำงานกับเพื่อน มีการวางแผน ได้คุยกัน ไว้ใจกัน
	7	- ไม่ได้แสดงละครแต่เป็นคนกำกับ ไม่อยากตัดสินใจเอง กลัวเพื่อนมองว่าเผด็จการ แต่พอให้เพื่อนช่วยคิดมันก็นาน เวลาวางแผนน้อยลงเพราะเวลาน้อยมาก ก็มีการขอความช่วยเหลือจากเพื่อน วันแสดงจริง กลัวมาก กลัวว่าเพื่อนจะเล่นได้ แต่สุดท้ายวันนี้ก็เล่นดี เพื่อนแสดงดีมาก

	8	- จากการทำงานกับเพื่อนทำให้เรารู้ว่าเราอารมณ์ร้อน อยากขอโทษ เพราะเราทำไปโดยไม่รู้ตัว
3	1	- กิจกรรมวงกลมไว้ใจ เมื่อเอาไปใช้ในงาน ช่วยให้เราไว้ใจเพื่อน เพื่อนจะให้ใจมา ใจแลกลใจ มันทำให้เราไม่ต้องห่วงว่าจะผิดพลาด เลยมั่นใจมากขึ้น - เดินฟ็อกส์ มีความหมายกับผมมาก ทำให้ผมมีสมาธิขึ้น เวลาเพื่อนแกล้งตอมนำเสนองานหน้าชั้นเรียน ผมก็ไม่เข่า มีฟ็อกส์ทำให้เชื่อมั่นขึ้น
	2	- ระดับทางการแสดง รู้การใช้ระดับในการแสดงออกกับเพื่อน
	3	- การปล่อยพลัง ทำให้รับส่งกับเพื่อนได้ดีขึ้น กล้าเล่นมากขึ้น กล้าแสดงออกไม่มานี่ ไม่ได้ใช้เลย - กิจกรรมชิงกิ้งเวิล ทำให้กล้าแสดงออกมากขึ้น
	4	- แก้อัปเดตใจ เป็นกิจกรรมที่โล่ง มีคนมาช่วยแบก ทำให้เรารู้ว่า ทุก ๆ คน ต่างมีเรื่องที่ทำให้สูญเสียความมั่นใจ ทำให้เรารู้สึกว่าเราไม่ได้อยู่ลำพัง มีหลายคนที่หนักกว่าเรา สรุปก็คือ ดีขึ้น - แก้อัปเดตความต้องการ ได้นำไปใช้โดยการแสดงความต้องการของตนเองได้ชัดเจนมากขึ้น
	5	- เขาวงกต เหมือนการฝากความเชื่อมั่นไว้ที่เพื่อน บางทีก็ดี ถ้าไม่ดีใจก็จะไม่ได้ด้วย - การเดิน ผมเป็นคนเล่นเกม มีปัญหาเฉพาะหน้าบ่อย ก็เลยไม่รู้สึกละต่างจากตัวเองเท่าไร
	6	- อนุสาวรีย์ มันเหมือนให้จุดยืนเรา เวลาใครพูดอะไร ก็คือเราอยู่ตรงนี้ ไม่ที่ยืน - ละครสามฉาก มันเหมือนคาดคะเนไว้ 2 ด้าน เพราะมีการหักมุม ไม่อยากให้ตัดสินอะไรเร็ว
	7	- กล้าแสดงมากขึ้น ไว้ใจเพื่อนมากขึ้น
	8	- ทำให้เรากล้าที่จะทำอะไรต่าง ๆ โดยที่คิดน้อยลง แต่ไม่ใช่ไม่คิดเลย เพราะเมื่อก่อนเป็นคนคิดมาก
4	1	- ทำให้ผมมีจุดฟ็อกส์ มีจุดมุ่งหมายในการทำงาน ในการดำรงชีวิต เพราะได้ฟ็อกส์ไปที่ส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ได้ยืน ทำให้ผมมีจุดมุ่งหมาย มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต จากคนที่ไม่เคยมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ก็ทำให้เปลี่ยนแปลงตัวเองได้

		- คือวงกลมไวใจเนีย ทำให้เรารู้สึกว่าเราจะไวใจคนที่อยู่ในวงกลมได้ไหม เพราะปกติ ผมเป็นคนที่มีมองโลกในแง่ร้าย ไม่ค่อยไวใจใครสักเท่าไรถ้าไม่รู้จักกัน หรือสนิทกันจริง ๆ แต่การอยู่ในวงกลมนี้ ยี่งนานวัน ยิ่งทำให้ผมเริ่มมีความไวใจในคนอื่นมากขึ้น กล้าที่จะพูดสิ่งที่อัดอั้นในใจ ให้คนอื่นได้ฟัง สำหรับผม วงกลมไวใจ ช่วยพัฒนาให้ผมสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้มากขึ้น
	2	- ทำให้ผมมีความมั่นใจ มีความเชื่อ ไวใจเพื่อน ๆ เวลาทำงานกลุ่ม เชื่อว่าเพื่อนต้องทำงานนี้ได้ ทำให้ผมกล้าที่จะเชื่อมั่นในคนอื่นที่ไม่ใช่คนที่สนิทได้
	3	- จากกิจกรรมปล่อยพลัง มันทำให้เรารู้สึกว่า เราทำงานอะไร จะต้องทำให้เต็มที่ ไม่ควรเก็บเอาไว้ เช่นการทำงานกลุ่ม ควรแสดงความคิดเห็นของเราออกไปให้หมด เพื่อที่จะได้รับความคิดเห็นของเราไปงานจะได้ออกมาดี
	4	- จากกิจกรรมเขาวงกต ผมเป็นคนต่อท้าย ต้องหลับตา จึงต้องไวใจคนหน้า ซึ่งทำให้เราพัฒนาความมั่นใจของเรามากกว่ากิจกรรมวงกลมไวใจ - ซึ่งผลจากกิจกรรมเขาวงกต ทำให้ แก้อึดใจ ทำให้ผมกล้าที่จะพูดเรื่องราวต่าง ๆ ออกมาให้เพื่อนฟัง ทำให้ผมมั่นใจและไวใจเพื่อนมากขึ้น
	5	- การเดินสัดทำให้ผมรู้จักการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เวลาที่เราเตรียมงานไว้ ไม่ตรงตามที่เราคิดไว้ เราก็ต้องใช้ไหวพริบ สติปัญญาในการแก้ไขปัญหา ทำให้งานออกมาดีได้
	6	- กิจกรรมอนุสาวรีย์ เป็นกิจกรรมที่ทำให้แต่ละคนในกลุ่มสามารถทำในสิ่งที่ถนัดได้ ทำให้เรารู้จักรับผิดชอบหน้าที่ และทำงานของตัวเองให้ออกมาดีที่สุด
	7	- ในการแสดงละคร ผมได้ทำงานเป็นเบื้องหลัง ถึงแม้งานจะไม่ได้แสดง แต่ก็คือผู้เตรียม ทำให้เราจัดสรรงานให้เป็นระบบ มีสติในการทำงาน
	8	- ทำให้ผมได้พัฒนาตนเอง จากเด็กเรียน ไม่ค่อยมีส่วนร่วมในกลุ่ม ทำให้ผมกลายเป็นคนที่เฮฮา เหมือนได้ปลดปล่อย เราอยู่ในวงกลมไวใจ ประกอบกับเพื่อนกลุ่มนี้อยู่กลุ่มเดียวกัน จึงกล้าแสดงความจริงใจ กล้าเปิดเผย รวมทั้งการพูดการทำอะไรก็ตามจะทำเต็มที่ และไม่เสียกับสิ่งที่ได้ทำไป
5	1	- การเดินไฟกัสทำให้เรารู้สึกมีสมาธิได้อยู่กับตัวเองมากขึ้น รู้ว่าตัวเองคิดอะไรอยู่ มีเป้าหมาย จนทำมันได้สำเร็จ

		- กิจกรรมวงกลมไว้ใจ ทำให้หนูกล้าออกความคิดเห็น กล้าแสดงความคิดเห็นให้กับเพื่อน ไม่โกรธกัน ทำให้เรารู้สึกมั่นใจได้บ้างในบางที
	2	- สิ่ง que เปลี่ยนแปลงคือ เรากล้าที่จะอยู่กับตัวเองมากขึ้น ไม่ต้องกังวลว่าคนอื่นจะคิดอย่างไร
	3	- เริ่มที่จะกล้าแสดงออกมากขึ้น แต่ยังลบความตื่นเต้นออกไม่ได้
	4	- ทำให้เราไว้ใจเพื่อนที่นำพาเราไปตอนขับรถ คือต้องไม่ชนนะ
	5	- ทำให้เราได้ปลดปล่อย ไม่เครียด ทำให้เราไม่ต้องกังวลอะไร มันดูเฮฮา ทำให้เรากล้ามากขึ้น
	6	- ได้ใช้ความคิดประสบการณ์ ว่าองค์ประกอบแต่ละอย่างต้องมีอะไรบ้าง รู้ว่าอะไรเป็นอะไร รู้ตัวเองถึงความถนัด
	7	- ในช่วงแรกก็รู้สึกที่อยู่เหมือนกัน มันเริ่มตัดความคิดที่ไม่ดีออกไป แต่ตอนที่รู้ว่าต้องไปแสดง มันก็ยังรู้สึกกังวล เพราะเพื่อนไม่ค่อยรู้ในส่วนที่เราต้องการสื่ออะไร หรือต้องการจะพูดอะไร ไม่เข้าใจความรู้สึก
	8	- แต่หลังจากจบละครไปแล้ว ทำให้รู้ว่าข้อเสียของเราคือการคิดมากเกินไป ทำให้ต้องปรับความคิดตัวเอง เริ่มกล้าที่จะเต้น กล้าแสดงออก เช่นในวันกีฬา รู้สึกว่าตนเองเต็มทีมาก
6	1	- กิจกรรมวงกลมไว้ใจ ในช่วงตอนแรก ทำให้เปลี่ยนแปลง มีสมาธิมากขึ้น เวลาฟรีเซนต์ สามารถทำให้เรามองออกไปได้ - กิจกรรมวงกลมไว้ใจ ตอนแรกก็รู้สึกเฉย ๆ เพราะปกติเป็นคนที่ไม่ค่อยเก็บความลับเท่าไร แต่พอได้ทำกิจกรรมนี้ ทำให้มั่นใจว่าสิ่งที่เราพูดไปมันจะอยู่ในวงกลมนี้แหละ
	2	- มีสมาธิมากขึ้น เวล่านำเสนองาน ใจกว้างรู้จักการเดินโพกัส
	3	- ได้อินเนอร์กลับไป มีสมาธิเพิ่มขึ้นจากการไล่ระดับอารมณ์
	4	- แก้อัปเดตใจ ช่วยให้เราได้ระบายในสิ่งที่เราไม่ค่อยอยากจะพูดออกไป
	5	- การดันสดมันเหมือนกับการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ช่วยทำให้เราแก้ปัญหาได้อย่างรวดเร็ว
	6	- ผมรู้สึกว่ากิจกรรมนี้ไม่ค่อยได้อะไร มันเหมือนการดันสด
	7	- วันที่แสดง ก็รู้สึกแปลก ๆ เราก็คิดว่าเราเป็นแบบนี้จริง ๆ

	8	- ทำให้ผมกล้าแสดงออกขึ้น หลัก ๆ ที่นำไปใช้บ่อย ๆ คือ การเดินโพกัส
7	1	- กิจกรรมเดินโพกัสในครั้งแรกเลย ไม่มีสมาธิ ไม่มีโพกัสเลย แต่ถ้าได้ฝึกบ่อย ๆ เราสามารถประยุกต์ในชีวิตประจำวัน พอมีจุดโพกัสก็ทำให้สำเร็จขึ้นมาได้ - กิจกรรมวงกลมไว้วใจ ทำให้ผมเชื่อใจเพื่อนในวงมากขึ้น ไว้วใจ พูดคุยได้ทุกเรื่อง ได้ความรักที่แน่นขึ้น
	2	- กล้าพูด กล้าแสดงออก ความคิดเห็นทั้งในห้อง ที่ประชุม หรือที่ต่าง ๆ มากขึ้น
	3	- จากกิจกรรม HIP HAP HOP ทำให้ฝึกการตัดสินใจที่เด็ดขาด ฝึกการตัดสินใจได้ดี
	4	- จากกิจกรรมเขาวงกต ทำให้เราเชื่อเพื่อนมากยิ่งขึ้น ซึ่งนำมาใช้ในการทำงาน ทำให้เราเชื่อว่าเพื่อนจะทำมันได้ - ส่วนกิจกรรม แก้อีแปดใจ ทำให้เราเชื่อใจ สบายใจ ในวงกลมไว้วใจมากขึ้น
	5	- การดันสดทำให้เราฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ไม่ว่าจะเป็นการนำเสนอ หรือการทำงานอย่างอื่นอีกมากมาย
	6	- กิจกรรมอนุสาวรีย์ทำให้ผมรู้ว่าเราต้องคิดให้ไว แบ่งหน้าที่ของเพื่อนในการทำงานในแต่ละอย่าง
	7	- ก่อนขึ้นเวทีก็มีการแบ่งงาน แบ่งหน้าที่กัน และผมเชื่อใจเพื่อนกว่าเมื่อก่อนมาก การแสดงต้องดี ราบรื่น การฝึกการใช้ความมั่นใจในโรงเรียนมันดีมากเลย
	8	- ทำให้เราเพิ่มความมั่นใจมาก ในการแสดงความคิดเห็น การทำกิจกรรมต่าง ๆ ในโรงเรียน การทำงานเป็น Team work ทำให้เราเชื่อใจเพื่อนมาก ๆ
8	1	- การเดินโพกัสสำหรับผมสามารถเอาไปใช้ในชีวิตจริงได้ เหมือนการทำงานที่ต้องโพกัสไปที่ข้างหน้า เป้าหมาย ไม่สนใจสิ่งรอบข้าง ทำให้เราทำงานเสร็จไวขึ้น - ความไว้วใจที่เพื่อนจะมีให้กัน ทำให้เรากล้าบอกเรื่องที่เราไม่กล้าพูดให้คนอื่นฟังได้
	2	- ผมกล้าคุยกับคนอื่นมากขึ้น ไม่ใช่แค่เพื่อนในห้อง เพื่อนในกลุ่ม ผมกล้าคุยกับรุ่นน้อง รุ่นพี่ มันทำให้ผมมีความมั่นใจขึ้น

	3	- สำหรับผมก็คือกิจกรรม HIP HAP HOP ทำให้ชีวิตเปลี่ยนไป ก็คือ การแก้ไขอุปสรรคที่อยู่ข้างหน้า เหมือนตอนเล่นเกม
	4	- กิจกรรมขับรถ ผมเป็นรถ เราต้องหลับตาและเดิน ทำให้ผมต้องเชื่อใจเพื่อนที่เป็นคนขับรถ ตอนแรกผมก็เกร็ง แต่รอบสองผมก็เชื่อมั่นในเพื่อนว่าจะไม่พาผมชนกับสิ่งรอบข้าง - ส่วน แก้อัปเดตใจ ทำให้ผมกล้าพูดในสิ่งที่ไม่มั่นใจ ทำให้เราได้ระบายในสิ่งที่เราไม่มั่นใจ
	5	- การตัดสินใจทำให้ผมฝึกแก้ปัญหาไปเรื่อย ๆ
	6	- อนุสาวรีย์ทำให้ผมรู้จักคำว่า Team work มันคือการแบ่งงาน เชื่อมั่นว่าเพื่อนต้องทำได้ และทำส่วนเราให้ดีที่สุด
	7	- ผมได้ขึ้นไปแสดงละคร ทำผิดพลาดด้วย ทำต่อหน้าคนเป็นพัน แต่ได้กำลังใจมาทำให้กล้าที่จะขึ้นบนเวที หลังจากวันนั้น ทำให้ผมไม่กลัวที่จะต้องพูดอะไรอีกเลย
	8	- รู้สึกว่าตัวเองอยากทำงานกับคนอื่นมากขึ้น อยากทำทุกอย่างเลย ตอนนี้อยากลองเป็นหัวหน้าพี่บ้านในค่ายคณิตศาสตร์ ถึงยังไม่ดี แต่ก็พยายามครับ
9	1	- การเดินโพกัสทำให้ผมมีจุดสนใจมากยิ่งขึ้น ทำให้ผมเป็นคนที่มีจุดโพกัสเป็นของตนเอง ทำให้เดินเรื่องราวไปถึงเส้นชัย มันทำให้ผมเป็นคนที่ทำงานเป็นระบบ จบทีเดียว ไม่ติดขัด ต่อเนื่อง - วงกลมไว้ใจทำให้เรารู้สึกว่าเราเป็นคนทีกล้าออกความคิดเห็น กล้าแสดงความคิดเห็นกับทุกอย่าง ปกติผมเป็นคนไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นเท่าไร วงกลมไว้ใจทำให้ผมเป็นคนพูดตรง ๆ มากยิ่งขึ้น และ เปิดเผยสิ่งที่ไม่ค่อยได้พูดกับใครสักเท่าไร ทำให้ผมไว้ใจทุกคนในวงกลมมาก ๆ
	2	- ผมกล้าที่จะเปิดเผยหรือเล่าเรื่องราวในการทำงานหลาย ๆ อย่างได้ดีขึ้น มีจุดสนใจในการทำสิ่ง ๆ หนึ่ง ไม่ว่าจะเรื่องเล็ก ๆ หรือ เรื่อง ใหญ่ ๆ
	3	- การรับส่งทำให้เรา ได้ติดต่อสื่อสารร่วมกัน ส่งสารกับเพื่อนได้ดียิ่งขึ้น - ส่วนกิจกรรม HIP HAP HOP ทำให้ฝึกการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีมาก ๆ
	4	- การขับรถ มันเหมือนทำให้เราได้ไว้ใจคนอื่นมากขึ้น เพราะถ้าเราไม่เชื่อใจมันก็จะออกมาแยะ

		- ส่วนกิจกรรม แก้อัปเดตใจ มันทำให้ผมได้เปิดใจ เปิดเรื่องราวที่ไม่เคยบอกใครมาก่อน ทำให้เรารู้สึกโล่ง สบายใจมากยิ่งขึ้น
	5	- กิจกรรมต้นสด ทำให้ผมแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีมาก ๆ จากการเล่นละคร ทำให้ผมคิดอะไรเร็วขึ้น และแก้ปัญหาได้ดีมาก ๆ
	6	- การทำอนุสาวรีย์ คือทำให้เราทำงานเป็น Team work ทำงานเป็นระบบ ทำงานกับคนในหมู่่มาก ไว้ใจคนอื่น รู้ตำแหน่งของตัวเอง ว่าถนัดอะไร ทำให้ทำงานเป็นกลุ่มได้ดียิ่งขึ้น
	7	- หลังจากแสดงละคร ตอนแรกก็คิดว่าเป็นเบื้องหลัง แต่สุดท้ายก็ต้องแสดง ได้บทที่ไม่เป็นตัวเองมาก ๆ ตื่นเต้นมาก ต้องเปลี่ยนความคิดใหม่ พอเปลี่ยนได้ก็เลยไม่อาย ทำได้ หลังจากนั้นก็มีคนมาล้อบ้าง แต่คนรู้จักเราเยอะขึ้น ถือว่าได้แสดงความกล้าสูงสุด จากนั้นก็กลายเป็นกล้ามาก
	8	- ทำงานโดยที่เราไม่จุดที่ต้องสนใจมากขึ้น เป็นระบบ ไม่สมาธิสั้น ไม่ต้องงาน ได้รับความกล้า ความไวใจ สิ่งต่าง ๆ ที่ไม่คาดคิดมาก่อน
10	1	- การเดินโพกัส ช่วยให้เราสมาธิมากขึ้น นำไปใช้ในชีวิตได้ เพราะเป็นคนใช้เวลาเดินไปไหน จะสนใจรอบข้างมากกว่าที่จะมุ่งหน้าไปหาสิ่งนั้น ทำให้มีสติมากขึ้นหลังจากที่เดินโพกัส เมื่อเอาไปใช้แล้ว มีสติสมาธิมากขึ้น - การที่ทำกิจกรรมวงกลมไวใจ ทำให้เรากล้าพูดกล้าแสดงออก ปกติเป็นคนไม่ค่อยพูด พอเข้ามาทำกิจกรรมนี้ ทำให้เป็นคนกล้าพูดมากขึ้น และเริ่มเป็นคนที่แสดงความคิดเห็นมากขึ้น ถือว่ากิจกรรมนี้ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น
	2	- ทำให้คิดอะไรก่อนพูด ไม่ค่อยสนใจสิ่งรอบข้าง สนใจสิ่งที่เราต้องการจะโพกัส มัน กล้าพูดมากขึ้น มีอะไรก็พูดออกมาเลย
	3	- ช่วยทำให้คิดอะไรแล้วทำทันที คิดและทำ มีไหวพริบในการแก้ปัญหาสิ่งต่าง ๆ ได้
	4	- การขับรถ ทำให้การทำงาน เราไวใจเพื่อน ให้เพื่อนทำงานกลุ่ม ให้เพื่อนทำบ้าง ไม่ใช่เราทำคนเดียว - ส่วน แก้อัปเดตใจ เป็นกิจกรรมที่ทำให้เรากล้าบอกคนอื่นว่า เรารู้สึกอะไรอยู่ข้างในบอกเรื่องราวความลับไปกับคนอื่น ไวใจคนอื่น เค้จะไม่นำเรื่องนี้ไปเล่าให้คนอื่นฟัง



5	- ช่วยทำให้แก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าได้ ช่วยเราใช้สมองคิด ในการที่จะแก้ปัญหาไปเรื่อย ๆ แก้ปัญหาได้
6	- ทำให้เราได้ทำงานเป็นระบบ มีการแบ่งงานมากขึ้น แบ่งหน้าที่ ว่าใครต้องทำอะไร มีขั้นตอนอย่างไร มี Team work และไวใจเพื่อน
7	- ทำงานเป็นระบบมากขึ้น ทำอะไรก่อนหลัง วางแผน แบ่งงาน สุดท้ายงานก็ออกมาดี ารไวใจคนอื่น แต่อาจจะยังไม่มาก เพราะยังไม่ค่อยรู้ แต่ก็ไวใจมากขึ้น
8	- จากที่ไม่แสดงออกกับเพื่อน ตอนนั้นก็พูด เกือบบ้าแล้ว และจากคนที่ไม่เคยพูด ก็ทำให้เราเป็นคนพูด และเป็นคนที่กล้าบอกคนอื่นว่าอะไรไม่ถูก ช่วยให้เรา มีภาวะผู้นำมากขึ้น สรุปรวม ๆ ก็คือเปลี่ยนไปเยอะ



สิ่งที่เปลี่ยนไปหลังเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

สิ่งที่เพื่อนมอง... นัท...

ตัวเล็กแค  
ใจดี  
คนดี  
ใจดี  
ใจดี


กล้าพูด กล้าเล่น

- กล้าที่ออกมาดูขำเขิน, กล้าแสดงออกมา และ มีความเป็นตัวเองที่เห็นได้อย่างเด่นชัด

- มีเพื่อนไป 14 คนเองนั่น กล้าแสดงออก

- มีเพื่อนเยอะขึ้น มีรอยยิ้มมากกว่าแต่ก่อน ☺

- หักเงินคนที่กล้าแสดงออกมาให้รางวัลมากกว่าตอนแรกทำใจกล้าแสดงออก - ชวดเลข: พัน กล้าเริ่ม ออกัน ๙๙

**กล้าแสดงออกขึ้นมาก ๆ กล้าคุย**  
**เปิดใจให้เพื่อนนี้ ต่อไปนะ N+ **

ห้ทักก็พูดเฟ้นเสียงดังทำเสียงแล้ว ยังกล้าแสดงออกมากขึ้น



รู้ใจ  
รู้ใจ  
รู้ใจ  
รู้ใจ  
รู้ใจ  
รู้ใจ  
รู้ใจ  
รู้ใจ

รู้ใจ 



ฉันขอมมี

ฉันในใจอยากมีเป็นคนที่มีความมั่นใจ  
สามารถมีความคิดของตัวเอง และตัดสินใจ  
สามารถทำอะไรก็ได้ในหน้าที่การ  
และมีความกล้าหาญ

Be a B

ฉลาด

กิจกรรมที่ทำให้น่าสนใจมีความรู้ที่ได้อีก  
กิจกรรมอันยอดเยี่ยมที่น่าทำในช่วง  
มีความกล้าหาญและความคิดสร้างสรรค์  
สิ่ง ๆ แลดูเป็นสิ่งที่

Smart

ฉันมีเพื่อน

ฉันมีเพื่อนที่คอยช่วยเหลือ  
มาก ๆ เป็นคนที่คอยช่วยเหลือ  
เมื่อฉันทำอะไรไม่ได้และเมื่อ  
ฉันทำอะไรไม่ได้ก็คอยช่วยเหลือ  
ฉันมีเพื่อนที่คอยช่วยเหลือ



ฉันมีเพื่อนที่คอยช่วยเหลือ  
ฉันมีเพื่อนที่คอยช่วยเหลือ  
ฉันมีเพื่อนที่คอยช่วยเหลือ  
ฉันมีเพื่อนที่คอยช่วยเหลือ

สิ่งที่เพื่อนมอง... มาโค...

เล่นในใจกับ กล้าแสดงออกมากกว่าคนอื่น

พจนานุกรม มีคำในใจในตัวเอง  
9.1. 2.

เป็นคนที่สามารถคุยกับคนอื่นได้ ทำอะไรอย่างอื่นได้บ้าง  
กล้าแสดงออกขึ้นมาก ๆ เวที กล้าพูดขึ้น แต่  
คงกลัวไปว่าคนอื่นจะใจเย็น ๆ เท่านั้น นิดเดียว

ลึกลับ วิเศษ ใจดี คน 18+  
แต่ ความมั่นใจ เด็ดขาด  
พอได้ จะวิ่ง จะเดิน จะวิ่ง  
เร็ว

มาร์คก็ เป็นคนที่  
พูดได้ชัดขึ้น และ ก็ชอบคุยใน  
การแข่ง

พ่อขี้ไต  
หรือไม่ว่าง

ตอนแรก มาร์ค ตอนนั้น อายุ 18 ปี  
แต่พอมาคุย กับ 4 คน คือ 18 ปี 18 ปี 18 ปี  
0 ปี 18 ปี 18 ปี 18 ปี 18 ปี 18 ปี

มาร์คอยู่ด้วยแล้วไม่คิดจะทำอะไรได้บ้าง  
การใช้ความโรจโรจที่มีอยู่ในตัวแสดงออกมา  
ในกันอีกนั้น

สวัสดี กล้าแสดงออก ... ผู้รู้... อันนี้คือคนที่...  
เป็นคนที่... ก็แรกเจอแล้วก็จะขำพอมาร์คแรกก็ขำแล้วตอนคุยต่อๆ ไปมารู้ๆ 555

ฉันมีเพื่อน

เป็นคนที่ไม่กล้าคุยหรือทักทาง

คนแปลกหน้า



เป็นคนที่ไม่กล้าคุยหน้า

น้องหรือที่คุยตามเอง:



เป็นคนที่ไม่สบายตาเป็นส่วนใหญ่

ได้



ป๊อ

จับส่งท่ง เป็นคนเก่งจะตายจริง  
และเป็นคนดี หรือจะตายมันใจเมือง  
จากตัวจริงคนเก่งแต่ใจแคบหน้าทาง



ถ้าก็แอบคิดก็ยอมรับไว้  
ขอกลับใจ

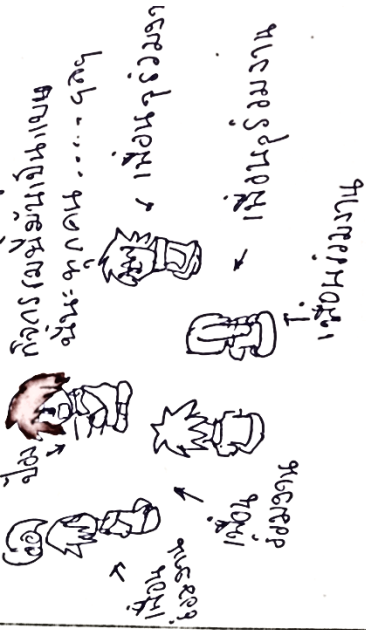
กินรวมหารโรงเรือน ป้อ สด  
เอต



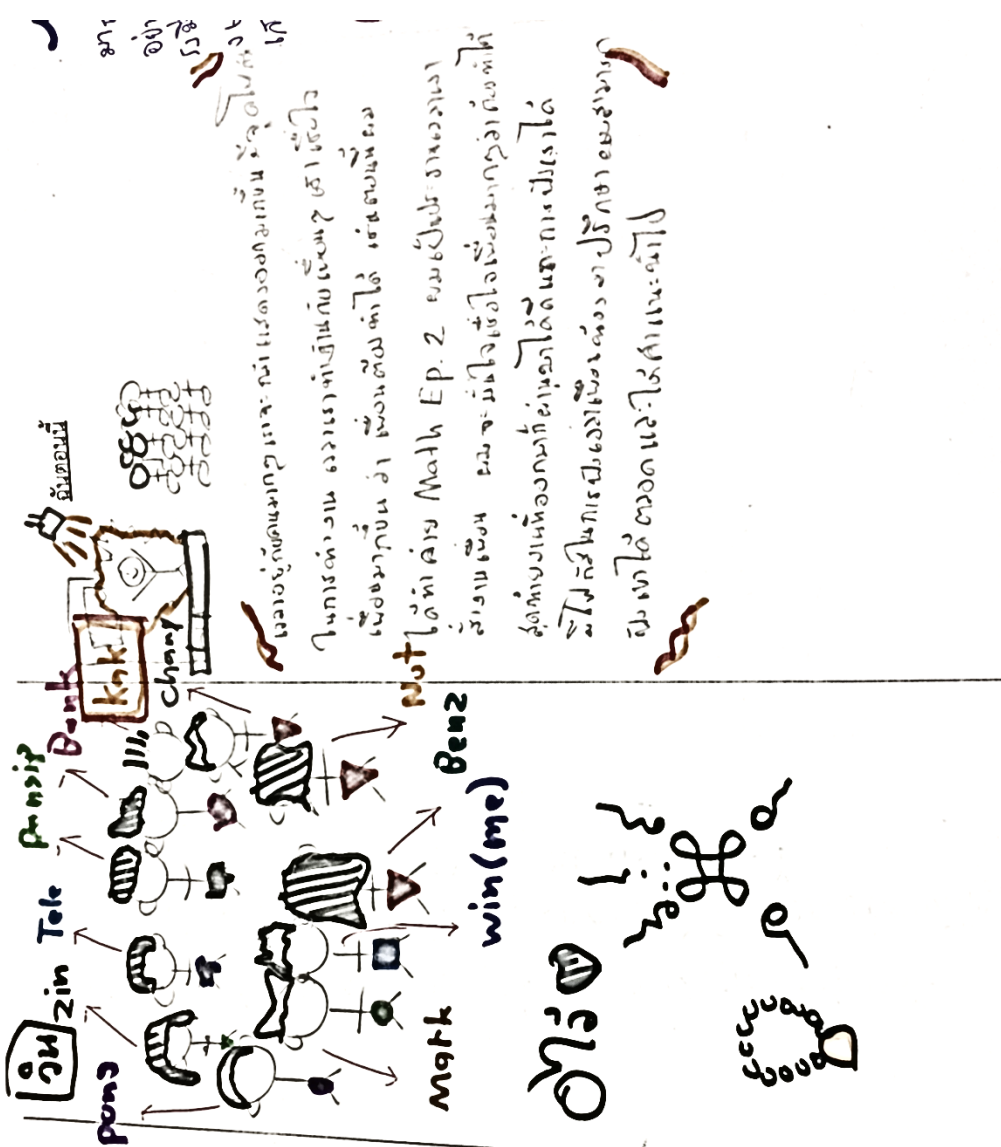
ฉันขอเป็น  
เป็นคนที่ไม่กล้าคุยกับคนที่ไม่ใช่  
ไปทักสิ...  
ไอ้จ้



สามารถคุยได้แบบ = ลงบงบง  
ไปไปคุยทักต่อคนอื่น



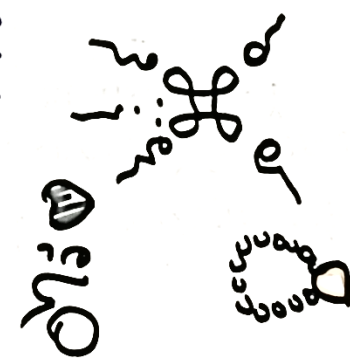




การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน

การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน

การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน  
 การที่จะทำอะไรก็ตาม เราต้องมีความรู้ก่อน





สิ่งที่เพื่อนมอง... Win

สิ่งที่เพื่อนมอง Win คือ วิญญาณที่สิงสถิตย์ในร่างที่แข็งแรง

วันขึ้นตบตี ตอนแรกก็พอ... แต่พอวันได้เข้าร่วม เริ่มโต เริ่มทำตัวคน...  
จนโตสุด... ความเป็นมา... ความสำเร็จ...  
วันนั้น... ความสำเร็จ... ความสำเร็จ...

ดูเป็นคนปกติที่สุดละ ไม่มากไปและไม่น้อยไป ดูเป็นผู้เป็นคนมาก

แสดง ความ เด่นชัด ทางด้านบุคคลิกได้ ออกมาอย่าง เด่นชัดมากขึ้น

เงินเงินผู้หนึ่งก็ได้อีก เงินเพื่อนที่คอยให้ กำลังใจคอยช่วยเหลือ  
Win ความสำเร็จ กล้าแสดงออกต่อคนหมู่มาก ๙-๑

ขอบคุณมากที่ช่วย  
ให้ความช่วยเหลือ  
และกำลังใจ  
ให้ผมได้เป็นคน  
ที่ประสบความสำเร็จ

ดูเด่น ผู้ที่ฉลาดขึ้น

อย่าง (เห็น) ได้ชัด...  
ดูโต เช่น ผู้ใหญ่...  
รู้ มี (เห็น) ใจ

ฉันขอเป็น  
 ตัวผมใน ตอนนั้น ฉันก็ได้รู้ความหมายของความรัก  
 อย่างพอดี - ใจมากไป ใจน้อยไป แต่สิ่งที่ต้องการ  
 อย่างพอดี ฉันมีทั้ง การที่ใจผู้ชาย เหวี่ยงเหวี่ยง  
 อย่างจริงจังกับใจผมมันซับซ้อนทำให้มันซับซ้อน  
 ก็ให้สิ่งกลับมาก และทำ ๆ ตัวผมกลับใจ อ. แกร่ง  
 ๗.๗.๗๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐

เกิด  
 การที่เป็นไปทั้ง  
 ๗.๗.๗๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐

ฉันขอเป็น  
 ตัวผมเมื่อกล่าวเป็นไม่ได้เป็นคน  
 ที่มีความหมาย ใจ ในสถานสูงมากจะ  
 ว่าไม่เลย ก็ไป ใจแต่ที่ว่ามากพอ  
 ๗.๗.๗๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐  
 กจ: ๗.๗.๗๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐  
 ขอเสียมาก ๆ ใจ มากคือ ๗.๗.๗๐  
 ๗.๑๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐ ๗.๑๐

สิ่งที่เพื่อนมองไปก็

ตอนแรกใครได้เป็นคนที่ถูกมอง ใจบ่นๆ ใจกลุ้มๆ แต่พอมีคนมาบอกแบบนี้นั้น  
แต่ต้องยอมรับว่า ได้มอง มุมมองที่ไม่คาดคิด อีกรุ่นพี่ ให้ได้  
สอนแล้วแล้ว ได้ฝึกไม่ได้อ่านหนังสือมา อ่านก็ยากแล้วด้วย ใจบ่นๆ ก็อ่านแล้ว  
ออกมากันนะ

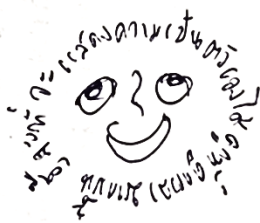
การเดินแบบเดิม แต่กลับมากัน ~~อีก~~

แต่ก็กล้า แสดง ออก มาก ขึ้น แล้วกล้าเข้าไปหาคนอื่นมากขึ้น

ใจสู้ ใจ มากๆ ใจ กล้ากว่าใจอื่น อู๋ อู๋ อู๋ อู๋

แต่ก็เป็นคนที่ ช่างใจมากกว่า แสดง ออก ขึ้น มา หัด น้อย ทำใจเพื่อน  
ตามดูๆ ได้ด้วย ๙๙๙๙ ๐๐ ๑ ๑

แถม  
ใจสู้ ใจ มากๆ ใจ กล้ากว่าใจอื่น อู๋ อู๋ อู๋ อู๋



ฉันชอบมี

มีตราบเท่าที่มีเงิน หากยังมีรักแล้วและชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี  
แต่เพียงอย่างเดียวก่อน เราเริ่มแก้ไขปัญหานี้ไป  
ทุกตัวที่เคียด จะไม่ยอมฟังเพลงเศร้าเด็ดขาด แล้ว  
มันมาฟังเพลงที่ตัวเองฟังไปเรื่อยๆ และ เมื่อเราอยู่กับ  
ที่นั่น เราก็จะไม่คิดถึงใครคนอื่นเลย เราจึงกล้าในใจ  
หลังจากปัญหาที่เราคิด

CHANYEOL!

เบนซ์ < Benz >

- รู้จักว่ารถเบนซ์ → รู้จักเบนซ์
- วงกลมหัวใจ → สลักทองหัวใจในขณะแต่ง
- นอนตาย → นอนหลับอย่างมีความสุขได้ตลอด

อื่น >

- การเดิน cover กับเพื่อน
- หิ้งเพลงที่ตัวเองฟังไม่ออก
- หนีไปดูลงของตัวเรา

ฉันมีเพื่อน

เป็นคนที่ซุกซน ขี้ตลก ขี้เกียจ คือมาก  
ตื่นแต่เช้า ไม่กลัวแดดร้อน ผลักที่อกจะ  
คุยกับใคร ก็กลัวเขาไม่ชอบ ใครจะอดความ  
คิดว่าเป็น เขาก็ได้แต่บอกเรา ไม่มีใครคิด  
เรื่อง ทั้งจริงจังจากพูดมาไม่ได้ และบอก  
ด้วยสัมผัสส่วนตัวเรายังรักคือ โลกนี้มี  
ไว้สูง จนคนอื่นไม่อดทนจะคุยด้วย  
เลยเริ่มรู้สึกเจ็บปวด และเศร้าที่สุด

สิ่งที่เพื่อนมอง... เบนซ์

- มีความกล้าที่จะ แสดงออกใน หลายเรื่องมารวมกัน  
ทางที่ไม่เคยออกความเห็น

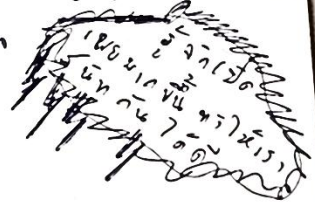
- พูดเยอะ คุยกันเอง ชอบไปเที่ยว รวนรื่น

เป็นคนที่ไม่รีบร้อนของคน แต่พอมีคนแกล้งอะไรก็ทำตัวโวยวาย  
ตอนเด็กๆ รู้จักกันตัวแรก ๑๗

### มิตรกว่าแต่ตาออกขี้ไม่อาจรู้จุดตัวไปซะ



เบนซ์ก็กล้าแสดงออกมากขึ้น ดีมากขมาเพื่อน  
พูดได้ชัดเจน



ใจดี และพูดมาทำกิจกรรม

ก็กล้าแสดงออกใน มาทำ ในระดับ  
หนึ่ง ถือว่า เบนซ์ ดีใจมาก

60% ไม่ค่อย ชาติแท้

ไม่คนดีทั้ง ๖

เจอแรกเพื่อนคนนั้น มี ๑ เป็นคนเร็วรอบคอบแต่คนรอบข้างไม่เข้าใจ  
ความใจดีของเขา พูดมาทั้งนี้ ก็ไม่เข้าใจ ชอบไปเที่ยวไปเที่ยว



๒๕๕ - ๒๕๕๕ = ๓๐

สิ่งที่เพื่อนมอง... แสงมณี

มีศตวรรษที่ ๑๑ ออกมาตั้งแต่เรื่องอารมณ์ของ...  
 กาแดงไม่ได้  
 ทลิ่งแล้วออก (มีเรื่องไปเขียนเรื่อง)

# มีความกลัวมากขึ้นแต่เขาเวลาหนึ่งอันหนึ่ง ตัวไวเย็นดูมากกว่านี้ หิดนิน น้ ้ว

สิ่งที่ผมมอง  
 ๒๕๕๕  
 ๒๕๕๕  
 ๒๕๕๕  
 ๒๕๕๕  
 ๒๕๕๕

ปีแรกที่ ๑๙๐ ตัน mon ๒๕๕๕ ว่างออก ๑๒๗ ใน...  
 ...  
 ...  
 ...  
 ...  
 ...

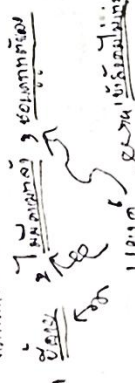
ก่อนอื่นว่าที่น ๕๕ มีคนเล่นเรื่องนี้เยอะ...  
 ...

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

- ใช้เป็น... ๒๐

สิ่งมีชีวิตอื่น

มนุษย์คน หนึ่ง อาจไปพบใน...  
ของมนุษย์คน หนึ่ง...  
และ...  
นอกจากนี้...  
มนุษย์คน หนึ่ง...  
นอกจากนี้...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...



มนุษย์คน หนึ่ง  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...

แบงก์ Bank

๑. ธนาคาร...  
๒. ...  
๓. ...

๓. ...

สิ่งมีชีวิตอื่น

มนุษย์คน หนึ่ง...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...  
ลักษณะ...

METC  
มนุษย์คน หนึ่ง...





5/14/21

คุณสมบัติ

- เป็นคนที่ดูเป็นคนดีมากๆ, เป็นคนที่
- มีจิตใจดี, เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี
- เป็นคนที่มีจิตใจดี, เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี
- ใจดีกับทุกคน
- เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี
- ดูดีกับทุกคน

- เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี

- เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี

- เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี, เป็นคนที่ดูดี



การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ



บันทึก

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

การคิดและการจำ : การคิดและการจำ



การคิดและการจำ : การคิดและการจำ

สิ่งที่เพื่อนมอง... พี่น

เป็นคนใจดีมากนั้น เป็นคนรอบคอบอารมณ์ดีนั้น ☺

อารมณ์ก็คล้ายๆ กันนะ แต่ดีกว่าเดิม

~~อารมณ์~~ อารมณ์ ดีแล้วนิสัยดี น่ากว่าเดิมมาก ๆ ๑-๑

เกินได้พี่นั้น (คิดมากเหมือนเดิม) หลับหลังสั้นๆ

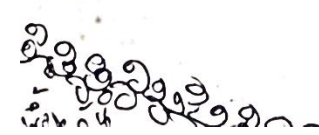
กลัวว่าใจดีใจมากจนเกินไป มีความมั่นใจใจมากกว่าเดิม  
ชอบสั้นๆ สบายใจคือดีมากจริงๆ

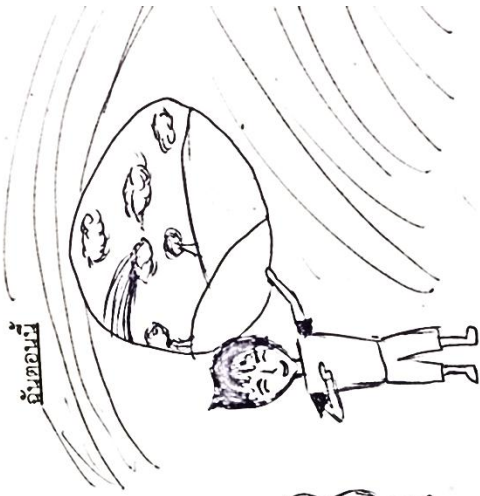
ปลัดที่ใจดีจริงๆ คิดทำอะไรก็ไม่น่ากลัวใจอีกได้ เป็นคนทำได้ดีกว่า  
ไม่ต้องห่วงอะไรเหมือน ก่อนแล้ว ๑-๑

**คิดได้ใจขึ้น โทษขึ้น การแสดงออกขึ้นด้วย  
ง้อแล้ว SORRY ได้ป่าว?**

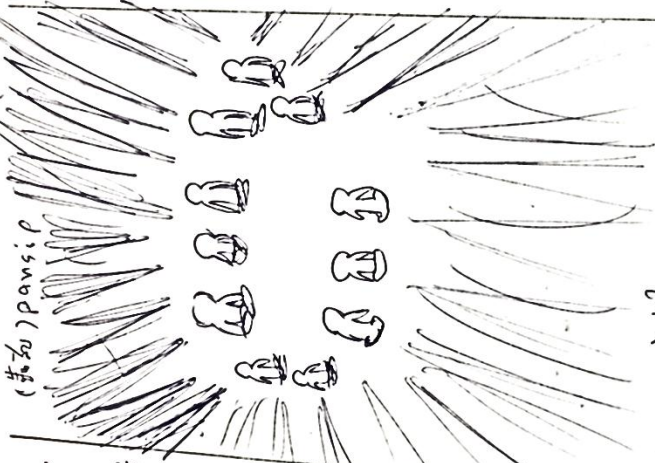
หรือนัก การหยุดๆ ไปลงที่ พี่นั้น หยุดการพูด :๗๗๗๗๗๗ ๕๕

๖๖ หยุดทุกทีน ๖๖ ๑-๐

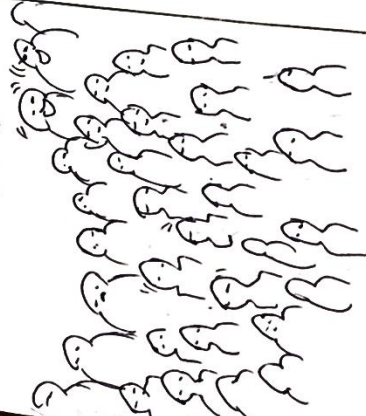




၂၀၁၅ ခုနှစ် ဝါးလမ်းပေါ်တွင်  
 ကမ္ဘာ့ပတ်ဝန်းကျင်  
 ကာကွယ်ရေးအဖွဲ့သည်



(ကမ္ဘာ့ပတ်ဝန်းကျင်)



สิ่งที่เพื่อนมอง... ปี ๕๑

ฉันเห็นหัวใจของคนที่ไม่ได้รักกัน เป็นการควบคุมอารมณ์ของสองฝ่าย

ฉัน ลืม เป็น คน ที่ 14020-1402 ในฉบับ ๗๗ ปี ๑๐๗ ชื่อคือเป็น ๑๐๗... ๑๕๕๐๖๐... ที่มีการ...  
๐๐๗ ๑๗๗๕ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐ ๑๕๕๐๖๐

ดีใจ... ผู้เขียน

ฉันใจดี การควบคุมอารมณ์ตัวเองได้ดีขึ้น รับทราบแล้วเวที... จั๊วจ๊าจ๊า

ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น แต่ชอบแกล้งเพื่อนที่ไม่มีทางสู้

ควบคุม อารมณ์ และ โธษะวาทในการ พูดถึงคนอื่นมาเรื่อยๆ

เป็นที่ปรึกษาที่ไร้ขีดจำกัด ของโลกใบนี้เองที่คนอื่นไม่มอง

มีหัวใจ คือน้ำตาที่ความสูงชันสูงมากทำก่อนหน้า ๕๕๕๕ แต่คงจะมี  
comment หัวใจในเพื่อนร่วมทาง ๕-๑

**ความมั่นใจเกินไปนิดนึง... บุกสูดอากาศ  
ผู้ร่วมทาง... ขุดลงหมอน... แกล้งการ  
กล้าแกล้งอวกาศทุกจุด**

(1) ผลการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่อยู่ในสถานสงเคราะห์

**คนที่ 1**

**สิ่งที่ครุมอง**

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	1	ขี้อายมาก ใช้เวลาคิดเยอะมาก ก่อนที่จะพูดในแต่ละครั้ง และเป็นคนที่พูดไม่ชัด
ครั้งที่ 2	5	พูดเยอะขึ้นมาก พูดได้ดีกว่าครั้งก่อน
ครั้งที่ 3	3	พูดน้อยลง อาจเป็นเพราะวันนี้คนมาเยอะ
ครั้งที่ 4	13	กล้าที่จะทำกิจกรรมในตอนแรก แต่พอได้เล่นกิจกรรมแล้ว กลับเป็นผู้นำที่ดี น่าสนใจมาก ๆ เมื่อมีการตั้งคำถาม มักจะเป็นผู้ตอบที่ดีและกล้าพูดกว่าทุกครั้ง แสดงอาการลังเลน้อยลงก่อนที่จะพูด
ครั้งที่ 5	14	กล้าพูดมากขึ้น ไม่ลังเลแล้ว
ครั้งที่ 6	19	สนุกสนานกับกิจกรรมดี เก่งขึ้นมาก
ครั้งที่ 7	19	กล้าพูดกล้าคุยมาก
ครั้งที่ 8	18	ดูเป็นคนปกติ ไม่เขินอาย กล้าพูด กล้าถาม

**สิ่งที่เพื่อนมอง**

- เพื่อนคนที่ 1 : กล้าคุยกับหนูมากขึ้น ชอบเกรงใจ
- เพื่อนคนที่ 2 : มีความกล้าแสดงก็มากอยู่ แต่ไม่ค่อยกล้าเล่นกับเพื่อนบางส่วน
- เพื่อนคนที่ 3 : ชอบทำหน้าตาโหดร้ายใส่พวกหนู พวกหนูกลัวมาก แต่ตอนนี้ดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : เป็นคนที่แสดงออกมากขึ้นและไม่จู้จี้กว่าเดิม
- เพื่อนคนที่ 5 : กล้าแสดงออกมากขึ้นนะ กล้าที่จะทำในสิ่งที่อยากทำ
- เพื่อนคนที่ 6 : กล้าทำ แต่ขี้มหน่อยนะ
- เพื่อนคนที่ 7 : กล้าแสดงออกมากขึ้นขอให้เป็นอย่างนี้ต่อไปนะ
- เพื่อนคนที่ 8 : กล้าพูด กล้าแสดงออกมากขึ้น มีความมั่นใจมากขึ้นนะ
- เพื่อนคนที่ 9 : กล้าแสดงออกมากขึ้น แต่กล้าแสดงมากกว่านี้นะ
- เพื่อนคนที่ 10 : ดีใจที่มั่นใจขึ้นมาก ดีใจมากจริง ๆ

### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- จากภาพที่วาด เป็นรูปเด็กผู้หญิงที่หน้าหนึ่ง หน้าเศร้า

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- การได้นำเอาจุดโฟกัสและการเดินไปใช้ เลยทำให้เปลี่ยนจากคนเดิม เป็นกล้ามากขึ้น

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่กล้ามากขึ้น กล้าแสดงออก เริ่มเป็นคนที่มีชีวิตชีวามากขึ้น กล้าคิดกล้าทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ และจากภาพเป็นภาพเด็กผู้หญิงที่ยิ้ม ยิ้ม ดูสดใสกว่าตอนแรก
- ตั้งแต่วันแรกหนูรู้สึกว่าคุณเองยังไม่กล้าพูดกล้าแสดง พอ 2-3 วัน หนูก็เริ่มรู้สึกว่าคุณกล้าแสดงละคร สิ่งที่ทำให้หนูนั้นกล้าพูดกล้าแสดง คือการที่ได้เล่นกิจกรรม singing world และแสดงละคร และได้ทำในสิ่งที่หนูชอบ หนูก็อยากฝึกการกล้าพูดกล้าแสดง ความเปลี่ยนแปลงคือเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นค่ะ

### คนที่ 2

#### สิ่งที่ครูมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	1	พูดช้า พูดเบา ข้าอายมาก แต่สามารถตอบคำถามได้ เมื่อถามคำถามที่ให้ทั้งวงช่วยกันตอบ
ครั้งที่ 2	4	กล้าพูดมากขึ้น
ครั้งที่ 3	5	พูดน้อยลง แต่พูดเร็วขึ้น คิดเร็วขึ้น
ครั้งที่ 4	8	กล้าพูดกล้าอธิบาย กล้าทำกิจกรรมมากขึ้น
ครั้งที่ 5	7	พูดเบา โดยเฉพาะตอนเล่น HOT-SEAT เพราะเล่าเรื่องทำให้ตัวเองขาดความเชื่อมั่นในตนเอง แล้วก็ร้องไห้ด้วย
ครั้งที่ 6	20	วันนี้แสดงได้ดีมาก พูดเก่งขึ้นมาก เหมือนคนเดิมหายไป
ครั้งที่ 7	17	พูดเสียงดังฟังชัด ต่างกับวันแรกที่เจอมาก
ครั้งที่ 8	18	กล้าคุย กล้าเล่น ทักทายคนอื่น แกล้งคนอื่น

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

เพื่อนคนที่ 1 : จากคนที่นิสัยไม่ดี กลับมาเป็นคนที่ดี สู้ ๆ นะ

เพื่อนคนที่ 2 : ใจดีกว่าเดิม แต่งตัวเป็นมากขึ้น ยิ้มมากขึ้น

เพื่อนคนที่ 3 : กวนขึ้นมาก พูดเยอะขึ้น แล้วก็กล้าพูด กล้าแสดงออกมากขึ้น เห็นออกไปร่วมกิจกรรมหน้าเวทีบ่อย ๆ

เพื่อนคนที่ 4 : กล้าแสดงออกขึ้นนะ

- เพื่อนคนที่ 5 : กวนขึ้นมาก แต่กล้าแสดงออกมากกว่านี้ดิฉัน  
 เพื่อนคนที่ 6 : กวนมากขึ้น พุดมากขึ้น กล้าแสดงออกมากขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 7 : กล้าพุดมากขึ้น กล้าแสดงออก กินจุ  
 เพื่อนคนที่ 8 : ตอนแรกพุดน้อยมาก แต่ตอนนี้พุดมาก ๆ  
 เพื่อนคนที่ 9 : ยิ้มน้อยสิ อย่าทำตัวไม่ดี  
 เพื่อนคนที่ 10 : กล้ามาก

### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ฉันทึไม่ค่อยกล้าแสดงออก พร้อมกับภาพเด็กหน้าบึ้ง

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟก๊สตามอาชีพที่ชอบ(ถนัด)
- กิจกรรมเขาวงกต
- กิจกรรมระเบิดลง

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ฉันทึกล้าที่จะแสดงมากขึ้น พร้อมกับภาพเด็กผู้หญิงยิ้ม
- ตั้งแต่วันแรกหนูอายุกับการต้องพุดชื่อตัวเอง อายุกับการถูกสัมภาษณ์ การเดินไฟก๊ส ทำให้หนูมีสมาธิมากขึ้น การเดินไฟก๊สอาชีพทำให้หนูได้เลียนแบบอาชีพนั้น ๆ การเล่น HIP HAP ในวงก็ทำให้หนูมีความเชื่อมั่นในการพุด การแสดงออก มีส่วนร่วมในการเล่น การพุดไม่/มานี้ ก็ทำให้หนูกล้าแสดงออกทำทางที่แบบว่าหนูไม่เคยทำมาก่อน ทำให้หนูเข้าใจว่าการเล่นหนึ่งเป็นแบบนี้ ความเปลี่ยนแปลงภาพรวม ตั้งแต่วันแรกหนูเป็นคนขี้อาย แต่วันนี้หนูมีความมั่นใจมากขึ้น กล้าแสดงออกอย่างเป็นทางการ

### คนที่ 3

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	-	-
ครั้งที่ 2	-	-
ครั้งที่ 3	15	เป็นเด็กที่มาใหม่ แต่ดูร่าเริง บางครั้งก็ทำเพื่อนคนอื่นสมาธิหลุดไปบ้าง อาจเป็นเพราะยังไม่ทราบถึงแนวทางการร่วมกิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิในการสรุปกิจกรรมและแลกเปลี่ยนพุดคุย



ครั้งที่ 4	13	เป็นคนที่ตื่นตัวตลอดเวลา เป็นคนที่น่าสนใจ แต่การขาดไปใน 2 ครั้งแรก ทำให้ไม่เข้าใจในสิ่งที่เพื่อนปฏิบัติ จึงมีการทบทวนบางกิจกรรมใหม่ เช่นการเดินไฟกัส
ครั้งที่ 5	19	ดูชอบกิจกรรมมาก ๆ ไม่เคยแสดงเป็นพิธีกรมาก่อน แต่ก็สามารถทำได้ดี
ครั้งที่ 6	20	สนุกสนานกับการแสดงละครมาก
ครั้งที่ 7	20	พร้อมที่จะทำในสิ่งต่าง ๆ มาก
ครั้งที่ 8	19	กล้าพูด กล้าถาม

### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : เป็นคนที่กล้าแสดงออก กล้าทำกล้าพูด  
เพื่อนคนที่ 2 : กล้าพูดขึ้น กล้าแสดงออกหน่อย ๆ  
เพื่อนคนที่ 3 : กล้าเล่นกับพวกเพื่อน  
เพื่อนคนที่ 4 : เป็นคนตัวดำแต่นิสัยก็ดีแต่ไม่ดีเสมอต้นเสมอปลาย  
เพื่อนคนที่ 5 : กล้าแสดงออกมากขึ้น และชอบคุยกับคนตรงข้ามด้วย ดีแล้วนะ  
เพื่อนคนที่ 6 : ทำตัวดีขึ้น ชอบช่วยเหลือ  
เพื่อนคนที่ 7 : มีความกล้าดีทุกอย่าง ยกเว้น สีผิว  
เพื่อนคนที่ 8 : กวนมากขึ้น พูดมาก ๆ ชอบหาเรื่องคนอื่น ชอบแกล้ง  
เพื่อนคนที่ 9 : กวนมากขึ้น กล้าแสดงออกมากขึ้น พูดมาก  
เพื่อนคนที่ 10 : น่ารักเสมอต้นเสมอปลาย

### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนขี้อาย ไม่กล้าแสดงออก พร้อมทั้งภาพผู้หญิงเรียบร้อย

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟกัส เพราะทำให้มีสมาธิในการทำกิจกรรมต่าง ๆ
- กิจกรรมการแสดงละคร เพราะทำให้มั่นใจในการแสดงออก

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ชอบแสดงออก กล้าในสิ่งที่อยากทำ พร้อมทั้งภาพผู้หญิงหัวเราะ
- วันแรกที่เจอ พี่สอนให้หนูได้รู้จักกับการเดินไฟกัส หรือจุดไฟกัส พาเล่นเกมมากมายที่สร้างความมั่นใจหลายอย่าง เช่น singing world ลูกบอลหรรษา ไม่/มานี่ การเดินเลียนแบบท่าทาง การเล่นเกม ซึ่งทำให้มั่นใจและกล้าในสิ่งที่ตัวเองอยากทำ และได้สร้างความมั่นใจให้กับตัวเองมากขึ้น และได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และสิ่งที่ไม่เคยทำ ไม่เคยเป็น หนูขอบคุณที่มาเติมความมั่นใจ

**คนที่ 4****สิ่งที่ครมอง**

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	6	ดูเขินอาย ไม่กล้าทำกิจกรรมมากนักเมื่อต้องทำเพียงลำพัง แต่พอทำกิจกรรมกลุ่ม ก็สามารถทำได้ดี
ครั้งที่ 2	9	วันนี้กล้าพูดมาก ๆ รู้ปัญหาของตนเองเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเอง และพยายามปรับแก้ไข
ครั้งที่ 3	10	วันนี้ไม่ค่อยแสดงออกมาก อาจเป็นเพราะเพื่อนเยอะขึ้น
ครั้งที่ 4	17	พูดมากกว่าครั้งที่แล้ว กล้าทำกิจกรรมต่าง ๆ และทำเป็นคนแรก ๆ บ่อยครั้ง
ครั้งที่ 5	11	วันนี้ไม่กล้าทำอะไรมาก เพราะมีคนที่ทำให้ตนเองเสียความเชื่อมั่นมาด้วย
ครั้งที่ 6	20	สนุกสนานมากกับการทำกิจกรรม ถือว่าทำได้เต็มที่
ครั้งที่ 7	20	หลังจากได้ปรับความเข้าใจกับน้องตัวเอง ก็กลายเป็นคนที่พูดมาก และเล่นกับน้องของตนเองมาก ๆ ด้วย ต่างจากตอนแรกโดยสิ้นเชิง
ครั้งที่ 8	19	มาด้วยอารมณ์แจ่มใส สนุกสนาน กล้าถาม กล้าตอบ

**สิ่งที่เพื่อนมอง**

- เพื่อนคนที่ 1 : กล้ามากขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 2 : กล้าแสดงออก กล้าทำ  
 เพื่อนคนที่ 3 : กล้าแสดงออก แต่ไม่ค่อยอยู่  
 เพื่อนคนที่ 4 : สวย นิสัยดี น่ารัก กล้าแสดงออกให้มาก ๆ นะ สู้ ๆ  
 เพื่อนคนที่ 5 : เป็นคนที่เรื่องมากเล็กน้อย แต่รวม ๆ แล้ว ก็น่ารักดี  
 เพื่อนคนที่ 6 : กล้าพูดเยอะกว่าเดิม  
 เพื่อนคนที่ 7 : กล้าพูดมากขึ้น กล้าแสดงออกมากขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 8 : เป็นคนดีแล้ว  
 เพื่อนคนที่ 9 : เธอเป็นคนที่ไม่เหมือนใคร กล้า  
 เพื่อนคนที่ 10 : พูดมากขึ้นกว่าเดิม กล้าแสดงออก โดยเฉพาะตอนต้น

**สิ่งที่ตนเองมอง**

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เมื่อก่อนฉันเป็นคนไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ไม่กล้าพูด ฉันไม่กล้าทำอะไรเลย ฉันอายตัวเองมากที่เป็นคนไม่กล้าทำอะไรหลาย ๆ อย่าง ทั้งที่อยากจะทำ อยากจะพูด อยากจะกล้าแสดงออกมากกว่านี้ พร้อมทั้งวาดภาพผู้หญิงหน้าเศร้า

### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟฟ้า เพราะมันสามารถช่วยให้ฉันสนใจกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง และนี่เป็นสาเหตุที่ทำให้ฉันเปลี่ยนแปลง

### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ฉันเป็นคนร่าเริงมากขึ้น ฉันกล้าที่จะพูดในสิ่งที่ดี และกล้าแสดงออกมากขึ้น บางทีฉันก็มีความสุขที่ฉันกล้าแสดงออก ได้ทำในสิ่งที่ดี พร้อมทั้งวาดหาผู้หญิงยิ้ม แล้วพูดกับตัวเองว่า ฉันกล้า ฉันกล้าแสดง
- ตั้งแต่วันแรกที่ได้เรียนก็รู้สึกไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นและไม่กล้าแสดงออก แต่พอได้เรียนรู้ก็รู้สึกสนุก มีความสุข และสร้างความเชื่อมั่นได้หลายอย่างเช่น การเดินไฟฟ้า ทำให้หนูมีสมาธิมากขึ้น การสร้างเรื่องราวจากคำที่กำหนด สามารถทำให้หนูกล้าคิด กล้าเขียนเรื่องออก แล้วทำให้เพื่อนมีความสุข การแสดงละครต่าง ๆ หนูทำให้กล้าแสดง กล้าพูด กล้าทำท่าทางต่าง ๆ และการเล่าเรื่องที่ทำให้เราเสียความเชื่อมั่นเหมือนเราได้พูดและเพื่อนก็ให้ความคิดเห็นก็ทำตาม นับจากวันนั้นถึงวันนี้ หนูมีความเชื่อมั่นมากขึ้น

### คนที่ 5

#### สิ่งที่ครูมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	5	เป็นคนขี้อาย ยิ้มไปพูดไป เขิน ไม่ค่อยกล้าแสดงออก
ครั้งที่ 2	13	มีสมาธิ จดจ่อกับกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 3	13	วันนี้นิ่งมาก
ครั้งที่ 4	14	ปกติจะเป็นคนนิ่ง แต่พอได้เล่าเรื่องที่ทำให้ตนเองเสียความเชื่อมั่นแล้ว ดูเหมือนว่า การระบายที่แสดงออกมานั้น เป็นสิ่งที่น่าสนใจมาก
ครั้งที่ 5	17	กล้าพูดมากขึ้น
ครั้งที่ 6	16	กล้าแสดงมากขึ้น และดูพยายามที่จะพัฒนาตนเอง
ครั้งที่ 7	18	กล้าพูด กล้าทำ
ครั้งที่ 8	18	ยิ้มแย้ม ไม่แสดงอาการเขินอาย เวลาตอบคำถาม

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : กล้าแสดง กล้าพูด กล้าทำ กล้าเล่น
- เพื่อนคนที่ 2 : พูดมากขึ้นเยอะเลย หลังจากเมื่อก่อนพูดมากกว่าอยู่แล้ว และกล้าแสดงออกมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 3 : พูดมากขึ้น แต่ยังขี้อายอยู่ แต่ก็ดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : กล้าพูดกล้าแสดงมากขึ้น แรงมาก
- เพื่อนคนที่ 5 : กล้าแสดง กล้าพูด เดี่ยวนี้พูดมากขึ้น

- เพื่อนคนที่ 6 : กล้าพูด กล้าแสดงออก  
 เพื่อนคนที่ 7 : พูดมากขึ้นแล้ว ยิ้มเยาะขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 8 : กล้าแสดงออก กล้าพูดกับคนอื่น  
 เพื่อนคนที่ 9 : กล้าแสดงกว่านี้ พวกเราจะเป็นกำลังใจให้  
 เพื่อนคนที่ 10 : กล้ามาก

### สิ่งที่ตนเองมอง

#### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนไม่ค่อยคุย เหมือนจะดู
- ถ้าไม่ใช่คนสนิท จะไม่ค่อยด้วย
- เรียนงัดด้วยนะ
- ไม่ค่อยยุ่งกับคนอื่น
- แต่งตัวไม่ค่อยดี
- มองโลกสวยเวลาที่อยู่คนเดียว
- ชอบร้องเพลงเวลาที่อยู่คนเดียว
- พร้อมทั้งวาดรูปผู้หญิงที่ดูนิ่ง ๆ

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟก๊ส
- การที่ได้อยู่กับเพื่อนมากขึ้น
- การทำกิจกรรมร่วมกัน

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- คุยมากขึ้น
- ชอบอยู่กับเพื่อน
- ชอบคุยกับคุณครู
- ชอบตอบคำถามมากขึ้น
- พร้อมทั้งวาดรูปผู้หญิงที่สดใส
- ตั้งแต่แรกที่ได้ทำกิจกรรม มาจนถึงทุกวันนี้ หนูได้เรียนเกี่ยวกับสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวมากมาย และอยู่ไกลจากตัวเรา ทั้งหมดที่ได้เรียนรู้คือ การรู้จักมีสติ มีความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มมากขึ้น ทำให้รู้จักการแสดง การมีจุดไฟก๊ส การเลียนแบบท่าทางสัตว์/อาชีพ หรือแม้กระทั่ง เล่นกิจกรรมต่าง ๆ มากมาย ทำให้หนูได้เรียนรู้ กล้ายอมรับในสิ่งที่ถูก/ผิด กล้าที่จะแสดงออกมาทั้งท่าทาง อารมณ์ การสื่อสารมากมาย ช่วยทำให้หนูเชื่อมั่นมากขึ้น และจากการที่ได้ร้องไห้เมื่อครั้งนั้น ก็ทำให้หนูรู้สึกไม่อยากจะร้องไห้อีก สิ่งที่เปลี่ยนไปตั้งแต่วันแรกจนถึงวันนี้ หนูรู้สึกมีความมั่นใจมากขึ้น กล้าทำ กล้าแสดงออกโดยที่ไม่ตื่นเต้นมากกว่าเดิม และ

รู้จักสิ่งที่ดี ๆ ที่พี่ก๊กทำมาสอนให้กับหนู นี่เป็นสิ่งที่ทำให้หนูรู้สึกพอใจ ในกิจกรรมต่าง ๆ การสอนของพี่ก๊กดีมากค่ะ เป็นกันเองมาก ๆ จึงทำให้กล้าแสดงออก กล้าทำ กล้าที่จะคิด กล้าที่จะบอกกับทุกคนค่ะ ขอขอบคุณค่ะ

## คนที่ 6

### สิ่งที่คร่อมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	15	ดูเป็นคนร่าเริง พร้อมที่จะทำกิจกรรม แต่สมาธิหลุดง่ายมาก
ครั้งที่ 2	16	ดูนิ่งขึ้น สมาธิหลุดน้อยลง
ครั้งที่ 3	16	สมาธิดีขึ้นมาก
ครั้งที่ 4	15	สมาธิดีขึ้นอีก กล้าพูดกว่าที่เคยเป็นมา
ครั้งที่ 5	20	วันนี้ทำกิจกรรมได้เต็มที่มาก
ครั้งที่ 6	12	วันนี้เสียความเชื่อมั่นในตนเองเพราะเพื่อนไม่เชื่อในความคิดของตัวเอง
ครั้งที่ 7	20	วันนี้กลับมาเป็นคนเดิมแล้ว เพราะหลังจากคราวที่แล้ว ก็มี การขอโทษซึ่งกันและกัน คุยกันด้วยเหตุผล
ครั้งที่ 8	19	กล้าถาม ขวนเล่นตลอด ดูร่าเริง

### สิ่งที่เพื่อนมอง

เพื่อนคนที่ 1 : มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น เริ่มมีกวนมากขึ้น

เพื่อนคนที่ 2 : เปลี่ยนจากคนไม่ดีมาเป็นคนดี

เพื่อนคนที่ 3 : ช่วยเหลือมากขึ้น และจริงจัง

เพื่อนคนที่ 4 : กล้ามากเธอ

เพื่อนคนที่ 5 : กวนมาก แล้วก็อายบ้าง แต่กล้าแสดงออก กล้าทำแล้วยังเป็นเรื่องกินนี้ไม่ยอมใครเลย

เพื่อนคนที่ 6 : บอกคำเดียวเลยว่า กล้ามาก

เพื่อนคนที่ 7 : กล้าแสดงออก กล้าพูด

เพื่อนคนที่ 8 : อายบ้างแต่ก็กล้าแสดงมากขึ้นนะ เวลาพูดก็เห็นใจคนอื่นมากขึ้น

เพื่อนคนที่ 9 : ไม่รู้แต่กล้า

เพื่อนคนที่ 10 : เป็นคนที่น่ารักตั้งแต่แรกเลย

### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่ร่าเริงเล็กน้อย สดใสไม่มาก กล้าแสดงออกไม่เท่าไร ยิ้มบ้าง ไม่ค่อยมีไฟก๊ส พร้อมทั้งวาดภาพผู้หญิงอมยิ้ม

### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมการเดินโพกัส เพราะได้สมาธิ รวมไปถึงกิจกรรมแสดงละคร เพราะในบทเรียนทำให้มีการหัวเราะ

### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ร่างแข็งแรงขึ้น นิดหน่อย สดใสขึ้น เล็กน้อย ยิ้มแย้มกว่าเดิม กล้าแสดงกว่าเดิม เล็กน้อย และมีสมาธิมากขึ้น
- ก็รู้สึกมีความเชื่อมั่นขึ้นค่ะ แล้วก็กล้าแสดง กล้าทำ ถึงจะมีกิจกรรมที่ไม่ชอบบ้าง แต่ก็เล่นได้ดีค่ะ เรากลับมาในสิ่งที่เราเป็น

### คนที่ 7

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	8	ขี้อายมาก ๆ ไม่กล้าพูด แต่เมื่อต้องทำกิจกรรม ก็ทำได้เต็มที่
ครั้งที่ 2	13	กล้าทำกิจกรรมมากขึ้น
ครั้งที่ 3	14	วันนี้ดูเขิน แต่ให้ทำอะไรก็ทำ
ครั้งที่ 4	7	วันนี้ขอไม่ร่วมกิจกรรมแก้ความต้องการ ซึ่งกติกาคือทุกคนต้องแย่งเก้าอี้ที่นั่งมานั่งให้ได้ แต่เธอบอกว่า หนูไม่ได้ต้องการจะนั่ง จึงขอไม่แย่ง ผมจึงตามใจเธอ เพราะคิดว่าเป็นจริง ๆ เธอแสดงความต้องการที่จะไม่นั่งแล้ว จึงควรเคารพการตัดสินใจของเธอ แต่ตอนที่เล่น HOT-SEAT เธอเป็นคนที่ให้คำแนะนำเพื่อนเยอะมาก
ครั้งที่ 5	15	วันนี้กล้าพูดกล้าแสดงตัวตนมากขึ้น
ครั้งที่ 6	10	สมาธิหลุดบ่อย
ครั้งที่ 7	19	วันนี้มีการแสดง เธอทำได้เต็มที่มาก ๆ
ครั้งที่ 8	15	เมื่อถามก็ตอบ ยิ้มแย้ม ดูอารมณ์ดี

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : เริ่มกวนมากขึ้นและกล้าแสดงออกมากขึ้น เป็นคนที่น่ารัก
- เพื่อนคนที่ 2 : ไม่เขินแล้ว รู้สึกว่ามีความมั่นใจมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 3 : มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น พูดมากขึ้น ยิ้มเก่งขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : มีความรักหรือเปล่า ถึงจะเขินอยู่แต่ก็กล้าแสดงออกนะ สู้ต่อไป
- เพื่อนคนที่ 5 : ชอบกวนมากขึ้น แล้วก็พูดเยอะกว่าเดิม ชอบบมยิ้ม
- เพื่อนคนที่ 6 : พูดมากขึ้นแล้วก็ยังมากขึ้นอีก
- เพื่อนคนที่ 7 : เดี่ยวนี้พูดมากกว่าเดิม แต่ก็น่ารักนะ
- เพื่อนคนที่ 8 : จุดโพกัสดี
- เพื่อนคนที่ 9 : น่ารักดี ไม่งอนแล้ว กล้าแสดง แต่เขินเล็กน้อย

เพื่อนคนที่ 10 : กล้าแสดง กล้าคิด ไม่ค่อยพูด

### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่มั่นใจ ไม่กล้า กลัว กลัวทุกอย่าง ไม่มีการแสดงออก ไม่กล้าทำ ไม่กล้าพูด พร้อมทั้งวาดรูปเด็กผู้หญิงอยู่คนเดียว

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมวงกลมไวใจ พร้อมทั้งวาดรูปผู้หญิงที่สวยงามและมีคนข้าง ๆ

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- กล้าแสดง กล้าทำ พร้อมทั้งวาดรูปตัวเองที่กำลังรำกับเพื่อน ๆ
- ความเชื่อมั่นในตนเองดีขึ้นแต่ไม่แหย่กว่าเดิม

### คนที่ 8

#### สิ่งที่ครูมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	19	ดูเป็นผู้ใหญ่ที่สุด กล้าทำกิจกรรม กล้าตอบคำถาม เขินอายบ้างเล็กน้อย
ครั้งที่ 2	19	ทำกิจกรรม ตอบคำถาม สรุปกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 3	20	ดูเป็นผู้ใหญ่ กล้าคิดกล้าทำมากขึ้น
ครั้งที่ 4	16	วันนี้พลังน้อยลง แต่ร่วมกิจกรรมเต็มที่เหมือนเดิม
ครั้งที่ 5	11	วันนี้ดูไม่ค่อยสนุกเท่าไร
ครั้งที่ 6	18	มีความเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น
ครั้งที่ 7	17	ดูเรื่อย ๆ แต่ตอนแสดงก็ทำได้ดี พร้อมทั้งเป็นคนที่ยกนำเสนอความคิดให้กลุ่ม
ครั้งที่ 8	18	ร่าเริง ชวนคุย และให้กำลังใจเพื่อน

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

เพื่อนคนที่ 1 : กล้ามากขึ้นเยอะเลย

เพื่อนคนที่ 2 : มีความกล้าดีนะ ไม่เขินไม่อาย ชอบนะ กล้าดี

เพื่อนคนที่ 3 : กล้าพูดขึ้น กล้าแสดง น่ารัก สวยด้วย

เพื่อนคนที่ 4 : ชอบนะ ชอบที่เขากล้าแสดงออก

เพื่อนคนที่ 5 : กล้าคิด กล้าทำสิ่งที่ตัวเองไม่เคยทำ

เพื่อนคนที่ 6 : กล้าพูดมากขึ้น แล้วก็กล้าแสดงออกด้วย

เพื่อนคนที่ 7 : กล้าพูดกล้าแสดงออก ไม่อาย กล้าทำในสิ่งที่ทำได้

เพื่อนคนที่ 8 : กล้าแสดงมากขึ้น สู้ ๆ นะ

เพื่อนคนที่ 9 : กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าที่จะพูด กล้าที่จะทำ เปลี่ยนตัวเองได้มากเลยนะ

เพื่อนคนที่ 10 : กล้าแสดงออกให้มากขึ้น สู้ ๆ นะ

### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่กล้าแสดงออก พูดน้อย ไม่มั่นใจในตนเอง พร้อมทั้งวาดภาพเด็กผู้หญิงที่หน้าบึ้ง ดูท่าทางซึ่กแล้ว

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟก๊ส เพราะทำให้มีจุดมุ่งหมายในชีวิต รวมทั้งได้เล่นเกมที่ทำให้เรามีความมั่นใจมากขึ้น ได้ทำในสิ่งที่อยากทำ ชอบกิจกรรมต่าง ๆ ที่ได้ทำร่วมกัน

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าพูด กล้าหัวเราะเสียงดัง มีความมั่นใจในตนเอง กล้าทำในสิ่งที่เราอยากทำ
- วันแรกที่เข้ามาก็ไม่รู้ว่าจะสนุกอย่างไร พอทำไปเรื่อย ๆ ก็รู้สึกมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าคิด กล้าทำ กล้าที่จะพูดในสิ่งที่คิดและรู้สึก และได้รู้ว่า เพื่อน ๆ รู้สึกอย่างไร ได้แนะนำสิ่งต่าง ๆ ให้เพื่อน ๆ ได้ไปแก้ไข และรู้สึกว่ามีความเป็นผู้นำมากขึ้น การเป็นผู้นำเริ่มจากเรามั่นใจว่า เพื่อน ๆ เค้าเลือกให้เราเป็น จากนั้นก็รู้สึกมั่นใจมากขึ้น พอเราคิดอะไร แล้วพูดในสิ่งที่เราคิด เพื่อน ๆ ก็มักจะเห็นด้วยกับความคิดของเรา รู้สึกดีใจที่เพื่อน ๆ ยอมรับในตัวเรา สามัคคีกันเมื่ออยู่ในกลุ่ม รู้สึกว่าตนเองมีความเชื่อมั่นมากขึ้น

### คนที่ 9

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	7	ดูนิ่ง ๆ ซื่อๆระดับหนึ่ง
ครั้งที่ 2	13	ความสามารถด้านการแสดงเริ่มถูกแสดงออกมาให้เห็น ตอบคำถามได้น่าสนใจและมีประเด็นในพูดคุยกันต่อ
ครั้งที่ 3	17	ดูเหมาะกับการเป็นนักแสดงมาก เป็นคนเดียวที่สามารถ สื่อสารจากเนื้อความธรรมดา ให้สัมผัสกับอารมณ์ได้
ครั้งที่ 4	12	อธิบายได้ดี จับประเด็นเก่ง
ครั้งที่ 5	14	ติดคำชมมากเกินไป จึงไม่พัฒนาตนเอง ทำให้วันนี้แสดง ออกมาไม่ดีนัก
ครั้งที่ 6	17	พยายามแสดงได้ดี แต่ก็มีบางช่วงที่เอาความคิดของตัวเอง เป็นหลัก ไม่ฟังเพื่อน
ครั้งที่ 7	16	พูดจาชัดเจน มั่นคง



ครั้งที่ 8	19	ตอบคำถาม ตั้งคำถามได้ดี ยิ้มแย้ม
------------	----	----------------------------------

### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : ใจดีมากขึ้น กล้าแสดง กล้าพูดกับผู้อื่น ไม่อาย
- เพื่อนคนที่ 2 : มั่นใจมากขึ้น กล้ามากเวลาพูด เป็นคนที่กล้าทำ
- เพื่อนคนที่ 3 : กล้าแสดงออก
- เพื่อนคนที่ 4 : เป็นคนอารมณ์ขึ้น ๆ ลง ๆ และจริงจัง
- เพื่อนคนที่ 5 : มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 6 : เป็นคนเก่ง และต้องเก่งขึ้นไปอีก
- เพื่อนคนที่ 7 : ชอบพูดมากขึ้น กล้าแสดงออกมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 8 : สวยขึ้น กล้าพูด พูดมากกว่าเดิมเล็กน้อย
- เพื่อนคนที่ 9 : แบ่งปันผู้อื่น
- เพื่อนคนที่ 10 : เก่งอยู่แล้ว แต่ต้องใช้ให้เหมาะกับตนเอง

### สิ่งที่ตนเองมอง

#### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่ค่อยกล้าที่จะแสดงออก พูดไม่ค่อยเก่ง ขี้อาย ไม่มีความมั่นใจในตนเอง พร้อมทั้งวาดภาพเด็กผู้หญิงที่หน้าเศร้า

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟกัส เพราะทำให้เชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น รวมทั้งได้ทำในสิ่งที่เราถนัด
- กิจกรรมการแสดงละคร เพราะมันช่วยให้หนูมีความกล้าที่จะทำอะไรหลาย ๆ อย่าง มากขึ้น

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- กล้าที่จะแสดงออกมากขึ้น กล้าที่จะเป็นผู้นำ กล้าที่จะทำอะไรหลาย ๆ อย่างในสิ่งที่เราไม่เคยทำ และฉันมีความกล้าที่จะเปลี่ยนตัวเองให้ดูดี
- ตั้งแต่วันแรกที่หนูได้เรียนคือการเดินไฟกัสก็ทำให้หนูเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้น กล้าทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ ส่วนวันอื่น ๆ ก็ได้เรียนเกี่ยวกับการสื่อสาร อารมณ์ ท่าทาง การเปลี่ยนแปลง คือทำให้หนูพัฒนาขึ้นจากเมื่อก่อนที่หนูไม่มีความมั่นใจ แต่ตอนนี้หนูมีความมั่นใจคะ ขอขอบคุณครูก๊กคะ

**คนที่ 10****สิ่งที่ครุมอง**

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	14	สดใส ร่าเริง ช่วยเพื่อนเวลาทำกิจกรรม แต่พอถึงตนเอง ไม่สามารถทำได้
ครั้งที่ 2	13	รู้ปัญหาหาตนเอง แต่ก็ยังติดเล่นบ้าง
ครั้งที่ 3	12	วันนี้ดูอแง เหมือนเด็กก้อยากกินขนม
ครั้งที่ 4	15	พูดเก่งขึ้น เมื่อถึงเวลาที่ตนเองต้องลงมือปฏิบัติก็สามารถทำได้โดยไม่ลังเล
ครั้งที่ 5	19	กล้าพูด กล้าทำมากขึ้น
ครั้งที่ 6	16	กล้าเล่นกิจกรรม
ครั้งที่ 7	15	กล้าแสดงออกมากขึ้น
ครั้งที่ 8	18	สามารถพูดคุยได้ปกติ

**สิ่งที่เพื่อนมอง**

- เพื่อนคนที่ 1 : พูดคุยมากขึ้น ไม่อายคนง่ายเหมือนเมื่อก่อน
- เพื่อนคนที่ 2 : กล้าเต้น กล้าพูด กล้าทำ กล้าแสดงออกมากขึ้นเยอะเลย
- เพื่อนคนที่ 3 : กล้าแสดงออก กล้าพูด รักนะ
- เพื่อนคนที่ 4 : เป็นคนกล้าพูดอยู่แล้วหลังจากที่ได้เรียน ก็พูดเก่งกว่าเดิม
- เพื่อนคนที่ 5 : ชอบยิ้ม กล้าแสดงมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 6 : น่ารักขึ้นนะ กล้าแสดงออก ไม่อาย
- เพื่อนคนที่ 7 : กล้าพูดกล้าแสดงออกมากขึ้น น่ารักอยู่แล้ว น่ารักมาก ถ้ากล้ายิ้มมากกว่านี้จะดีมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 8 : กล้าทำทุกอย่าง กล้าเล่นแบบสนุก ๆ อายบ้างแต่ก็มีเล่น
- เพื่อนคนที่ 9 : กล้าพูด กล้าทำ กล้าแสดงออก
- เพื่อนคนที่ 10 : เป็นคนที่กล้าพูดมากขึ้น ขอให้พูดเก่ง ๆ ยิง ๆ ขึ้นไปนะ

**สิ่งที่ตนเองมอง**

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่ชอบเซ็ง ซ้ำกลัว ไม่เชื่อมั่นในตนเอง พร้อมทั้งวาดภาพเด็กผู้หญิงที่ทำหน้าเหวอ

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเขาวงกต เพราะทำให้เกิดความมั่นใจ มีทั้งความเบื่อ ความกลัว กละยังรู้สึกรู้ว่าตัวเองเปลี่ยนแปลง พร้อมทั้งวาดรูปผู้หญิงที่กำลังกางแขนออก

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- รู้สึกว่าตัวเองดีขึ้นและมั่นใจขึ้น พร้อมทั้งวาดภาพเด็กผู้หญิงหน้าตาอึดอัด และมีเสียงเฮ้ ไฮโย โลกใหม่
- ก็รู้สึกมีความกล้าแสดงออกมากขึ้นไม่ว่าจะทำอะไรก็รู้สึกไม่ค่อยอายเหมือนเมื่อก่อน มีสมาธิมากขึ้น ทุก ๆ อย่างที่พี่สอน หนูก็จะนำไปใช้นะคะ ถ้ามีโอกาส

### คนที่ 11

#### สิ่งที่ครูมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	10	ดูนิ่ง ๆ แต่เวลาทำกิจกรรมก็เล่นได้เต็มที่
ครั้งที่ 2	13	จับทางกิจกรรมออก แต่ก็ยังเล่นและตอบคำถามได้ดี
ครั้งที่ 3	13	นิ่งลง เพราะเจอเพื่อนคนอื่นที่แสดงออกมากกว่า ทำให้ตนเองเหมือนถูกลดบทบาทลง
ครั้งที่ 4	-	-
ครั้งที่ 5	16	สรุปกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 6	17	ต่อกับเพื่อนติดบ้าง ไม่ติดบ้าง แต่ก็แสดงได้ดี
ครั้งที่ 7	20	แสดงได้ดี
ครั้งที่ 8	19	พูดชัดถ้อยชัดคำ กล้าถาม กล้าตอบ

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : กล้าทำ กล้าช่วย  
 เพื่อนคนที่ 2 : กล้าพูดมากขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 3 : กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าพูดมากขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 4 : ชอบทำเหมือนดู แต่ก็ใจดี  
 เพื่อนคนที่ 5 : เป็นคนที่ใจดีและนิสัยก็ดี น่ารัก  
 เพื่อนคนที่ 6 : กล้าแสดงออก กล้าเด่นมากขึ้น  
 เพื่อนคนที่ 7 : กล้าพูด กล้าทำ กล้าแสดงออก  
 เพื่อนคนที่ 8 : กล้าแสดงออกมากขึ้น น่ารัก อย่าเขิน เต็มตลอด  
 เพื่อนคนที่ 9 : กล้าพูด กล้าแสดงออกมากกว่าเดิม หัวเราะดังกว่าเดิมด้วย  
 เพื่อนคนที่ 10 : กล้าพูด กล้าแสดงความคิดเห็นกว่าเดิม

#### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่มีความมั่นใจเมื่อคนอื่นพูดไม่ดี
- ไม่กล้าแสดงออก
- เสียความมั่นใจในตนเอง
- ถูกผู้อื่นดูถูกอยู่บ่อยครั้ง พร้อมทั้งวาดภาพผู้หญิงที่ดูเก็บตัว

### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟก๊ส
- การแสดงละครสั้น พร้อมทั้งวาดภาพดอกไม้

### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- มีความเชื่อมั่นในตนเองที่ดี
- กล้าแสดงออก
- ได้ทำในสิ่งที่ไม่กล้าทำ พร้อมทั้งวาดภาพเด็กผู้หญิงที่ยกแขนเด่นอย่าง ร่าเริง
- ตั้งแต่วันแรกรู้สึกกล้าน้อยในการพูดต่อหน้ากล้อง รู้สึกยังไม่กล้าที่จะพบปะกับมัน แต่ตอนนี้หนูพร้อมที่จะเรียนรู้และรู้ไปกับมัน หนูดีใจที่ได้มาสร้างความมั่นใจให้ หนูได้ทุกอย่าง ได้ทุกอย่าง ได้ถึงรสชาติ อารมณ์ ทุกสถานการณ์หนูก็ได้ มีความกล้าที่จะทำ ความมั่นใจในการเลือกขอบคุณค่ะ

### คนที่ 12

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	18	ดูน่ารัก สดใส กล้าทำกิจกรรม
ครั้งที่ 2	-	-
ครั้งที่ 3	18	ดูตั้งใจ ทำกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 4	-	-
ครั้งที่ 5	20	ร่วมกิจกรรมดี กล้าทำมาก ๆ
ครั้งที่ 6	-	-
ครั้งที่ 7	15	ไม่โดดเด่น ให้ทำอะไรก็ทำ
ครั้งที่ 8	17	ตอบคำถามอย่างไม่ลังเล

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- ไม่ได้ร่วมกิจกรรมนี้ เพราะต้องไปธุระกับครอบครัว

#### สิ่งที่ตนเองมอง

### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่ได้ร่วมกิจกรรมนี้ เพราะต้องไปธุระกับครอบครัว

### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมการแสดงละคร

### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- มีความเชื่อมั่นมากขึ้น
- กล้าแสดง ไม่ตื่นเต้น

- ใช้ความเชื่อมั่นจากภายใน
- ตั้งแต่วันแรกที่ได้มาแสดงละครก็รู้สึกที่ตัวเองกล้าแสดงออกมากกว่าเดิม พี่ก็ได้นำเกมต่าง ๆ มาให้เล่นด้วย รู้สึกสนุก และได้เล่าความรู้สึกให้พี่เค้าฟัง และเพื่อน ๆ ก็ได้ฟังกันด้วย ดีใจที่ได้มาแสดงละครกับพี่ก็ค่ะ

### คนที่ 13

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	7	หน้าดูเหวียง แต่ทำกิจกรรมดี ดูไม่ค่อยชอบตอนนั่งสรุปกิจกรรม
ครั้งที่ 2	-	-
ครั้งที่ 3	10	ดูหงุดหงิดง่าย แต่พอลาม ก็ตอบตามปกติ อาจเป็นเพราะหน้าเหวียงแต่ไม่มีอะไร
ครั้งที่ 4	-	-
ครั้งที่ 5	19	กล้าแสดงออกมาก เมื่อให้เล่นละครต้น ถือว่าเล่นได้ดีที่สุดเมื่อเทียบกับเพื่อนคนอื่น
ครั้งที่ 6	15	หน้าเหวียงแต่แสดงได้ดี
ครั้งที่ 7	16	นิ่ง ๆ ไม่โดดเด่นมาก
ครั้งที่ 8	16	สามารถตอบคำถามได้อย่างดี

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- ไม่ได้ร่วมกิจกรรมนี้ เนื่องจากต้องไปต่างจังหวัดหลายวัน

#### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่ได้ร่วมกิจกรรมนี้ เนื่องจากต้องไปต่างจังหวัดหลายวัน

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- ไม่ได้ร่วมกิจกรรมนี้ เนื่องจากต้องไปต่างจังหวัดหลายวัน

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- สามารถแสดงออกทางสีหน้าได้ทางอารมณ์ได้ชัดเจน
- สามารถสร้างความเชื่อมั่นจากภายในได้

(2) ผลการสังเกตพฤติกรรมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนที่ไม่อยู่ในสถานสงเคราะห์

### คนที่ 1

#### สิ่งที่ครุ่นอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	20	ดูเป็นคนที่มีมั่นใจเกินไป ต้องพยายามลดให้น้อยลง
ครั้งที่ 2	17	พูดหลุดประเด็นไปบ้าง เพราะคิดมากไป
ครั้งที่ 3	-	-
ครั้งที่ 4	-	-
ครั้งที่ 5	16	เห็นความแตกต่างเมื่อลดความเชื่อมั่นในตนเองลง ทำให้ฟังผู้อื่นมากขึ้น ทำให้เค้ารู้สึกดีกับการทำงานร่วมกับผู้อื่น
ครั้งที่ 6	17	มองเห็นคุณค่าของคนอื่น แต่ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง ดังนั้น ความเชื่อมั่นที่เขามี น่าจะเป็นของปลอม
ครั้งที่ 7	17	เริ่มพูดน้อยลง ฟังมากขึ้น
ครั้งที่ 8	18	วันนี้เป็นผู้ฟังที่ดี พูดในเวลาที่เหมาะสม คิดน้อยลง

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : มีการควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 2 : กล้าแสดงออก มีเอกลักษณ์ของตนเอง มีความเรื่องมากน้อยลง พูดน้อยลง ฟังมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 3 : มีการควบคุมอารมณ์ตนเองที่ดีขึ้น ระวังอารมณ์ตัวเองดี ขึ้นเล่นมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : ควบคุมอารมณ์และระวังคำพูดในการสื่อสารกับคนอื่นมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 5 : ดีขึ้นเพราะพูดน้อยลง
- เพื่อนคนที่ 6 : ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น แต่ชอบแกล้งเพื่อนที่ไม่มีทางสู้
- เพื่อนคนที่ 7 : เป็นที่ปรึกษาที่ไว้ใจได้ มองโลกในแง่ที่คนอื่นไม่มอง
- เพื่อนคนที่ 8 : เป็นคนที่มีความมุ่งมั่นสูงมากกว่าเมื่อก่อนมาก แต่ก็ยังเป็นคนที่คอยแนะนำที่ดีให้เพื่อนร่วมงาน
- เพื่อนคนที่ 9 : ความมั่นใจเกินไปเล็กน้อย แต่ก็มีความเป็นผู้ใหญ่มาก ๆ พูดน้อยลง แต่ก็มีควมกล้าแสดงออกมาก ๆ

#### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ฉันรู้สึกว่าจะต้องแบกทุกอย่างทั้งภาระ หน้าที่ ความวุ่นวาย และฉันก็บอกตนเองว่า “สบายดี” ทั้งที่จริงแล้ว ฉันร้องไห้ในใจและเริ่มแบกมันไม่ไหว ถึงอย่างนั้นก็ไม่มีใครสนใจ

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมวงกลมไว้ใจ

### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ฉันรู้สึกว่าคุณไม่ได้แบกภาระใด ๆ แล้ว ทั้งภาระ ความวุ่นวาย แต่ว่าฉันแบกความสุขที่พร้อมจะมอบให้คนอื่น

### คนที่ 2

#### สิ่งที่ครุ่นอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	12	ดูเป็นคนกล้าพูดอยู่แล้ว เลยพูดได้ดี ส่วนเรื่องสมาธิ ยังต้องฝึกเพิ่มเติม
ครั้งที่ 2	13	พร้อมที่จะพูดในสิ่งที่เป็นความลับของตนเองมากกว่าครั้งแรก
ครั้งที่ 3	18	กล้าที่จะเล่าทุก ๆ อย่าง ในวงกลมไว้ใจ
ครั้งที่ 4	15	ฟังเพื่อนมากขึ้น ทำกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 5	12	ดูสมาธิหลุด
ครั้งที่ 6	11	หลังจากได้เล่าเรื่องระบายความเจ็บปวดที่ทำให้ตนเองเสียความเชื่อมั่นในตนเอง ก็หวังว่าจะดีขึ้น เพราะสิ่งที่ดูจากแววตาในขณะเล่าเรื่องในวันนี้ ดูเป็นคนเก็บกดมาก ๆ
ครั้งที่ 7	19	กล้าพูด กล้าทำกิจกรรม แววตาที่เคยดูเหมือนต้องคิดอะไรต่าง ๆ นานา ๆ ก็ดูหายไป
ครั้งที่ 8	18	สามารถพูด และอธิบายทุกสิ่งที่ตนคิด รู้สึก ได้อย่างดี

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : เป็นคนยิ้มมากขึ้น เป็นคนควบคุมอารมณ์ดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 2 : อารมณ์ก็คล้าย ๆ เมื่อก่อนแต่ดีกว่าเดิม
- เพื่อนคนที่ 3 : อารมณ์ดีและนิสัยดีมากกว่าเดิมมาก ๆ
- เพื่อนคนที่ 4 : เดินได้ดีขึ้น คิดมากเหมือนเดิม กล้าตัดสินใจ
- เพื่อนคนที่ 5 : กล้าตัดสินใจมากขึ้น มีความมั่นใจมากกว่าเดิม ขยันขึ้น  
สร้างสรรค์มากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 6 : กล้าตัดสินใจที่คิดว่าจะทำให้คนอื่นเสียใจอีกได้ เป็นคนที่เด็ดเดี่ยว  
ไม่ค่อยอารมณ์เสื่อง่ายเหมือนแต่ก่อนแล้ว
- เพื่อนคนที่ 7 : คิดได้ไวขึ้นโหดขึ้น กล้าแสดงออกขึ้นด้วย
- เพื่อนคนที่ 8 : มีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในการพูด และการตัดสินใจ
- เพื่อนคนที่ 9 : เพื่อนกัน ถ้าหนักใจอะไรก็บอกกันได้ เก็บไม่ได้หรือความลับ

#### สิ่งที่ตนเองมอง

### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่ดูเหมือนมีความมั่นใจ เป็นผู้นำ แต่ที่จริงมันไม่ใช่เลย ค่อนข้างขี้อายด้วยซ้ำ เป็นคนไม่กล้าเข้าหาใครก่อน ไม่กล้าพูดเปิดเรื่องกับคนแปลกหน้า
- เป็นคนคิดมาก เครียดง่าย ใจร้อนถึงที่สุด ชอบพูดจากรุนแรง ตรง ๆ
- เป็นคนที่ค่อนข้างหยิ่งพอสมควรกับคนที่ไม่รู้จัก แม้แต่คุณครูและพี่ชาย ไม่ชอบกิจกรรมที่ต้องแสดงออก เพราะเป็นคนขี้อาย เป็นคนที่กลัวไม่โครโฟนมาก ๆ เวลาที่ได้ยินเสียงของตัวเองออกลำโพง
- จะกล้าแสดงออกจริง ๆ เฉพาะกับเพื่อนสนิทในกลุ่มเท่านั้น
- ความสามารถจริง ๆ ไม่มีใครได้รู้เท่าไร เพราะขี้อายมาก ๆ

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินฟ็อกซ์ เพราะทำให้คิดน้อยลง
- กิจกรรมวงกลมไวใจเพราะทำให้เรากล้าคุยกับคนแปลกหน้าเยอะขึ้น
- กิจกรรมไม่/มานี่ เพราะกล้าแสดงอารมณ์ออกมา ทำให้กล้าแสดงออกจริง ๆ
- กิจกรรมแก้ไอ้ความต้องการ เพราะ ทำให้กล้าแสดงออกขึ้น
- กิจกรรมละคร 3 ฉาก เพราะมีความคิดสร้างสรรค์และกล้าแสดงออก
- กิจกรรมอนุสาวรีย์ เพราะกล้าเป็นป้ายรถเมล์ แต่สนุก
- กิจกรรมแสดงละคร เพราะเป็นคนที่ต้องวางแผนทุกอย่างดำเนินเรื่องราว สุดท้ายก็ทำสำเร็จ ออกมาดีมาก พอใจค่ะ
- กิจกรรมปล่อยพลัง(ลูกบอลลม) เพราะกล้าแสดงกับเพื่อนเพื่อส่งอารมณ์กัน

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- กล้าเข้าร่วมโครงการงานวิทยาศาสตร์ กล้าตัดสินใจขึ้นเยอะ กล้าคิดกล้าทำ กล้าแสดงออก เข้าร่วมกิจกรรมทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียนตามโอกาสและช่วงเวลา
- กล้าอาสาทำกิจกรรมและค่ายของกระทรวง กล้าพูดคุยกับคนแปลกหน้าได้อย่างปกติที่สุด มีความคิดที่เป็นแบบแผนขึ้น มีความมั่นใจมากขึ้นแต่ก็ยังไม่มากพอ เลยเริ่มพยายามลงกิจกรรมทุกอย่างที่มี
- ทำให้คิดน้อยลงและมีระบบ ลงมือทำจริง ๆ เฮฮาขึ้น มีอารมณ์ขำมากกว่าแต่ก่อน หยิ่งน้อยลง ถึงจะหยิ่งอยู่บ้างแต่มันก็ดีขึ้น
- อายน้ำลงเมื่ออยู่ต่อหน้าคนเยอะ ๆ ทุกวันนี้พูดมาก และพยายามลดลงอยู่ กลัวเพื่อนรำคาญ



**คนที่ 3**

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	18	คิดมากเหมือนผู้ใหญ่ บางทีก็หลุดประเด็นจากกิจกรรมหรือลงลึกกิจกรรมมาก ๆ จนเพื่อนตามไม่ทัน
ครั้งที่ 2	17	ควบคุมพลังของตัวเองได้ดี ไม่มากเกินไป
ครั้งที่ 3	13	วันนี้ควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ค่อยอยู่ ติดอยู่กับความทรงจำ
ครั้งที่ 4	18	วันนี้รู้สึกไม่โดดเด่น แต่ก็รู้สึกสนุกกับการเป็นผู้นำ
ครั้งที่ 5	-	-
ครั้งที่ 6	19	ดูพร้อมที่จะทำกิจกรรม และแนะนำเพื่อนได้ดี
ครั้งที่ 7	18	กล้าแสดงออก เล่นกิจกรรมได้ดี สรุบได้เป็นประเด็น
ครั้งที่ 8	18	สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างเข้าใจ

**สิ่งที่เพื่อนมอง**

- เพื่อนคนที่ 1 : เธอ มีความเป็นผู้ใหญ่ มีความคิดเป็นของตนเอง
- เพื่อนคนที่ 2 : มีความเป็นผู้ใหญ่ขึ้นกว่าตอนที่เจอ คอยปลอบเพื่อนเมื่อเศร้า แล้วพูดเปรียบเทียบกับตนเองว่าผ่านอะไรมาบ้าง
- เพื่อนคนที่ 3 : มีความมั่นใจเกินไปแต่ก็ดีแล้ว มีความเป็นผู้นำ
- เพื่อนคนที่ 4 : เวลาเล่นก็เล่นได้ เวลาจริงจังก็จริงจังได้
- เพื่อนคนที่ 5 : ชอบแกล้งเพื่อน
- เพื่อนคนที่ 6 : กล้าแสดงออกมากขึ้น ดูเป็นผู้ใหญ่
- เพื่อนคนที่ 7 : ตอนแรกที่เจอดูนิ่ง ๆ หยิง ๆ แต่พอหลัง ๆ เริ่มขี้เล่นมากขึ้น การคุมอารมณ์ถือว่าดี มีความกล้าแสดงออกมาก ๆ
- เพื่อนคนที่ 8 : มั่นใจมาก เป็นผู้ใหญ่มาก ๆ ความคิดดี ไม่มากและไม่น้อยเกินไป
- เพื่อนคนที่ 9 : มีความกล้าลุยกล้าเสี่ยงในทุก ๆ เรื่อง แบบไปไหนไปกัน ให้ความร่วมมือต่อเพื่อนร่วมงานเป็นอย่างดี

**สิ่งที่ตนเองมอง**

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนขี้อาย เวลาไปไหนมาไหนรู้สึกอึดอัด เวลาคนมาพูดอะไรไม่ตีใส่ฉันมักจะเก็บเอาไปคิดมากและคิดอยู่อย่างนั้นตลอด เวลาทำงานไม่ค่อยกล้าจะออกความคิดเห็น เวลาที่มีกิจกรรมอะไร ผมมักจะคิดว่าตัวเองทำไม่ได้ เวลามีคนนำรักมาจีบผมมักจะปฏิเสธ เพราะกลัวจะทำให้เขามีความสุขไม่ได้ คิดว่าคนอื่นอาจจะทำได้ดีกว่าผม
- ผมรู้สึกว่าผมเป็นคนขี้อาย ไม่มีความกล้า ชอบดูถูกตัวเอง เข้าสังคมไม่เก่ง ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น ชอบเอาทุกอย่างมาคิดมาก
- ผมไม่เคยออกไปไหนคนเดียว ถึงไปผมก็ไม่ชอบ เพราะอึดอัด เหมือนผมแค่สายตาคอนอื่น เพราะเวลาผมมองคนอื่นผมมักจะคิดว่าเขามอง

ผมด้วยสายตาแปลก ๆ และผมก็เอามาคิดและจินตนาการไปต่าง ๆ นานา ผมกลัวที่ต้องอยู่กับเพื่อน ชอบอยู่คนเดียวมากกว่า

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินฟ็อกัส ผมคิดว่าอันนี้มันมีความหมายกับผมมาก เวลาผม นำเสนองานอะไร มันทำให้ผมมีสมาธิ อยู่กับตัวเอง ผมสามารถนำเสนองานอย่างมั่นใจ
- กิจกรรมฝึกการสื่อสาร
- กิจกรรมการไต่ระดับ
- กิจกรรมรับ/ส่ง
- กิจกรรมบทบาทสมมติ
- กิจกรรมการแสดง

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ฉันทันทีก่อนที่เคยขี้อาย ไม่มีความกล้าแสดงออก ชอบดูถูกตัวเอง เข้าสังคมไม่เก่ง ไม่ชอบแสดงความคิดเห็น คิดมาก สิ่งทีพู่มาเหล่านี้มัน 90% ฉันทันทีมั่นใจว่าฉันไม่อยู่กับฉันแล้ว

#### คนที่ 4

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	-	-
ครั้งที่ 2	15	พร้อมที่จะเรียนรู้ อธิบายในสิ่งที่ตนเองคิดอย่างไม่ลังเล
ครั้งที่ 3	16	กล้าเล่น กล้าทำมาก
ครั้งที่ 4	14	พยายามร่วมกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 5	14	กล้ามากขึ้น เวลาพูดมีติดขัดบ้าง วันนี้คิดเยอะไปเล็กน้อย
ครั้งที่ 6	16	คิดน้อยลง พูดมากขึ้นกว่าเดิม
ครั้งที่ 7	17	อธิบายมีประเด็น สามารถชวนคุยกับเพื่อนในวงต่อได้
ครั้งที่ 8	16	ไว้วางใจเพื่อนมากขึ้น ฟังมากขึ้น พูดได้ดี

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

เพื่อนคนที่ 1 : มีความกล้าแสดงออกมากขึ้นแต่เรื่องอารมณ์ยังควบคุมตัวเองไม่ได้

เพื่อนคนที่ 2 : มีความกล้ามากขึ้น แต่บางเวลายังอารมณ์ร้อนเกินไป ต้องใจเย็นมากกว่านี้

เพื่อนคนที่ 3 : มีความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงออก

เพื่อนคนที่ 4 : ตอนทำงานร่วมกันครั้งแรกเป็นคนที่เจียบบมาก ๆ แต่ทำกิจกรรมร่วมกัน ก็ทำให้เห็นว่าเป็นคนที่มีความคิดที่ดีมาก ๆ แต่พอเธอเข้าร่วมอบรมนี้ เธอก็ก้าวแสดงออกขึ้นเยอะมากเลย เราชอบ

- เพื่อนคนที่ 5 : สิ่ง que เปลี่ยนไปคือกล้าแสดงออกมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 6 : เป็นคนที่เหมือนจะเด็ดเดี่ยวแต่ก็ไม่ได้เรื่องในบางครั้ง ขอให้มีความมั่นใจมากกว่านี้
- เพื่อนคนที่ 7 : ขี้เล่นมากขึ้น มีการเล่นมุข พุดมากขึ้น กล้าแสดงออกและพูดดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 8 : กล้าแสดงออกอยู่แล้วและดีขึ้น รวมทั้งอารมณ์ที่ดีขึ้นด้วย
- เพื่อนคนที่ 9 : สามารถพูดและแสดงความคิดเห็นของตัวเองออกมาได้ดีมาก ๆ

### สิ่งที่ตนเองมอง

#### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนพูดน้อย คิดเยอะ เจ็บ ๆ พุดไม่เก่ง อยู่คนเดียว มองโลกแคบ ไม่มีจุดมุ่งหมายในชีวิต ละเอียดอ่อนทุก ๆ เรื่อง ไม่กล้าคุยกับคนอื่นที่ไม่ใช่เพื่อน ไม่มีสัมพันธ์ไมตรีกับคนรอบข้าง ไม่ฟังความคิดเห็นคนอื่น

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมรวมวงกลมไว้ใจ
- กิจกรรมไม่/มานี้
- กิจกรรมปล่อยพลัง
- กิจกรรมบทบาทสมมติ
- กิจกรรมละคร 3 ฉาก
- กิจกรรมอนุสาวรีย์
- กิจกรรมละครต้นสด
- กิจกรรม HOT-SEAT

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนคิดน้อย พุดเยอะ เฮฮา กล้าแสดงออก มีความมั่นใจมากกว่าเดิม มองโลกกว้าง มีไฟกล้าในการทำงาน มีเป้าหมายชีวิต รู้จักผ่อนคลาย ละเอียดในเรื่องที่ต้องผ่อนคลาย มีสัมพันธ์ไมตรีกับคนรอบข้าง รับฟังความคิดเห็นของคนอื่นมากขึ้น

### คนที่ 5

#### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	10	เป็นคนนิ่ง ๆ แต่พอต้องพุดและอธิบายก็ทำได้ดี
ครั้งที่ 2	14	กล้าทำบ้าง ไม่กล้าทำบ้าง ในแต่ละกิจกรรม
ครั้งที่ 3	16	วันนี้ทำได้ดีขึ้น มีสมาธิหลุดบ้างบางกิจกรรม
ครั้งที่ 4	17	พร้อมที่จะทำกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 5	19	กล้าเล่นมากขึ้น
ครั้งที่ 6	12	วันนี้เฉย ๆ ไม่โดดเด่นมาก

ครั้งที่ 7	18	กล้าพูดกล้าทำมากขึ้นมาก ๆ ดูไม่เหมือนคนเดิม
ครั้งที่ 8	19	สามารถอธิบายสิ่งที่ตนเองรู้สึกได้ อย่างไม่ลังเล

### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : มีความกล้าที่จะแสดงออกในหลายเรื่องมากขึ้น จากที่ไม่เคยออกความคิดเห็น
- เพื่อนคนที่ 2 : พูดเยอะ เป็นกันเอง เชื่อใจได้ ชี้เล่นขึ้น
- เพื่อนคนที่ 3 : เป็นคนเรียบร้อยมาก แต่พอให้แสดงอะไรก็ได้ดีมากกว่ตอนที่รู้จักกันครั้งแรก
- เพื่อนคนที่ 4 : มีความกล้าแสดงออกขึ้น ไม่อาย
- เพื่อนคนที่ 5 : กล้าแสดงออกมากขึ้น พูดได้ดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 6 : ชี้อาย แต่พอมาเข้ากิจกรรมก็กล้าแสดงออกมากขึ้นในระดับหนึ่งถือว่าดีขึ้นนะ
- เพื่อนคนที่ 7 : เจอครั้งแรกเป็นคนพูดน้อย นิ่ง ๆ เป็นคนเรียบร้อยแต่ตอนนี้เธอเปลี่ยนไปแล้ว กล้าแสดงออก พูดมากขึ้น ชี้เล่นมากขึ้น ดูเปลี่ยนไปในทางที่ดี
- เพื่อนคนที่ 8 : รู้จักเปิดเผยมากขึ้น ทำให้เราสนิทกันได้ดี
- เพื่อนคนที่ 9 : มีความคิดที่ดี 60% ไม่ค่อยกลัวแล้ว

### สิ่งที่ตนเองมอง

#### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่ขี้กลัว ชี้อาย ชี้เกียจ คิดมาก ตื่นเต้นง่าย ไม่กล้าแสดงออก เวลาที่อยากจะทำกับใครก็กลัวเขาไม่ชอบ ใครขอความคิดเห็น เราก็ได้แต่บอกว่า ไม่มีความคิดเห็น ทั้งที่จริงอยากพูดแทบตาย และบวกกับนิสัยส่วนตัวของเราด้วย ก็คือโลกส่วนตัวสูง จนคนอื่นไม่อยากจะคุยด้วย เราเลยเริ่มรู้สึกเก็บกดและเศร้าสุด ๆ

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมรู้จักร่างกายตนเอง เพราะทำให้รู้จักตัวเอง
- กิจกรรมวงกลมไว้วใจ เพราะสร้างความไว้วใจในคนรอบข้าง
- กิจกรรมนอนตาย เพราะนึกถึงเรื่องราวเก่า ๆ แล้วได้ปลดปล่อย
- การได้เต้น COVER กับเพื่อน
- นั่งฟังเพลงที่ตัวเองแปลไม่ออก
- หาไอดอลของตัวเอง

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- มีความกล้ามากขึ้น แต่ก็ยังขี้กลัวและคิดมากเหมือนเดิม แต่น้อยลงกว่าเมื่อก่อน เราเริ่มแก้ไขปัญหาเองได้ทุกครั้งที่เคยเครียด จะไม่ยอมฟังเพลงเศร้าเด็ดขาด แล้วหันมาฟังเพลงที่ตัวเองแปลไม่ออก และเมื่อเราอยู่กับ

เพลงที่เราฟัง เราก็จะไม่กลัวกับการอยู่คนเดียว เราจึงกล้าเผชิญหน้ากับปัญหาที่เราเจอ

### คนที่ 6

#### สิ่งที่ครุ่นอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	-	-
ครั้งที่ 2	14	กล้าพูดกล้าทำในสิ่งที่ตนเชื่อ กล้าแสดงความคิดเห็น
ครั้งที่ 3	18	อารมณ์ที่แสดงออกมายังไม่เด่นชัดมากนัก แต่ก็ยังสามารถอธิบายความรู้สึกได้ดี
ครั้งที่ 4	16	มีความพยายามในการทำกิจกรรมอย่างเต็มที่
ครั้งที่ 5	18	แสดงอารมณ์ได้ดีมาก เล่นกิจกรรมแบบเต็มที่มาก ๆ รวมทั้งสามารถอธิบายสิ่งที่ตนเองได้รับจากกิจกรรมอย่างชัดเจน
ครั้งที่ 6	20	เป็นกำลังใจให้เพื่อนได้ดี และคนที่ช่วยให้เพื่อนกล้าทำในสิ่งที่เพื่อนอยากทำได้
ครั้งที่ 7	18	ยังอธิบายได้ดีเช่นเดิม
ครั้งที่ 8	18	สามารถช่วยเพื่อน ให้พูดจับประเด็นได้ดีขึ้น

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : ตอนแรกเป็นคนที่พูดมาก ชี้แจง แต่ก็มีมุมมองต่าง ๆ ที่ไม่เคยเห็น ก็ถือว่าดีขึ้น
- เพื่อนคนที่ 2 : กล้าแสดงออกมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 3 : มีความกล้ามากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : กล้าแสดงออกมากขึ้น และกล้าเข้าหาคนอื่นมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 5 : พูดเยอะขึ้น
- เพื่อนคนที่ 6 : กล้าแสดงออกมากขึ้นนิดหน่อย ทำให้เพื่อนมีความสุขได้ด้วยการกวน
- เพื่อนคนที่ 7 : มีกาะเทศะมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 8 : มีความกล้าแสดงออกมากขึ้นแต่ก็ต้องมีไฟก๊สที่เพิ่มขึ้นด้วย
- เพื่อนคนที่ 9 : กล้าแสดงออกมากขึ้นจากตอนแรก

#### สิ่งที่ตนเองมอง

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่มีความมั่นใจในตนเองสูงมาก จะเรียกว่าไม่มีเลยก็ไม่ใช่ แต่ว่าไม่มากพอที่แสดงต่อหน้าคนมาก ๆ เพราะมือจะสั่น และไม่ค่อยมีสมาธิ

สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินไฟก๊ส

- กิจกรรมวงกลมไวใจ
- กิจกรรมละครต้นสด

หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- มีความมั่นใจมากขึ้นอย่างพอดี ไม่มากเกินไป ไม่น้อยไป แต่มีอีกอย่างที่ได้เพิ่มก็คือการที่ไวใจผู้อื่น แล้วก็ยังมียกอย่างหนึ่งก็คือสมาธิของผม ทำให้ผมกล้าที่จะแสดงสิ่งต่าง ๆ ต่อหน้าคนมาก ๆ

## คนที่ 7

### สิ่งที่ครุมอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	19	สื่อสารได้ดี กล้าพูด
ครั้งที่ 2	17	พร้อมที่จะแสดงออกมา มากกว่าครั้งแรก
ครั้งที่ 3	17	แก้ปัญหาได้ดี
ครั้งที่ 4	18	ทำกิจกรรมได้ดี
ครั้งที่ 5	20	ร่วมกิจกรรมได้เต็มที่มาก
ครั้งที่ 6	20	เต็มที่เหมือนเดิม และดูมีความเชื่อมั่นมากขึ้น
ครั้งที่ 7	18	อธิบายได้ดี
ครั้งที่ 8	19	สามารถตั้งคำถาม ที่ทำให้แลกเปลี่ยนพูดคุยกันต่อได้

### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : พูดเก่งขึ้น
- เพื่อนคนที่ 2 : เป็นคนที่ตอนแรกเงิบ ๆ แต่พอได้เข้าร่วมกิจกรรม เริ่มเติบโต เริ่มทำกิจกรรมเยอะขึ้น กล้าแสดงออกแบบดีมาก เราชื่นชมในความสามารถ พูดเก่ง มีความเป็นผู้นำ
- เพื่อนคนที่ 3 : กล้าแสดงออกขึ้นมา ควบคุมอารมณ์ก็ดี รับฟังคนอื่นมากขึ้น ใส่ใจคนอื่นมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : ดูเป็นคนปกติที่สุด ไม่มากเกินไปและไม่น้อยไป ดูเป็นผู้เป็นคนมาก
- เพื่อนคนที่ 5 : แสดงความเด่นชัดทางด้านบุคลิกได้ออกมาอย่างดี
- เพื่อนคนที่ 6 : เป็นผู้นำที่ดีมาก เป็นเพื่อนที่คอยให้กำลังใจ คอยช่วยแก้ปัญหา ล้วงหน้า กล้าแสดงออก
- เพื่อนคนที่ 7 : เฮฮามากกว่าก่อน ใจกว้าง มี
- เพื่อนคนที่ 8 : ความเป็นผู้นำมาก ๆ
- เพื่อนคนที่ 9 : มีความเป็นผู้นำมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด และดูโตเป็นผู้ใหญ่ รู้จักคิด รู้จักแยกแยะ

### สิ่งที่ตนเองมอง

#### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เวลาอยู่กับคนมาก ๆ เราจะไม่มีความมั่นใจ ไม่กล้าทำอะไรเลย และจะคุยไม่รู้เรื่อง การทำงานกับคนหมู่มาก เราจะไม่ค่อยเชื่อใจสักเท่าไร และเป็นคนที่ไม่ค่อยชอบฟัง

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมรวมวงกลมไว้ใจ

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- เวลาอยู่กับคนมาก ๆ เราจะกล้าแสดงออกมากขึ้น มีจุดโฟกัส ในการทำงานเวลาเราทำงานกับเพื่อน ๆ เราเชื่อใจเพื่อนมากขึ้นว่าเพื่อนต้องทำได้ เช่นตอนนี้ผมได้ทำค่ายคณิตศาสตร์ ผมเป็นประธาน เวลาสั่งงานเพื่อน ผมจะมั่นใจ เชื่อใจเพื่อนมาก ๆ ว่าต้องทำได้ สุดท้ายงานที่ออกมาก็ผ่านมาได้ดีและการฟัง เราจะมีโฟกัสในการฟังเวลาเพื่อน น้องมาปรึกษาผม ผมสามารถฟังเขาได้ตลอดและให้คำแนะนำไป

### คนที่ 8

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	-	-
ครั้งที่ 2	13	เป็นคนที่ยพยายามเรียนรู้ และพร้อมที่จะพัฒนาตนเอง ถือว่าทำได้ดีในครั้งแรก
ครั้งที่ 3	17	แสดงอารมณ์ในการแสดงได้ดีมาก
ครั้งที่ 4	15	พยายามอธิบายสิ่งที่ตนเองได้รับได้ดีมากขึ้น
ครั้งที่ 5	17	แสดงได้ดี ทำได้เต็มที่มากขึ้น
ครั้งที่ 6	17	วันนี้เป็นคนที่จะช่วยให้เพื่อนเกิดความเชื่อมั่นในตนเองขึ้นมาได้
ครั้งที่ 7	18	กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นของตนเอง แม้ว่าจะคิดไม่เหมือนคนอื่น
ครั้งที่ 8	17	มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าพูด

### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : มีความมั่นใจมากขึ้น ดูกล้าพูดกล้าคุยกับน้อง
- เพื่อนคนที่ 2 : พูดได้ดีขึ้น ดูเป็นผู้เป็นคนขึ้น
- เพื่อนคนที่ 3 : สิ่งที่เราเห็น ตอนแรกเธอเป็นคนขี้อาย แต่ปัจจุบันก็กล้าแสดงออก แต่ทำไมเวลาคุยกับเราดูไม่ค่อยกล้าในบางครั้ง แต่ก็ถือว่าคุยกันมากขึ้น
- เพื่อนคนที่ 4 : กล้าแสดงออกมากขึ้น แบบมาก ๆ เลย พูดเยอะขึ้น ขี้เล่นมากขึ้น มีการแสดงความคิดเห็นมากขึ้น

- เพื่อนคนที่ 5 : กล้าพูดมากขึ้น แต่อาจจะดูมากเกินไปเล็กน้อย
- เพื่อนคนที่ 6 : มีความกล้าและมีความมั่นใจได้อย่างเด่นชัดเพราะเวลาเข้าหาคนอื่น จะมีความเกร็งน้อยลง
- เพื่อนคนที่ 7 : กล้าพูดกล้าทำ พูดเก่งกว่าเดิม
- เพื่อนคนที่ 8 : ดูเป็นคนที่เปิดเผยมากขึ้น แต่ยังไม่ค่อยทำอะไรได้ตามที่คนอื่นแนะนำ
- เพื่อนคนที่ 9 : กล้าแสดงออกมากขึ้น

### สิ่งที่ตนเองมอง

#### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่ไม่กล้าคุยหรือทักทายคนแปลกหน้า
- เป็นคนที่ไม่กล้าพูดหน้าห้องหรือที่มีคนเยอะ ๆ
- เป็นคนที่ไม่สามารถเป็นผู้นำใครได้

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมรับ/ส่งพลัง เป็นการสร้างความเชื่อใจและเป็นการสร้างความเชื่อมั่นเนื่องจากต้องส่งพลังเราต้องแสดงท่าทาง
- กิจกรรมวงกลมไวใจ
- กิจกรรมแสดงละคร

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่กล้าพูดคุยกับคนที่ไม่สนิท
- กล้าพูดต่อหน้าคนเยอะ ๆ
- สามารถนำผู้อื่นและเอาประสบการณ์ที่ได้ ไปถ่ายทอดต่อคนอื่น

### คนที่ 9

#### สิ่งที่ครุ่นอง

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	11	พูดติดขัด เพราะคิดเยอะ อาจจะต้องคิดน้องลงเพื่อใช้เวลาสื่อสารกับผู้อื่นมากขึ้น
ครั้งที่ 2	18	มีความมั่นใจมากกว่าครั้งแรกมากขึ้น เพราะว่ามีไฟท์ที่ชัดอารมณ์ที่ใช่
ครั้งที่ 3	20	แสดงได้ดีมากขึ้น สื่อสารชัดเจน กล้าที่จะทำตามแบบฝึกหัดที่สร้างขึ้นมาก ๆ
ครั้งที่ 4	20	ตั้งใจในการทำกิจกรรมมาก
ครั้งที่ 5	19	เล่นใหญ่มาก



ครั้งที่ 6	19	ดูมีความเชื่อมั่นในตนเองแล้ว หลังจากนำความรู้บางอย่างไปใช้ในชีวิตซึ่งตรงกับสถานการณ์ที่เค้าต้องนำไปแก้ปัญหาจริง ๆ
ครั้งที่ 7	19	สามารถสื่อสารกับคนอื่นรู้เรื่องแล้ว ไม่พูดวกไปวนมา
ครั้งที่ 8	18	กล้าแสดงออกมา มากจริง ๆ

#### สิ่งที่เพื่อนมอง

- เพื่อนคนที่ 1 : เล่นใหญ่ กล้าแสดงออกมากกว่าเดิม
- เพื่อนคนที่ 2 : มีความมั่นใจในตนเอง
- เพื่อนคนที่ 3 : เป็นคนที่สามารถนำคนได้ กล้าแสดงออกยิ่งกว่าเดิม
- เพื่อนคนที่ 4 : กล้าแสดงออกขึ้นมาก ๆ กล้าพูดขึ้น แต่การทำงานต้องใจเย็น
- เพื่อนคนที่ 5 : มีความมั่นใจเกินร้อย แต่อย่าเกินเหมือนเรา
- เพื่อนคนที่ 6 : เป็นคนที่พูดได้ดีขึ้นและก็มีอารมณ์ในการแสดง
- เพื่อนคนที่ 7 : ตอนแรกเธอดูเป็นคนเจี๊ยบ นิ่ง ๆ แต่พอทำกิจกรรม ก็อลังการมาก แต่ก็กล้าแสดงออก
- เพื่อนคนที่ 8 : อยู่ด้วยแล้วไม่เครียด พาเพื่อนสนุกได้ด้วยการใช้ความเป็นตัวเอง
- เพื่อนคนที่ 9 : เป็นคนดูนิ่ง ๆ ที่แรกที่พบกัน กลัวว่าจะหึง พอมารู้จักก็ยังไม่ค่อยกวนหรือเฮฮา ไป ๆ มา ๆ บ้าเลย

#### สิ่งที่ตนเองมอง

##### ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนที่ขี้อายมาก ๆ
- เป็นคนที่ไม่เคยที่จะเชื่อมั่นในตัวเองเลยแม้แต่คนเดียว เวลาจะทำอะไรต้องมีตัวอย่างก่อนเสมอ
- เมื่อก่อนเป็นคนไม่ค่อยมีความมั่นใจและไม่ค่อยกล้าแสดงออก ไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็นในหลาย ๆ เรื่อง

##### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมการแสดงละคร เพราะเป็นการเปลี่ยนบทบาทตัวเองจากผู้ชายกลายเป็นสาวประเภทสอง

##### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- ปัจจุบัน เป็นคนที่มีความมั่นใจในตนเองสุด ๆ และตอนนี้ฉันก็ได้สามารถลงมือทำในทุกกิจกรรมและมีความกล้าด้วย

**คนที่ 10****สิ่งที่ครุมอง**

คะแนนรวมจากแบบสังเกตพฤติกรรมแสดงความเชื่อมั่นในตนเอง (คะแนนเต็ม 20 คะแนน)

การเข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวม	พฤติกรรมอื่นที่สังเกตได้
ครั้งที่ 1	-	-
ครั้งที่ 2	4	ยังไม่กล้าทำอะไรมากมาย เวลาพูดจะติดคำว่า “ก็” “อืม” “เนี่ย”
ครั้งที่ 3	11	หลังจากกิจกรรม singing world แล้ว ก็สามารถทำกิจกรรมถัดมาได้ดีขึ้นเป็นลำดับจากตอนแรก
ครั้งที่ 4	14	เริ่มจะอธิบายสิ่งที่ตนเองคิด ให้เพื่อนได้รู้บ่อยขึ้น
ครั้งที่ 5	18	หลังจากที่ได้เล่าเรื่องที่ตนเองเสียความเชื่อมั่นในตนเอง ทำให้เห็นว่าวันนี้ เธอพูดมาก มาก มาก แบบพูดมากจนน่าตกใจ แต่ถือว่าดีครับ
ครั้งที่ 6	19	เริ่มเป็นผู้ที่ให้คำแนะนำคนอื่น
ครั้งที่ 7	15	สามารถอธิบาย และตอบประเด็นคำถามได้ดี
ครั้งที่ 8	16	กล้าแสดงออก กล้าพูด กล้าทำ และชอบแกล้งเล่นกับเพื่อน

**สิ่งที่เพื่อนมอง**

เพื่อนคนที่ 1 : กล้าพูด กล้าเล่น

เพื่อนคนที่ 2 : กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออกมากและมีความเป็นตัวของตัวเองที่เห็นได้อย่างเด่นชัด

เพื่อนคนที่ 3 : มีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น กล้าแสดงออก

เพื่อนคนที่ 4 : มีเพื่อนเยอะขึ้น มีรอยยิ้มมากกว่าแต่ก่อน

เพื่อนคนที่ 5 : เป็นคนที่กล้าแสดงออกมากยิ่งขึ้น มากกว่าตอนที่เจอ กล้าแสดงออกขึ้นมาเรื่อยๆ กล้าคุย ขอให้เป็นอย่างนี้ต่อไปนะ

เพื่อนคนที่ 6 : ตัวเล็กแต่มีหัวใจที่ยิ่งใหญ่เกิดตัวเองเป็นอย่างมาก

เพื่อนคนที่ 7 : พูดเก่งขึ้น เสียงดังกว่าเดิม และยังกล้าแสดงออกมากขึ้น

เพื่อนคนที่ 8 : กล้าแสดงออก พูดเยอะขึ้นกว่าเดิม

เพื่อนคนที่ 9 : เป็นคนเจิบ ๆ เจิบมาก คิดเยอะ พูดวนไปวนมา แต่พอมาเข้าร่วมกิจกรรม ก็กล้าแสดงออกมากขึ้น กล้าเล่นกับเพื่อนมากขึ้น ยินดีเป็นอ้อมกอดให้เธออีกครั้งนะคะ

**สิ่งที่ตนเองมอง**

ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม :

- ไม่มีความมั่นใจในตนเอง เวลาจะทำอะไรไม่ค่อยกล้าทำ แต่บางสิ่งก็กล้าที่จะทำ
- เป็นคนเจิบ ๆ ไม่ค่อยพูด แต่เป็นคนยิ้มง่าย
- เวลาไปอยู่ในที่ที่คนเยอะ มักจะเขินอาย

- ไม่ค่อยกล้าจะแสดงความคิดเห็นเพราะกลัวคนอื่นไม่ฟังเรา
- เป็นคนคิดมาก คิดเยอะทุกเรื่อง แม้กระทั่งเรื่องเล็กน้อย
- ใส่ใจความรู้สึกคนอื่นมากกว่าตัวเอง ห่วงใยคนอื่นโดยลืมนึกไปว่าเราเองก็เจ็บ

#### สิ่งที่ทำให้ตนเองเปลี่ยนไป :

- กิจกรรมเดินโพกัส
- กิจกรรมวงกลมไวใจ
- กิจกรรมรู้จักร่างกายตนเอง
- กิจกรรมการสื่อสาร
- กิจกรรมจินตนาการของที่รัก
- กิจกรรมปล่อยพลัง
- กิจกรรมไม่/มานี่
- กิจกรรม HOT-SEAT

#### หลังเข้าร่วมกิจกรรม :

- เป็นคนกล้าแสดงออกมากขึ้นมาก กล้าทำอะไรที่บ้าบอกให้คนอื่นดู
- เป็นคนพูดมากแบบว่า พูดไม่หยุด เพื่อนก็มีแต่บอกว่า พูดมาก
- เมื่ออยู่ในที่คนเยอะ ๆ ความรู้สึกเฉย ๆ ไม่รู้สึกตื่นเต้นแต่อย่างใด ไม่กลัว
- มีการแสดงความคิดเห็นมากขึ้นในทุกเรื่องแม้บางครั้ง เพื่อนจะไม่ฟังหรือไม่สนใจก็ตาม
- คิดน้อยลงเยอะมาก แต่อาจจะเครียดเรื่องเรียนบ้าง ส่วนเรื่องไร้สาระไม่ค่อยคิด ปล่อย ๆ มันไป
- ใส่ใจความรู้สึกตัวเองมากขึ้น
- ซึ่เล่น เฮฮามากขึ้น
- เวลามาเสนองาน ไม่อาย ไม่ตื่นเต้น

ภาคผนวก จ ภาพการจัดกิจกรรม











จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
CHULALONGKORN UNIVERSITY



## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายร่มเกล้า ช่างน้อย เกิดเมื่อวันที่ 23 กันยายน พ.ศ. 2532 ณ ตำบลสัตหีบ อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี จบการศึกษาระดับประถมศึกษาจากโรงเรียนนาวิกโยธินบูรณะ จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายจากโรงเรียนสิงห์สมุทร สำเร็จการศึกษาคณะครุศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชามัธยมศึกษาวิทยาศาสตร์ เอกคณิตศาสตร์ ภาควิชาหลักสูตรการสอนและเทคโนโลยี การศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2555 และเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษานอกระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในปีการศึกษา 2556



