

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กนกอร ชาวเวียง. ผลการใช้กรณีศึกษาในการสอนภาคปฏิบัติวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช ที่มีต่อ  
 ความรู้และเจตคติต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลสังกัด  
 กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- กรองไต่ อุณหสูต. การเรียนการสอนพยาบาลศาสตร์:สภาพการณ์และแนวโน้ม. วารสารพยาบาลศาสตร์ 14  
 (2539) : 35 - 42.
- กระทรวงสาธารณสุข สถาบันพระบรมราชชนก. จำนวนนักศึกษาทุนกระทรวงสาธารณสุขในวิทยาลัยสังกัด  
 สถาบันพระบรมราชชนกปีการศึกษา 2542. นนทบุรี: สถาบันพระบรมราชชนก, 2542.
- กระทรวงสาธารณสุข สถาบันพระบรมราชชนก. หลักสูตรประกาศนียบัตรพยาบาลศาสตร์ ฉบับปรับปรุง ปี  
 พ.ศ. 2537. นนทบุรี : วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรีรัษฎา, 2538.
- กระทรวงสาธารณสุข สถาบันพัฒนากำลังคนด้านสาธารณสุข PBL. นนทบุรี: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรีรัษฎา , 2537.
- กระทรวงสาธารณสุข สถาบันพัฒนากำลังคนด้านสาธารณสุข. เครื่องมือวัดและประเมินผลการศึกษาภาค  
 ปฏิบัตินักศึกษาพยาบาล. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2536.
- เกษมสุข เฉลียวศักดิ์. ความเชื่อของบิดามารดาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูและความกลัวของเด็กก่อนวัยเรียนในสี่  
 จังหวัดภาคใต้. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ,  
 2521.
- จินตนา ยูนิพันธ์. กรณีศึกษา: นวัตกรรมการเรียนการสอนทางพยาบาลศาสตร์. วารสารพยาบาลศาสตร์  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 5 (ธันวาคม 2536): 47-57.
- จิตติพัฒน์ สงบกาย. ผลของการกำกับตนเองด้านการเรียนต่อความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง  
 และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา  
 บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- ดวงเพ็ญ เรือนใจมั่น. ผลของการใช้โปรแกรมฝึกการกำกับตนเองต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองในการ  
 ใช้กระบวนการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชา  
 พยาบาลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2542.
- ดารารวรรณ ตีะปินตา. ผลของการใช้ตัวแบบในการลดความวิตกกังวลของนักศึกษาภาคปฏิบัติวิชาการ  
 พยาบาลจิตเวช. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

- ทัศน โคมที. การเปลี่ยนแปลงทัศนคติอันเป็นผลของสารสื่อที่ทำให้เกิดความเชื่ออำนาจภายในตน. ปรินญา  
นิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2518.
- ทัศนีย์ นนทะสร. การพัฒนาทางพฤติกรรมและการช่วยเหลือทางการพยาบาล สำหรับนักศึกษาพยาบาลตามแนว  
ทฤษฎีปัญญาทางสังคม. วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์ดุสิตบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิต  
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- ทศนา เขมมณี และคนอื่นๆ. หลักการและรูปแบบการพัฒนาเด็กปฐมวัยตามวิถีชีวิตไทย. กรุงเทพฯ: สำนัก  
พิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- ธีระพร อูวรรณโณ. เอกสารการสอนชุดวิชา 25301 จิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว  
หน่วยที่ 1-8. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2533.
- ธีระพร อูวรรณโณ. เอกสารการสอนชุดวิชา 25301 จิตวิทยาและสังคมวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว  
หน่วยที่ 9-15. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2533.
- บุญธรรม กิจปรีดาภิรุทธิ์. ระเบียบวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 5 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ ทำ  
ปกเจริญผล, 2540.
- พยอม อยู่สวัสดิ์, กนกทิพย์ คุณนวนิชพงษ์, วชิรา วรรณสถิตย์ และ สมทรง เฟ่งสุวรรณ การประยุกต์ แนว  
คิดการเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นหลักในการสอนรายวิชาทางการพยาบาล ภาคทฤษฎี: การ  
วิจัยเชิงปฏิบัติการในนักศึกษาพยาบาล. วารสารพยาบาลศาสตร์. 14 ฉบับที่ 1 (มกราคม-มีนาคม  
2539): 67-78.
- รังสิมันต์ สุนทรไชยา. ผลของตัวแบบที่มีต่อพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนวัยย่างเข้าสู่  
วัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2536.
- รุ่งศรี ศรีสุวรรณ. การศึกษาเจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวชและต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวชของนักศึกษาพยาบาล. วิทยา  
นิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- ละเอียด แจ่มจันทร์. การจัดการศึกษาพยาบาลในศตวรรษที่ 21. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี  
ราชบุรี ปีที่ 10 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2541) : 41 - 46.
- วิมลพรรณ ว่องไว. การศึกษาการปฏิบัติดูแลผู้ป่วยเด็กของนักศึกษาพยาบาล สังกัดกระทรวง สา  
ธารณสุข ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศึกษา บัณฑิต  
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541.
- วิณา นานาศิลป์. บทบาทของสถาบันการศึกษาสาขาพยาบาลศาสตร์ ในการผลิตบัณฑิตตามคุณลักษณะของ  
สังคม ในสองทศวรรษหน้า. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ 19 (มกราคม - เมษายน 2539):  
9 - 17.
- ศุกร์ใจ เจริญสุข. การเรียนการสอนโดยใช้ปัญหาเป็นหลัก. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีชลบุรี 11, 1  
(มกราคม - มิถุนายน 2541): 29 - 33.

- สมจิตร์ ทรัพย์อัประโมย. ผลการใช้รูปแบบเพื่อพัฒนาเมตาคognition ที่มีต่อเมตาคognition และสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- สมพันธ์ วิทยุธีระนันท์. การเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นหลักกับการศึกษาพยาบาล. วารสารพยาบาลศาสตร์ 13 ฉบับที่ 14 (ตุลาคม-ธันวาคม 2538): 10-17.
- สมพันธ์ วิทยุธีระนันท์ และกรองไต่ อุณหสูติ. รายงานการวิจัยการประเมินผลการเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นหลัก วิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล. วารสารพยาบาลศาสตร์ ปีที่ 46 ฉบับที่ 4 (ตุลาคม - ธันวาคม 2540) : 214 - 223.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชาติ. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. กรุงเทพฯ: พิมพ์ครั้งที่ 2. สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539
- อติวัฒน์ พรหมมาสา. ผลของการฝึกการควบคุมตนเองที่มีต่อความถูกต้องในการทำแบบฝึกหัดวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีคะแนนจากแบบวัดไอเอเออาร์ต่างกัน. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- อำพล จินดาวัฒน์ และคณะ. สถานภาพของสถานศึกษาในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก พ.ศ. 2539: กรณีศึกษาวิทยาลัย 4 แห่ง. *Journal of Nursing Education* 4, 3(September 1998): 2 - 13.

### ภาษาอังกฤษ

- Ablard, K.E. and Lipschultz, R.E. Self. Regulated learning in high achievement students: Relations to advance reasoning, achievement goals and gender. *Journal of Educational Psychology* 90 (1998): 94 - 101.
- Albaili, M.A. Goal orientation, cognitive strategies and academic achievement among United Arab Emirates college students. *Educational Psychology* 18, 2 (1998): 195-203.
- Ames, C. and Archer, J. Achievement goals in the classroom : Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of educational Psychology* 80 (1998): 260 - 267
- Bandura, A. Social learning theory. New York: Prentice - Hall, 1977.

- Bandura, A. Perceived Self - Efficacy in cognitive development and functioning. Educational Psychology 28 (1993) : 117 - 148.
- Bandura, A. Self - Efficacy : The Exercise of Control. New York: W.H. Freeman and Company, 1997.
- Bandura, A. Social Foundation of Thought and Action : A social Cognitive Theory. New Jersey: Prentice - Hall, 1986.
- Bandura. A. and Schunk, D.H. Cultivation competence, self-efficacy and intrinsic interest through proximal self-motivation. Journal of Personality and Social Psychology 41, 3 (1981): 586-598.
- Beeson, S.A. The effect of writing after reading on college nursing student's factual knowledge and synthesis of knowledge. Journal of Nursing Education 35 (September 1996): 258 - 263.
- Biemiller, A. Shany, M., Inglis, A. and Meichenbaum, D. Factor Influencing Children' s Acquisition and Demonstration of Self - Regulation on Academic Tasks. In D.H. Schunk and B.J. Zimmerman, (eds.), Self - Regulated Learning From Teaching to Self - Reflection Practice. pp. 203-224. New York: The Guilford Press, 1998.
- Billing, D.M. and Halstead, J.A. Teaching in nursing: A guide for faculty. Philadelphia: W.B. Saunders Company, 1998.
- Boekaerts, M. Self - regulated learning : A new concept embraced by researcher policy makers, educator, teachers and students. Learning and Instruction 7 (1997): 161 - 186.
- Boekaerts,M. Self - Rregulated learning : Bridging the gap between metacognitive and metamotivation theories. Educational Psychologist 30 (1995): 195 - 200.
- Bouffard, T. et. al. The impact of goal arientation on self - regulation and performance among colledge students. British Journal of Educational Psychology 65 (1995): 317 - 329.

- Bouffard, T. Boisvert, J., Vezeau, C. and Larouche, C. A developmental study of the relation between combined learning and performance goal and students' self-regulated learning. British Journal of Educational Psychology 68 (1998): 309 - 319.
- Brody, G.H. Stoneman, Z. and Flor, D. Parental religiosity, family processes and youth competence in rural two-parent african american families. Developmental Psychology. 32 (1996): 696 - 706.
- Butler, D. and Winne, P. Feedback and self-regulated learning : A theoretical synthesis. Review of Educational Research 65, 3 (1995): 254 - 281.
- Butler, D.L. The strategic content learning approach to promoting self-regulated learning: A report of three studies. Journal of Educational Psychology 90, 4(1998): 682-692.
- Calder, B.J. and Staw, B.M. Self-perception of intrinsic and extrinsic motivation. Journal of Personality and Social Psychology 31, 4 (1975): 599-605.
- Crandall, V.C., Katkovsky, W. and Crandall, V. J. children's beliefs in their own control of reinforcement in intellectual academic achievement situation. Child Development 36(1965): 91-109.
- Dai, D.Y., Moon, S.M. and Feldhusen, J.F. Achievement motivation and gifted students: A social cognitive perspective. Educational Psychologist 33 (1998): 45-63.
- Davison, E.S. and Smith, W.P. Imitation, social comparison, and self-reward. Child Development 53 (1982): 928-932.
- Deci, E.L. Schwartz, A.J., Sheinman, L., And Ryan, R.M. An instrument to assess adults orientations toward control versus autonomy with children : Reflection of intrinsic motivation and perceived competence. Journal of Educational Psychology 73 (1981): 642 - 650.
- Deci, E.L. Vallerand, R.J. Pelletier, L.G. and Ryan, R.M. Motivation and education: The self-determination perspective. Educational Psychologist 26(1991): 325 - 316.

- Derry, S.T. and Murphy, D.A. Designing systems that train learning ability, from theory to practice. Review of Education Research 56 (1986): 1 - 39.
- Distegano, M.K. Pryer, M.W. and Smith, C.E. Comparison of normal adolescents, psychiatric patient, and adults on internal and external control. Journal of Clinical Psychology 27(1971): 343-345.
- Fonteyn, M.E. and Cahill, M. The use of clinical logs to improve nursing students' metacognition : a pilot study. Journal of Advanced Nursing 25 (1998): 149 - 154.
- Feather, N.T. Values, valence, and course enrollment: Testing the role of personal value within an expectancy-valence framework. Journal of Educational Psychology 80(1998): 341-391.
- Goldenberg, D., Iwasiw, C. and MacMaster, E. Self - efficacy of senior baccalaureate nursing students and preceptor. Nurse Education Today 17 (1997): 303-310.
- Grolnick, W.S. and Ryan, R.M. Autonomy in children's learning : an experimental and individual difference nvestigation. Journal of Personality and Social Plychology 52(1987): 890-898.
- Grolnick, W.S. Ryan, R.M. and Deci, E.L. Inner resource for school achievement motivational mediators of children's perception of their parents. Journal of Edcational Psychology 83(1991): 508-517.
- Grolnick, W.S., Kurowski, C.O. and Gurland, S. Family process and the development of children's self-regulation. Educational Psychologist 34, 1 (1999): 3-14.
- Hofer, B.K. Yu, S.L. and Pintrich, P.R. Teaching college students to be Self - regulated learning in Schunk, D.H. and Zimmerman, B.J. Self Regulated learning from Teaching to Self-Reflective Practice. New York : The Guilford Press, 1998.
- Howell, D.C. Statistical methods for psychology. 3<sup>rd</sup>ed. Massachusetts: PWS-Kent Publishing Company, 1987.

- Keith, T.Z. et.al. Parental involvement, homework, and T.V. time : Direct and indirect effects on high school achievement. Journal of Educational Psychology 78 (1986) : 373 - 380
- Kramarski, B. and Mevarech, Z. Cognitive-metacognitive training within a problem-solving base logo environment. Britist Journal of Education Psychology. 67 (1997):
- Kulik, J.A. and Kulik, C.C. Timing of feedback and verbal learning. Review of Educational Research 58 (spring 1988) : 79 - 97.
- Kurtine, W.M. A measure of autonomy. Journal of Personality Assessment 42 (1978): 253 - 256.
- Lawson, A.E. Science Teaching and the Development of Thinking. Belmont : Wadsworth Publish Company, 1995.
- Lefcourt, H.M. Research with the locus of control construct. New York: Academic Press, 1983.
- Lowery, B.J. Misconceptions and limitationa of locus of control and I-E scale. Nursing Research 3, 5 (september-October 1981): 294-198.
- Mazano, R. How classroom teachers approach the teaching of thinking. INT. J. SCI. EDUC 18, 3 (1996): 154 - 160.
- McComb, B.L. and Mazano, R.J. Putting the self in self - regulated learning : The self as agent in integrating will and skill. Educational Psychologist 25(1990): 51 69.
- McCrinkle, A.R. and Christensen,C.A. The impact of learning journal on metacognitive and cognitive process and learning performance. Learning and Instruction 5 (1995): 167 - 185.
- Meece, J.L., Blumenfeld, P.C. and Hoyle, R.H. Students' goal orientations and cognitive engagement in classroom activities. Journal of Educational Psychology 90(1988): 514-523.

- Meece, J.L. and Wigfield, A. and Eccles, J.S. Predictors of math anxiety and its influence of young adolescent course enrollment intention and performance in mathematics. Journal of Educational Psychology 82(1990): 60-70.
- Nelms, T.P. Jones, J.M. and Gray, G.P. Role modeling : A method for teaching caring in nursing education. Journal of Nursing Education 32 (January 1993): 18 - 23.
- Pajares, F. Self - efficacy beliefs in academic setting. Review of Educational Research 66 (1996) : 543 - 578.
- Pintrich, P.R. and Schunk, D.H. Motivation in education: Theory, research and applications. New Jersey: Prentice Hall, 1996.
- Pintrich, P.R. Understanding self-regulated learning. New Directions for Teaching and Learning 63(1995): 3 -12.
- Pintrich, P.R. and De Groot, E.V. Motivational and self - regulated Learning components of classroom academic performance. Journal of Educational Psychology 82, 1 (1990): 33-38.
- Raffini, J.P. 150 Ways to Increase Intrinsic Motivation in the Classroom. Massachusetts: Allyn and Bacon, 1996.
- Rajas - Drummond, S.R. et.al. Co - operative learning and the appropriation of procedural knowledge by Primary school children. Learning and Instruction 8 (1,1998): 37 - 61.
- Reeve, J. Motivating Others : Nurturing Inner Motivational Resources. Needham Heights : Allyn Bacon, 1996.
- Reilly, D.E. and Oermann, M.H. The clinical field its use in nursing education Connecticut: Appleton Century, 1985.
- Roedel, T.d. Schraw, G.S. and Piake, B.S. Validation of a measure of learning and performance goal orientation. Educational and Psychological Measurement 54, 4 (Winter 1991): 1013-1021.



- Ryan, R.M. and Grolick, W.S. Origins and Pawns in the classroom : Self - Report and projective assessments of individual differences in children's perspective. Journal of Personality and Social Psychology 50 (1986) : 550 - 558.
- Scheilele, U. Interest, learning and motivation. Educational Psychologist 26(1991): 299-323.
- Schneewind, K.A. Impact of family process on control beliefs in A. Bandura, (ed.), Self-efficacy in changing societies, pp. 114-148. New York: Cambridge University Press, 1995.
- Schunk, D.H. Goal and self-evaluative influences during children's cognitive skill learning. American Educational Research Journal 33(1996): 359-382.
- Schunk, D.H. Goal setting and self-efficacy during self-regulated learning. Educational Psychologist 25 (1990): 71 - 86.
- Schunk, D.H. Learning Theories: An Educational Perspective. New York : Macmillan Publishing Company, 1991.
- Schunk, D.H. Modeling and attribution effects on children's achievement: A self-efficacy analysis. Journal of Educational Psychology 73, 1 (1981): 93-105.
- Schunk, D.H. Peer models and children's behavioral change. Review of Educational Research 57 (Summer 1987) : 149 - 174.
- Schunk, D.H. Self-efficacy and academic motivation. Educational Psychology 26 (1991): 27-231.
- Schunk, D.H. Self-regulation of self-efficacy and attributions in academic settings in D.H. Schunk and B.J. Zimmerman (eds.), Self-regulation of learning and performance: Issue and education applications. pp.75-99. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate-publishers, 1994.
- Schunk, D.H. Teaching Elementary Students to Self - Regulated Practice of Mathematic Skills with Modeling In D.H. Schunk and B.J. Zimmerman, (eds.), Self - Regulated Learning From Teaching to Self - Reflective Practice, pp. 137-159. New York : The Guilford Press. 1998.

- Schunk, D.H. and Hanson, A.R. Influence of peer - model attributes on children's beliefs and learning. Journal of Educational Psychology 83 (1989): 431 - 434.
- Schunk, D.H. and Hanson, A.R. Peer Models: Influence on children's self-efficacy and outcome. Journal of Educational Psychology 77 (1985): 313 - 322.
- Schunk, D.H., Hanson, A.R. and Cox, P.D. Peer-model attributes and children's achievement behavior. Journal of Educational Psychology 79(1987): 54-61.
- Schunk, D.H. and Swartz, C.W. Goal and Progress Feedback: Effects on self - efficacy and writing achievement. Contemporary Educational Psychology 18 (1993): 337 - 354
- Schunk, D.H. and Zimmerman, B.J. Modeling and self - efficacy influences in children's development of self - regulation. In K. Wentzel and J. Junoven (eds.) Social Motivation Understanding Children's School Adjustment, pp. 154 - 180. New York: Cambridge University Press, 1996.
- Schunk, D.H. and Zimmerman, B.J. Self - Regulation of learning and performance issue and educational applications. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate Publisher, 1994.
- Schunk, D.H. and Zimmerman, B.J. Social origins of self-regulated learning competence. Educational Psychology 32 (1997) : 195 - 208.
- Shirey, L.L. and Reynold, R.E. Effect of interest on attention and learning. Journal of Educational Psychology 90(1988): 159-166.
- Skinner, E.A. and Belmont, M.J. Motivation in the classroom: Reciprocal effects of teacher behavior and student engagement across the school year. Journal of Educational Psychology 85(1993): 571-581.
- Steven, J. Applied Multivariate Statistics for the SocialScience. New York: Lawrence Erlbaum, 1986.
- Stipek, D.J. Motivation and Instruction In D.C. Berliner and R.C. Calfee (eds.), Handbook of Educational Psychology, pp. 85-113. New York: Macmillan Library Reference, 1993.

- Stipek, D.J. Motivation to learn from theory to practice. 2<sup>nd</sup> ed. Massachusetts : Allyn and Bacon, 1988.
- Strickland, B.R. Internal-external control of reinforcement. In T.Blass, (ed.), Personality variables in social behavior. New York: John Wiley and Sons, 1977.
- Swanson, H.L. Influence of Metacognitive Knowledge and Aptitude on Problem Solving. Journal of Educational Psychology 82, 2 (1990): 306 - 314.
- Trawick, L. and Corno, L. expanding the volitional resources of urban community College Students. New Direction for Teaching and Learning 6(1995): 57 - 70.
- Underbakke, M., Borg, J.M. and Prterson, D. Reasoning and developing the knowledge base for teaching higher order thinking. INT. J. SCI. EDUC 18 No.3 (1996): 138 - 146.
- VandeWalle, D. and Cummings, L. A test of the influence of goal orientation on the feedback-seeking process. Journal of Applied Psychology. 82(1997): 390-400.
- Wenden, A.L. Learner training in context : A knowledge - base approach. System 23(1995): 183 - 194.
- Wigfield, A. The role of children's achievement value in the self - regulation of their learning outcomes. In D.H. Schunk and B.J. Zimmerman (eds.), Self - regulation of learning and performance issue and educational applications, pp.101 - 124. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate Publisher, 1994.
- Wiseman, R.F. Role model behavior in the clinical setting. Journal of Nursing Education 33(November 1994): 405 - 410.
- Wolter, C.A. Self - regulated learning and college students' regulation of motivation. Journal of Educational Psychology 90, 2 (1998): 224 - 235.
- Yamane, T. Elementary sampling theory. New Jersey: Prentice-Hall, 1967.

- Zimmerman, B.J. A social cognitive view of self - regulated learning. Journal of Educational Psychology 81, 3 (1989): 329 - 339.
- Zimmerman, B.J. Academic studying and the development of personal skill : A self - regulatory perspective. Educational Psychologist 33(1998): 73 - 86
- Zimmerman, B.J. Demensions of academic self-regulation: A conceptual framework for education. In D.H. Schunk and B.J. Zimmerman (eds.), Self-regulation of learning and performance : Issue and educational applications, pp. 3-21. New York: Erlbaum, 1994.
- Zimmerman, B.J. Developing self - fulfilling cycle of academic Regulation : An Analysis of Exemplary Instructional Models In D.H. Schunk and B.J. Zimmerman, (eds.), Self - Regulated Learning From Teaching to Self-Reflective Practice, pp. 1-19. New York: The Guilford Press, 1998.
- Zimmerman, B.J. Self - regulation involve more than metacognitive : A social cognitive perspective. Educational Psychologist 30, 4 (1995): 217 - 222.
- Zimmerman, B.J. Self - regulated learning and academic achievement : An overview. Educational Psychologist 25(1990): 3 - 17.
- Zimmerman, B.J. and Bandura. A impact of self - regulatory influences on writing course attainment. American Educational Research Journal. 3(1994): 845-862.
- Zimmerman.B.J. and Bonner, S and Kovach, R. Development self-regulated learners: Beyond achievement to self-efficacy. Washington: American Psychological Association, 1996.
- Zimmerman, B.J. and Kitsanas, A. Developmental phases in self - regulation: shifting from process goals to outcome goals. Journal of educational Psychology 89(1997): 29 - 36
- Zimmerman, B.J. and Kitsanas, A. Self - regulated learning of motoric skill: The role of goal setting and self - monitoring . Journal of Applied Sport Psychology 8(1996): 60 - 75.

- Zimmerman, B.J. and Martinez Pons , M. Development of a structure interview for assessing student use of self - regulated learning strategies. American Educational Research Journal 23 (1986): 614 - 628.
- Zimmerman, B.J. and Martinez - Pons, M. Construct validation of a strategy model of student self - regulated learning. Journal of Educational Psychology 80 (1988): 284 - 290.
- Zimmerman, B.J. and Martinez Fons, M. Student differences in self-regulated learning : Relation grade, sex and giftedness to self-efficacy and strategy use. Journal of Education Psychology 82(1990): 51-59.
- Zimmerman, B.J. and Paulsen, A.S. Self - monitoring during collegiate studying : An invaluable tool for academic self - regulation. New Directions for Teaching and Learning 63(1995): 13 - 27.
- Zimmerman, B.J. and Risemberg, R. Self - regulatory dimensions of academic learning and motivation. In G.B. Phye (ed.), Handbook of academic Learning Construction of Knowledge, pp. 105-123. San. Diego: Academic Press, 1993.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก  
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนาม	สังกัด/วุฒิการศึกษา
ผศ. ดร. ทศนี้อย์ นนทะสร	ภาควิชาพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา
นายรัฐิพัฒน์ สงบกาย	หัวหน้าฝ่ายฝึกอบรมและพัฒนาบุคลากร บริษัทปูนซีเมนต์ไทย ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา
นางดวงเดือน เรือนใจมัน	ภาควิชาการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศึกษา
ผศ. ดร. ทศนี้อย์ นนทะสร	ภาควิชาพยาบาลสาธารณสุข คณะสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา
อาจารย์ วิมลพรรณ ว่องไว	ภาควิชาการพยาบาลเด็ก วิทยาลัยพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพยาบาลศึกษา
ดร. พิทักษ์ นิลนพคุณ	ศึกษานิเทศก์ (วิชาภาษาอังกฤษ) กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษา ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
ดร. คณาพร คมสัน	หมวดวิชาภาษาอังกฤษ โรงเรียนราชวินิตบางแก้ว สมุทรปราการ ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
อาจารย์แพะ จันทร์สุข	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา กระทรวงสาธารณสุข
อาจารย์อวยพร สุทธิสนธิ์	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ กระทรวงสาธารณสุข
นางสาวสุธีรา นิมิตรพิวัฒน์	ฝ่ายพัฒนาบุคลากร ไทยพานิชประกันภัย ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา
ดร. พิทักษ์ นิลนพคุณ	ศึกษานิเทศก์ (วิชาภาษาอังกฤษ) กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษา ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน
นางสาว สุวรรณ วิริยะประยูร	ฝ่ายฝึกอบรม การไฟฟ้านครหลวง ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา
อาจารย์ประทีป จินฉิ่ง	สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา
ดร. ดารารวรรณ ต๊ะปันทา	ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
นางสุวิมล จอตพิมาย	ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช วิทยาลัยพยาบาลเซนต์หลุยส์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช
นพ. ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานต์	ผู้อำนวยการฝ่ายพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
นางพรรณณี แสงชูโต	ฝ่ายจิตวิทยา โรงพยาบาลราชานุกูล กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
นายกิตติกร มีทรัพย์	นักวิชาการสาธารณสุข (ด้านจิตวิทยา) ฝ่ายวิชาการ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
ดร. วันดี สุทธิรังสี	ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ดร. ยาใจ สิทธิมงคล	ภาควิชาการพยาบาลจิตเวช คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
พญ. อิศรญา สุขเจริญ	กองแพทยศาสตร์ศึกษา โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช กระทรวงกลาโหม
นางสุดคณิง ปลั่งกลาง	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ศรีธัญญา พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช



ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

## แบบสอบถาม

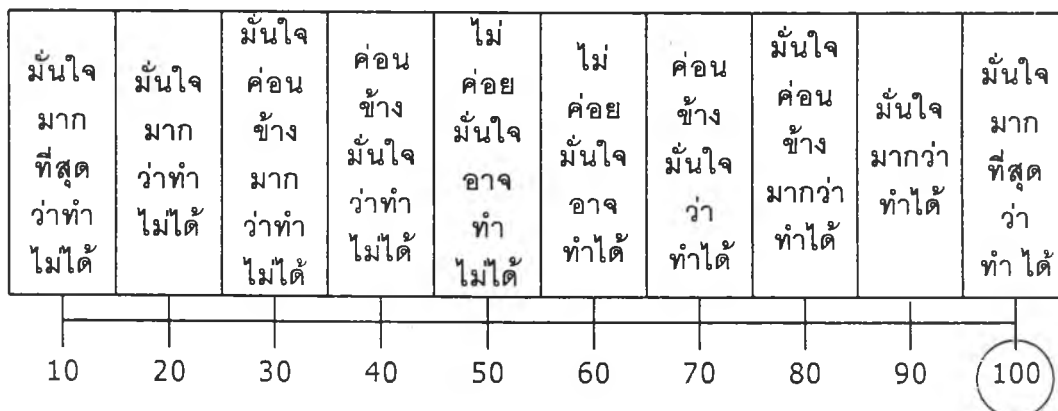
### ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช

คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วยข้อความบรรยายถึงการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของนักศึกษาพยาบาล จำนวน 63 ข้อความ ขอให้นักศึกษาอ่านข้อความแล้วตอบคำถาม ว่านักศึกษามีความมั่นใจมากน้อยเพียงใดในความสามารถของตนเองว่าจะฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชได้ตามที่แต่ละข้อความบรรยาย กรุณาตอบคำถามโดยวงกลมรอบตัวเลขระดับความมั่นใจซึ่งมีให้เลือก 10 ระดับแต่ละระดับมีระยะห่าง 10 คะแนน

- 10 หมายถึง นักศึกษามั่นใจมากที่สุดว่าไม่สามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้เลย
- 20 หมายถึง นักศึกษามั่นใจมากกว่าไม่สามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 30 หมายถึง นักศึกษามั่นใจค่อนข้างมากกว่าไม่สามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 40 หมายถึง นักศึกษาค่อนข้างมั่นใจว่าไม่สามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 50 หมายถึง นักศึกษาไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจจะไม่สามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 60 หมายถึง นักศึกษาไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจจะสามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 70 หมายถึง นักศึกษาค่อนข้างมั่นใจว่าสามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 80 หมายถึง นักศึกษามั่นใจค่อนข้างมากกว่าสามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 90 หมายถึง นักศึกษามั่นใจมากกว่าสามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้
- 100 หมายถึง นักศึกษามั่นใจมากที่สุดว่าสามารถฝึกภาคปฏิบัติตามที่ข้อความนั้นบรรยายได้

ตัวอย่าง นักศึกษามีความมั่นใจเพียงใดว่า นักศึกษามีความสามารถฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชได้เกรดไม่ต่ำกว่า 2.00 หากนักศึกษามั่นใจมากที่สุดว่าทำได้ ให้นักศึกษาเขียนวงกลมรอบตัวเลข 100 ดังนี้



ขอให้นักศึกษาตอบคำถามด้วยความซื่อสัตย์และตอบตามความรู้สึกที่แท้จริง คำตอบที่ได้จะเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาพยาบาล และจะไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียนของนักศึกษา

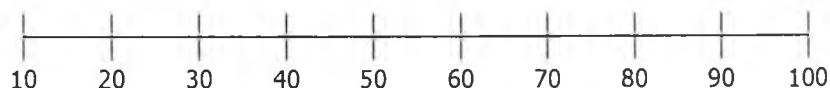
ท่านมีความมั่นใจเพียงใดว่าท่านมีความสามารถในการฝึกภาคปฏิบัติโดยวิธีการต่อไปนี้

มั่นใจ มากที่สุด ว่าทำ ไม่ได้	มั่นใจ มาก ว่าทำ ไม่ได้	มั่นใจ ค่อนข้าง มาก ว่าทำ ไม่ได้	ค่อนข้าง ข้าง มั่นใจ ว่าทำ ไม่ได้	ไม่ ค่อย มั่นใจ อาจ ทำ ไม่ได้	ไม่ ค่อย มั่นใจ อาจ ทำได้	ค่อนข้าง ข้าง มั่นใจ ว่า ทำได้	มั่นใจ ค่อนข้าง มากว่า ทำได้	มั่นใจ มากกว่า ทำได้	มั่นใจ มากที่สุด ว่า ทำได้
--	----------------------------------	--	---	--	---------------------------------------	--	---------------------------------------	----------------------------	-------------------------------------

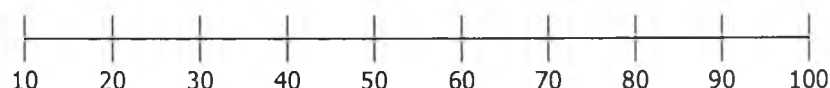
1. ฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชได้เกรด  
ไม่ต่ำกว่า 2.00



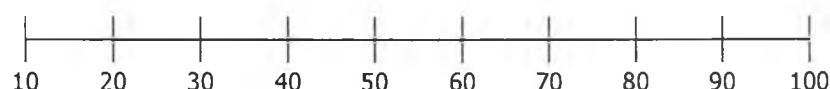
2. ฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช  
ได้เกรด 3.00 ขึ้นไป



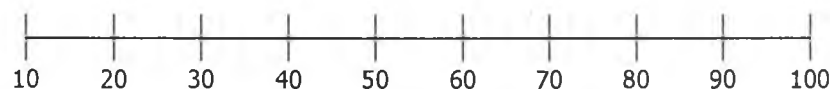
3. ฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช  
ได้เกรด 4.00



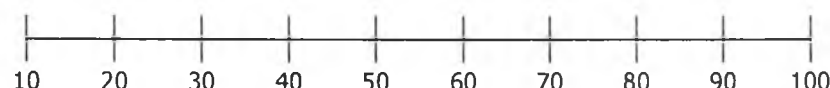
4. ตั้งเป้าหมายการฝึกปฏิบัติการพยาบาล  
จิตเวชในกิจกรรมย่อยทุกกิจกรรม



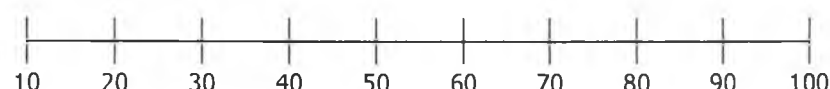
5. ปรับเปลี่ยนเป้าหมายในการฝึกภาคปฏิบัติการ  
พยาบาลจิตเวชให้สอดคล้องกับผลการประเมิน  
การฝึกปฏิบัติในขั้นต้น



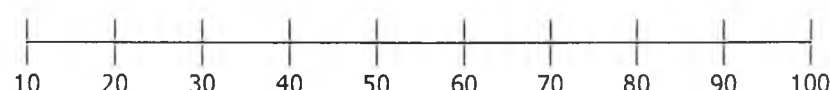
6. ปรับเป้าหมายในการฝึกภาคปฏิบัติ  
การพยาบาลจิตเวชให้สูงขึ้นอีก เมื่อสามารถทำ  
ตามเป้าหมายขั้นต้นได้แล้ว



7. ฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช  
แล้วจะส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาสุขภาพ  
จิตผู้อื่นได้



8. ฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช  
แล้วจะสามารถใช้กระบวนการพยาบาล  
ในการดูแลผู้มีปัญหาทางสุขภาพจิตอย่าง  
มีประสิทธิภาพ



## แบบสอบถามการเรียนรู้โดยการกำกับตนเองของนักศึกษาพยาบาล

**คำชี้แจง** (สำหรับนักศึกษา) ในการเรียนวิชาการพยาบาลจิตเวชในภาคการศึกษานี้ (ภาคปฏิบัติ) ท่านได้ทำอย่างไรบ้างเพื่อให้ท่านผ่านการเรียนวิชานี้โดยราบรื่น โปรดระลึกถึงความคิดความรู้สึก และการกระทำของท่านในการเรียนวิชานี้ ตั้งแต่เริ่มต้นการฝึกภาคปฏิบัติจนถึงปัจจุบัน

แบบสอบถามชุดนี้ จะมีข้อความบรรยายถึงความคิด ความรู้สึก และวิธีการเรียนต่าง ๆ โปรดระบุข้อความนั้น เป็นความจริงเกี่ยวกับ ความคิดความรู้สึกหรือวิธีการเรียนของท่านหรือไม่ ในระดับใด

โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบท้ายข้อความตามความหมายดังนี้

- |   |             |   |
|---|-------------|---|
| 1 | หมายความว่า | ข้อความนั้น <b>เป็นความจริง</b> ตามความคิด ความรู้สึกหรือการกระทำของท่าน <b>น้อยที่สุด หรือไม่เป็นจริงเลย</b> |
| 2 | หมายความว่า | ข้อความนั้น <b>เป็นความจริง</b> ตามความคิด ความรู้สึกหรือการกระทำของท่าน <b>ค่อนข้างน้อย</b>                  |
| 3 | หมายความว่า | ข้อความนั้น <b>เป็นความจริง</b> ตามความคิด ความรู้สึกหรือการกระทำของท่าน <b>ปานกลาง</b>                       |
| 4 | หมายความว่า | ข้อความนั้น <b>เป็นความจริง</b> ตามความคิด ความรู้สึกหรือการกระทำของท่าน <b>ค่อนข้างมาก</b>                   |
| 5 | หมายความว่า | ข้อความนั้น <b>เป็นความจริง</b> ตามความคิด ความรู้สึกหรือการกระทำของท่าน <b>มากที่สุด</b>                     |

ข้อ	วิธีการเรียน	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
		1	2	3	4	5
1	ฉันตั้งมาตรฐานของการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช ว่าต้องได้เกรดไม่ต่ำกว่า 2.00 ตามระเบียบสถาบัน					
2	ฉันตั้งเป้าหมายว่าจะฝึกภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช ให้ได้เกรด 3.00 ขึ้นไป					
3	ฉันตั้งใจว่าจะฝึกภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช ให้ได้เกรด 4.00					
4	ฉันปรับเป้าหมายในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช ให้สูงขึ้นอีก เมื่อฉันพบว่าฉันสามารถทำตามเป้าหมาย ขึ้นต้นได้แล้ว					
5	ฉันตั้งใจว่าจะฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชเพื่อให้มีความสามารถในการส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันปัญหาทางจิตแก่ผู้อื่นได้					
6	ฉันมีเป้าหมายว่าฉันต้องสามารถนำความรู้ด้านการพยาบาลจิตเวชไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการพยาบาลในการดูแลผู้มีปัญหาทางจิตเวชได้อย่างมีประสิทธิภาพ					
7	ฉันตั้งเป้าหมายว่าจะเป็นผู้พยาบาลที่สามารถสื่อสารกับผู้มีปัญหาทางจิตได้อย่างเหมาะสม					
8	ฉันมีเป้าหมายว่าจะฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช เพื่อให้สามารถเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้อย่างมีประสิทธิภาพ					
9	ฉันตั้งใจว่าจะฝึกภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลจิตเวช เพื่อให้สามารถดูแลตนเองและครอบครัวให้เป็นผู้มีสุขภาพจิตดีได้					
10	ฉันศึกษาวัตถุประสงค์ในการฝึกภาคปฏิบัติในวิชาการพยาบาลจิตเวชก่อนขึ้นฝึกภาคปฏิบัติ					
11	ฉันศึกษารายละเอียดของเกณฑ์ในการให้คะแนนการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช เพื่อวางแผนการเรียนให้ได้คะแนนดี					
12	ฉันทำตารางบริหารเวลาสำหรับทำงานที่เกี่ยวกับการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช เช่น การทำรายงาน หรือ การเตรียมอุปกรณ์					

## แบบสอบถามการรับรู้ความสำคัญของวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช

คำชี้แจง แบบสอบถามต่อไปนี้ประกอบด้วยข้อความบรรยายถึงประโยชน์ของการเรียนวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชต่อตัวท่านเอง กรุณาอ่านข้อความที่ละข้อ แล้วระบุว่าท่านเห็นด้วยกับแต่ละข้อความเพียงใด โดยขีด ✓ ลงในช่องด้านขวามือซึ่งมีความหมายดังนี้

เห็นด้วยน้อยมาก หมายถึง ท่านเห็นว่าความรู้และทักษะในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช มีประโยชน์ต่อตัวท่านในด้านนั้นน้อยมาก

เห็นด้วยน้อย หมายถึง ท่านเห็นว่าความรู้และทักษะในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช มีประโยชน์ต่อตัวท่านในด้านนั้นน้อย

เห็นด้วยปานกลาง หมายถึง ท่านเห็นว่าความรู้และทักษะในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช มีประโยชน์ต่อตัวท่านในด้านนั้นบ้าง

เห็นด้วยมาก หมายถึง ท่านเห็นว่าความรู้และทักษะในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช มีประโยชน์ต่อตัวท่านในด้านนั้นมาก

เห็นด้วยมากที่สุด หมายถึง ท่านเห็นว่าความรู้และทักษะในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช มีประโยชน์ต่อตัวท่านในด้านนั้นมากที่สุด

## แบบสอบถามการเรียนรู้ความสำคัญของวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช

ความรู้และทักษะในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชช่วยให้ท่าน.....

ข้อ	ประโยชน์ของวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช	เห็นด้วย น้อยมาก	เห็นด้วย น้อย	เห็นด้วย ปานกลาง	เห็นด้วย มาก	เห็นด้วย มากที่สุด
1	สังเกตผู้ป่วยได้ลึกซึ้งมากขึ้น					
2	ดูแลสุขภาพผู้ป่วยได้ครอบคลุมมากขึ้น					
3	เข้าใจเหตุผลการแสดงออกของพฤติกรรมของผู้ป่วยมากขึ้น					
4	ยอมรับปัญหาทางสุขภาพจิตของผู้ป่วยมากขึ้น					
5	มีบุคลิกภาพดีขึ้น					
6	มีสุขภาพจิตดีขึ้น					
7	เข้าใจตนเองมากขึ้น					
8	ระบายความคิดความรู้สึกของตนเองได้ดีขึ้น					
9	มีความเข้าใจสมาชิกในครอบครัวมากขึ้น					
10	มีสัมพันธภาพในครอบครัวดีขึ้น					
11	มีแนวทางในการดำเนินชีวิตครอบครัวของตนเองที่ดีขึ้น					
12	ส่งเสริมสุขภาพจิตสมาชิกในครอบครัวตนเองได้มากขึ้น					
13	สื่อสารกับผู้อื่นได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น					
14	ชี้แนะแนวทางในการแก้ปัญหาสุขภาพจิตให้ผู้อื่นได้มากขึ้น					
15	เห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น					
16	รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นมากขึ้น					
17	มีความเครียดในการเรียนน้อยลง					
18	สอนสุขภาพจิตศึกษาแก่ผู้อื่นได้มากขึ้น					
19	เชื่อมโยงเนื้อหาสาระในวิชาพยาบาลได้มากขึ้น					
20	มีความพยายามในการเรียนมากขึ้น					
21	ให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ผู้อื่นได้เหมาะสมขึ้น					
22	เข้าใจบุคคลทั้งคนมากขึ้น					
23	มีทักษะในการเป็นผู้นำกลุ่มย่อยมากขึ้น					

## แบบสำรวจการมุ่งเป้าหมาย

### คำชี้แจง

แบบสำรวจต่อไปนี้ประกอบด้วยข้อความ 30 ข้อความ กรุณาอ่านข้อความทีละข้อ แล้วตอบว่าข้อความนั้นเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด โดยการกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ตามความหมายต่อไปนี้

- |   |         |   |
|---|---------|---|
| 1 | หมายถึง | ข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับความคิดและการกระทำของท่าน <b>น้อยที่สุด</b> |
| 2 | หมายถึง | ข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับความคิดและการกระทำของท่าน <b>น้อย</b>       |
| 3 | หมายถึง | ข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับความคิดและการกระทำของท่าน <b>ปานกลาง</b>    |
| 4 | หมายถึง | ข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับความคิดและการกระทำของท่าน <b>มาก</b>        |
| 5 | หมายถึง | ข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับความคิดและการกระทำของท่าน <b>มากที่สุด</b>  |



### แบบสอบถามการมุ่งเป้าหมาย

ข้อความต่อไปนี้เป็นความจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด

ลำดับ	การมุ่งเป้าหมาย	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
		1	2	3	4	5
1	การทำการบ้านที่ท้าทายความสามารถเป็นสิ่งที่ฉันชอบ					
2	การได้เกรดดีกว่าเพื่อนร่วมห้องเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฉัน					
3	แม้ว่างานจะทำให้ฉันว่าุ่นใจ แต่ฉันก็ยังเพียรพยายาม					
4	ความสำเร็จในด้านการศึกษานั้นขึ้นอยู่กับความพยายาม					
5	ฉันไม่ชอบทำตัวให้คนอื่นคิดว่าฉันมีความรู้บ่อย					
6	การมุ่งมั่นทำงานที่ท้าทายทำให้ฉันมีความสุข					
7	การเรียนรู้สามารถตัดสินใจได้ดีที่สุดด้วยเกรด					
8	ฉันยังคงเรียนอย่างมุ่งมั่นแม้ว่าจะเป็นวิชาที่ฉันไม่ชอบ					
9	ฉันอาจถามเพื่อนในห้องสอบถ้าฉันทำข้อสอบไม่ได้จริงๆ					
10	ฉันเป็นคนที่มุ่งมั่นจะไปให้ถึงเป้าหมาย					
11	ผู้ใดต้องใช้ความมานะบากบั่นมากๆ ในการเรียน แสดงว่าผู้นั้นมีความสามารถจำกัด					
12	การเรียนให้เข้าใจเนื้อหาวิชาอย่างถ่องแท้มีความสำคัญสำหรับฉัน					
13	ความผิดพลาดบกพร่องเป็นสิ่งที่น่าอายอย่างยิ่งสำหรับฉัน					
14	ฉันเรียนหนักมากเพื่อปรับปรุงตนเอง					
15	ฉันชอบให้คนอื่นคิดว่าฉันมีความรู้มาก					
16	ฉันเป็นผู้มีแรงจูงใจในการเรียนอย่างแท้จริง					
17	ฉันรู้สึกโกรธเมื่อฉันทำอะไรได้ไม่ดีเท่าคนอื่น					
18	ฉันชอบงานที่ท้าทายแม้ว่าฉันจะทำงานนั้น ๆ ได้ไม่ตึก					
19	งานที่ฉันเลือกทำมักเป็นงานที่ฉันมั่นใจว่าสามารถทำได้อย่างแน่นอน					

## แบบวัดความสนใจในกิจกรรมวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช

### คำชี้แจง

ในระยะเวลา 1 เดือนที่นักศึกษาได้เรียนวิชาฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช นักศึกษาได้กระทำพฤติกรรมหรือมีความรู้สึกต่อกิจกรรมอย่างไรบ้าง ขอให้นักศึกษาตอบตามความเป็นจริง โดยแต่ละข้อความมีความหมาย ดังนี้

ก. ถ้าใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” หมายถึง นักศึกษาทำพฤติกรรมนั้นหรือมีความรู้สึกตามข้อความนั้นน้อยที่สุด

ข. ถ้าใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง “ไม่เห็นด้วย” หมายถึง นักศึกษาทำพฤติกรรมนั้นหรือมีความรู้สึกตามข้อความนั้นน้อย

ค. ถ้าใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง “ไม่แน่ใจ” หมายถึง นักศึกษาทำพฤติกรรมนั้นหรือมีความรู้สึกตามข้อนี้บ้างบางครั้ง

ง. ถ้าใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง “เห็นด้วย” หมายถึง นักศึกษาทำพฤติกรรมนั้นหรือมีความรู้สึกตามข้อความนั้นมาก

จ. ถ้าใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” หมายถึง นักศึกษาทำพฤติกรรมนั้นหรือมีความรู้สึกตามข้อความนั้นมากที่สุด

ในระยะเวลา 1 เดือนที่ผ่านมาท่านได้กระทำหรือมีความรู้สึกดังข้อความต่อไปนี้หรือไม่อย่างไร

ข้อ	การกระทำหรือความรู้สึก	ระดับความเห็นด้วย				
		ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1	เมื่อฉันมีเวลาพักผ่อน ฉันมักจะเลือกอ่านบทความเรื่องสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชจากนิตยสาร / วารสารต่างๆ					
2	ฉันอ่านเรื่องราวทางสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชเรื่องอื่นๆ ที่นอกเหนือจากบทเรียนในห้องเรียนอย่างเต็มใจ					
3	ฉันผลัดวันที่จะทำรายงานเกี่ยวกับการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชหลายครั้ง จนกระทั่งถึงเวลาที่อาจารย์กำหนดให้ส่ง					
4	ฉันรู้สึกว่าการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชน่าเบื่อ					
5	เมื่อลงมือทำงานเกี่ยวกับการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช ฉันทำจนเสร็จก่อนแล้วจึงหยุดพัก					
6	ฉันรู้สึกสนุกที่ได้อ่านเรื่องราวทางสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช					
7	ฉันเลือกทำงานอื่นๆ มากกว่าทำงานในวิชาฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช เมื่อฉันมีเวลาว่าง					
8	เป็นการยากที่ฉันจะทำรายงานเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชจนเสร็จ ฉันทำไปได้สักครูก็เปลี่ยนไปทำกิจกรรมอื่น					
9	ฉันขบคิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช เมื่อฉันมีเวลาว่าง					
10	ฉันอ่านบททวนวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชด้วยความสมัครใจ					
11	ฉันหลีกเลี่ยงการทำรายงานเกี่ยวกับการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชที่ฉันรู้สึกว่ายาก					
12	ฉันรู้สึกไม่มีความสุขในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช					
13	แม้ว่ารายงานวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชจะยาก แต่ฉันก็ยังทำต่อไป					
14	ฉันรู้สึกว่าการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชน่าสนใจ					
15	เวลาว่างของฉันหมดไปกับวิชาที่ฉันชอบเรียน มากกว่าวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช					
16	ฉันเต็มใจทำกิจกรรมการพยาบาลจิตเวชเฉพาะที่อาจารย์มอบหมายเท่านั้น					

## แบบประเมินความเชื่ออำนาจภายใน - ภายนอกตน

### คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มีทั้งหมด 29 ข้อ แต่ละข้อมี 2 ประโยค คือ ก. และ ข. ให้อ่านทีละข้อ แล้วตัดสินใจว่าท่านเห็นด้วยกับประโยคใดมากกว่า ให้ขีด ✓ ลงใน ( ) หน้าประโยคที่ท่านเห็นด้วย โปรดทำให้ครบทุกข้อ

1. ( ) ก. การที่เด็กๆ ก่อเรื่องเดือดร้อน เป็นเพราะบิดามารดาเข้มงวดมากเกินไป  
( ) ข. พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็ก ๆ ส่วนมากเกิดจากการที่บิดามารดาตามใจจนเกินไป
2. ( ) ก. เรื่องเศร้าหลายเรื่องในชีวิตเกิดขึ้น เพราะเคราะห์ของบุคคลแต่ละคน  
( ) ข. เรื่องร้ายแรงที่เกิดขึ้นกับบุคคล เป็นผลของข้อผิดพลาดที่บุคคลนั้นทำเอง
3. ( ) ก. เหตุผลหนึ่งที่ทำให้เกิดสงครามก็คือ การที่ประชาชนไม่สนใจการเมืองเท่าที่ควร  
( ) ข. สงครามจะมีอยู่เรื่อยๆ ไปไม่ว่าใครจะพยายามป้องกันสักเพียงใดก็ตาม
4. ( ) ก. บุคคลควรจะได้รับการเคารพในสิทธิซึ่งควรจะได้รับ  
( ) ข. เป็นที่น่าเสียดายที่คุณค่าของบุคคลมักไม่เป็นที่ประจักษ์แจ้งแก่บุคคลอื่น แม้ว่าเขาจะพยายามสักเพียงใดก็ตาม
5. ( ) ก. ความคิดที่ว่าครูอาจารย์ไม่ยุติธรรมต่อนักเรียนนั้นไม่เป็นความจริง  
( ) ข. นักเรียนส่วนมากไม่เคยคำนึงว่า คะแนนสอบของตนจะต้องอยู่ภายใต้อิทธิพลของความบังเอิญต่างๆ
6. ( ) ก. การที่บุคคลจะเป็นหัวหน้าที่มีประสิทธิภาพได้ จำเป็นต้องขึ้นอยู่กับโอกาส  
( ) ข. การที่บุคคลมีความสามารถแต่ไม่ได้เป็นผู้นำเป็นผลมาจากการไม่รู้จักรู้จักใช้โอกาสที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์

เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง อายุ.....ปี

### แบบสอบถามแม่แบบของการเรียนรู้โดยการกำกับตนเอง

#### คำชี้แจง

แบบสอบถามประกอบด้วยข้อความบรรยายวิธีการเรียนของนักศึกษาทั่วไป กรุณาอ่านข้อความแล้ว  
 ตอบคำถามว่า วิธีการเรียนที่บรรยายไว้นั้นเป็นวิธีการเรียนที่ท่านสังเกตเห็นเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่  
อาจารย์ หรือพยาบาลประจำหอผู้ป่วยปฏิบัติแล้ว ได้รับผลดี และท่านนำวิธีการเรียนนั้น  
มากระทำตามในการเรียนวิชาฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช ใช่หรือไม่

บุคคลที่ท่านสังเกตเห็นในแต่ละสถานการณ์อาจจะไม่ใช่คนเดียวกันและอาจจะมีมากกว่า 1 คนก็ได้

กรุณาตอบคำถามโดยกา  ลงในช่อง  ตามความหมายของข้อเลือกต่อไปนี้

- ใช่ หมายถึง วิธีการเรียนที่บรรยายไว้เป็นวิธีการเรียนที่ท่านได้สังเกตเห็นเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่  
 อาจารย์ หรือพยาบาลปฏิบัติแล้วได้รับผลที่ดีตามมา และท่านนำวิธีการเรียนนั้นมา ปฏิบัติตามใน  
 การฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช
- ไม่ใช่ หมายถึง วิธีการเรียนที่บรรยายไว้เป็นวิธีการเรียนที่ท่านไม่เคยสังเกตเห็นเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่  
 อาจารย์ หรือพยาบาลปฏิบัติแล้วได้รับผลดี หรือท่านไม่เคยนำวิธีการที่สังเกตเห็นไปปฏิบัติตาม

1. บางคนจะตั้งเป้าหมายการเรียนของตนเอง ซึ่งอาจจะตั้งไว้ว่าจะเรียนให้ได้เกรดไม่ต่ำกว่า 2.00 หรือ 3.00 หรือ 4.00 ตามแต่ผู้นั้นมีคามมั่นใจในตนเอง และต่อมาผู้นั้นอาจจะปรับเป้าหมายของตนเองให้สูงขึ้นอีก หรือให้ต่ำลง หรือไม่ปรับเปลี่ยน ขึ้นอยู่กับผลการเรียนขั้นต้นของตนเอง

ท่านเคยสังเกตเห็นเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่ อาจารย์ หรือพยาบาลปฏิบัติดังที่ข้อความบรรยายไว้หรือไม่

ไม่ใช่  ใช่

ท่านสังเกตเห็นว่าเมื่อเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่ อาจารย์ หรือพยาบาล ปฏิบัติดังนี้แล้ว ได้รับผลที่ดีตามมา เช่น ได้รับการชื่นชม ได้คะแนนดี ได้เกรดดี ใช่หรือไม่

ไม่ใช่  ใช่

ท่านนำวิธีการเรียนที่ท่านสังเกตเห็นไปปฏิบัติตามในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช ใช่หรือไม่

ไม่ใช่  ใช่

2. บางคนจะตั้งเป้าหมายการเรียนของตนเองว่าจะพัฒนาความรู้และทักษะของตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งอาจจะตั้งเป้าหมายว่าเพื่อเพิ่มพูนความรู้ในวิชาที่เรียน หรือเพื่อเพิ่มพูนทักษะในการเรียน หรือเพื่อเพิ่มพูนทักษะในการทำงานกับผู้ป่วย ตามแต่วัตถุประสงค์รายวิชานั้นจะกำหนดไว้

ท่านเคยสังเกตเห็นเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่ อาจารย์ หรือพยาบาลปฏิบัติดังที่ข้อความบรรยายไว้หรือไม่

ไม่ใช่  ใช่

ท่านสังเกตเห็นว่าเมื่อเพื่อนนักศึกษา นักศึกษารุ่นพี่ อาจารย์ หรือพยาบาล ปฏิบัติดังนี้แล้ว ได้รับผลที่ดีตามมา เช่น ได้รับการชื่นชม ได้คะแนนดี ได้เกรดดี มีความสามารถเพิ่มขึ้น ใช่หรือไม่

ไม่ใช่  ใช่

ท่านนำวิธีการเรียนที่ท่านสังเกตเห็นไปปฏิบัติตามในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช ใช่หรือไม่

ไม่ใช่  ใช่

### แบบสอบถามบรรยากาศการเรียนการสอน

#### คำชี้แจง

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วยข้อความบรรยายถึงบรรยากาศในการเรียนการสอน จำนวน 62 ข้อ กรุณาอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วพิจารณาตอบคำถามว่าบรรยากาศในการเรียนที่บรรยายในแต่ละข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับบรรยากาศในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของท่านหรือไม่ โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบซึ่งมีความหมายดังนี้

น้อยมาก 1	หมายถึง	บรรยากาศในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของนักศึกษา เป็นอย่างที่ว่าความนั้นบรรยายน้อยมาก
น้อย 2	หมายถึง	บรรยากาศในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของนักศึกษา เป็นอย่างที่ว่าความนั้นบรรยายนานๆ ครั้ง
บางครั้ง 3	หมายถึง	บรรยากาศในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของนักศึกษา เป็นอย่างที่ว่าความนั้นบรรยายบ้างบางครั้ง
มาก 4	หมายถึง	บรรยากาศในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของนักศึกษา เป็นอย่างที่ว่าความนั้นบรรยายค่อนข้างบ่อย
มากที่สุด 5	หมายถึง	บรรยากาศในการเรียนวิชาฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชของนักศึกษา เป็นอย่างที่ว่าความนั้นบรรยายสม่ำเสมอ

ลำดับ ที่	บรรยายคดีในการเรียนการสอน	น้อยมาก	น้อย	บางครั้ง	มาก	มากที่สุด
		1	2	3	4	5
1	อาจารย์จะให้นักศึกษาตกลงกันเองว่าจะให้ใครจะทำกลุ่มกิจกรรมบ้างต่อก่อน					
2	หากนักศึกษาไม่เข้าใจแผนการรักษา / แผนการพยาบาล อาจารย์ยินดีตอบข้อซักถามเสมอ					
3	อาจารย์ไม่ค่อยให้ความสนใจรับฟังความคิดเห็นของนักศึกษาที่ แตกต่างจากอาจารย์					
4	หลังจากอาจารย์ชี้แจงการทำกิจกรรมบ้างแล้ว อาจารย์จะเปิดโอกาสให้นัก ศึกษาตัดสินใจเองว่าต้องการจะจัดกิจกรรมบ้างต่ออย่างไร					
5	อาจารย์ไม่พอใจถ้านักศึกษาได้แย่งแสดงเหตุผล					
6	อาจารย์ปฐมนิเทศก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติงานอย่างชัดเจน					
7	อาจารย์ให้ความช่วยเหลือกับนักศึกษาทันทีที่ท่านทราบว่านักศึกษาต้องการ ความช่วยเหลือ					
8	อาจารย์จะกำหนดหน้าที่ และตารางทำงานไว้ให้นักศึกษาทุกคนโดยที่ นักศึกษาไม่มีสิทธิโต้แย้ง					
9	อาจารย์จะให้นักศึกษาได้ทราบข้อดีและข้อบกพร่อง ของงานทุกอย่างที่นักศึกษาทำ					
10	อาจารย์ไม่อธิบายให้นักศึกษาทราบว่างานที่ให้นักศึกษาทำมีประโยชน์อะไร					
11	อาจารย์ไม่ให้โอกาสนักศึกษาซักถาม					
12	อาจารย์ให้คำปรึกษาเมื่อเห็นว่านักศึกษามีความวิตกกังวลต่อ การฝึกภาคปฏิบัติ					
13	อาจารย์อธิบายหลักการและเหตุผลของงานที่มอบหมายอย่างชัดเจน					
14	อาจารย์แสดงความชื่นชมกับนักศึกษาที่มีข้อซักถามอาจารย์					
15	อาจารย์ยินดีรับฟังความคิดเห็นของนักศึกษาที่แตกต่างจากอาจารย์					
16	อาจารย์ไม่เคยติชมเกี่ยวกับงานที่นักศึกษาทำ					
17	อาจารย์ยินดีรับฟังความไม่สบายใจของนักศึกษาทุกคน					
18	อาจารย์เป็นผู้กำหนดว่าต้องจับสลากเพื่อตัดสินว่า ใครต้องทำกลุ่มกิจกรรมบ้างต่อก่อนหลัง					
19	อาจารย์แสดงความไม่พอใจเมื่อนักศึกษาซักถามข้อสงสัย					



## แบบสอบถามบรรยากาศในครอบครัวที่ส่งเสริมการกำกับตนเอง

### คำชี้แจง

แบบสอบถามต่อไปนี้ประกอบด้วยข้อความบรรยายบรรยากาศในครอบครัวจำนวน 63 ข้อ กรุณาอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วพิจารณาตอบคำถามว่าบรรยากาศในครอบครัวที่บรรยายในแต่ละข้อความนั้นเป็นความจริงเกี่ยวกับบรรยากาศในครอบครัวของท่านหรือไม่ โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง ซึ่งมีความหมายดังนี้

- |   |         |  |
|---|---------|--|
| 1 | หมายถึง | บรรยากาศในครอบครัวของนักศึกษาเป็นอย่างไรที่ข้อความนั้นบรรยายน้อยมาก      |
| 2 | หมายถึง | บรรยากาศในครอบครัวของนักศึกษาเป็นอย่างไรที่ข้อความนั้นบรรยายค่อนข้างน้อย |
| 3 | หมายถึง | บรรยากาศในครอบครัวของนักศึกษาเป็นอย่างไรที่ข้อความนั้นบรรยายบ้างบางครั้ง |
| 4 | หมายถึง | บรรยากาศในครอบครัวของนักศึกษาเป็นอย่างไรที่ข้อความนั้นบรรยายค่อนข้างบ่อย |
| 5 | หมายถึง | บรรยากาศในครอบครัวของนักศึกษาเป็นอย่างไรที่ข้อความนั้นบรรยายสม่ำเสมอ     |

ข้อ	บรรยายภาคในครอบครัว	น้อยที่สุด	น้อย	บางครั้ง	มาก	มากที่สุด
		1	2	3	4	5
1	ถ้าฉันสนใจสิ่งใดเป็นพิเศษ พ่อแม่ผู้ปกครองจะพยายามสนับสนุน					
2	ไม่ว่าฉันจะต้องการสิ่งใด พ่อแม่ผู้ปกครองจะไม่คอยหาให้					
3	ฉันจะต้องเข้านอนเป็นเวลาไมเช่นนั้นจะถูกตำหนิ					
4	ถ้าฉันทำสิ่งใดผิดไปจากที่พ่อแม่ผู้ปกครองแนะนำฉันต้องถูกตำหนิ					
5	ฉันพยายามทำตัวดีเพื่อให้พ่อแม่ผู้ปกครองชมฉันสักครั้ง					
6	บางครั้งพ่อแม่ผู้ปกครองอารมณ์ดีแม้ฉันจะทำผิดก็อาจไม่ถูกตำหนิ					
7	ฉันต้องเลือกเรียนพยาบาลตามที่พ่อแม่ผู้ปกครองชอบ					
8	เมื่อฉันซักถามสิ่งใด พ่อแม่ผู้ปกครองจะพยายามตอบ					
9	ฉันขอยืมเงินเพื่อนซื้อของที่ถูกใจบ่อยๆ					
10	เมื่อฉันจะต้องถูกตำหนิพ่อแม่ผู้ปกครองจะอธิบายเหตุผลที่ต้องถูกตำหนิ					
11	พ่อแม่ผู้ปกครองของฉันไม่ค่อยยอมให้ฉันแสดงความรู้สึกโกรธ					
12	พ่อแม่ผู้ปกครองของฉันมีความเห็นไม่ตรงกันเรื่องระเบียบวินัยในบ้าน					
13	ถ้าพ่อแม่ผู้ปกครองจะให้รางวัลแก่ฉัน พ่อแม่ผู้ปกครองจะถามฉันก่อนว่าต้องการอะไร					
14	พ่อแม่ผู้ปกครองซ้ำเติม ถ้าความพยายามของฉันล้มเหลว					
15	ฉันไปโรงเรียนไม่ค่อยทันเพราะตื่นสาย					
16	พ่อแม่ผู้ปกครองวางแผนอนาคตไว้ให้ฉันแล้ว					
17	พ่อแม่ผู้ปกครองของฉันมีงานยุ่งต้องทำอยู่ตลอดเวลา					
18	ฉันจะช่วยงานบ้านหรือไม่ก็ได้ พ่อแม่ผู้ปกครองไม่ตำหนิ					
19	พ่อแม่ผู้ปกครองไม่ชอบให้ฉันแต่งตัวตามแฟชั่นวัยรุ่นไม่ว่ากรณีใดๆ					
20	ฉันรู้สึกว่าจะต้องทำอะไรตามลำพังเสมอ					

## ข้อสอบวัดความรู้เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยจิตเวชในโรงพยาบาล

### คำชี้แจง

1. แบบวัดทั้งหมดมี 24 ข้อ ให้ทำทุกข้อ
2. ในแต่ละข้อคำถามให้เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว ลงในกระดาษคำตอบ
3. ระยะเวลาในการทำ 24 นาที

### กรณี ที่ 1

นางสาวจินดาอายุ 15 ปี มารดานำส่งโรงพยาบาลด้วยอาการกลัวคนมาทำร้าย จะหลบตัวอยู่ในห้องคนเดียว ไม่พูดคุยกับใคร ไม่สนใจตนเอง มารับการรักษาครั้งแรก แพทย์รับไว้ในโรงพยาบาล สภาพแรกรับผู้ป่วยสวมเสื้อผ้าสกปรก ทำทางอ่อนเพลีย พยาบาลหัวหน้าเวรเป็นผู้รับผู้ป่วยในขณะนั้น และเป็นเพื่อนกับมารดาผู้ป่วยมาก่อน กล่าวว่า “จินดา มาที่นี่ ได้ข่าวว่าทำเรื่องยุ่งนักหรือ” นางสาวจินดานั่งนิ่งก้มหน้าไม่พูดไม่สบตามใคร พยาบาลหัวหน้าเวรกล่าวต่อว่า “ไหน เรารู้ว่าเธอกลัวอะไรนะ” สักครู่นางสาวจินดาเหลือบตามองเห็นพยาบาลน้ำบุษย์ ซึ่งเป็นพยาบาลใหม่เดินผ่านมา นางสาวจินดาจึงลุกขึ้นและพูดว่า “หนูไม่เป็นอะไรหรอก แต่บางคนอิจฉา หนูไม่พูดกับใครหรอก” แล้ววิ่งไปกอดพยาบาลน้ำบุษย์ “หนูจะพูดกับพี่คนเดียว พี่ใจดี พี่ถามหนูสิ” พยาบาลน้ำบุษย์ถอยหลังหนีและมองสบตาพยาบาลหัวหน้าเวร มารดาผู้ป่วยซึ่งนั่งอยู่ตะโกนว่า “จินดาปล่อยเขาเดี๋ยวนี้ละ” นางสาวจินดาจึงกอดแน่นขึ้น พยาบาลน้ำบุษย์มองสบตาญาติและพยาบาลหัวหน้าเวรสลับกันไปมาและกล่าวขึ้นด้วยเสียงดัง “นี่ จินดา” และหันไปทางพยาบาลหัวหน้าเวร “พี่.....ช่วยหน่อยสิคะ”

จากกรณีที่ 1 จงตอบคำถามที่ 1-4

1. จากพฤติกรรมที่ น.ส. จินดาวิ่งมากอดพยาบาลน้ำบุษย์นั้น การวินิจฉัยการพยาบาลข้อใดถูกต้อง
  - ก. มีพฤติกรรมคุกคามผู้อื่นเนื่องจากรู้สึกว่าคุณค่าแห่งตนถูกคุกคาม
  - ข. มีสัมพันธภาพกับผู้อื่นไม่ดีเนื่องจากขาดความไว้วางใจผู้อื่น
  - ค. มีแนวโน้มทำร้ายผู้อื่นเนื่องจากภาวะหวาดระแวง
  - ง. มีพฤติกรรมก้าวร้าวเนื่องจากมีความรู้สึกหวาดระแวง
2. พฤติกรรมที่ น.ส. จินดา วิ่งมากอดพยาบาลน้ำบุษย์เป็นการสื่อความหมายใด
  - ก. โกรธไม่ยอมพูดกับพยาบาลหัวหน้าเวรและต้องการให้พยาบาลน้ำบุษย์เป็นที่พึ่ง
  - ข. ทำพฤติกรรมให้เด่นและข่มขู่พยาบาล
  - ค. ยึดพยาบาลน้ำบุษย์เป็นพวกเดียวกัน
  - ง. ต้องการทำสิ่งที่พยาบาลไม่ชอบ
3. พฤติกรรมของพยาบาลน้ำบุษย์เป็นการสื่อความหมายใด
  - ก. ไม่รู้วิธีที่จะติดต่อกับ น.ส. จินดา
  - ข. หวาดกลัวที่ น.ส. จินดาเข้ามากอด
  - ค. รังเกียจ น.ส. จินดาที่สวมเสื้อผ้าสกปรก
  - ง. ถ้าพูดกับ น.ส. จินดาจะเป็นการเสียมารยาทเพราะเป็นคนใช้ของพยาบาลหัวหน้าเวร
4. เมื่อ น.ส. จินดาเข้ามากอด.....ถ้าท่านเป็นพยาบาลน้ำบุษย์ท่านจะปฏิบัติอย่างไร
  - ก. บอก น.ส. จินดาว่า “เดี๋ยว.....จินดา เรานั่งคุยกันก่อน”
  - ข. บอกญาติ น.ส. จินดาว่า “คุณ.....ช่วยจับลูกออกไปหน่อยค่ะ”
  - ค. บอก น.ส. จินดาว่า “ถ้าคุณจินดาไม่ปล่อย ฉันจะไม่คุยด้วยนะค่ะ”
  - ง. บอกผู้ป่วยว่า “คุณไปคุยกับพี่หัวหน้าเวรก่อนนะค่ะ ถ้าฉันเสร็จธุระแล้วจะมาคุยด้วยค่ะ”

## แบบวัดเจตคติต่อการปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช

แบบวัดนี้ประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 มาตรฐานเจตคติต่อการปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช จำนวน 25 ข้อ

ส่วนที่ 2 มาตรฐานประเมินเจตคติต่อการปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช จำนวน 25 ข้อ

คำชี้แจง

โปรดอ่านและพิจารณาแต่ละข้อความ แล้วเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเหนือข้อความที่มีความหมายตรงกับความต้องการเพียงเครื่องหมายเดียวในแต่ละข้อ และโปรดตอบทุกข้อในแบบวัด โดยถือว่า แต่ละช่วงมีความห่างเท่ากัน เช่น “มาก” ห่างจาก “ปานกลาง” เท่ากับ “ปานกลาง” ห่างจาก “น้อย” เป็นต้น

ตัวอย่างที่ 1

ส่วนที่ 1

การดูแลผู้ป่วยจิตเวชเป็นเรื่องที่น่าตื่นเต้น หวาดกลัว

ถ้าท่านเห็นว่ามีความเป็นไปได้มากที่การดูแลผู้ป่วยจิตเวชจะเป็นเรื่องที่น่าตื่นเต้น หวาดกลัว ท่านก็เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเหนือข้อความ “มาก” ด้าน “เป็นไปได้” ดังตัวอย่าง

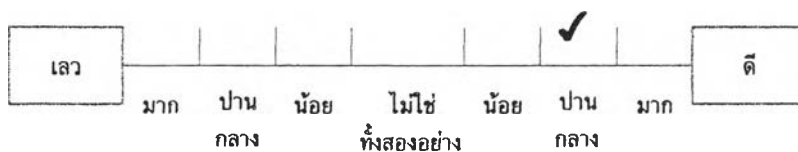


ตัวอย่างที่ 2

ส่วนที่ 2

การรู้สึกตื่นเต้น หวาดกลัว เป็นสิ่งที่

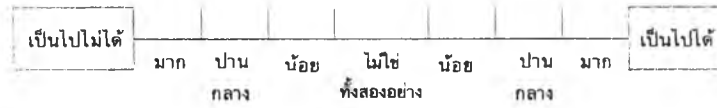
ถ้าท่านมีความเห็นว่าความรู้สึกของพยาบาลหรือของตัวท่านเองในการดูแลผู้ป่วยจิตเวชที่ท่านรู้สึกตื่นเต้น หวาดกลัวเป็นสิ่งที่ดีปานกลาง ท่านก็เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเหนือข้อความ “ปานกลาง” ด้าน “ดี” ดังตัวอย่าง



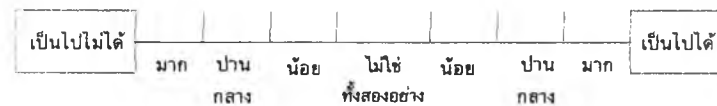
## ส่วนที่ 1 มาตรฐานวัดเจตคติต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช

ท่านเข้าใจว่าการดูแลผู้ป่วยจิตเวช

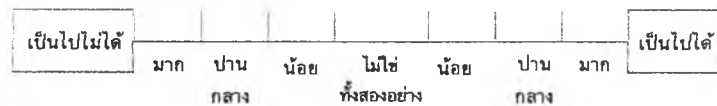
1 ใช้ความอดทนและความพยายามอย่างสูง



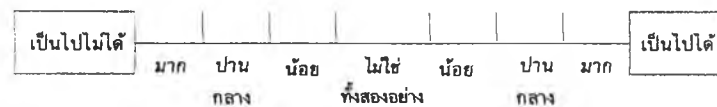
2 ใช้เทคนิคเฉพาะในการติดต่อสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ



3 ต้องเอาใจใส่ สนับสนุนทางจิตใจสม่ำเสมอ



4 ต้องดูแลอย่างใกล้ชิดเพื่อระมัดระวังอันตราย



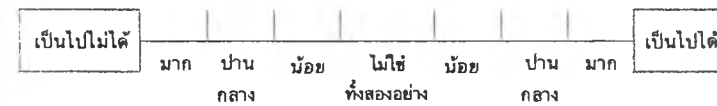
5 ควรให้การยอมรับฐานะเป็นบุคคลหนึ่งในสังคม



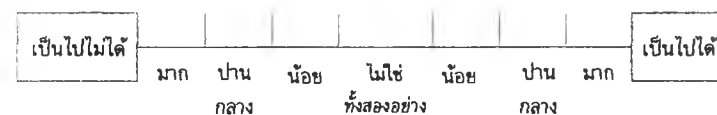
6 เน้นการช่วยให้ผู้ป่วยกลับสู่สังคมได้



7 เน้นการให้ผู้ป่วยแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง



8 ต้องพร้อมทั้งบุคลากร เครื่องมือสถานที่



## ส่วนที่ 2 มาตรการประเมินเจตคติต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช

ท่านมีความเห็นเกี่ยวกับความเข้าใจต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวชต่อไปนี้อย่างไร

- |   |   |     |     |         |      |                    |      |         |     |    |
|---|---|-----|-----|---------|------|--------------------|------|---------|-----|----|
| 1 | การใช้ความอดทนและความพยายามอย่างสูง เป็นสิ่งที่   | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 2 | การใช้เทคนิคเฉพาะในการติดต่อสื่อสาร และสร้างสัมพันธภาพ ในการดูแลผู้ป่วยจิตเวช เป็นสิ่งที่ | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 3 | การเอาใจใส่ สนับสนุน ทางจิตใจต่อผู้ป่วยจิตเวชสม่ำเสมอ เป็นสิ่งที่                         | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 4 | การดูแลผู้ป่วยจิตเวชอย่างใกล้ชิดเพื่อระมัดระวังอันตราย เป็นสิ่งที่                        | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 5 | การยอมรับผู้ป่วยจิตเวชในฐานะเป็นบุคคลหนึ่งในสังคม เป็นสิ่งที่                             | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 6 | การเน้นการช่วยเหลือให้ผู้ป่วยกลับสู่สังคมได้ เป็นสิ่งที่                                  | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 7 | การเน้นให้ผู้ป่วยแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่   | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |
| 8 | การที่ต้องมีความพร้อมทั้งบุคลากร เครื่องมือ สถานที่ในการดูแลผู้ป่วยจิตเวชเป็นสิ่งที่      | เลว | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | ดี |

### แบบวัดเจตคติต่อการดูแลผู้ป่วยจิตเวช

แบบวัดนี้ประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 มาตรฐานเจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวช จำนวน 20 ข้อ

ส่วนที่ 2 มาตรฐานประเมินเจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวช จำนวน 20 ข้อ

#### คำชี้แจง

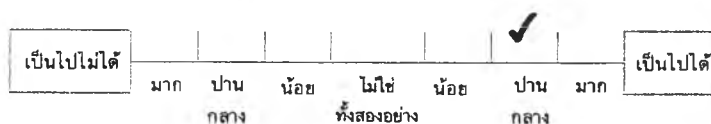
โปรดอ่านและพิจารณาแต่ละข้อความ แล้วเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเหนือข้อความที่มีความหมายตรงกับความต้องการเพียงเครื่องหมายเดียวในแต่ละข้อ และโปรดตอบทุกข้อในแบบวัด โดยถือว่า แต่ละช่วงมีความห่างเท่ากัน เช่น “มาก” ห่างจาก “ปานกลาง” เท่ากับ “ปานกลาง” ห่างจาก “น้อย” เป็นต้น

#### ตัวอย่างที่ 1

##### ส่วนที่ 1

ผู้ป่วยจิตเวชเป็นบุคคลที่มีความผิดปกติทางพฤติกรรม

ถ้าท่านเห็นว่าความเป็นไปได้ปานกลางที่ผู้ป่วยจิตเวชจะเป็นบุคคลที่มีความผิดปกติทางพฤติกรรม ท่านก็เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเหนือข้อความ “ปานกลาง” ด้าน “เป็นไปได้” ดังตัวอย่าง

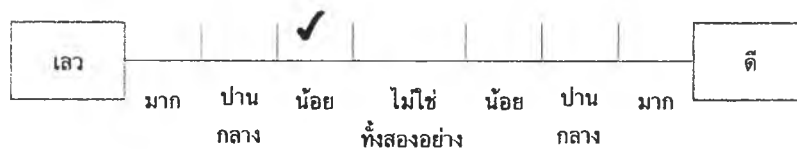


#### ตัวอย่างที่ 2

##### ส่วนที่ 2

พฤติกรรมที่ผิดปกติ เป็นสิ่งที่

ถ้าท่านมีความเห็นว่าพฤติกรรมที่ผิดปกติของผู้ป่วยจิตเวช เป็นสิ่งที่เลวน้อย ท่านก็เขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างเหนือข้อความ “น้อย” ด้าน “เลว” ดังตัวอย่าง



### ส่วนที่ 1 มาตรฐานเจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวช

ท่านมีความเห็นว่า ผู้ป่วยจิตเวชเป็นบุคคลที่

- |   |   |              |     |         |      |                    |      |         |     |           |
|---|---|--------------|-----|---------|------|--------------------|------|---------|-----|-----------|
| 1 | มีความผิดปกติทางพฤติกรรม                    | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 2 | มีความผิดปกติด้านความคิดและอารมณ์           | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 3 | ต้องการการเข้าใจและยอมรับ                   | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 4 | มีอาการเหม่อลอย เชื่องช้า ไร้สติ            | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 5 | มีพฤติกรรมที่คาดไม่ถึง และควบคุมตนเองไม่ได้ | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 6 | เพื่อฝัน พุดจาสับสน เพ้อเจ้อ                | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 7 | เป็นอันตรายต่อตนเอง และผู้อื่น              | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 8 | ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ แยกตัวหวาดระแวง   | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |
| 9 | ขาดความรัก ความอบอุ่น                       | เป็นไปไม่ได้ | มาก | ปานกลาง | น้อย | ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง | น้อย | ปานกลาง | มาก | เป็นไปได้ |



## ส่วนที่ 2 มาตรฐานประเมินเจตคติต่อผู้ป่วยจิตเวช

ท่านมีความเห็นเกี่ยวกับผู้ป่วยจิตเวชในเรื่องต่อไปนี้หรือไม่

- 1 พฤติกรรมที่ผิดปกติ เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 2 ความผิดปกติทางความคิดและอารมณ์ เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 3 การต้องการการเข้าใจและยอมรับ เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 4 อาการเหม่อลอย เชื่องช้า ไร้สติ เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 5 พฤติกรรมที่คาดไม่ถึง และควบคุมตนเองไม่ได้ เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 6 การเพ้อฝัน พุดจาสิบสน เพื่อเจ้อ เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 7 การเป็นบุคคลอันตราย เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 8 การปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ แยกตัวหวาดระแวง เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 9 การขาดความรัก ความอบอุ่น เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			
- 10 การถูกกระทบกระเทือนจิตใจอย่างรุนแรงและเจ็บปล้น เป็นสิ่งที่
 

เลว										ดี
	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง	น้อย	ปานกลาง	มาก			

## แบบประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด

ชื่อ.....กิจกรรมกลุ่มครั้งที่.....วันที่.....เวลา.....

รายการประเมินและพฤติกรรมที่ใช้ประกอบการประเมิน	ผลการประเมิน	เกณฑ์/อภิปรายผล			
		1	2	3	4
<b>เลือกหัวข้อและวิธีการจัดกลุ่มได้อย่างเหมาะสมกับลักษณะของผู้ป่วย</b>					
กิจกรรมช่วยส่งเสริมให้กลุ่มใช้เวลาให้เป็นประโยชน์		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
กิจกรรมเหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพผู้ป่วย					
สมาชิกกลุ่มมีส่วนร่วมในการเลือกและเต็มใจเข้าร่วมกิจกรรม					
อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างหัวข้อและวิธีจัดกลุ่มได้กับลักษณะผู้ป่วยได้					
กิจกรรมมีความแปลกใหม่แสดงถึงความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
รวมคะแนน					
<b>กำหนดวัตถุประสงค์ของกิจกรรมกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</b>					
แจ้งวัตถุประสงค์ของกลุ่มทุกครั้งตามความเหมาะสม		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ 6 ข้อ
วัตถุประสงค์ชัดเจนสามารถปฏิบัติได้จริง					
กลุ่มเข้าใจวัตถุประสงค์และให้ความร่วมมือ					
วัตถุประสงค์สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของผู้ป่วย					
กลุ่มมีส่วนร่วมในการวางวัตถุประสงค์					
อธิบายหลักการของวัตถุประสงค์แต่ละข้อได้					
รวมคะแนน					
<b>วางแผนการจัดกลุ่มบำบัดได้อย่างเหมาะสม</b>					
ส่งแผนการจัดกลุ่มล่วงหน้าตามกำหนด		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ 6 ข้อ
ติดตามและร่วมอภิปรายกับครูนิเทศ					
มีรายละเอียดของแผนครบถ้วนตามแบบฟอร์ม					
รายงานสะอาดเป็นระเบียบ					
วางแผนการจัดกลุ่มบำบัดได้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้					
อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างแผนการจัดกลุ่มกับวัตถุประสงค์ได้					
รวมคะแนน					
<b>จัดอุปกรณ์และสถานที่ประกอบกิจกรรมกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</b>					
อุปกรณ์และหาได้ง่ายไม่ซับซ้อน ประหยัด		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
อุปกรณ์เหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพผู้ป่วย					
อุปกรณ์มีสภาพเรียบร้อย ปลอดภัย					
สามารถใช้อุปกรณ์ได้ตามแผนที่กำหนดไว้					
อุปกรณ์และสถานที่ครบถ้วน พอเพียงกับผู้ป่วย					
อุปกรณ์และสถานที่สะดวกและใช้ง่ายสำหรับผู้ป่วย					
รวมคะแนน					

รายการประเมินและพฤติกรรมที่ใช้ประกอบการประเมิน	ผลการประเมิน	เกณฑ์/อภิปรายผล			
		1	2	3	4
<b>สามารถใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทางได้อย่างเหมาะสม</b>					
ใช้ภาษาที่สมาชิกกลุ่มเข้าใจได้ง่ายและถูกต้อง		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
พูดสุภาพ คล่องแคล่ว ยิ้มแย้มแจ่มใส					
ใช้ภาษาท่าทางเพื่อการสื่อสารกับสมาชิกได้เหมาะสม					
เสียงดัง พูดตัวควบกล้าชัดเจน นำเสียงกระตุ้นความสนใจ					
ทวนหรือถามภาษาพูดหรือภาษาท่าทางที่สมาชิกแต่ละคนใช้อย่างเหมาะสม					
รวมคะแนน					
<b>สามารถกระตุ้นสมาชิกให้มีส่วนร่วมในกลุ่มอย่างเหมาะสม</b>					
มองสบตา เรียกชื่อ สมาชิกทุกคนในกลุ่ม		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
กระตุ้นสมาชิกได้เหมาะสมตามความสามารถของสมาชิก					
ควบคุมสมาชิกที่มีพฤติกรรมมากกว่าปกติได้					
ให้กำลังใจสมาชิกกลุ่มตามความเหมาะสม					
จับประเด็นที่สมาชิกเสนอได้					
รวมคะแนน					
<b>ดำเนินกิจกรรมกลุ่มได้ตามแผนที่กำหนดไว้อย่างครบถ้วน</b>					
สมาชิกเข้ากลุ่มได้ตรงตามเวลาที่นัดหมาย		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
ดำเนินกลุ่มได้อย่างต่อเนื่อง					
เริ่มกลุ่ม ดำเนินกลุ่ม และปิดกลุ่มได้ตามขั้นตอนที่กำหนดไว้					
บริหารเวลาได้เหมาะสมตามขั้นตอน					
รวมคะแนน					
<b>แก้ปัญหาเฉพาะหน้าขณะดำเนินกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</b>					
ควบคุมอารมณ์ได้ไม่ตื่นตระหนกหรือโกรธ		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
ปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนินกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาได้เหมาะสม					
วิธีการแก้ปัญหาใช้ได้ผลดี ควบคุมสถานการณ์ได้					
ให้กลุ่มได้มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า					
สรุปวิธีการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้					
รวมคะแนน					
<b>ประเมินปัญหาและให้ข้อเสนอแนะที่ถูกต้องมีประโยชน์ ขณะดำเนินกิจกรรมกลุ่ม</b>					
กระตุ้นให้สมาชิกประเมินปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในกลุ่มได้ชัดเจน		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
ยอมรับฟังความคิดเห็นของสมาชิกในกลุ่มด้วยท่าที่เป็นมิตร					
วิเคราะห์สาเหตุและเสนอวิธีแก้ปัญหาที่เป็นประโยชน์					
ให้ผู้เสนอปัญหาและกลุ่มร่วมตอบปัญหา					
ให้สมาชิกกลุ่มสรุปวิธีแก้ปัญหา					
รวมคะแนน					

รายการประเมินและพฤติกรรมที่ใช้ประกอบการประเมิน	ผลการประเมิน	เกณฑ์/อภิปรายผล			
		1	2	3	4
<b>ยอมรับฟังความคิดเห็นจากสมาชิกกลุ่มด้วยท่าทีเหมาะสม</b>					
ฟังความคิดเห็นจากสมาชิกในกลุ่มเกี่ยวกับผลสำเร็จของกลุ่ม		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้อภิปรายอย่างกว้างขวาง					
ชี้แจงด้วยน้ำเสียง และท่าทีอ่อนโยน					
ซักถามข้อมูลเพื่อความกระจ่าง หรือขอคำแนะนำ					
แสดงความยินดี ขอบคุณ					
รวมคะแนน					
<b>ประสานงานกับผู้ร่วมกิจกรรมกลุ่ม</b>					
ก่อนการทำกลุ่มมีการซักซ้อมหน้าที่ของผู้ร่วมงาน		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
มีการอภิปรายแผนจัดกลุ่มกับผู้ร่วมงานล่วงหน้า					
มอบหมายหน้าที่ให้สมาชิกอย่างเหมาะสม					
บันทึกผลการทำงานของสมาชิกกลุ่มอย่างชัดเจน					
อภิปรายผลการทำงานตามที่มอบหมายหลังการทำกลุ่ม					
รวมคะแนน					
<b>ประเมินกระบวนการของกลุ่มและเนื้อหาของกลุ่ม ภายหลังจากปิดกลุ่มได้ถูกต้อง</b>					
ประเมินผลตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 5 ข้อ
ให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกในการร่วมกลุ่มครั้งนี้					
ให้สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการประเมินผล					
วิเคราะห์ความไว้วางใจ ความผูกพัน การสื่อสาร การแก้ปัญหา และผลงานของกลุ่ม					
วิเคราะห์ความขัดแย้ง ความคับข้องใจ และปัญหาส่วนบุคคลของสมาชิกได้					
รวมคะแนน					

ความคิดเห็น

---



---



---



---



---



---

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ถูกประเมิน

(.....)

วันที่.....

## แบบประเมินกรณีศึกษาผู้ป่วยจิตเวช

ชื่อ.....สถานที่ฝึกปฏิบัติ.....วันที่.....

รายการประเมินและพฤติกรรมที่ใช้ประกอบการประเมิน	ผลการประเมิน	เกณฑ์/อภิปรายผล			
		1	2	3	4
<b>เขียนรายงานได้ถูกต้องสมบูรณ์ตามรูปแบบของการเขียนรายงาน</b>					
ปกหน้าประกอบด้วย ชื่อเรื่อง/ภาพประกอบ เสนอ ผู้จัดทำรายงาน รายงานประกอบ		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ 6 ข้อ
วิชา ภาคเรียน ปีการศึกษา แผนกวิชา วิทยาลัยพยาบาล					
คำนำมีจุดมุ่งหมายของการทำรายงาน มีวิธีการศึกษา มีกิตติกรรมประกาศ					
สารบัญหัวข้อ/เรื่อง/ตาราง/รูปภาพ หัวข้อใหญ่ และหัวข้อย่อย					
บทนำ มีข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวข้องกับผู้ป่วยโดยตรง (อายุ เพศ น้ำหนัก จำนวนครั้งที่อยู่โรงพยาบาล) มีอาการสำคัญของผู้ป่วย					
บรรณานุกรม ถูกต้องครบถ้วนตามหลักการเขียน					
ภาคผนวกมีการนำเสนอ กระบวนการพยาบาล การปะทะสังสรรค์ การตรวจสภาพจิต การบันทึกทางการพยาบาล การรายงานต่าง ๆ					
รวมคะแนน					
<b>รวบรวมข้อมูลได้สมบูรณ์</b>					
รวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ บุคคล ครอบครัว		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
รวบรวมข้อมูลจาก บันทึกรายงาน เอกสาร ตำรา					
รวบรวมข้อมูลจากการสังเกต ตรวจร่างกาย					
แยกแยะ ระบุ และบันทึกปัญหาพฤติกรรมต่าง ๆ ที่พบได้					
รวมคะแนน					
<b>วินิจฉัยทางการพยาบาลและจัดลำดับความสำคัญของปัญหาได้</b>					
ระบุปัญหาพร้อมทั้งอาการที่สัมพันธ์กับปัญหาได้		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
มีข้อมูลสนับสนุนเพียงพอ					
เรียงลำดับความสำคัญของปัญหาได้					
กำหนดเกณฑ์และระยะเวลาการประเมินระยะสั้นและระยะยาวได้					
รวมคะแนน					
<b>วางแผนให้การพยาบาลระยะสั้นได้</b>					
กำหนดเป้าหมายและกิจกรรมการพยาบาลในระยะสั้นได้เหมาะสมกับสภาพผู้ป่วย		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
กำหนดกิจกรรมพยาบาลได้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ การบำบัดทางกาย นิเวศน์ บำบัด จิตบำบัด หรือวิธีบำบัดอื่น ๆ ได้					
เขียนแผนการพยาบาลระยะสั้นพร้อมเกณฑ์การประเมินผลได้					
ระบุเหตุผลทางวิชาการของแผนการพยาบาลแต่ละกิจกรรมได้ถูกต้อง					
รวมคะแนน					

รายการประเมินและพฤติกรรมที่ใช้ประกอบการประเมิน	ผลการประเมิน	เกณฑ์/อภิปรายผล			
		1	2	3	4
<b>วางแผนให้การพยาบาลระยะยาวได้</b>					
กำหนดเป้าหมายและกิจกรรมการพยาบาลในระยะฟื้นฟูได้เหมาะสมกับสภาพของผู้ป่วย					
กำหนดกิจกรรมพยาบาลได้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ตลอดจนแผนการรักษาของทีมจัดเวช		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
เขียนแผนการพยาบาลระยะยาวพร้อมเกณฑ์การประเมินผลได้					
ระบุเหตุผลทางวิชาการของแผนการพยาบาลแต่ละกิจกรรมได้ถูกต้อง					
รวมคะแนน					
<b>ให้การช่วยเหลือและปรับแก้พฤติกรรมในระยะบำบัดได้เหมาะสม</b>					
จัดกิจกรรมได้เหมาะสมกับเพศ วัย สภาพของผู้ป่วยและลักษณะของปัญหาในระยะบำบัด					
นำทฤษฎีต่างๆ มาใช้ในการวิเคราะห์พฤติกรรม					
ลดภาวะวิตกกังวลโดยการสนทนาเพื่อการบำบัด					
ให้การช่วยเหลือตามความจำเป็น เช่น การรักษาด้วยไฟฟ้า /การจำกัดขอบเขต					
ให้ยาเหมาะสมกับสภาพปัญหา และทราบถึงอาการข้างเคียง					
รวมคะแนน					
<b>ให้การช่วยเหลือและปรับแก้พฤติกรรมในระยะฟื้นฟูสภาพได้เหมาะสม</b>					
จัดกิจกรรมฟื้นฟูสภาพได้เหมาะสมกับลักษณะปัญหาของผู้ป่วยในระยะฟื้นฟู					
จัดโปรแกรมการปรับแก้พฤติกรรมในลักษณะต่างๆ เช่น กิจกรรมกลุ่ม จิตบำบัด					
รวมคะแนน					
<b>วางแผนและเตรียมผู้ป่วยเพื่อการรักษาและดูแลช่วยเหลือตัวเองอย่างต่อเนื่องเมื่อกลับสู่สังคมปกติ</b>					
เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยมีประสบการณ์ตรงในการเตรียมตัวกลับไปสู่สังคมที่บ้าน					
จัดโปรแกรมการสนทนากับผู้ป่วยเป็นระยะก่อนจำหน่ายเพื่อไปดูแลตนเองได้					
วางแผนประสานงานและส่งต่อได้					
ศึกษาสภาพชุมชน วางแผนการเตรียมชุมชน และแหล่งบริการ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องและสามารถดำรงชีวิตอยู่ในชุมชน					
รวมคะแนน					

รายการประเมินและพฤติกรรมที่ใช้ประกอบการประเมิน	ผลการประเมิน	เกณฑ์/อภิปรายผล			
		1	2	3	4
<b>ประเมินผลการพยาบาลผู้ป่วยได้ถูกต้องตามเกณฑ์</b>					
รวบรวมผลการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อทำการประเมินผล		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
สรุปผลการพยาบาลได้ถูกต้อง โดยอาศัยเกณฑ์ที่กำหนดในแผนการพยาบาล					
แก้ไขข้อบกพร่องของตนเองอย่างสม่ำเสมอ					
ปรับปรุงแผนการพยาบาลได้ตามข้อมูลที่ได้					
รวมคะแนน					
<b>สรุปผลและให้ข้อเสนอแนะจากกรณีศึกษาผู้ป่วยจิตเวช</b>					
ครอบคลุมสาระสำคัญทั้งหมด		ปฏิบัติได้ 1 ข้อ	ปฏิบัติได้ 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ 4 ข้อ
ตรงประเด็นการศึกษา					
มีประโยชน์ตรงกับข้อมูลจากการศึกษา					
ใช้ภาษาที่กะทัดรัด เข้าใจง่าย					
รวมคะแนน					

ความคิดเห็น

---



---



---



---



---

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ถูกประเมิน

(.....)

วันที่.....

ภาคผนวก ค  
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง



**แผนการสอนที่ 2**  
**เรื่องกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย**  
**เวลาสอน 2 ชั่วโมง**

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถ

1. ตั้งเป้าหมายในการจดบันทึกคำบรรยายของตนเองได้เหมาะสม
2. ตรวจสอบผลการบันทึกคำบรรยายและพฤติกรรมกรบันทึกคำบรรยายของตนเองได้
3. วางแผนการจดบันทึกคำบรรยายของตนเองได้
4. ปรับปรุงแผนการบันทึกคำบรรยายของตนเองได้
5. ใช้กลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายได้อย่างมีประสิทธิภาพ
6. มีการรับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองในการบันทึกคำบรรยายในระดับที่เหมาะสม
7. ตระหนักถึงความสำคัญของกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย

ขั้นตอนสำคัญของการบันทึกคำบรรยาย

1. การบันทึกเฉพาะใจความสำคัญ
2. แยกข้อมูลสนับสนุนและตัวอย่างของใจความสำคัญออก
3. สรุปสาระสำคัญของเนื้อหาแต่ละตอน
4. เรียบเรียงจัดระบบเนื้อหาแต่ละเรื่อง

ขั้นตอน	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน		สื่อ
	ผู้สอน	ผู้เรียน	
รับรู้ความสำคัญ ของ กลยุทธ์ การ บันทึกราย ค่า	นำเสนอสถานการณ์ของแม่แบบที่ประสบปัญหาในการเรียน เมื่อได้เรียนรู้กลยุทธ์การบันทึกค่าบรรยายแล้วเข้าใจเนื้อหาที่เรียนดีขึ้น การสอบดีขึ้น	ศึกษาสถานการณ์ อภิปราย สรุประเด็นจากสถานการณ์ แสดงความคิดเห็นต่อประเด็น	เอกสารบรรยายสถานการณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่ง ซึ่งมีปัญหาในการจดบันทึกค่าบรรยาย เมื่อใช้กลยุทธ์การบันทึกค่าบรรยายแล้วแก้ปัญหาได้คะแนนทดสอบดีขึ้น
สังเกต แม่แบบ ใส่ใจแม่แบบ	นำเสนอแม่แบบสาธิตกลยุทธ์การบันทึกค่าบรรยายโดยการ 1. เสนอเอกสารเนื้อหาคำบรรยาย 2. บอกปัญหาในการบันทึกค่าบรรยายของตนเอง 3. อธิบายกลยุทธ์บันทึกค่าบรรยาย และการกำกับตนเอง 4. บอกผลที่ได้รับ 5. สรุปรขั้นตอนสำคัญของกลยุทธ์	สังเกตแม่แบบอธิบายบริบทของแม่แบบและกลยุทธ์ที่แม่แบบใช้ ซักถามข้อสงสัย	* แม่แบบมีชีวิตเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 4 เหมือนกับผู้เรียน * เอกสารและแผ่นใสตัวอย่างสมมุติค่าบรรยายของแม่แบบ * ตารางตรวจสอบการบันทึกค่าบรรยายของแม่แบบ * ตัวอย่างสมมุติค่าบรรยายที่แม่แบบใช้กลยุทธ์ * สรุปรขั้นตอนสำคัญของกลยุทธ์
เข้ารหัส สัญลักษณ์ ชักซ้อม สัญลักษณ์	ผู้สอนกระตุ้นให้นักศึกษาใช้จินตนาการทบทวนขั้นตอนสำคัญของกลยุทธ์	ทบทวนขั้นตอนของกลยุทธ์โดยพูดขั้นตอนสำคัญของกลยุทธ์ด้วยคำพูดของตนเอง	
จัดระบบทาง ปัญหา	กระตุ้นให้ผู้เรียนประชุมแสดงความคิดเห็นต่อกลยุทธ์ที่แม่แบบสาธิต	ร่วมกันวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียของกลยุทธ์ที่แม่แบบสาธิตแลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม	แผ่นใส สรุปรผลการอภิปรายของกลุ่ม

ขั้นตอน	กิจกรรมการเรียนการสอน		สื่อ
	ผู้สอน	ผู้เรียน	
เลียนแบบ สังเกตตนเอง	กระตุ้นให้นักศึกษาเห็นความสำคัญของการประเมินตนเอง นำเสนอแบบสอบถามการบันทึกคำบรรยายให้นักศึกษาตอบ	ตอบแบบสอบถามการบันทึกคำบรรยายจากประสบการณ์เดิม	เอกสารแบบสอบถามการบันทึกคำบรรยาย จำนวน 20 ข้อ ซึ่งมีโครงสร้างแบบสอบถามตามกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายของแม่แบบ
ตัดสินใจ ตนเอง	กระตุ้นให้นักศึกษานำเกณฑ์ต่าง ๆ มาใช้เปรียบเทียบกับผลการตอบแบบสอบถามของตนเอง กระตุ้นให้นักศึกษานำผลมาแลกเปลี่ยนในกลุ่ม เกี่ยวกับ	นำเกณฑ์ต่าง ๆ มาเปรียบเทียบกับผลการตอบแบบสอบถามของตนเอง นำข้อมูลและเกณฑ์ของตนเองมาแลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม	
มีปฏิกริยา ต่อตนเอง	ความพึงพอใจในวิธีบันทึกคำบรรยายของตนเอง เกณฑ์ที่ใช้ตัดสินความพึงพอใจ ข้อดีข้อเสียของวิธีการบันทึกคำบรรยายที่ตนเองใช้	ในด้านความพึงพอใจในวิธีบันทึกคำบรรยายของตนเอง เกณฑ์ที่ใช้ตัดสินความพึงพอใจ ข้อดีข้อเสียของวิธีการบันทึกคำบรรยายที่ตนเองใช้	แผ่นใสบันทึกผลการประชุม
ตั้งเป้าหมาย	ผู้สอนกระตุ้นให้นักศึกษาพิจารณาปรับปรุงวิธีการบันทึกคำบรรยายของตนเอง โดยอธิบายมโนทัศน์ของการตั้งเป้าหมาย ให้ตัวอย่าง กระตุ้นให้นักศึกษาตั้งเป้าหมายการบันทึกคำบรรยายของตนเองในการเรียนวิชาปกติ 1 ครั้ง	ศึกษาเอกสารการตั้งเป้าหมายแบบมุ่งการเรียนรู้และแบบมุ่งผลการเรียน ซักถามผู้สอนถึงสิ่งที่ไม่เข้าใจ ตั้งเป้าหมายการบันทึกคำบรรยายของตนเอง	*เอกสาร เป้าหมายการเรียนรู้แบบมุ่งการเรียนรู้และแบบมุ่งผลลัพธ์ *ตัวอย่างการตั้งเป้าหมายแบบมุ่งการเรียนรู้ *ใบตรวจสอบกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย
วางแผน	กระตุ้นให้นักศึกษาวางแผนการบันทึกคำบรรยายให้บรรลุเป้าหมายแล้วแลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม	วางแผนหาวิธีทำให้การบันทึกคำบรรยายบรรลุเป้าหมาย และเปลี่ยนแปลงแผนการบันทึกคำบรรยายกันในกลุ่ม	*ใบวางแผนการเรียนรู้ *ใบตรวจสอบกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย
นำแผนไปปฏิบัติ	กระตุ้นให้นักศึกษานำแผนไปใช้ในการบันทึกคำบรรยายวิชาใดวิชาหนึ่ง 1 ครั้ง	ทำการบันทึกคำบรรยายในวิชาที่นักศึกษากำหนด โดยปฏิบัติตามกลยุทธ์ที่วางแผนไว้	กระดาษบันทึกคำบรรยาย
บันทึกตนเอง	กระตุ้นให้นักศึกษาบันทึกกลยุทธ์ที่นักศึกษาใช้ขณะบันทึกคำบรรยาย	บันทึกกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายที่ตนเองใช้ลงในแบบบันทึก	ใบตรวจสอบกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย

ขั้นตอน	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน		สื่อ
	ผู้สอน	ผู้เรียน	
รับข้อมูล ป้อนกลับ	กระตุ้นให้นักศึกษาตรวจสอบผล ลัพธ์ของการใช้กลยุทธ์การบันทึก คำบรรยายโดยในสมุดบันทึกคำ บรรยายมาแลกเปลี่ยนกับเพื่อนใน กลุ่ม	พิจารณาสมุดจดบันทึกคำ บรรยายของเพื่อนและของตน เอง แล้วให้คะแนนสมุดของ เพื่อนที่ละคนตามเกณฑ์การให้ คะแนน	*เกณฑ์การให้คะแนน สมุดจดบันทึก คือ มี ประเด็นครบถ้วน มีข้อ มูลสนับสนุนครบ *ใบคะแนนรายบุคคล
ตัดสินใจ ตนเอง	กระตุ้นให้นักศึกษานำเป้าหมายมา เปรียบเทียบกับข้อมูลที่บันทึก เกี่ยวกับการปฏิบัติตามแผน และ คะแนนสมุดบันทึกที่ได้จากเพื่อน หาสาเหตุของความสำเร็จและ ความล้มเหลว เชื่อมโยงวิธีการ บันทึกคำบรรยายกับคะแนนที่ได้ รับ	นำข้อมูลจากการบันทึกตนเอง และคะแนนจากที่เพื่อนให้ มา เปรียบเทียบกับเป้าหมายของ นักศึกษา ตัดสินใจว่าพอใจตน เองหรือไม่ หาสาเหตุของความ สำเร็จหรือล้มเหลว	
รับคำ แนะนำ สังเกตแม่ แบบที่ เป็นเพื่อน	ผู้สอนให้คำแนะนำเกี่ยวกับการใช้ กลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายและ การกำกับตนเองของแต่ละคน ให้คำชมเชยแก่นักศึกษาที่ทำการ บันทึกคำบรรยายได้บรรลุเป้า หมาย กระตุ้นให้นักศึกษานำข้อมูลมา แลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม	ทำความเข้าใจข้อแนะนำของผู้ สอน สังเกตผลงานของเพื่อน คะแนนของเพื่อน และคำแนะนำ และคำชมเชยที่เพื่อนได้รับ	
มีปฏิริยา ต่อตนเอง	กระตุ้นให้นักศึกษาปรับเปลี่ยน เป้าหมายและแผนการบันทึกคำ บรรยายในการเรียนต่อไป	นำข้อมูลจากคำแนะนำของ เพื่อน แบบอย่างจากเพื่อนมา ปรับปรุงเป้าหมายและแผนการ บันทึกคำบรรยายของตนเอง	ตัวอย่างการบันทึกคำ บรรยายของนักศึกษาที่ ทำได้ถูกต้องตามขั้นตอน ของกลยุทธ์
ทบทวน	ผู้สอนกระตุ้นให้นักศึกษาทบทวน ขั้นตอนของกลยุทธ์การบันทึกคำ บรรยายและการกำกับตนเองร่วม กับผู้สอน	ร่วมทบทวนการสรุปขั้นตอน ของผู้สอน	แผ่นใสสรุปขั้นตอนกล ยุทธ์การบันทึกคำ บรรยายและการกำกับตน เอง
รับรู้ความ คาดหวัง เกี่ยวกับ ความ สามารถ ในการ กำกับตน เอง	สรุปความสำเร็จในการกำกับตน เองของนักศึกษาแต่ละคนในกลุ่ม จากการฝึกในครั้งนี้ เน้นให้เห็นความสำเร็จของแม่ แบบที่มีสาธิตและของเพื่อนที่ ประสบความสำเร็จในครั้งนี้ จูงใจให้นักศึกษาคาดหวังว่าจะทำ ได้สำเร็จในการฝึกด้วยตนเองต่อไป	ตอบแบบสอบถามความคาด หวังเกี่ยวกับความสามารถใน การกำกับตนเองในการบันทึก คำบรรยาย	แบบสอบถามความคาด หวังเกี่ยวกับความ สามารถในการกำกับตน เองในการบันทึกคำ บรรยาย

### การประเมินผล

ประเมินการกำกับตนเองจากการตรวจแบบบันทึกการกำกับตนเองของนักศึกษามีข้อมูลกรอก และมีการรายงานในกลุ่มนักศึกษาในรายละเอียดต่อไปนี้

1. ในช่องการตั้งเป้าหมายมีการตั้งเป้าหมายในการใช้กลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายเพิ่มขึ้นจากผลการสังเกตตนเอง
2. มีการกรอกคะแนนประเมินการบันทึกคำบรรยาย
3. กำหนดแผนการการบันทึกคำบรรยาย
4. รายงานการบันทึกคำบรรยายในการอภิปรายกลุ่ม
5. รายงานผลการบันทึกคำบรรยายเปรียบเทียบกับเป้าหมาย
6. มีความคาดหวังในการปรับปรุงกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายของตนเองในระดับ 7 ขึ้นไปทุกข้อประเมินเจตคติต่อการกลยุทธ์คำบรรยาย จากการตอบคำถามว่ากลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายนี้มีประโยชน์หรือไม่

# การจดบันทึกคำบรรยาย

## SUCCESSFUL NOTE-TAKING

การฟังคำบรรยายและจดบันทึกคำบรรยาย เป็นวิธีการเรียนการสอนที่ใช้กันมากในระดับอุดมศึกษา เนื่องจากผู้เรียนระดับนี้มีพัฒนาการทางสมองถึงขั้นที่สามารถเข้าใจหลักการต่าง ๆ ด้วยการใช้คำพูดอธิบายได้ การเรียนการสอนทางพยาบาลศาสตร์มีเนื้อหาที่ต้องเรียนรู้และจดจำ ในปัจจุบันสถาบันการศึกษาทางพยาบาลพยายามจะปรับเปลี่ยนการสอนให้เน้นกระบวนการคิดวิเคราะห์ ซึ่งบทบาทของผู้เรียนจะเปลี่ยนไปจากการเรียนรู้และจดจำเนื้อหาที่อาจารย์หามาให้ เป็นการเรียนรู้เนื้อหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง เช่น การอ่านตำรา การศึกษาจากคอมพิวเตอร์ช่วยสอน การดูวิดีโอการสอน การค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต หรือการฟังการบรรยายวิชาการจากผู้เชี่ยวชาญ โดยอาจารย์จะสอนกระบวนการคิดให้นักศึกษานำไปวิเคราะห์ประสบการณ์และกิจกรรมต่าง ๆ ให้การเรียนเกิดการเรียนรู้ ด้วยตนเอง

ทักษะการจดบันทึกคำบรรยายมีความจำเป็นสำหรับนักศึกษาพยาบาล เนื่องจากการจดบันทึกมีจุดมุ่งหมายที่เป็นประโยชน์หลายประการ คือ ช่วยความจำเนื้อหา ช่วยให้มีความเข้าใจและช่วยการเรียนรู้เนื้อหาขณะจดบันทึก ช่วยในการจัดระเบียบความรู้ที่มีความหมายเฉพาะตัว และช่วยในการทบทวนความรู้

### การจัดระบบสมุดบันทึก

การจดบันทึกที่ดีจำเป็นต้องใช้ปากกาที่ใช้ถนัดมือ และสมุดบันทึกที่จัดระบบอย่างดี ขนาด 8.5 x 11 นิ้ว เตรียมไว้สำหรับการจดบันทึกเนื้อหาแต่ละรายวิชาแยกเป็นเล่ม ภายในเล่มอาจจะเป็นแยกเป็นส่วน ๆ ส่วนละบท หรือ ใช้สมุดเล่มเป็นแผ่น แล้วนำมาเย็บเป็นแฟ้มเดียวกัน หรือแยกเป็นส่วน ๆ ส่วนละวิชาก็ได้

### การจัดระบบกระดาษบันทึก

ก่อนการจดบันทึกแต่ละหน้า ควรเขียนวันที่ไว้ด้านบนขวามือทุกครั้ง เพื่อจัดเรียงเนื้อหาตามลำดับวันที่จดบันทึก การเรียงหน้าโดยทั่วไปจะเรียงจากวันแรกอยู่ด้านหน้า วันหลังอยู่ด้านหลัง เว้นแต่จัดแบบกระดาษเป็นแผ่น ๆ เย็บเข้าแฟ้ม วันแรกจะอยู่ด้านหลัง วันหลังจะอยู่ด้านหน้า การบันทึกข้อความลงในหน้ากระดาษ ให้แบ่งหน้ากระดาษออกเป็น 3 ส่วน ด้านซ้ายสุด กว้างประมาณ 1 นิ้ว เพื่อเย็บ ส่วนกลางกว้างประมาณ 1.5-2 นิ้ว เพื่อบันทึกเพิ่มเติมหรือสรุปทบทวนภายหลัง ส่วนขวาสุดเป็นเนื้อที่สำหรับจดบันทึกคำบรรยาย

	เมื่อเพิ่มเติมเนื้อหา	วันเดือนปี
เพื่อเย็บ	สรุปทบทวน	จดบันทึกคำบรรยาย
	-----	-----
	-----	-----
	-----	-----

## กลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย

การบันทึกคำบรรยายประกอบด้วย 2 กลยุทธ์คือ กลยุทธ์การบันทึกและกลยุทธ์การเรียบเรียง ในขณะที่การบันทึกคำบรรยายเนื้อหาอาจจะต้องใช้ความเร่งรีบ ดังนั้นอาจจะได้เนื้อหาไม่สมบูรณ์หรือไม่เข้าใจ ดังนั้นนอกจากจะจดเนื้อหาคำบรรยายของวิทยากรมาแล้ว ทุกวันต้องมีการทบทวนเรียบเรียงเนื้อหาให้เกิดความเข้าใจเสมอ

การบันทึกคำบรรยายทุกคำพูดทำให้ติดตามการบรรยายไม่ทัน ทำให้เข้าใจการบรรยายไม่ต่อเนื่อง ดังนั้นจึงต้องมีกลยุทธ์ในการบันทึกคำบรรยายมีหลายแบบ เพื่อเลือกใช้ให้เหมาะกับเนื้อหาแต่ละประเภท ผู้บันทึกต้องพิจารณาเนื้อหาที่จะบันทึกก่อนจะเลือกใช้กลยุทธ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนี้

### เนื้อหาที่ควรบันทึก

เมื่อฟังคำบรรยายแต่ละวิชา นักศึกษาจะต้องตัดสินใจว่าเนื้อหาอะไรที่จะต้องจดบันทึกลงในสมุด บางส่วนควรจะจดทุกอย่างลงคำต่อคำ บางส่วนควรจะเน้นเฉพาะเนื้อหาสำคัญเท่านั้น เรื่องนี้ต้องอาศัยการสังเกตจากประสบการณ์ ช่วยในการตัดสินใจดังนี้

**การศึกษาจากผลการสอบ** เมื่อการสอบผ่านไปครั้งหนึ่ง นักศึกษาจะประเมินได้ว่าเนื้อหาที่บันทึกมาพอเพียงหรือไม่ ถ้าเป็นไปได้ควรนำเนื้อหามาเปรียบเทียบกับข้อสอบ ถ้าเนื้อหาที่จดไว้ตรงกับข้อสอบ แสดงว่าข้อมูลที่จดมาพอเพียงแล้ว ถ้าไม่มีข้อสอบในเนื้อหาที่จดมาแสดงว่ายังจดไม่ละเอียดพอ หรือเนื้อหาไม่มากแต่ไม่มีข้อสอบแสดงว่าเนื้อหาที่จดมาไม่ใช่ส่วนที่สำคัญ

**การศึกษาจากลักษณะรายวิชา** ลักษณะวัตถุประสงค์รายวิชาก็อาจจะใช้บอกได้ว่า ควรจดบันทึกละเอียดมากแค่ไหน เช่น ถ้ารายวิชาที่ข้อสอบเป็นแบบเลือกตอบ ถ้ามถึงการทำหลักการหรือมโนทัศน์ไปใช้ในการปฏิบัติในคลินิก จะต้องจดบันทึกคำจำกัดความ และตัวอย่างทั้งหมด ถ้ารายวิชาใดที่ข้อสอบเป็นอัตนัยถามถึงมโนทัศน์สำคัญ ควรจดเฉพาะประเด็นสำคัญ แล้วฟังให้เข้าใจ การหาข้อมูลเกี่ยวกับรายวิชาต่างๆ หาได้จากการสอบถามผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษารุ่นพี่ หรือศึกษาจากโครงการสอน

### การจดบันทึกเฉพาะประเด็นสำคัญ

เนื้อหาบางรายวิชาที่มีลักษณะเป็นมโนทัศน์กว้างๆ เช่น วิชาสังคมวิทยา มนุษยวิทยา จิตวิทยา วิธีดีที่สุดในการจดบันทึกเนื้อหาวิชาประเภทนี้ คือ การสรุปเนื้อหา ในการสรุปเนื้อหาเราจะต้องฟังสิ่งที่วิทยากรบรรยายให้เข้าใจก่อน แล้วเขียนเนื้อหาออกมาเป็นคำพูดของเราเองในประเด็นสำคัญ ฟังแล้ววิเคราะห์สรุปว่าประเด็นสำคัญคืออะไร แล้วจึงเขียน ดังนั้นในขณะที่ฟังต้องแยกแยะให้ออกว่า ส่วนใดคือมโนทัศน์สำคัญ ส่วนใดคือตัวอย่าง ไม่จำเป็นต้องให้ความสำคัญในรายละเอียดย่อย ข้อมูลประกอบหรือตัวอย่าง ฟังแล้ววิเคราะห์แปลประเด็นสำคัญออกมาเป็นคำพูดของเราเอง เขียนลงในสมุดบันทึก

โครงสร้างของเนื้อหาที่วิทยากรบรรยายแต่ละเรื่อง มักประกอบด้วย ประเด็นสำคัญ ข้อมูลสนับสนุน และข้อสรุป ดังนั้นเมื่อวิทยากรจะเปลี่ยนเรื่องนักศึกษาควรสังเกตการสรุปของวิทยากรซึ่งจะเป็นการช่วยสรุปเนื้อหาแต่ละตอนของเราด้วย หากการบรรยายนั้นมีประเด็นที่เกี่ยวข้องกันหลายประเด็น เทคนิคที่จะช่วยให้เข้าใจและจดจำประเด็นเหล่านั้นได้ดีคือ จดแบบเชื่อมโยงกับจุดศูนย์ การจดแบบนี้เริ่มด้วยการเขียนชื่อหัวข้อไว้ตรงกลางหน้ากระดาษ แล้วลากเส้นเชื่อมโยงความคิดสำคัญไปตามทิศทางต่างๆ ประเด็นเหล่านั้นอาจจะมีประเด็นแบ่งย่อยย่อยไปได้อีกก็แยกแยกประเด็นนั้นออกไปเป็นกิ่งย่อยๆ

## การจดบันทึกอย่างละเอียด

เมื่อเรียนรายวิชาที่มีเนื้อหาเป็นข้อเท็จจริงมาก หรือเป็นเนื้อหาที่ไม่เคยมีความรู้เดิมมาเลย เป็นความรู้ใหม่ ที่ไม่เคยอ่านที่ใดมาก่อน เช่น วิชาทางด้านวิทยาศาสตร์ การจดบันทึกจำเป็นต้องมีรายละเอียด ส่วนใหญ่จะเป็นการฟังแล้วเขียน การวิเคราะห์แยกแยะมีน้อย ดังนั้นต้องเขียนให้เร็ว เพื่อจำเนื้อหาให้ทัน ซึ่งอาจจะไม่สามารถจดได้ทุกคำพูดของวิทยากร แต่ให้ได้มากที่สุด และถูกต้องที่สุด ซึ่งมีวิธีการช่วยให้จดได้เร็ว 4 วิธี ดังนี้

1. จดด้วยตัวอักษรที่หวัดพออ่านออก ไม่ต้องสวยงามมากเกินไป เพราะจะใช้เวลามาก อาจจะต้องใช้ตัวเอียงขวาช่วยให้เร็วขึ้น
2. ใช้คำย่อ การใช้คำย่อช่วยให้ใช้เวลาจดน้อย ได้เนื้อหามาก คำย่อเหล่านี้อาจจะคิดขึ้นเอง หรือใช้คำย่อที่เป็นสากลก็ได้
3. เขียนสั้น ๆ ในคำที่ยาว ๆ การทอนคำให้สั้นลงจะช่วยย่นระยะเวลาจดได้ เช่น อาจจะเขียนพยางค์แรกเว้นพยางค์หลัง ใช้ภาษาอังกฤษช่วยถ้าภาษาอังกฤษสั้นกว่า หรือลดรูปสระลง เช่น คำว่า learn เขียนเป็น lm คำว่าประสาท จะใช้ nerve แทนเพราะสั้นกว่า ใช้คำว่า ประวัติ แทนคำว่า ประวัติศาสตร์
4. ใช้สัญลักษณ์แทนคำ มีคำหลายคำที่มีสัญลักษณ์สั้น ๆ นำมาช่วยให้จดเร็วขึ้นได้ เช่น ใช้ & แทน และ ใช้ > แทนมากกว่า ใช้ < แทนน้อยกว่า
5. การเขียนหัวข้อใหญ่ หัวข้อย่อย ในขณะที่จดบันทึกควรเขียนหัวข้อให้ชัดเจน และมีระดับแตกต่างกัน โดยการย่อหน้า โดยเริ่มหัวข้อใหญ่ไว้ขีดเส้นซ้ายมือ แล้วย่อหน้าสำหรับรายละเอียดสนับสนุน ถ้ามีหัวข้อย่อยก็ย่อหน้าเข้ามาอีก จะช่วยให้เข้าใจลำดับความสำคัญของเนื้อหามากขึ้น
6. การสังเกตวิทยากร ในระหว่างวิทยากรบรรยาย จะมีการบอกให้โดยตรงหรือโดยอ้อมว่าอะไรสำคัญ ควรจดบันทึกไว้ ถ้าสามารถจับการบอกใบ้เหล่านี้ได้ทัน จะช่วยให้จดบันทึกคำบรรยายได้ดี ตัวอย่างเช่น
  - ก. คำที่วิทยากรเขียนลงบนกระดาน วิทยากรมักเขียนคำที่เป็นประเด็นสำคัญอย่างใดอย่างหนึ่งลงบนกระดาน เราจึงต้องลอกคำเหล่านั้นไว้แล้วทำเครื่องหมายแสดงความสำคัญไว้ด้วยทางด้านซ้ายมือของกระดานบันทึก
  - ข. คำบอกความสำคัญ บางครั้งวิทยากรจะบอกว่าอะไรสำคัญ โดยคำต่าง ๆ กัน เช่น คำว่าสำคัญ เป็นหลัก มีนัยสำคัญ มีความจำเป็น เป็นกุญแจ เป็นหัวใจ ให้สนใจจดบันทึกรายละเอียดเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้ไว้ให้ครบถ้วน บางครั้งวิทยากรอาจจะบอกว่า เรื่องนี้จะมีในข้อสอบ ดังนั้นเราต้องมั่นใจว่าได้จดบันทึกเนื้อหาอย่างถูกต้อง และทำเครื่องหมายให้รู้ว่าจะต้องเตรียมไว้สำหรับทำข้อสอบในช่องซ้ายมือของกระดานบันทึก
  - ค. มีตำราภาษาอังกฤษ บางครั้งวิทยากรอาจจะนำตำราหรือเอกสารมาอ่านให้ฟัง แสดงว่าเป็นเนื้อหาที่วิทยากรคิดว่าสำคัญ ในบันทึกรายละเอียดให้มากที่สุด และเขียนเครื่องหมายเน้นความสำคัญไว้ด้วย
  - ง. เนื้อหาที่มีการจัดลำดับตัวเลข เนื้อหาที่วิทยากรนำเสนอเป็นลำดับตัวเลข นับว่าเป็นเนื้อหาสำคัญ เช่น อาจจะบอกอันดับที่หนึ่ง ที่สอง ที่สาม นักศึกษาต้องตรวจสอบว่าได้จดประเด็นเหล่านั้นไว้ครบถ้วน



จ. สิ่งบอกความสำคัญอื่น ๆ วิทยากรอาจมีสิ่งใบอื่น ๆ ที่ต้องสังเกตว่าเป็นเนื้อหาสำคัญ เช่น การใช้เสียงดังเวลาเน้น การพูดซ้ำ การหยุดให้จด การทำท่าทางประกอบ ซึ่งจะสังเกตได้ต่อนั้นใกล้ ๆ ผู้บรรยาย

ณ. การสรุปท้ายคำบรรยาย ในตอนท้ายของคำบรรยาย วิทยากรมักจะสรุปประเด็นสำคัญ นักศึกษาควรฟังและจดบันทึกค่าเหล่านั้นไว้ เพราะอาจจะเป็นประเด็นในการสอบ

#### การทบทวนคำบรรยาย

ภายหลังการบันทึกคำบรรยาย นักศึกษาต้องมีการทบทวนเรียบเรียงเนื้อหาใหม่ เพื่อให้ได้เรียนรู้มากขึ้นอีก เพราะได้ใช้ความคิด ทำความเข้าใจ จัดระบบเนื้อหาเป็นกลุ่ม ๆ ตามประสบการณ์ และได้เพิ่มเติมเนื้อหาที่บันทึกได้ไม่สมบูรณ์ การทบทวนคำบรรยายต้องทำอย่างสม่ำเสมอทุกวันเนื่องจากเนื้อหาการเรียนจะมีความต่อเนื่องกัน ความเข้าใจเนื้อหาบทแรก ๆ จะเป็นพื้นฐานให้เรียนบทหลังเข้าใจ ถ้านักศึกษาไม่ทบทวนอย่างสม่ำเสมอทำให้การเรียนแต่ละวันไม่มีความหมาย เมื่อไปอ่านทบทวนเพื่อเตรียมสอบก็จะอ่านไม่เข้าใจ และไม่มีเวลาพอที่จะค้นคว้าให้เข้าใจ กลยุทธ์การทบทวนและเรียบเรียงเนื้อหาสาระมีหลายแบบ ดังนี้

1. การเพิ่มเติมเนื้อหาที่จดบันทึกมาไม่สมบูรณ์ หรือไม่เข้าใจ หากนักศึกษาอ่านทบทวนสมุดจดบันทึกแล้วพบว่า เนื้อหาที่บันทึกมาไม่สมบูรณ์ ทำให้ไม่ต่อเนื่อง หรืออ่านแล้วไม่เข้าใจ ควรเพิ่มเติมเนื้อหาในจุดที่ไม่เข้าใจ โดยการซักถามเพื่อนที่เข้าฟังบรรยายด้วยกันให้เข้าใจแล้วนำเนื้อหามาเพิ่มเติม ไม่ควรจดลอกสมุดของเพื่อนโดยไม่เข้าใจ เพราะไม่มีประโยชน์ในการอ่านภายหลัง ถ้ายังไม่เข้าใจควรไปซักถามอาจารย์เพิ่มเติมหรือค้นคว้าความรู้เพิ่มเติมจากตำราในห้องสมุด ถ้ามีการบันทึกเทปวิทยุคำบรรยาย ควรนำมาเปิดทบทวนใหม่ให้เข้าใจแล้วจดบันทึกเพิ่มเติม

2. การเขียนหัวข้อคำบรรยาย เมื่ออ่านทบทวนเนื้อหาที่จดบันทึกมา ควรแบ่งหัวข้อของคำบรรยายให้ชัดเจน ว่าแต่ละตอนมีหัวข้ออะไรบ้าง เน้นด้วยปากกาต่างสีให้ชัดเจน

3. การเรียบเรียงเนื้อหา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้เนื้อหาอย่างแท้จริง นักศึกษาควรนำเนื้อหาในสมุดจดมาเรียบเรียงใหม่ เป็นกลุ่มตามประสบการณ์ของนักศึกษาเอง เพื่อให้เนื้อหาที่เรียนรู้มีความหมายจดจำได้โดยเขียนเรียบเรียงที่ช่องซ้ายมือ ซึ่งแบ่งหน้ากระดาษเอาไว้ เทคนิคในการเรียบเรียงเนื้อหาใหม่มี 6 เทคนิค คือ

ก. การใช้คำถาม การใช้คำถามถามตนเองว่า ใคร ทำอะไร เมื่อไร ที่ไหน อย่างไร แล้วนำเนื้อหาในสมุดบันทึกมาตอบคำถามเหล่านั้น วิธีการนี้จะช่วยให้แยกแยะประเด็นสำคัญในเนื้อหาในแต่ละเรื่องได้ชัดเจน และช่วยให้จดจำได้ดีด้วย

ข. การเรียบเรียงเนื้อหาเป็นเส้นตรง ได้แก่ การเรียงลำดับเนื้อหาจากหัวข้อใหญ่ มาเป็นประเด็นย่อยเรียงลงมาท้ายกระดาษ ใช้ในการทบทวนก่อนสอบได้ด้วย

ค. เรียบเรียงประเด็นเป็นภาพ โดยเขียนภาพแสดงความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูล เช่น เขียนเป็นแผนผัง เขียนเป็น Flow chart เขียนเป็นผังมโนทัศน์ เขียนเป็นตาราง

ง. การเขียนบัตรคำ คือนำคำสำคัญจากเนื้อหาในสมุดจด มาเขียนลงบนบัตรคำ แล้วเขียนความหมายของคำนั้นลงในบัตรด้านหลัง

จ. การพูดบันทึกประเด็นสำคัญลงในเทป ได้แก่ การรวบรวมคำสำคัญและความหมายจากสมุดจดบันทึก แล้วอ่านบันทึกลงในเทป แล้วนำมาเปิดฟัง

ฉ. การเขียนคำถาม ได้แก่ การนำเนื้อหามาทบทวน แล้วเขียนคำถามพร้อมคำตอบลงในกระดาษบันทึกด้านซ้าย

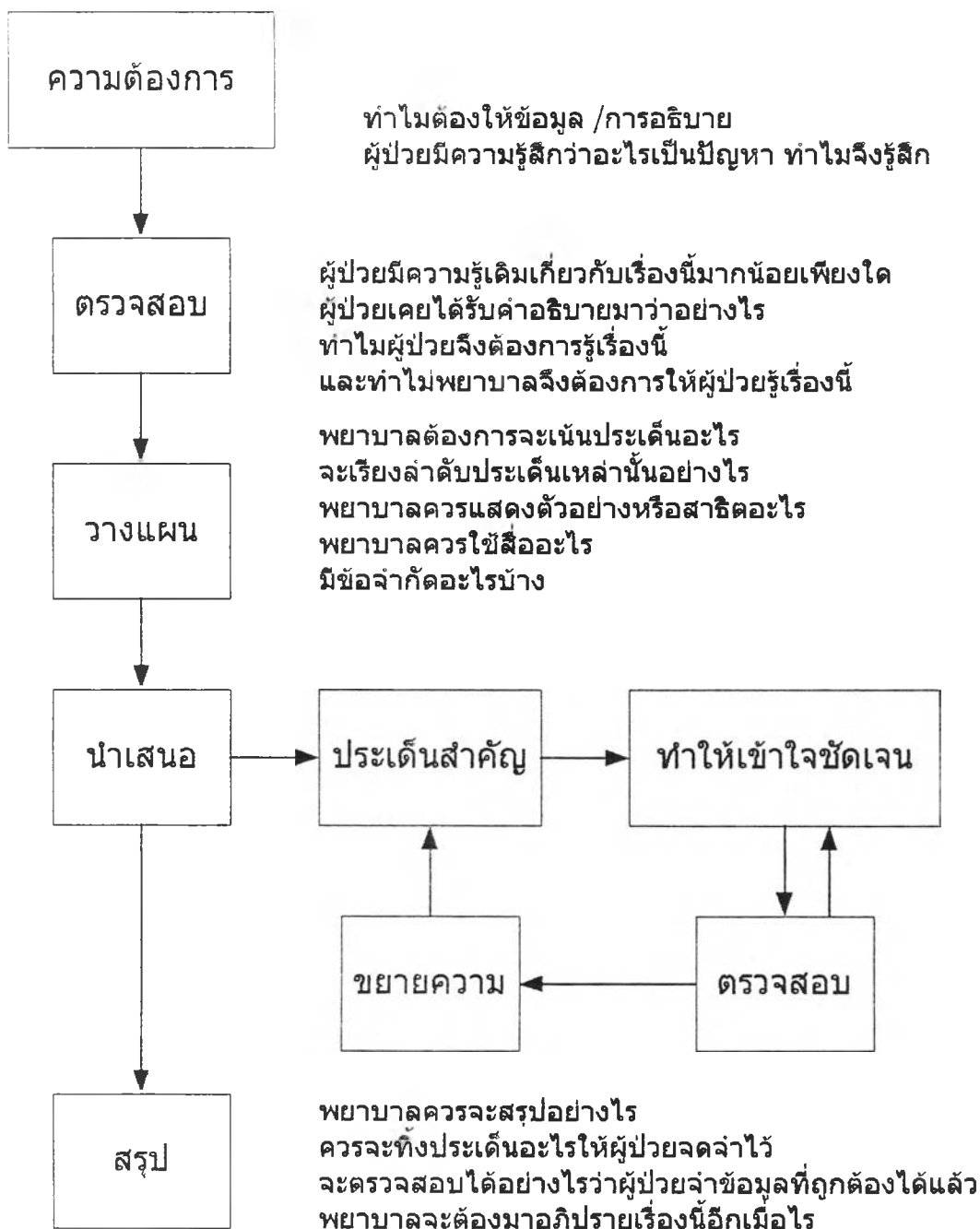
#### การตรวจสอบความเข้าใจ

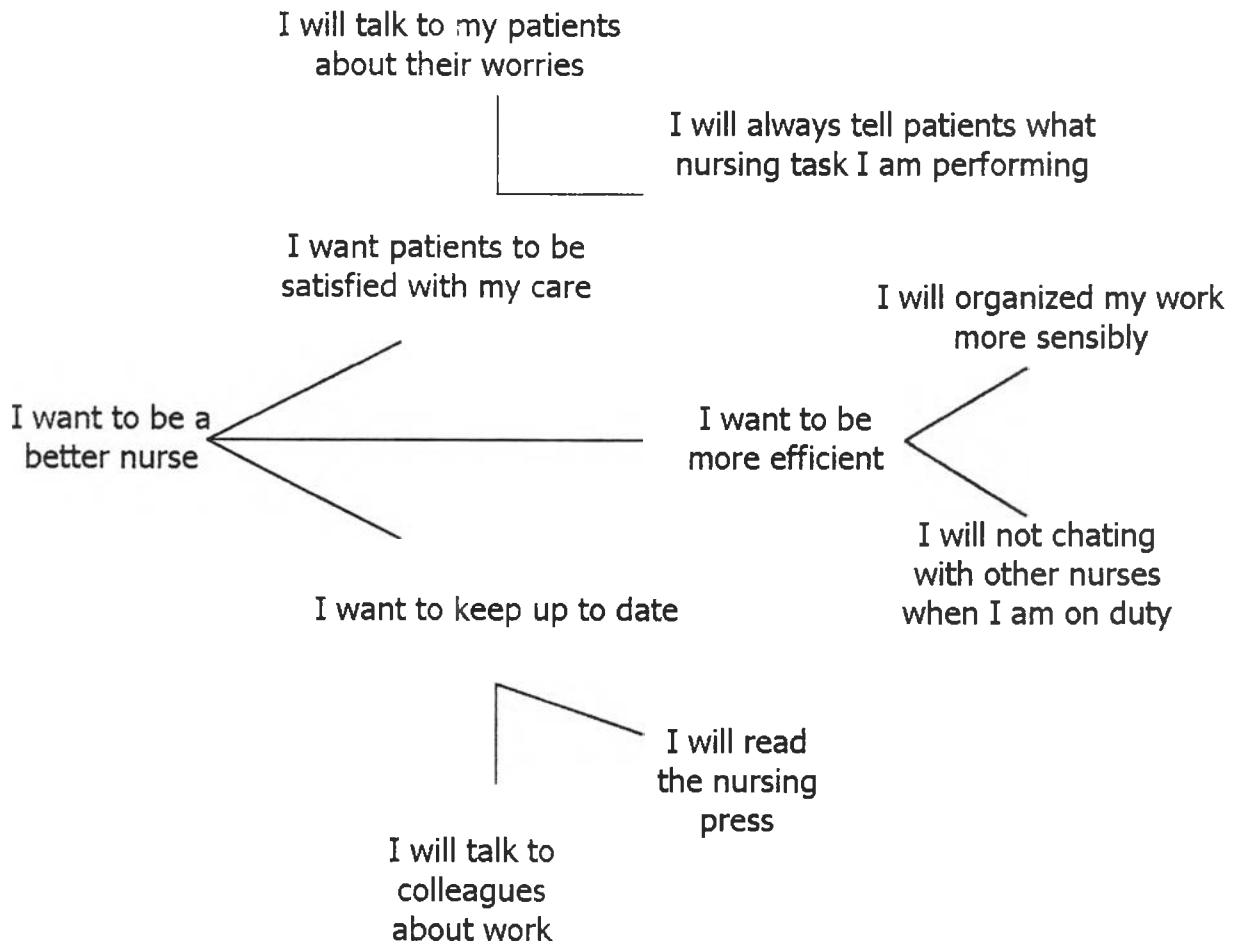
หลังจากการทบทวนเนื้อหาการเรียนแล้ว เทคนิคที่มีประโยชน์ยิ่งต่อไป คือการตรวจสอบความเข้าใจของตนเอง นักศึกษาจะตรวจสอบความเข้าใจของตนเองได้ โดยการออกแบบทดสอบตนเอง ขณะทบทวนเนื้อหาจากคำบรรยาย ควรเขียนคำถามทดสอบตนเองไปด้วย หลังจากนั้นตอบคำถามที่เขียนไว้ และแก้ไขคำตอบของตนเองจนกว่าจะตอบคำถามได้คล่องแคล่ว นั่นหมายถึงนักศึกษามีความเข้าใจและจำเนื้อหาได้ขึ้นใจนั่นเอง

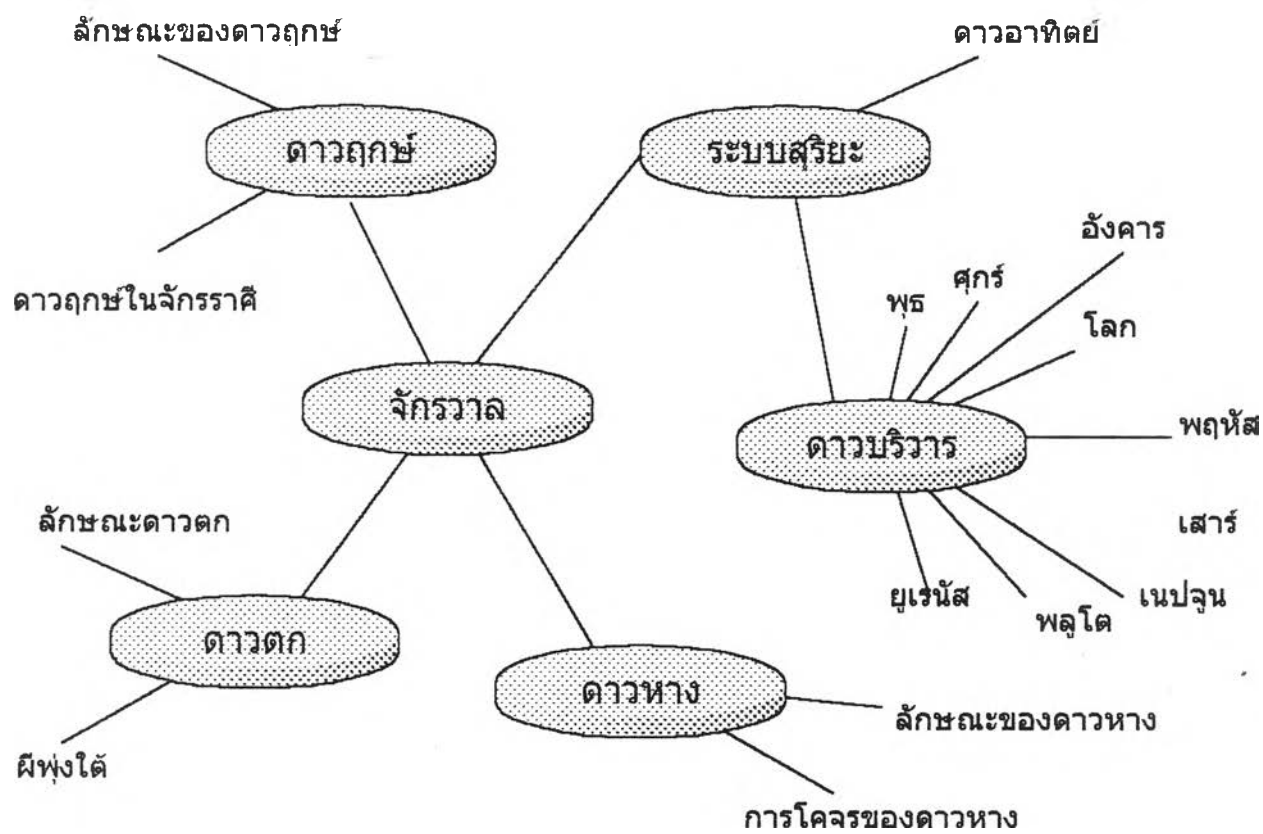
เทคนิคต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้การฟังคำบรรยายของนักศึกษาเป็นประโยชน์และเกิดการเรียนรู้ การใช้วิธีการต่าง ๆ เหล่านี้อย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้เกิดความเข้าใจและจดจำเนื้อหาได้ ผลลัพธ์ที่นักศึกษาทุกคนต้องการคือได้เกรดที่ดีขึ้นก็จะตามมาในที่สุด

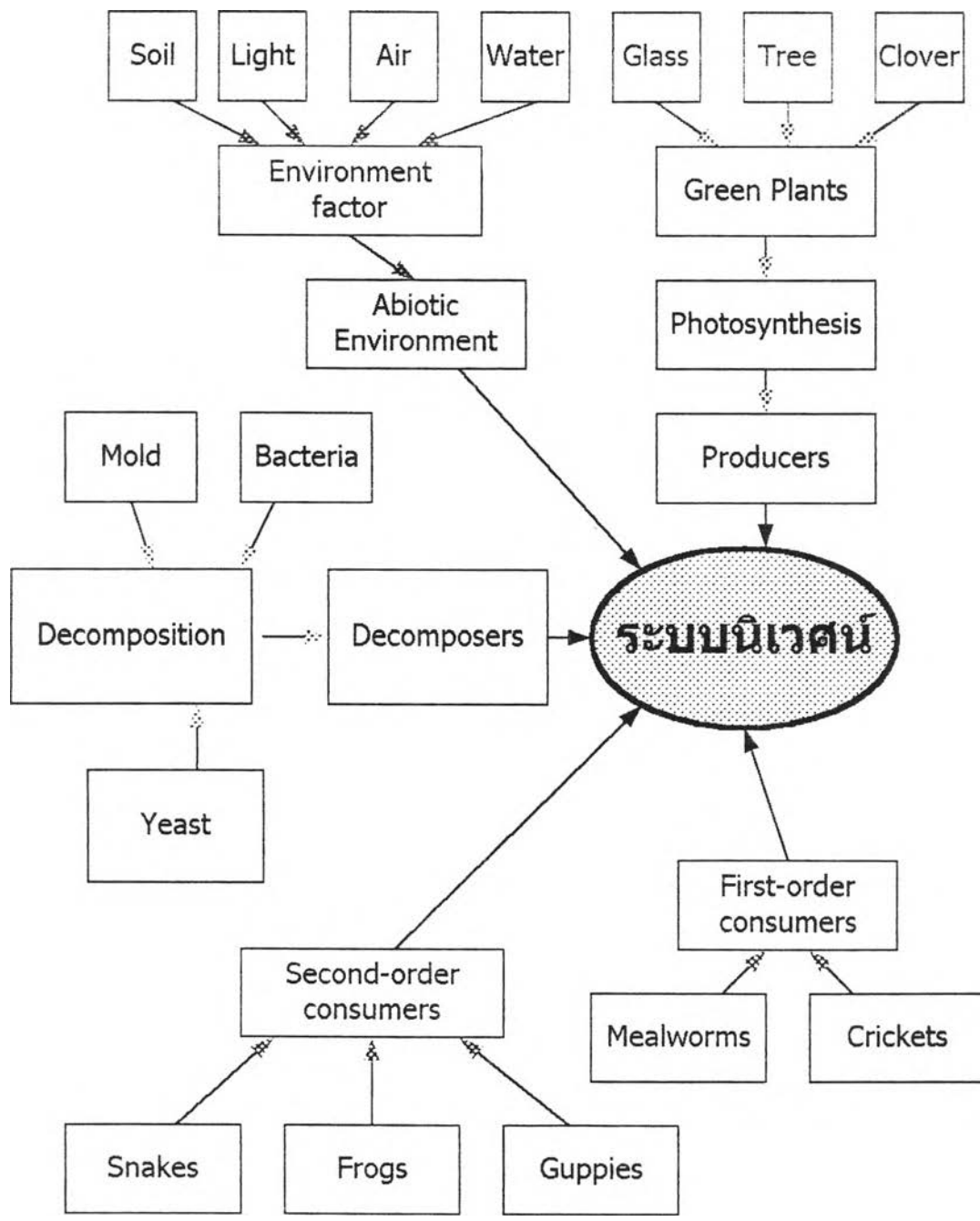
.....

## กระบวนการให้ข้อมูลจากพยาบาลไปสู่ผู้ป่วย











ขั้นตอน	กิจกรรม	ข้อมูลที่ได้
การนำแผนไปปฏิบัติ และตรวจสอบตนเอง	นำแผนไปใช้ในการจดคำบรรยาย วิชา..... วันที่.....เวลา..... ทำการสังเกตตนเองขณะจดคำบรรยายได้ ทำดังนี้ ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... .....	ประเด็นสำคัญ.....% ข้อมูลสนับสนุน.....% การสรุป.....% การทบทวนเรียบเรียงเนื้อหา ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... .....
การตรวจสอบ ผลการใช้กลยุทธ์	การทดสอบความรู้เกี่ยวกับเนื้อหา	คะแนนที่ได้จากการทดสอบ .....
การประเมินตนเอง และการตรวจสอบ ตนเอง	นำบันทึกกลยุทธ์การบันทึกคำบรรยายมา พิจารณา นำเป้าหมายและแผนมาเปรียบเทียบกับข้อ มูลที่บันทึกไว้ พิจารณาข้อมูลป้อนกลับ	ความรู้สึก <input type="checkbox"/> พอใจ <input type="checkbox"/> ไม่พอใจ สิ่งที่ยอมรับได้ 1..... 2..... 3..... 4..... สิ่งที่ควรปรับปรุง 1..... 2..... 3..... 4.....



ขั้นตอน	กิจกรรม	ข้อมูลที่ได้																						
การปรับเปลี่ยนเป้าหมายและแผนการปฏิบัติ	กำหนดผลลัพธ์ของกลยุทธ์และปรับปรุงวิธีการที่จะทำให้บรรลุเป้าหมาย	เป้าหมายใหม่ ประเด็นสำคัญ.....% ข้อมูลสนับสนุน.....% การสรุป..... การทบทวนเรียบเรียงเนื้อหา ..... วิธีการที่จะให้บรรลุเป้าหมาย 1..... ..... ..... ..... .....																						
รับรู้ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง	ประมาณค่าความมั่นใจเกี่ยวกับความสามารถในการใช้กลยุทธ์การบันทึกคำบรรยาย ที่ได้วางแผนไว้ เป็น 10 ระดับ 1 มั่นใจมากที่สุดว่าทำไม่ได้ 2 มั่นใจมากกว่าทำไม่ได้ 3 มั่นใจค่อนข้างมากกว่าทำไม่ได้ 4 ค่อนข้างมั่นใจว่าทำไม่ได้ 5 ไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจทำไม่ได้ 6 ไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจทำได้ 7 ค่อนข้างมั่นใจว่าทำได้ 8 มั่นใจค่อนข้างมากกว่าทำได้ 9 มั่นใจมากกว่าทำได้ 10 มั่นใจมากที่สุดว่าทำได้	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="940 887 1141 935">แผน</th> <th data-bbox="1141 887 1299 935">คาดหวัง</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> <tr><td>.....</td><td>.....</td></tr> </tbody> </table>	แผน	คาดหวัง	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
แผน	คาดหวัง																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							
.....	.....																							

## เป้าหมายในการเรียน

ความรู้เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายในการเรียน เป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับการเรียนของนักศึกษา เนื่องจาก เป้าหมายจะช่วยให้ นักศึกษามีทิศทางที่จะมุ่งไป นักศึกษาที่มีเป้าหมายจะไม่ปล่อยให้อิทธิพลจากภายนอกเข้ามากดดันให้ตนเองต้องลำบาก แต่จะใช้เป้าหมายของตนเองเป็นหลัก ในการวางแผนจัดการกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว ให้เอื้ออำนวยต่อการบรรลุเป้าหมายของตนเอง นักศึกษาที่ไม่มีเป้าหมายการเรียน มักถูกสิ่งแวดล้อมชักจูงได้ง่าย

เป้าหมายคือสิ่งที่ผู้เรียนกำหนดให้ตนเองบรรลุถึง การตั้งเป้าหมายยังรวมถึงการปรับปรุงสิ่งที่ตนเองกำหนดไว้ตามความจำเป็นด้วย การวิจัยพบว่านักศึกษาที่เรียนดีมีการตั้งเป้าหมายมากกว่านักศึกษาที่เรียนอ่อน เป้าหมายมีหลายชนิด แต่ละชนิดมีวิธีตั้งที่แตกต่างกัน เป้าหมายที่จะนำผู้เรียนไปสู่ความสำเร็จมีลักษณะดังนี้

เป็นเป้าหมายที่เป็นจริงได้ในแง่ของความยากง่ายของงาน คนที่มีผลการเรียนอ่อนมักมีการตั้งเป้าหมายที่ยากเกินไปหรือง่ายเกินไป คนที่ประสบความสำเร็จจะตั้งเป้าหมายที่เป็นจริงได้ และทำหาความสามารถ

เป้าหมายระยะสั้น เป้าหมายระยะสั้นช่วยแนะแนวทางให้เราค่อย ๆ ก้าวหน้าไปที่ละขั้นตอน เป้าหมายระยะยาวอยู่ไกลเกินไป ไม่สามารถช่วยในการปรับปรุงการกระทำในปัจจุบัน ทำให้ไม่รู้ว่าสิ่งที่กำลังกระทำอยู่นี้จะนำไปสู่ความสำเร็จหรือไม่ เป้าหมายระยะสั้นที่ตั้งไว้เป็นระยะ ๆ และเป็น ขั้นตอนไปสู่เป้าหมายระยะยาวช่วยจูงใจให้เราดำเนินการไปตามทางที่ถูกต้องที่จะนำไปสู่เป้าหมายระยะยาวในที่สุด

1. เป้าหมายที่มีความเจาะจง ช่วยจูงใจให้เกิดการเรียนรู้ได้มากกว่าเป้าหมายทั่ว ๆ ไป เพราะช่วยให้ประเมินตนเองได้ดีกว่าเป้าหมายกว้าง ๆ เป้าหมายที่เจาะจงช่วยชี้เฉพาะถึงปริมาณความพยายามที่จำเป็นต้องทุ่มเทเพื่อให้ทำงานสำเร็จ เป้าหมายที่เจาะจงจะระบุถึงปริมาณสิ่งที่ต้องการกระทำ
2. เป้าหมายที่เราตั้งเองเป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดความพยายามมากกว่าเป้าหมายที่ผู้อื่นตั้งให้
3. การเรียนที่เรามีเป้าหมายเพื่อเพิ่มความรู้ เพื่อเพิ่มความสามารถ ช่วยให้เราไม่มัวแต่พยายาม ค้นคว้าความรู้อย่างลึกซึ้ง ผึกฝนให้ตนเองมีทักษะ ความชำนาญเกิดขึ้นจริง
4. การเรียนที่เราเป้าหมายเพื่อให้ผู้อื่นเห็นว่าเราเป็นคนมีความสามารถ ช่วยให้เราพยายามทำงานให้ได้ผลงานสำเร็จสมบูรณ์ที่สุดเพื่อการประเมินผลในทางที่ดี

โดยทั่วไป นักศึกษาจะมีบุคลิกภาพ เกี่ยวกับเป้าหมายการเรียนที่แตกต่างกัน 2 แบบ คือผู้เรียนที่มีเป้าหมายเพื่อการเรียนจะพยายามเรียนเพื่อให้ตนเองมีความรู้ความสามารถเพิ่มขึ้น ขณะที่ผู้เรียนที่มีเป้าหมายเพื่อผลงานจะพยายามเรียนเพื่อให้ตนเองได้งาน หรือได้เกรดอย่างใดอย่างหนึ่ง ผลการวิจัยพบว่าบุคลิกภาพทั้ง 2 แบบ มีประโยชน์มากเมื่อนำมาใช้ร่วมกัน

เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ หมายถึงเป้าหมายที่ระบุถึงวิธีการและกลยุทธ์ที่สามารถช่วยให้ตนเองทำงานได้สำเร็จ ในเงื่อนไขเวลาและปริมาณใดปริมาณหนึ่ง เป้าหมายเพื่อผลงานจะระบุถึงผลที่จะได้จากความพยายามที่ได้ทำไปแล้ว เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้ เน้นเทคนิคและกลยุทธ์ที่ใช้ในการเรียนเป็นสิ่งสำคัญ ผู้เรียนที่มีเป้าหมายแบบนี้จะเรียนเพื่อให้ตนเองเรียนรู้กลยุทธ์การเรียน หรือเพื่อเพิ่มความสามารถทางสติปัญญา ในการคิดวิเคราะห์ข้อมูล ในการทำงานอย่างดีที่สุด ผู้ที่ตั้งเป้าหมายการเรียนแบบนี้จะเน้นที่ความรู้และทักษะที่จะได้รับจากการเรียน นักวิ่งที่ตั้งเป้าหมายแบบนี้จะกำหนดอัตราความเร็วที่ตนเองต้องการจะทำได้ ส่วนนักวิ่งที่ตั้งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์จะกำหนดว่าตนเองต้องติดอันดับหนึ่งในสาม เป้าหมายเพื่อผลลัพธ์จะเน้นที่ปริมาณงานที่จะทำได้ เน้นชิ้นงานที่จะที่จะทำให้สำเร็จ เมื่อเรายังไม่รู้กลยุทธ์หรือวิธีการที่จะทำงานสำเร็จ เราควรตั้งเป้าหมาย

เพื่อให้รู้วิธีทำงานหรือ รู้กลยุทธ์การทำงานเสียก่อน เมื่อฝึกทักษะกลยุทธ์ในการทำงานได้สำเร็จแล้ว จึงตั้งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์

ตัวอย่างเป้าหมายเชิงกระบวนการและเป้าหมายเชิงผลลัพธ์

เป้าหมายเพื่อการเรียนรู้	เป้าหมายเชิงผลลัพธ์
เพื่อให้ดำเนินการตามขั้นตอนการแก้ปัญหาเฉพาะส่วนได้ถูกต้อง	เพื่อให้สามารถแก้ปัญหาเฉพาะส่วนได้ถูกต้อง ทุกข้อ
เพื่อให้ใช้ขั้นตอนการเขียนบทความได้ครบถ้วน	เพื่อให้เขียนบทความประเภทต่าง ๆ ได้ถูกต้อง
เพื่อจดคำบรรยายอย่างครบถ้วนตามขั้นตอน	เพื่อให้ได้คะแนนทดสอบ 8/10
เพื่อใช้เวลาเตรียมสอบวันละ 2 ชั่วโมง	เพื่อให้ได้เกรด 4 ในวิชาการบริหาร
เพื่อใช้กลยุทธ์อ่านอย่างถูกต้องตามขั้นตอน	เพื่อให้ได้คะแนนสอบย่อย 80%
เพื่อให้สามารถปาลูกดอกได้ถูกต้องตามขั้นตอนทุกครั้ง	เพื่อให้ปาลูกดอกให้ได้คะแนนไม่ต่ำกว่า 35 คะแนนในการปา 7 ครั้ง

ความรู้เกี่ยวกับการตั้งเป้าหมายข้างต้น จะเป็นประโยชน์ยิ่ง หากนักเรียนนำมาใช้ในการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเอง โดยการตั้งเป้าหมายเกี่ยวกับการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ก่อน หลังจากนั้นแล้วจึงค่อยตั้งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์

.....

## แผนการสอนที่ 6

เรื่องการกำกับตนเองในการเรียนรู้เรื่องการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด

เวลาสอนรายกลุ่ม 1 ชั่วโมง นิเทศรายกลุ่ม 1 ชั่วโมง 30 นาที ประชุมปรึกษารายบุคคล 30 นาทีถึง 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ นักศึกษาสามารถ

1. สังเกตตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด โดยใช้วิธีการที่กำหนดให้ได้
2. ตัดสินตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด โดยใช้เกณฑ์ของตนเองและเกณฑ์ที่

สถาบันกำหนดได้

3. กำหนดเป้าหมายการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้เหมาะสม
4. กำหนดตัวเสริมแรงและเงื่อนไขการให้ตัวเสริมแรงแก่ตนเองได้
5. วางแผนการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้
6. บันทึกการศึกษาเรื่องการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของตนเองได้
7. ปรับปรุงเป้าหมายและแผนการศึกษาเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของตนเองได้
8. ให้ตัวเสริมแรงแก่ตนเองตามเงื่อนไขที่กำหนดไว้ได้
9. มีคாதหวังเกี่ยวกับความสามารถในการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดในระดับที่

เหมาะสม

10. จัดกิจกรรมเพื่อการบำบัดได้

เนื้อหา

การเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด เป็นสมรรถนะทางการพยาบาลจิตเวชที่จำเป็นสำหรับพยาบาลวิชาชีพ กลุ่มกิจกรรมบำบัดเป็นการรักษาทางจิตเวชอย่างหนึ่ง หมายถึงการรวมกลุ่มคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาร่วมทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งให้สำเร็จ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ คือ เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีการติดต่อสื่อสาร เพื่อเพิ่มระยะเวลาที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นให้มากขึ้น เพื่อเสริมสร้างทักษะใหม่ๆ ในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เพื่อกระตุ้นให้มีการแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิด กระตุ้นให้มีการแบ่งปันกัน และส่งเสริมการตัดสินใจ กิจกรรมที่นำมาออกแบบจัดเป็นการรักษาแบบกลุ่มกิจกรรมบำบัดมีหลายชนิด

การกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ได้แก่การใช้กระบวนการกำกับตนเองในการวางแผนการศึกษาด้วยตนเองเรื่องเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด เพื่อให้สามารถจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ กระบวนการเหล่านี้ได้แก่

1. การประเมินตนเองและการตรวจสอบตนเอง
2. การตั้งเป้าหมายและการวางแผน
3. การดำเนินตามแผนและการตรวจสอบ
4. การตรวจสอบผลการใช้กลยุทธ์

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
ขั้นนำ ทบทวนความรู้ เดิม	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ผู้สอนทบทวนขั้นตอนการกำกับตนเองตามประสบการณ์ของนักศึกษา ที่ได้สังเกตแม่แบบ และได้เขียนแบบการกำกับตนเองในการบันทึกคำบรรยาย การอ่านและสรุปย่อ และการบริหาร</li> <li>➢ เวลา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ร่วมทบทวนประสบการณ์ที่ได้เขียนแบบการกำกับตนเองร่วมกับผู้สอน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบบันทึกการกำกับตนเองในการบันทึกคำบรรยาย การอ่านและสรุปย่อ และการบริหารเวลาของนักศึกษาแต่ละคน</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้ผู้เรียนสรุปขั้นตอนหลักจากประสบการณ์การเขียนแบบแม่แบบ 3 ครั้ง</li> <li>➢ ผู้สอนเพิ่มเติมประเด็นที่ไม่สมบูรณ์</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ สรุปขั้นตอนหลักจากประสบการณ์การเขียนแบบแม่แบบ 3 ครั้ง โดยการอภิปรายกันในกลุ่ม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เขียนกระดานสรุปผลการอภิปราย</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษารับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองจากประสบการณ์ในการเรียนที่ผ่านมา 5 ครั้ง เพื่อนำประสบการณ์มาใช้ในการกำกับตนเองในฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช</li> <li>➢ ชี้แจงบทบาทของผู้สอน</li> <li>➢ ในด้านการอำนวยความสะดวกได้แก่ จัดหาแบบสังเกตตนเองให้ จัดหาหลักเกณฑ์ในการตัดสินตนเอง จัดหาหลักการเสริมแรงตนเอง</li> <li>➢ ด้านการเป็นที่ปรึกษาในระหว่างที่นักศึกษาแต่ละคนดำเนินตามกระบวนการกำกับตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ระลึกถึงขั้นตอนการกำกับตนเองจากประสบการณ์ของตนเอง</li> <li>➢ ทำความเข้าใจบทบาทของตนเอง</li> <li>➢ ทักถามข้อสงสัย และบทบาทของผู้สอน</li> <li>➢ ชักจูงความเข้าใจเกี่ยวกับการกำกับตนเองระยะต่อไป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ สรุปขั้นตอนการกำกับตนเองในระยะควบคุมตนเอง</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
สังเกตตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>ผู้สอนแจกคู่มือการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด แนะนำส่วนประกอบในคู่มือ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ศึกษาคู่มือไปพร้อม ๆ กับผู้สอน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>คู่มือการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ประกอบด้วย</li> <li>แบบสังเกตตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด จำนวน 21 ข้อ</li> <li>เอกสารเรื่องเกณฑ์การตัดสินตนเอง</li> <li>เกณฑ์ประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>เอกสารเรื่องการให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จ</li> <li>แบบบันทึกการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>กระตุ้นให้นักศึกษาทำแบบสังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>นำความรู้และประสบการณ์เดิมและความรู้จากการสังเกตกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่พยาบาลประจำการในหอผู้ป่วยสาธิตมาใช้ตอบแบบสังเกตตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด จำนวน 21 ข้อ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>แบบประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับความรู้และแผนการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>
ตัดสินตนเองและมีปฏิริยาต่อตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>กระตุ้นให้ผู้เรียนหาเกณฑ์ตัดสินตนเอง แล้วบันทึกลงในแบบกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเกณฑ์ตัดสินตนเอง แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่ม โดยไม่จำเป็นต้องเหมือนกันทุกคน</li> <li>บันทึกลงในแบบกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฟอร์มการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ช่องตัดสินตนเอง</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>กระตุ้นให้นักศึกษาศึกษาเกณฑ์ประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาล</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ศึกษาเกณฑ์ประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>ซักถามผู้สอนถึงความหมายของเกณฑ์ประเมินแต่ละข้อ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เกณฑ์ประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาลจำนวน 12 ข้อ ประเมินเป็น 4 ระดับ แต่ละระดับมีคำอธิบายพฤติกรรม</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>กระตุ้นให้นักศึกษามีปฏิริยาต่อตนเอง โดยระบุความพึงพอใจในผลการตัดสินตนเอง ระบุสิ่งที่ยอมรับได้และยอมรับไม่ได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>พิจารณาการตัดสินตนเอง แล้วระบุว่าพึงพอใจตนเองหรือไม่ สิ่งใดพึงพอใจ สิ่งใดไม่พึงพอใจ บันทึกลงในแบบบันทึกการกำกับตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>แบบบันทึกการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
กำหนดเป้าหมายการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษากำหนดเป้าหมายเชิงกระบวนการของการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ใช้เกณฑ์ประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ร่วมกับการพิจารณาข้อมูลในการสังเกตตนเอง พิจารณาว่าหากตนเองเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดแล้วใช้เกณฑ์ของวิทยาลัยประเมิน นักศึกษามีเป้าหมาย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ พิจารณาองค์ประกอบของการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่ประสบความสำเร็จ แลกเปลี่ยนกันในกลุ่ม กำหนดเป็นเป้าหมายเชิงกระบวนการ</li> <li>➢ บันทึกลงในแบบฟอร์ม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบฟอร์มการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ช่องการตั้งเป้าหมายเชิงกระบวนการ</li> </ul>
กำหนดตัวเสริมแรงและเงื่อนไขการให้ตัวเสริมแรงแก่ตนเองได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษากำหนดรางวัลให้ตนเองเมื่อสามารถปฏิบัติได้ตามเป้าหมายที่กำหนด</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ศึกษาเอกสารการให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จ</li> <li>➢ กำหนดรางวัลที่ต้องการให้แก่ตนเองเมื่อสามารถเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้บรรลุเป้าหมาย</li> <li>➢ บันทึกลงในแบบฟอร์ม</li> <li>➢ แลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่ม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เอกสารการให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จ ซึ่งอธิบายเรื่องตัวเสริมแรงทางบวก ทางลบ และรางวัล</li> <li>➢ แบบฟอร์มการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ช่องกำหนดรางวัลที่จะให้แก่ตนเองเมื่อประสบความสำเร็จ</li> </ul>
วางแผนการศึกษาด้วยตนเองเรื่องการการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษาวางแผนการทำงานตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยใช้กลยุทธ์การบริหารเวลามาใช้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กำหนดแผนการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายนำบรรลุลงในตารางการบริหารเวลาส่วนตัว กำหนดเวลาที่จะลงมือศึกษาด้วยตนเองตามเป้าหมาย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ตารางการบริหารเวลา ประกอบด้วยวัน เวลา กิจกรรมเป้าหมาย</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
นำแผนไปปฏิบัติ และสังเกตตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษานำแผนการศึกษาด้วยตนเองที่กำหนดไว้ไปปฏิบัติตามแผนและบันทึกการปฏิบัติตามแผนการศึกษาด้วยตนเองด้วยทุกวัน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ศึกษาแบบบันทึกการศึกษาดด้วยตนเอง</li> <li>➢ ชักถามข้อสงสัย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบบันทึกการศึกษาดด้วยตนเอง ประกอบด้วย วันที่ เวลา เป้าหมาย ผลการศึกษาดด้วยตนเอง อุปสรรค และแนวทางการแก้ไข</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประชุมปรึกษากับนักศึกษาเป็นรายบุคคล เกี่ยวกับการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ เน้นการสนับสนุนความเป็นอิสระ การเอาใจใส่ และให้ข้อมูลป้อนกลับที่ชัดเจนเกี่ยวกับการศึกษาดด้วยตนเอง และการวางแผนการจัดกลุ่มกิจกรรม 2 ครั้ง ครั้งละ 12-15 นาที</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นำแผนการศึกษาดด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดไปปฏิบัติ</li> <li>➢ นำบันทึกการศึกษาดด้วยตนเองเข้าประชุมปรึกษากับผู้สอน</li> <li>➢ นำแผนการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดส่งให้ผู้สอนตรวจ</li> <li>➢ และเข้าประชุมปรึกษากับผู้สอนตามกำหนด</li> <li>➢ เมื่อมีปัญหาขอนัดหมายการประชุมปรึกษาเป็นพิเศษนอกเวลา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แผนการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษารายบุคคล</li> <li>➢ บันทึกการศึกษาดด้วยตนเอง</li> <li>➢ แผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามแบบฟอร์มของวิทยาลัยพยาบาล</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษาโดยใช้เกณฑ์ของวิทยาลัยพยาบาล ใช้เวลา 1 ชั่วโมง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นักศึกษาที่เป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามแผนการที่วางไว้</li> <li>➢ นักศึกษาคนอื่นร่วมเป็นสมาชิกกลุ่ม และสังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่เพื่อนเป็นผู้นำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษารายบุคคล</li> </ul>
รับข้อมูลป้อนกลับ	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดเป็นรายกลุ่ม</li> <li>➢ อภิปรายผลลัพธ์ของการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามเกณฑ์ประเมินของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ ใช้เวลา 30-45 นาที</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นักศึกษาที่เป็นผู้นำประเมินตนเองตามเกณฑ์ของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ ทำความเข้าใจข้อมูลป้อนกลับของผู้สอนและเพื่อน</li> <li>➢ ชักถามข้อสงสัย</li> <li>➢ สรุปประสบการณ์ที่ได้รับในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ นักศึกษาคนอื่น ร่วมประเมินผลการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของเพื่อนที่เป็นผู้นำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาล</li> </ul>



ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
<p>ตัดสินตนเอง และมีปฏิริยาต่อตนเอง</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประชุมปรึกษากับนักศึกษาเป็นรายบุคคล เกี่ยวกับการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด 1 ครั้ง ประมาณ 12-15 นาที</li> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษานำข้อมูลการบันทึกตนเอง ข้อมูลป้อนกลับจากการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดจริง เป้าหมายของตนเองมาใช้วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลให้ประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวในการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ ให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับการกำกับตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นำข้อมูลการบันทึกตนเอง และข้อมูลป้อนกลับจากผู้สอนและเพื่อน เป้าหมายของตนเองมาตัดสินตนเอง</li> <li>➢ มีปฏิริยาต่อตนเอง</li> <li>➢ วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลให้ตนเองประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว</li> <li>➢ ทำความเข้าใจข้อมูลป้อนกลับของผู้สอน ชักถามข้อสงสัย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ข้อมูลในแบบบันทึกตนเอง</li> <li>➢ ผลการประเมินการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดจากผู้สอนและจากเพื่อน</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้รับรู้ความสามารถของตนเอง โดย</li> <li>➢ พุดจูงใจให้รับรู้ความสามารถในการกำกับตนเองจากประสบการณ์ที่ผ่านมา</li> <li>➢ จูงใจให้มีความเชื่อว่า หากใช้กลยุทธ์การศึกษาด้วยตนเองที่เหมาะสมสามารถจะปรับปรุงผลงานของตนเองให้ดีขึ้นได้</li> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จให้รางวัลตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ รับรู้ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด จากประสบการณ์ส่วนที่ประสบความสำเร็จ</li> <li>➢ รับรู้ความคาดหวังของผู้สอนเกี่ยวกับวิธีการที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จได้ สำหรับส่วนที่ยังไม่ประสบความสำเร็จ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดจากเพื่อนและผู้สอน</li> <li>➢ ข้อมูลในแบบบันทึกการกำกับตนเอง</li> </ul>
<p>ปรับปรุงเป้าหมายและแผน</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษาปรับปรุงเป้าหมายและแผนการศึกษาด้วยตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดครั้งต่อไป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ พิจารณาข้อมูลจากการบันทึกตนเอง ข้อมูลป้อนกลับจากผู้สอนและเพื่อน เป้าหมายเดิมของตนเอง</li> <li>➢ ดำเนินปรับปรุงเป้าหมาย</li> <li>➢ ปรับปรุงแผนการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของตนเองในครั้งต่อไป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบฟอร์มการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ ช่องปรับปรุงเป้าหมายและแผนการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
นำแผนไปปฏิบัติ และสังเกตตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประชุมปรึกษากับนักศึกษาเป็นรายบุคคล เกี่ยวกับการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด 1-2 ครั้ง ครั้งละ 12-15 นาที</li> <li>➢ เน้นการสนับสนุนความเป็นอิสระ การเอาใจใส่</li> <li>➢ ให้ข้อมูลป้อนกลับที่ชัดเจน เกี่ยวกับการศึกษาด้วยตนเอง และการวางแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 2</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นำแผนการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดไปปฏิบัติ</li> <li>➢ นำบันทึกการศึกษาด้วยตนเองเข้าประชุมปรึกษากับผู้สอน</li> <li>➢ นำแผนการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดส่งให้ผู้สอนตรวจ</li> <li>➢ และเข้าประชุมปรึกษากับผู้สอนตามกำหนด</li> <li>➢ เมื่อมีปัญหาขอคำแนะนำการประชุมปรึกษาเป็นพิเศษนอกเวลา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แผนการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษารายบุคคล</li> <li>➢ บันทึกการศึกษาด้วยตนเอง</li> <li>➢ แผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามแบบฟอร์มของวิทยาลัยพยาบาล</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษาโดยใช้เกณฑ์ของวิทยาลัยพยาบาล ใช้เวลา 1 ชั่วโมง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นักศึกษาเป็นผู้นำจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามแผนการที่วางไว้</li> <li>➢ นักศึกษาคนอื่นร่วมเป็นสมาชิกกลุ่ม และสังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่เพื่อนเป็นผู้นำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษารายบุคคล</li> </ul>
รับข้อมูลป้อนกลับ	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ อภิปรายผลลัพธ์ของการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามเกณฑ์ประเมินของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ ใช้เวลา 30-45 นาที</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นักศึกษาที่เป็นผู้นำประเมินตนเองตามเกณฑ์ของวิทยาลัยทำความเข้าใจข้อมูลป้อนกลับของผู้สอนและเพื่อน</li> <li>➢ ชักถามข้อสงสัย</li> <li>➢ สรุปประสบการณ์ที่ได้รับในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ นักศึกษาคนอื่น ร่วมประเมินผลการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของเพื่อนที่เป็นผู้นำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
ตัดสินใจตนเอง และมีปฏิริยา ต่อตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประชุมปรึกษากับนักศึกษา เกี่ยวกับการกำกับตนเองในการ เป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดเป็น รายบุคคล</li> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษานำข้อมูล การบันทึกตนเอง ข้อมูลป้อนกลับ จากการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดจริง เป้าหมายของตนเองมาใช้ วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลให้ประสบ ความสำเร็จหรือความล้มเหลวใน การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด</li> <li>➢ ให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับการ กำกับตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นำข้อมูลการบันทึก ตนเอง และข้อมูลป้อน กลับจากผู้สอนและเพื่อน เป้าหมายของตนเองมา ตัดสินใจตนเอง</li> <li>➢ มีปฏิริยาต่อตนเอง</li> <li>➢ วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่ง ผลให้ตนเองประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว</li> <li>➢ ทำความเข้าใจข้อมูล ป้อนกลับของผู้สอน ซักถามข้อสงสัย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ข้อมูลการบันทึกตน เองของนักศึกษาราย บุคคล</li> <li>➢ ผลการประเมินการ เป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรม บำบัดจากผู้สอนและ เพื่อนนักศึกษา</li> </ul>
รับรู้ความ สามารถในการ เป็นผู้นำกลุ่มกจิ กรรมบำบัดของ ตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษามีความ คาดหวังในความสามารถของตน จากประสบการณ์ที่ผ่านมา</li> <li>➢ พุดจูงใจให้นักศึกษามีความ เชื่อว่าหากใช้กลยุทธ์การศึกษา ด้วยตนเองที่เหมาะสมสามารถจะ ปรับปรุงผลงานของตนเองให้ดีขึ้น ได้กระตุ้นให้นักศึกษาที่ประสบ ความสำเร็จให้รางวัลตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ รับรู้ความสามารถ ของตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด จากประสบการณ์ส่วนที่ ประสบความสำเร็จ ส่วน ประสบการณ์ที่ยังไม่ ประสบความสำเร็จ รับรู้ ความคาดหวังของผู้สอน เกี่ยวกับวิธีการที่จะช่วย ให้ประสบความสำเร็จได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบประเมินการจัด กลุ่มกิจกรรมบำบัดจาก เพื่อนและผู้สอน</li> <li>➢ แบบบันทึกการ กำกับตนเอง</li> </ul>

#### การประเมินผล

ประเมินการกำกับตนเองจากการตรวจแบบบันทึกการกำกับตนเองของนักศึกษา มีข้อมูลรอก ครบถ้วน และประเมินผลลัพธ์ของกระบวนการกำกับตนเองจาก

1. ข้อมูลจากการบันทึกการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกิจกรรมบำบัด ภายหลังจากการเป็นผู้นำกลุ่ม กิจกรรมบำบัดครั้งที่ 2 ในช่องปฏิริยาต่อตนเอง ระบุว่าพึงพอใจตนเอง
2. มีความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถในการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดใน ระดับ 7 ขึ้นไปทุกข้อ
3. ผลการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้รับการประเมินจากผู้สอนและเพื่อนอยู่ในระดับ 3 ขึ้นไปทุกข้อ

## การกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด

กลุ่มกิจกรรมบำบัด (Activity Group Therapy) เป็นการบำบัดรักษาทางจิตเวชอย่างหนึ่ง ซึ่งพยาบาลวิชาชีพจำเป็นต้องมีความสามารถที่จะจัดให้แก่ผู้ป่วย ดังนั้นนักศึกษาจึงจะได้รับการฝึกฝนให้มีทักษะในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด เพื่อนำไปจัดให้กับผู้รับบริการ

กิจกรรมกลุ่มในโรงพยาบาลจิตเวชมีหลายประเภท แต่ละประเภทมีวัตถุประสงค์ที่แตกต่างกัน และอาจเป็นกิจกรรมกลุ่มที่มีมีนัยสำคัญในการบำบัดรักษาที่แตกต่างกัน ดังนั้นก่อนที่จะเริ่มวางแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดนักศึกษาควรเริ่มทำความเข้าใจกับตนเองในเรื่องการบำบัดรักษาทางจิตเวชก่อน แผล จันทรสุ (2541:179) กล่าวว่า การบำบัดรักษาทางจิตเวชจำแนกออกเป็น 5 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. การบำบัดทางกาย ซึ่งประกอบด้วยการรักษาทางยา การรักษาด้วยไฟฟ้า และการรักษาโดยการผูกมัด
2. การบำบัดทางสิ่งแวดล้อม หมายถึงการจัดบรรยากาศในหอผู้ป่วยอย่างมีแบบแผน หลักการ และวิธีการ เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมที่เป็นจริงได้
3. กิจกรรมบำบัด คือการรวมกลุ่มคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป มาร่วมทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งร่วมกัน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ด้านการทำกิจกรรมนั้นให้สำเร็จ หรือเพื่อเน้นการรักษาเฉพาะอย่าง
4. จิตบำบัด คือการใช้สัมพันธภาพระหว่างผู้บำบัดและผู้รับบริการในการชี้ปัญหา ทำความเข้าใจปัญหา และแก้ปัญหของผู้ป่วย ซึ่งอาจทำการบำบัดแบบหนึ่งต่อหนึ่ง หรือแบบกลุ่มก็ได้
5. พฤติกรรมบำบัด หมายถึงการรักษาที่มุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยใช้ทฤษฎีการเรียนรู้เป็นพื้นฐาน

การบำบัดที่มองเห็นภายนอกกว่ามีการจัดให้กับผู้ป่วยเป็นกลุ่มนั้น อาจจะเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งแวดล้อมบำบัด หรืออาจจะเป็นกลุ่มจิตบำบัด หรืออาจจะเป็นกลุ่มกิจกรรมบำบัดก็ได้

การกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดมีขั้นตอนการปฏิบัติดังนี้

### ประเมินตนเองและตรวจสอบ

เมื่อนักศึกษาได้รับมอบหมายให้เป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด นักศึกษาควรเริ่มกำกับตนเองจากการ

#### ประเมินตนเอง

ประเมินว่าตนเองมีความรู้ความเข้าใจ หรือมีความสามารถเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดเพียงใด โดยใช้แบบประเมินตนเอง เพื่อให้รู้จุดอ่อนและจุดเด่นของตนเอง ในกรณีที่นักศึกษาเคยมีประสบการณ์ในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดแล้ว การประเมินตนเองสามารถทำได้โดยการพิจารณาข้อมูลจากการเป็นผู้นำกิจกรรมบำบัดครั้งก่อน ๆ ที่เคยทำมาประเมินตนเองได้ หลังจากนั้น

#### ตรวจสอบตนเอง

การตรวจสอบตนเองทำโดยการหาเกณฑ์มาตัดสินข้อมูลจากการประเมินตนเอง ซึ่งนักศึกษาอาจจะหาได้จาก 4 แหล่ง คือ จากเกณฑ์ที่สถาบันกำหนดไว้ หรือหาได้จากความสามารถของเพื่อน หรือหาได้จากแบบอย่างที่นักศึกษาสังเกตเห็น หรือหาจากประสบการณ์ในการทำงานของตน ในที่นี้ได้จัดเตรียมเกณฑ์การประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยให้นักศึกษาพิจารณา ร่วมกับเกณฑ์อื่น ๆ ที่นักศึกษาอาจจะ

เลือกมาตัดสินตนเอง จากนั้นนำเกณฑ์มาเปรียบเทียบกับข้อมูลในการประเมิน และในตอนสุดท้ายนักศึกษาต้องมี**ปฏิริยาต่อตนเอง** ว่ามีความพึงพอใจตนเองหรือไม่พอใจตนเอง ผลการตรวจสอบนี้ยอมรับได้หรือไม่ ประสบความสำเร็จหรือไม่ ระบุสิ่งที่พึงพอใจหรือยอมรับ หรือประสบความสำเร็จ และระบุสิ่งที่ไม่พึงพอใจ ไม่ยอมรับ หรือไม่ประสบความสำเร็จ

### การตั้งเป้าหมายและวางแผน

เมื่อนักศึกษาประเมินตนเองและตรวจสอบตนเองแล้ว นักศึกษาจะพอรู้จุดอ่อน จุดเด่นของตนเอง ให้นักศึกษาพิจารณาความรู้ ทักษะ และพื้นฐานความสามารถส่วนตัวมาพิจารณาว่าถ้านักศึกษาจะต้องจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดแล้วใช้เกณฑ์ประเมินของวิทยาลัยพยาบาลมาตัดสิน นักศึกษาควรตั้งเป้าหมายเชิงกระบวนการอย่างไร โดยนักพิจารณาจากองค์ประกอบของการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดด้านต่าง ๆ ซึ่งนักศึกษาแต่ละคนจะได้สังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของพยาบาลประจำตึก และมีประสบการณ์ในการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดในวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช 1 มาแล้ว นักศึกษาจะต้องวิเคราะห์จากประสบการณ์เหล่านั้นว่า การเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่ประสบความสำเร็จจะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบด้านใดบ้าง แล้วตั้งเป้าหมายโดยใช้ข้อมูลจากการประเมินตนเองที่ผ่านมาประกอบในการตั้งเป้าหมายด้วย ให้นักศึกษาระบุลงในเป้าหมายเชิงกระบวนการ

#### การกำหนดรางวัลให้ตนเอง

รางวัลเป็นสิ่งจูงใจให้นักศึกษาทำงานสำเร็จตามเป้าหมาย ให้นักศึกษาศึกษาเอกสารเรื่องการให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จแล้วกำหนดรางวัลที่จะให้กับตัวเองเมื่อทำงานได้บรรลุตามเป้าหมายเชิงกระบวนการที่กำหนดไว้ เขียนระบุลงในช่องรางวัลที่จะให้กับตนเอง

#### วางแผนการทำงาน

เมื่อกำหนดเป้าหมาย กำหนดรางวัลและเงื่อนไขการให้รางวัลตนเองแล้ว ขั้นตอนต่อไปคือวางแผนการทำงาน โดยนำเป้าหมายเชิงกระบวนการมาเขียนลงในบัญชีงานที่ต้องทำ ระบุขั้นตอนการทำงาน ให้บรรลุตามเป้าหมาย จากนั้นจัดลำดับความสำคัญของงาน โดยให้คะแนนตามความเร่งด่วน ผลกระทบ และจุดอ่อนของตนเอง เมื่อได้ลำดับความสำคัญของงานแล้ว จึงนำไปเขียนลงในตารางวางแผนการใช้เวลาการทำงาน ในขั้นนี้ถ้านักศึกษามีงานที่ต้องทำหลายชิ้น ควรนำมาจัดลำดับความสำคัญพร้อมกัน และวางแผนการใช้เวลาพร้อมกัน เช่น ในระหว่างที่ฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลจิตเวชนี้มีงานที่ต้องทำก็ขึ้น นักศึกษาควรนำมาวางแผนการทำงานทุกชิ้นพร้อมกัน เพื่อให้จัดเวลาให้เหมาะสม สามารถทำงานทุกชิ้นได้เสร็จทันเวลา และได้คุณภาพตามเกณฑ์และตามที่นักศึกษากำหนดเป้าหมายไว้

### ปฏิบัติตามแผนและการตรวจสอบ

เมื่อนักศึกษามีตารางวางแผนการใช้เวลาในการทำงานแล้ว นักศึกษาต้องนำแผนไปปฏิบัติและตรวจสอบตนเองอย่างต่อเนื่องโดยการบันทึกการทำงานของตนเอง เช่น เมื่อทำการศึกษาหรือค้นคว้า หรือทำงานตามที่กำหนดไว้ในแผน นักศึกษาต้องบันทึกการทำงานของตนเองควบคู่ไปด้วย โดยระบุเป้าหมายการทำงานก่อน แล้วบันทึกเวลาการทำงานจริง เมื่อทำงานไม่สำเร็จให้บันทึกปัญหาอุปสรรคได้ด้วย แล้วหาแนวทางแก้ไขปัญหานั้น ซึ่งแนวทางแก้ไขนี้จะต้องนำไปปรับปรุงแผนการใช้เวลาด้วย

## ประชุมปรึกษากับอาจารย์นิเทศ

เมื่อนักศึกษาทำงานตามตารางใช้เวลาแล้ว นักศึกษาจะได้ผลงานคือ แผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด นักศึกษาต้องนำแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดมาส่งให้อาจารย์นิเทศ เพื่อให้อาจารย์นิเทศตรวจสอบ และนัดพบกับอาจารย์นิเทศเพื่อรับข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด และแผนการศึกษาด้วยตนเอง หากแผนการจัดกิจกรรมบำบัดยังไม่ดีพอนักศึกษาต้องนำกลับไปแก้ไข และนำกลับมาประชุมปรึกษากับอาจารย์นิเทศอีกครั้ง โดยทั่วไปการประชุมปรึกษากับอาจารย์นิเทศ 2 ครั้งก็จะช่วยให้นักศึกษาสามารถนำแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดไปปฏิบัติได้ นักศึกษาจะต้องกลับไปปฏิบัติตามแผนการทำงานเกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของตนเองต่อไปจนกว่าจะถึงวันที่จะจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดจริง

### แสดงผลงาน

เมื่อถึงกำหนดวันที่นัดหมาย นักศึกษาจะต้องทำการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดให้ผู้ป่วย เพื่อน และอาจารย์นิเทศจะสังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษา เพื่อประเมินผล

### ตรวจสอบผลงานที่ได้

หลังจากการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามที่กำหนดไว้ เพื่อนและอาจารย์นิเทศที่สังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มของนักศึกษาจะทำการตรวจสอบผลงานของนักศึกษา โดยการให้ข้อมูลป้อนกลับแก่นักศึกษาโดยใช้เกณฑ์ประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาลเป็นหลัก ซึ่งนักศึกษาควรทำความเข้าใจข้อมูลป้อนกลับให้ดี หลังจากการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดแต่ละครั้ง นักศึกษาควรมาทบทวนประสบการณ์ทั้งหมดที่ได้รับ เพื่อประมวลความรู้และประสบการณ์ของการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด สำหรับนำไปใช้ในการปรับปรุงตนเองในการทำกลุ่มกิจกรรมบำบัดครั้งต่อไป

### การประเมินตนเองและตรวจสอบตนเอง

เมื่อนักศึกษาได้มีประสบการณ์การทำกลุ่มกิจกรรมบำบัดไปครั้งหนึ่งแล้วได้ข้อมูลป้อนกลับมา หมายถึงนักศึกษาได้ดำเนินการตามกระบวนการกำกับตนเอง 1 วงจรแล้ว ขั้นตอนต่อไปจะเป็นการกำกับตนเองในวงจรที่ 2 ซึ่งย้อนกลับขั้นตอนที่หนึ่งใหม่ คือการประเมินตนเองและตรวจสอบตนเอง ในขั้นตอนนี้ศึกษาจะต้องประชุมปรึกษากับอาจารย์นิเทศเพื่ออภิปรายในประเด็นต่อไปนี้

การประเมินตนเอง โดยการนำข้อมูลป้อนกลับจากเพื่อนและอาจารย์ซึ่งประเมินผลงานตามเกณฑ์ของวิทยาลัยฯ และนำข้อมูลจากการบันทึกการทำงานของตนเอง มาพิจารณาว่าที่เพื่อนหรืออาจารย์ให้ข้อมูลป้อนกลับมานั้นประเมินจากอะไร ซึ่งอาจจะประเมินจากพฤติกรรมของผู้ป่วย ประเมินจากพฤติกรรมของนักศึกษา เพื่อนใช้เกณฑ์อะไรมาตัดสินเกณฑ์ประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด และเปรียบเทียบกับเป้าหมายเชิงกระบวนการของตนเอง

มีปฏิริยาต่อตนเอง ว่าตนเองประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว รู้สึกพึงพอใจหรือไม่พึงพอใจตนเอง ในขั้นตอนนี้ที่นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จคงไม่ลืมที่จะให้รางวัลกับตนเองตามที่กำหนดไว้ ส่วนนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จยังมีโอกาสได้รับรางวัลของตนเองโดยการปรับปรุงการทำงานในขั้นต่อไป โดยวิเคราะห์หาสาเหตุของความสำเร็จหรือความล้มเหลว ว่ามาจากการทำงานส่วนใดยังไม่สมบูรณ์ตามแผน หรือแผนที่วางไว้ยังไม่ดีพอ หรือสำเร็จเพราะได้ทำตามแผนที่กำหนดไว้อย่างครบถ้วน รับรู้ความสามารถของตนเองตามความเป็นจริง ว่าตนเองมีความสามารถเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดด้านใดมาก และในด้านใดที่ยังไม่มีความสามารถมากพอ

## ปรับปรุงเป้าหมายและแผนการทำงานใหม่

หากนักศึกษาประสบความสำเร็จแล้ว นักศึกษาควรตั้งเป้าหมายการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของตนเองให้สูงขึ้น แล้ววางแผนต่อไปว่าจะปรับปรุงแผนการทำงานเพื่อให้ตนเองบรรลุเป้าหมายให้สูงขึ้นได้อย่างไร ส่วนนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จควรปรับปรุงแผนการทำงานใหม่ นักศึกษาอาจจะวางแผนไว้ไม่ละเอียดพอ หรืออาจจะไม่ได้ทำตามแผนที่วางไว้ เนื่องจากอุปสรรคบางอย่างที่นักศึกษายังไม่ได้กำจัดออกไป อาจต้องเพิ่มแผนในการกำจัดอุปสรรคในการทำงานออกไปด้วย บันทึกเป้าหมายและแผนการทำงานที่ปรับปรุงใหม่ลงในแบบบันทึกการกำกับตนเอง ในช่องการปรับปรุงเป้าหมายและแผน

การกำหนดรางวัลให้ตนเอง เมื่อทำได้สำเร็จตามเป้าหมาย กำหนดรางวัลที่จะให้กับตัวเองเมื่อทำงานได้บรรลุตามเป้าหมายเชิงกระบวนการที่ปรับปรุงใหม่สำหรับนักศึกษาที่ไม่ประสบความสำเร็จรางวัลยังคงเดิม ส่วนนักศึกษาที่ประสบความสำเร็จแล้ว รางวัลในครั้งนี้ควรเปลี่ยนจากรางวัลจากภายนอกเป็นรางวัลจากภายใน เขียนระบุลงในช่องรางวัลที่จะให้กับตนเอง

## ปฏิบัติตามแผนและการตรวจสอบ

ขั้นตอนการกำกับตนเองอีกวงจรหนึ่ง ขั้นตอนการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดต่อไปจากนี้ จะดำเนินตามขั้นตอนการกำกับตนเองขั้นตอนที่ผ่านมาแล้วอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งจะเป็นการนำประสบการณ์จากการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 1 ไปใช้ในการกำกับตนเองในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดครั้งที่ 2 ซึ่งเป็นครั้งสุดท้าย

## ตรวจสอบผลงานที่ได้

จากการกำกับตนเองอย่างต่อเนื่อง การได้จัดกิจกรรมบำบัดด้วยตนเอง 2 ครั้ง ร่วมกับการได้รับข้อมูลป้อนกลับและคำแนะนำจากเพื่อนและอาจารย์นิเทศ เชื่อว่านักศึกษาจะสามารถจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้บรรลุเกณฑ์ที่วิทยาลัยพยาบาลกำหนดไว้แน่นอน

นักศึกษาโดยทั่วไปสามารถควบคุมตนเองให้ทำงานต่าง ๆ ที่วิทยาลัยพยาบาลมอบหมายได้เสร็จทันเวลาที่กำหนดไว้เพราะต้องการจะสำเร็จการศึกษาตามกำหนด แต่นักศึกษาที่มีการกำกับตนเองในการทำงาน จะสามารถทำงานได้ทันเวลาที่กำหนดอย่างเต็มศักยภาพ เนื่องจากนักศึกษาได้กำหนดเป้าหมายการทำงานที่ชัดเจน ได้วางแผนการทำงานอย่างเป็นรูปธรรม บันทึกการทำงานของตนเองอย่างต่อเนื่อง และปรับปรุงตนเองให้มีผลงานที่ดีขึ้นอีก โดยมีรางวัลและความมั่นใจในความสามารถของตนเองเป็นสิ่งที่ช่วยสร้างแรงจูงใจในการทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย หากนักศึกษาสามารถกำกับตนเองในการเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอ นักศึกษาจะเป็นผู้ที่มีความสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองตลอดชีวิต

.....

## กลยุทธ์การเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด

การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดให้ราบรื่น รวบรวมจากประสบการณ์ของนักศึกษาที่ต้องจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด พบว่ากลยุทธ์ที่ช่วยให้การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดราบรื่น ที่นักศึกษาสามารถจะนำไปประกอบการทำงานของตนเองเพื่อช่วยให้งานบรรลุเป้าหมายได้ มีดังต่อไปนี้

1. ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับบทโนทัศน์ของการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด จากตำรา เอกสารการสอน เอกสารของตึกที่นักศึกษาฝึกปฏิบัติงาน และอื่น ๆ ให้มากที่สุด
2. ศึกษาเอกสารการมอบหมายงานเกี่ยวกับแบบฟอร์มการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดของวิทยาลัยพยาบาล เพื่อศึกษาวัตถุประสงค์การเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ระเบียบปฏิบัติต่าง ๆ เกี่ยวกับการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด จากการประชุมพิเศษของภาควิชา และของตึกที่นักศึกษาฝึกปฏิบัติ
3. ศึกษาระเบียบการประเมินผลของวิทยาลัยพยาบาล
4. ศึกษาอาการของผู้ป่วยที่จะเข้าเป็นสมาชิกกลุ่มกิจกรรมบำบัดของนักศึกษา
5. สังเกตการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของพยาบาลประจำตึกหรือนักศึกษาอื่น ๆ หรือทีมจิตเวชอื่น ๆ ที่มาจัดกลุ่มประเภทต่าง ๆ ที่ตึกโดยละเอียด
6. ปรึกษากับเพื่อนที่เคยจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดมาก่อน หรือเพื่อนที่จะต้องจัดเหมือนกัน
7. ขอความรู้สิ่งที่สงสัยจากพยาบาลประจำตึก หรืออาจารย์
8. นำข้อมูลมาวางแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดตามแบบฟอร์มที่วิทยาลัยกำหนด
9. ขอความเห็นจากอาจารย์หรือพยาบาลเกี่ยวกับแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่เขียนขึ้น
10. ขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ประจำตึก หรือพยาบาลประจำตึกเกี่ยวกับอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่จำเป็นต้องใช้
11. มอบหมายงานให้เพื่อนช่วยเหลือล่วงหน้าก่อนวันจัดกลุ่ม
12. คาดคะเนปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นและเตรียมการป้องกันหรือการแก้ไขปัญหาไว้ล่วงหน้า
13. ฝึกซ้อมการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดให้คล่องแคล่ว

กลยุทธ์ที่เสนอแนะมิได้รับประกันว่าใช้ได้ผลสำหรับทุกคน นักศึกษาแต่ละคนต้องวิเคราะห์ตนเองว่ากลยุทธ์ใดเหมาะสมกับตนเอง กลยุทธ์ที่เหมาะสมที่สุดอาจจะได้จากประสบการณ์ที่ได้ทำงานแล้วนำผลที่ได้มาปรับปรุงเป็นเคล็ดลับประจำตัว ที่ไม่เหมือนใคร จะค้นพบเคล็ดลับนี้ได้ก็ต้องค้นหาด้วยตนเอง

.....



## เกณฑ์ประเมินตนเอง

ในการกำกับตนเองนั้นเมื่อเรามีการประเมินตนเองด้วยวิธีการต่าง ๆ แล้ว เราต้องมีเกณฑ์ที่เหมาะสมในการตัดสินตนเอง เพื่อใช้ในการพัฒนาตนเองต่อไป เกณฑ์การตัดสินตนเองนี้อาจหาได้จากแหล่งต่าง ๆ ต่อไปนี้

**เกณฑ์ของสถาบัน** ในขณะที่เป็นนักศึกษาพยาบาลเราเป็นสมาชิกของวิทยาลัยพยาบาล เราสามารถจะรับเอาเกณฑ์ที่วิทยาลัยพยาบาลกำหนดไว้มาใช้ในการตัดสินตนเองได้ เช่น ในการปฏิบัติการพยาบาลจิตเวช ภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช จะกำหนดเกณฑ์การประเมินความสามารถต่าง ๆ ในการปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาไว้ นักศึกษาควรนำเกณฑ์เหล่านี้มาพิจารณาในการตัดสินการปฏิบัติการพยาบาลของตนเอง แล้วตั้งเป้าหมายในการพัฒนาตนเองตามเกณฑ์นั้นให้มีความสามารถเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ

**เกณฑ์จากความสามารถของเพื่อน** ในการฝึกภาคปฏิบัติ หรือการเรียนภาคทฤษฎี บางครั้งไม่มีเกณฑ์ของสถาบันที่กำหนดไว้ให้นำมาตัดสินตนเองได้ นักศึกษาอาจจะพิจารณาจากผลงานของเพื่อนในกลุ่มของนักศึกษาว่าสามารถทำงานอย่างนั้นได้ในระดับใด นักศึกษาอาจนำผลงานของเพื่อนมาเปรียบเทียบดูว่า นักศึกษาสามารถทำผลงานได้ในระดับเดียวกันหรือไม่ ถ้าทำได้น้อยกว่าควรตั้งเป้าหมายพัฒนาตนเองในทำได้อีกเท่า ๆ กับเพื่อน และเนื่องจากเพื่อนในรุ่นเดียวกันจะมีความสามารถหลายระดับ นักศึกษาควรเลือกเพื่อนที่มีความสามารถระดับเดียวกันมาเปรียบเทียบ เพื่อให้ได้เกณฑ์ที่มีความท้าทาย

**เกณฑ์ของแบบอย่าง** ในการเรียนพยาบาลนักศึกษาสามารถใช้บุคคลในสิ่งแวดล้อมของนักศึกษา มาเป็นแบบอย่างในการทำงานได้ เช่น อาจจะใช้เพื่อนที่ประสบความสำเร็จในการเรียนเป็นแบบอย่างในการเรียนของตนเอง หรืออาจจะใช้อาจารย์ที่นักศึกษาชื่นชมความสามารถเป็นแบบอย่าง หรือพยาบาลที่อยู่ในแหล่งฝึกปฏิบัติการพยาบาลเป็นแบบอย่าง เมื่อนักศึกษามีแบบอย่างแล้ว นักศึกษาสามารถจะสังเกตหรือสอบถามว่าผู้ที่นักศึกษาใช้เป็นแบบอย่างนี้มีเกณฑ์ในการตัดสินตนเองอย่างไร นักศึกษาสามารถจะนำเกณฑ์นั้นมาใช้กับตัวนักศึกษาได้

**เกณฑ์ความสามารถเดิมของตนเอง** เมื่อนักศึกษาสังเกตการทำงานของตนเองแล้ว นักศึกษาจะรู้ว่าตนเองทำงานได้ในระดับใด นักศึกษาสามารถจะใช้ข้อมูลนั้นมาเป็นเกณฑ์ตัดสินตนเองในการทำงานขั้นต่อไป หากนักศึกษที่ตั้งเป้าหมายในการทำงานของตนเองว่า ต้องทำงานขั้นต่อไปให้ได้คุณภาพเท่าเดิมเป็นอย่างน้อย เมื่อทำงานขั้นต่อไปแล้วสังเกตการทำงานพบว่าได้คุณภาพไม่เท่าเดิม นักศึกษาก็จะประเมินได้ว่า ขณะนี้ตนเองไม่ได้รักษามาตรฐานของตนไว้ หรือหากนักศึกษที่ตั้งเป้าหมายว่าต้องทำงานให้ได้คุณภาพสูงขึ้น แต่เมื่อทำงานขั้นต่อไปแล้วได้คุณภาพเท่าเดิม นักศึกษาก็จะประเมินตนเองได้ว่าตนเองยังไม่ได้พัฒนาให้ก้าวหน้าให้เป็นไปอย่างที่ตั้งเป้าหมายไว้ นักศึกษาต้องไปพิจารณาปรับปรุงแผนการทำงานใหม่เพื่อให้ได้คุณภาพงานดีขึ้นตามเป้าหมาย

การพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถเพิ่มขึ้นได้นั้น นักศึกษาต้องมีการประเมินความรู้ความสามารถปัจจุบันของตนเอง และต้องรู้จักหาเกณฑ์ที่เหมาะสมมาตัดสินความสามารถของตนเอง คนที่ใช้เกณฑ์ต่ำเกินไป ก็อาจจะไม่คิดพัฒนาตนเอง เพราะประเมินแล้วตนเองก็อยู่ในเกณฑ์ดี โดยทั่วไปสังคมจะให้การยกย่องชมเชยคนที่มีความสามารถระดับสูง ดังนั้นนักศึกษาจึงควรหาเกณฑ์ที่สูงพอที่จะพัฒนาตนเองขึ้นมาได้ เรียกว่าเป็นเกณฑ์ที่ทำหายความสามารถของตนเอง เมื่อพัฒนาถึงเกณฑ์นั้นแล้ว จึงตั้งเกณฑ์ตัดสินตนเองให้สูงขึ้นไปอีกทีละเล็กทีละน้อย ก็จะเป็นการกำกับตนเองให้พัฒนาขึ้นไปได้อย่างค่อยเป็นค่อยไป

.....

## การให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จ

การจูงใจตนเองให้ทำงานสำเร็จเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการเป็นผู้ใหญ่ ถ้าเราสามารถจูงใจตนเองให้ทำงานได้ เราสามารถจะทำงานได้ตามที่เราต้องการอย่างไม่มีที่สิ้นสุด

รางวัลเป็นวิธีจูงใจตนเองอย่างหนึ่งซึ่งเราคุ้นเคยกันดี ในการเรียนหรือการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน เราอาจเคยได้รับรางวัลจากผู้ใหญ่เป็นการตอบแทนพฤติกรรมการเป็นเด็กดี หรือในการตั้งใจเรียน รางวัลนั้นถ้าจัดให้อย่างถูกต้องจะทำให้เราอยากจะเป็นคนดี หรืออยากจะทำดี

ตามทฤษฎีจิตวิทยาการเรียนรู้ที่เน้นพฤติกรรม รางวัลมีความหมายลึกซึ้งกว่าที่เราเคยรู้จักกันทั่วไป รางวัลมีความหมายในแง่ที่เป็นตัวเสริมให้เรามีพฤติกรรมบางอย่างเพิ่มขึ้นได้ เหตุการณ์บางอย่างที่เกิดขึ้นหลังจากที่เราทำพฤติกรรมอย่างหนึ่ง ทำให้เราเพิ่มความถี่ในการทำพฤติกรรมนั้นได้ เหตุการณ์นั้นเรียกว่าตัวเสริมแรง ตัวเสริมแรงมี 2 ประเภท คือ ตัวเสริมแรงทางบวกและตัวเสริมแรงทางลบ

ตัวเสริมแรงทางบวกหมายถึงการเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมเมื่อพฤติกรรมนั้นทำแล้วมีเหตุการณ์ที่พึงพอใจตามมา ตัวเสริมแรงทางบวก หรือเหตุการณ์ที่พึงพอใจนี้ คนทั่วไปใช้คำว่ารางวัล แต่ในทางจิตวิทยา ตัวเสริมแรงทางบวกกับรางวัลมีความแตกต่างกัน ตัวเสริมแรงทางบวกจะเป็นตัวเสริมแรงก็ต่อเมื่อมันมีผลต่อพฤติกรรม ถ้าแสดงพฤติกรรมบางอย่างแล้วมีเหตุการณ์อย่างหนึ่งตามมา แล้วเหตุการณ์นั้นทำให้ความถี่ของพฤติกรรมนั้นเพิ่มขึ้น เหตุการณ์นั้นคือตัวเสริมแรง ถ้าเหตุการณ์นั้นไม่ทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้น เหตุการณ์นั้นไม่ใช่ตัวเสริมแรง ส่วนรางวัลในทางจิตวิทยา หมายถึงอะไรบางอย่างที่มอบให้กับผู้แสดงพฤติกรรม หรือผู้แสดงพฤติกรรมได้รับเป็นการตอบแทนจากการทำพฤติกรรมบางอย่าง ซึ่งผู้รับรู้สึกว่ามันมีคุณค่า แต่อาจจะไม่จำเป็นต้องเพิ่มโอกาสเกิดพฤติกรรมนั้นขึ้นอีก ในที่นี้ใช้คำว่า รางวัล ในความหมายที่ครอบคลุมถึงคำว่าตัวเสริมแรงด้วย ดังนั้น รางวัลในที่นี้หมายถึง เหตุการณ์อะไรก็ตามที่เมื่อเกิดขึ้นหรือนำเสนอแล้วเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมที่เกิดก่อนเหตุการณ์

ตัวเสริมแรงทางบวกมี 2 ประเภท คือ ตัวเสริมแรงตามธรรมชาติ และตัวเสริมแรงไม่ตามธรรมชาติ เหตุการณ์ที่เป็นตัวเสริมแรงตามธรรมชาติเป็นเหตุการณ์ที่มีคุณค่าสำหรับคนโดยไม่ต้องฝึกให้รับรู้คุณค่ามัน เช่น การได้ทานอาหารสำหรับคนที่หิว การได้ดื่มน้ำสำหรับคนที่กระหาย ตัวเสริมแรงที่ไม่ตามธรรมชาติ เป็นเหตุการณ์ที่มีคุณค่าสำหรับคน เนื่องจากมันมีความเกี่ยวข้องกับตัวเสริมแรงตามธรรมชาติ เช่น คำชมเชย เกรด เงิน หรือการทำงานบรรลุเป้าหมาย สิ่งเหล่านี้มีความเกี่ยวข้องกับ อาหาร ความสุขสบาย ความพึงพอใจ

ตัวเสริมแรงทางลบหมายถึงการเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมโดยการนำเอาเหตุการณ์ที่ไม่สุขสบายออกไป หลังจากการแสดงพฤติกรรม ตัวเสริมแรงทำให้ความถี่ของพฤติกรรมเพิ่มขึ้นทั้งตัวเสริมแรงทางบวกและทางลบ แต่ตัวเสริมแรงทางลบ คือ การนำเอาเหตุการณ์ไม่สุขสบายออกไป ทำให้พฤติกรรมที่เกิดก่อนเหตุการณ์นั้นเพิ่มขึ้น เช่น เราใส่เสื้อความหนาวหายไป เราจึงมีพฤติกรรมใส่เสื้อเพิ่มขึ้นในฤดูหนาว การทานยาแล้วความเจ็บปวดหายไปเราจึงทานยาอย่างสม่ำเสมอ

เมื่อเรายังเด็กการได้รับรางวัลจากพ่อแม่หรือครูจะเกิดขึ้นได้ง่ายและบ่อยกว่าเมื่อเราโตขึ้น เนื่องจากสิ่งที่จะให้เป็นรางวัลทำได้ง่ายและพฤติกรรมที่พ่อแม่หรือครูต้องการให้เราปฏิบัติทำได้ไม่ยาก แต่เมื่อเราโตขึ้น การได้รางวัลจากคนอื่นดูจะเป็นไปได้ยากขึ้น เพราะสิ่งที่จะให้เป็นรางวัลที่ถูกต้องเราหาได้ยากขึ้น และพฤติกรรมที่จะต้องปฏิบัติเพื่อให้ได้รับรางวัลมีความซับซ้อนขึ้น เพื่อให้เรามีพฤติกรรมหรือการทำงานดีขึ้นเราสามารถจะให้รางวัลตัวเองแทนการรับรางวัลจากผู้อื่นได้ การให้รางวัลตนเองอย่างถูกต้องจะมีผลกับเราเช่นเดียวกับที่พ่อแม่

แม่หรือครูจัดหารางวัลให้ และสามารถทำได้ง่ายกว่า เนื่องจากเราเป็นผู้กำหนดเงื่อนไขการรับรางวัลด้วยตัวเอง และเป็นผู้ให้รางวัลตัวเราเอง

การให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จ เป็นการกำหนดเงื่อนไขกับตนเองว่าจะให้รางวัลตนเองก็ต่อเมื่อทำงานได้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้เท่านั้น เราสามารถกำหนดสิ่งที่เป็นรางวัลได้ตามความต้องการของเราอย่างแท้จริง แต่ต้องกำหนดพฤติกรรมที่เป็นเป้าหมายให้ชัดเจน และกำหนดปริมาณรางวัลที่ชัดเจน เมื่อกำหนดชัดเจนดีแล้ว เริ่มลงมือปฏิบัติงานตามเป้าหมาย โดยทำการบันทึกพฤติกรรมการทำงานของเราควบคู่ไปด้วยเสมอ เพื่อให้เรารู้ความก้าวหน้า รู้อุปสรรค และหาทางแก้ไขให้ทำงานได้บรรลุตามที่กำหนดไว้ เมื่อทำงานได้สำเร็จก็จัดหารางวัลให้ตนเองได้ทันที

รางวัลที่กำหนดไว้ว่าจะให้กับตนเองนั้นมี 2 ประเภท คือ รางวัลที่มาจากภายนอก หรือรางวัลที่จับต้องได้ รางวัลประเภทนี้จำเป็นสำหรับผู้ที่เริ่มต้นในการควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น คำชมเชยจากอาจารย์ จากพ่อแม่ จากเพื่อน ๆ หรือการจัดหาสิ่งของที่ต้องการ การไปทำกิจกรรมที่ชอบทำ รางวัลอีกประเภทหนึ่งคือ รางวัลที่มาจากภายในตนเอง ผู้ที่สามารถกำกับตนเองได้อย่างอิสระแล้วจะมีความพึงพอใจในรางวัลประเภทนี้มากกว่า เช่น คำชมเชยตนเอง ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ความรู้สึกมีความสุข การจินตนาการถึงภาพที่ตนเองพึงพอใจ

การให้รางวัลตนเองเมื่อทำงานสำเร็จเป็นวิธีการที่มีประโยชน์ในการจูงใจให้เรามีพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้นได้ ดังนั้นวิธีการให้รางวัลตนเองจึงเป็นวิธีการที่ควรนำมาปฏิบัติ เพื่อช่วยให้ประสบความสำเร็จในการเรียนอีกวิธีหนึ่ง

.....















ขั้นตอน	กิจกรรม	ข้อมูล
รับรู้ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง	<p>ประมาณค่าความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถในการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด</p> <p>1 มั่นใจมากที่สุดว่าทำไม่ได้</p> <p>2 มั่นใจมากกว่าทำไม่ได้</p> <p>3 มั่นใจค่อนข้างมากกว่าทำไม่ได้</p> <p>4 ค่อนข้างมั่นใจว่าทำไม่ได้</p> <p>5 ไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจทำไม่ได้</p> <p>6 ไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจทำได้</p> <p>7 ค่อนข้างมั่นใจว่าทำได้</p> <p>8 มั่นใจค่อนข้างมากกว่าทำได้</p> <p>9 มั่นใจมากกว่าทำได้</p> <p>10 มั่นใจมากที่สุดว่าทำได้</p>	<p>เลือกหัวข้อและวิธีการจัดกลุ่มได้อย่างเหมาะสมกับลักษณะของผู้ป่วย</p> <p>1. กำหนดวัตถุประสงค์ของกิจกรรมกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</p> <p>2. วางแผนการจัดกลุ่มบำบัดได้อย่างเหมาะสม</p> <p>3. จัดอุปกรณ์และสถานที่ประกอบกิจกรรมกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</p> <p>4. สามารถใช้ภาษาพูดและภาษาท่าทางได้อย่างเหมาะสม</p> <p>5. สามารถกระตุ้นสมาชิกให้มีส่วนร่วมในกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</p> <p>6. ดำเนินกิจกรรมกลุ่มได้ตามแผนที่กำหนดไว้อย่างครบถ้วน</p> <p>7. แก้ปัญหาเฉพาะหน้าขณะดำเนินกลุ่มได้อย่างเหมาะสม</p> <p>8. ประเมินปัญหาและให้ข้อเสนอแนะที่ถูกต้องมีประโยชน์ ขณะดำเนินกิจกรรมกลุ่ม</p> <p>9. ยอมรับฟังความคิดเห็นจากสมาชิกกลุ่มด้วยท่าทีเหมาะสม</p> <p>10. ประสานงานกับผู้ร่วมกิจกรรมกลุ่ม</p> <p>11. ประเมินกระบวนการของกลุ่มและเนื้อหาของกลุ่ม ภายหลังปิดกลุ่มได้ถูกต้อง</p>

## แบบประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด

ข้อ	รายการประเมิน	ใช่	ไม่ใช่
1.	ท่านรู้หลักการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
2.	ท่านรู้ขั้นตอนของการดำเนินกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
3.	ท่านรู้ว่าควรจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดชนิดใดให้ผู้ป่วยที่ท่านรับผิดชอบ		
4.	ท่านรู้ว่าควรเลือกผู้ป่วยลักษณะอย่างไรมาเข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
5.	ท่านรู้ว่ากลุ่มกิจกรรมบำบัดควรใช้เวลานานเท่าไร		
6.	ท่านรู้ว่าเมื่อจะจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดต้องวางแผนเรื่องใดบ้าง		
7.	ท่านรู้ว่าท่านจะถูกประเมินความสามารถในการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดจากพฤติกรรมใดบ้าง		
8.	ท่านวางแผนจะหาข้อมูลเกี่ยวกับผู้ป่วยทุกคนที่ท่านจะเลือกเข้ากลุ่มกิจกรรมบำบัดที่ท่านจัด		
9.	ท่านคิดว่าในแผนการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดแต่ละครั้ง ควรจะกำหนดหลักเกณฑ์ในการเลือกผู้ป่วยเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วย		
10.	ในการเตรียมตัวเป็นผู้ทำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ท่านวางแผนจะฝึกซ้อมการสาธิตกิจกรรม หรือการใช้อุปกรณ์ที่เตรียมมา เพื่อให้ดำเนินกลุ่มกิจกรรมบำบัดได้คล่องแคล่ว		
11.	ท่านหาวิธีจดจำชื่อผู้ป่วยทุกคนที่เข้าร่วมกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่ท่านเป็นผู้นำ		
12.	ในการเตรียมตัวเป็นผู้ทำกลุ่มกิจกรรมบำบัด ท่านหาคำพูดที่เข้าใจง่ายมาเรียบเรียง และฝึกซ้อมการใช้คำพูดเหล่านั้นให้คล่องแคล่ว		
13.	ท่านมีวิธีการที่จะช่วยให้ตนเองจดจำขั้นตอนการดำเนินกลุ่มกิจกรรมบำบัดที่ท่านเป็นผู้นำได้		
14.	ท่านนัดแนะกับผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม และผู้สังเกตการ เพื่อให้ช่วยเหลือท่านในขณะที่ดำเนินกลุ่ม		
15.	ท่านคาดล่วงหน้าถึงปัญหาอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
16.	ท่านเตรียมการแก้ปัญหาที่คาดว่าจะเกิดขึ้นระหว่างการดำเนินกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
17.	ท่านมีแผนการจะขอคำแนะนำจากอาจารย์ หรือพยาบาลประจำหอผู้ป่วย เกี่ยวกับ การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
18.	ท่านตั้งใจจะหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
19.	ท่านต้องการข้อมูลป้อนกลับจากเพื่อนและอาจารย์เกี่ยวกับการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัดของท่าน เพื่อการปรับปรุงตนเอง		
20.	ท่านรู้ตัวว่าท่านมีจุดอ่อนอะไรในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
21.	ท่านรู้ตัวว่าท่านมีจุดเด่นอะไรในการเป็นผู้นำกลุ่มกิจกรรมบำบัด		
	รวมคะแนน		



แผนการสอนที่ 10  
เรื่องการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณี  
เวลาสอน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ นักศึกษาสามารถ

1. กำหนดวิธีการสังเกตตนเองและทำการสังเกตตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณีได้
2. ตัดสินตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณีได้
3. กำหนดเป้าหมายการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณีได้เหมาะสม
4. วางแผนการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณีได้
5. บันทึกการศึกษาเรื่องการศึกษารายกรณีของตนเองได้
6. มีคாதหวังเกี่ยวกับความสามารถในการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณีในระดับที่เหมาะสม
7. ดำเนินการศึกษารายกรณีได้

เนื้อหา

การศึกษารายกรณีมีวัตถุประสงค์เพื่อการบรรยาย อธิบาย และแสวงหาคำตอบเกี่ยวกับผู้ป่วยอย่างครอบคลุม การศึกษารายกรณีช่วยให้เรียนรู้การพยาบาลผู้ป่วยแบบองค์รวมได้ดี เพราะต้องทำการรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกต สัมภาษณ์ สอบถามผู้ป่วยและญาติ และศึกษาข้อมูลจากแฟ้มผู้ป่วยเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นระบบและเชื่อถือได้ ทำการวิเคราะห์ความสอดคล้องระหว่างข้อมูล วินิจฉัยปัญหาทางการพยาบาล วางแผนการพยาบาลผู้ป่วย ระยะสั้น และระยะยาว ผลการศึกษาจะได้ภาพรวมของผู้ป่วยอย่างหลากหลาย และลึกซึ้ง

การกำกับตนเองในการเรียนรู้เรื่องการศึกษารายกรณี ได้แก่การใช้กระบวนการกำกับตนเองในการวางแผนการศึกษาด้วยตนเองเรื่องเกี่ยวกับการศึกษารายกรณี เพื่อให้สามารถวางแผนการพยาบาลผู้ป่วยได้ตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ กระบวนการเหล่านั้นได้แก่

1. การประเมินตนเองและตรวจสอบตนเอง
2. การตั้งเป้าหมายและวางแผน
3. การดำเนินการตามแผนและการตรวจสอบ
4. การตรวจสอบผลการใช้กลยุทธ์



ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
สังเกตตนเอง เกี่ยวกับการ ศึกษารายกรณี ตามวิธีการของ ตนเองได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ผู้สอนแจกคู่มือการทำกับตนเองในการศึกษารายกรณีแนะนำส่วนประกอบในคู่มือ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ศึกษาคู่มือไปพร้อม ๆ กับผู้สอน</li> <li>➢ ซักถามข้อสงสัย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ คู่มือการทำกับตนเองในการศึกษารายกรณีประกอบด้วย</li> <li>➢ เอกสารการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ เกณฑ์ประเมินการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ แบบบันทึกการทำกับตนเองในการศึกษารายกรณี</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นำศึกษาดำเนินการทำกับตนเองเป็นรายบุคคลตามที่คู่มือแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ สังเกตตนเอง</li> <li>➢ นำความรู้และประสบการณ์เดิมจากการศึกษารายกรณีมาใช้กำหนดวิธีการสังเกตตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ สังเกตตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เกณฑ์ประเมินการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาล</li> </ul>
ตัดสินตนเอง 1.๓. ๕ วิจัย ๓.๕๓(๖)	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ให้คำแนะนำเมื่อนักศึกษาขอคำแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ หาเกณฑ์ตัดสินตน</li> <li>➢ นักศึกษาแต่ละคนกำหนดเกณฑ์ตัดสินตนเองในการศึกษารายกรณี แล้วนำเกณฑ์มาตัดสินผลการสังเกตตนเอง</li> <li>➢ บันทึกลงในแบบทำกับตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบฟอร์มการทำกับตนเองในการศึกษารายกรณี ช่องตัดสินตนเอง</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ซักถามนักศึกษาถึงความก้าวหน้าในการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ ให้คำแนะนำเมื่อนักศึกษาขอคำแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ศึกษาเอกสารการศึกษารายกรณีและเกณฑ์ประเมินการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ ซักถามผู้สอนถึงความหมายของเกณฑ์ประเมินแต่ละข้อ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เอกสารการศึกษารายกรณีและเกณฑ์ประเมินการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาลจำนวน 32 ข้อ</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
กำหนดเป้าหมายการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณีได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ชักถามนักศึกษาถึงความก้าวหน้าในการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ ให้คำแนะนำเมื่อนักศึกษาขอคำแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ตั้งเป้าหมายการศึกษารายกรณีเชิงผลลัพธ์</li> <li>➢ พิจารณาความรู้ของตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณี ทักษะพื้นฐานของการศึกษารายกรณี ความรู้เกี่ยวกับกลยุทธ์การศึกษาด้วยตนเอง ข้อมูลการสังเกตตนเอง และการตัดสินใจตนเอง แล้วกำหนดเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ของการศึกษารายกรณีว่าจะทำคะแนนการศึกษารายกรณีให้ได้อย่างไร</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบฟอร์มการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณี ช่องการตั้งเป้าหมายเชิงผลลัพธ์</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ชักถามนักศึกษาถึงความก้าวหน้าในการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ ให้คำแนะนำเมื่อนักศึกษาขอคำแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ตั้งเป้าหมายการศึกษารายกรณีเชิงกระบวนการ</li> <li>➢ พิจารณาองค์ประกอบของการศึกษารายกรณีที่ประสบความสำเร็จ กำหนดเป็นเป้าหมายเชิงกระบวนการ</li> <li>➢ บันทึกลงในแบบฟอร์ม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบฟอร์มการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณี ช่องการตั้งเป้าหมายเชิงกระบวนการ</li> </ul>
วางแผน	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ชักถามนักศึกษาถึงความก้าวหน้าในการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ ให้คำแนะนำเมื่อนักศึกษาขอคำแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กำหนดแผนการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายเชิงผลลัพธ์ และเชิงกระบวนการ นำบรรจุลงในตารางการบริหารเวลาส่วนตัว กำหนดเวลาที่จะลงมือศึกษาด้วยตนเองตามเป้าหมาย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ตารางการบริหารเวลาประกอบด้วยวัน เวลา กิจกรรมเป้าหมาย</li> </ul>



ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
ปฏิบัติตามแผนและสังเกตตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ชักถามนักศึกษาถึงความก้าวหน้าในการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ ให้คำแนะนำเมื่อนักศึกษาขอคำแนะนำ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ศึกษาแบบบันทึกการศึกษาด้วยตนเอง</li> <li>➢ ชักถามข้อสงสัย</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบบันทึกการศึกษาด้วยตนเอง ประกอบด้วย วันที่ เวลา เป้าหมาย ผลการศึกษาด้วยตนเอง อุปสรรค และแนวทางการแก้ไข</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นำแผนการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวกับการศึกษารายกรณีไปปฏิบัติ</li> <li>➢ นักศึกษาเก็บข้อมูลและเขียนรายงานการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ เมื่อมีปัญหาขอนัดหมายการประชุมปรึกษาเป็นพิเศษนอกเวลา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แผนการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณีของนักศึกษารายบุคคล</li> <li>➢ บันทึกการศึกษาด้วยตนเอง</li> <li>➢ แบบฟอร์มการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาล</li> </ul>
รับข้อมูลป้อนกลับ	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประเมินรายงานการศึกษารายกรณี ของนักศึกษาโดยใช้เกณฑ์ของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ ให้ข้อมูลป้อนกลับที่ชัดเจน เกี่ยวกับการศึกษารายกรณีและการศึกษาด้วยตนเอง</li> <li>➢ ส่งรายงานคืนให้นักศึกษาภายใน 2-3 วัน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ นำรายงานการศึกษารายกรณีส่งให้ผู้สอนตรวจ</li> <li>➢ นำบันทึกการศึกษาด้วยตนเองส่งให้ผู้สอนพิจารณา</li> <li>➢ รับคืนรายงานคืนจากจากผู้สอน</li> <li>➢ ศึกษาข้อมูลย้อนกลับจากผู้สอน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ รายงานการศึกษารายกรณีของนักศึกษารายบุคคล 10 คน</li> </ul>
ตัดสินตนเองและมีปฏิริยาต่อตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ ประชุมปรึกษากับนักศึกษาเป็นกลุ่มให้ข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับการศึกษารายกรณี</li> <li>➢ เทคนิคการเก็บรวบรวมข้อมูลการวินิจฉัยการพยาบาลและการศึกษารายกรณีที่พบว่านักศึกษาทำถูกต้องแล้วให้นักศึกษาที่ทำถูกต้องเป็นแบบอย่างเพื่อน</li> <li>➢ เทคนิคการเก็บรวบรวมข้อมูลการวินิจฉัยการพยาบาลและการศึกษารายกรณีที่นักศึกษาทำไม่ถูกต้อง สอนมนทัศน์คนใหม่โดยให้ตัวอย่างที่ถูกต้องและไม่ถูกต้อง</li> <li>➢ ใช้เวลา 1 ชั่วโมง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ เข้าประชุมปรึกษากับผู้สอนตามกำหนด</li> <li>➢ ทำความเข้าใจข้อมูลป้อนกลับของผู้สอนและสังเกตตัวอย่างที่ถูกต้องของเพื่อน</li> <li>➢ ชักถามข้อสงสัย</li> <li>➢ สรุปผลการศึกษารายกรณี</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบประเมินการศึกษารายกรณีของวิทยาลัยพยาบาล</li> <li>➢ เอกสารตำราการพยาบาลจิตเวชเกี่ยวกับการเก็บรวบรวมข้อมูลทางจิตสังคม การตรวจสภาพจิต การวินิจฉัยปัญหาทางการพยาบาลจิตเวช กลไกการเกิดปัญหาความผิดปกติทางพฤติกรรม</li> </ul>

ขั้นตอน	ผู้สอน	ผู้เรียน	สื่อ
<p>รับรู้ความสามารถในการศึกษารายกรณีของตนเองในระดับที่เหมาะสม</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ กระตุ้นให้นักศึกษามีความคาดหวังในความสามารถของตนเอง จากประสบการณ์ที่ผ่านมา</li> <li>➢ พุดจูงใจให้นักศึกษามีความเชื่อว่า การใช้กลยุทธ์การศึกษาด้วยตนเองที่เหมาะสมสามารถจะปรับปรุงผลงานของตนเองให้ดีขึ้นได้กระตุ้นให้นักศึกษาที่ประสบความสำเร็จให้รางวัลตนเอง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ รับรู้ความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการศึกษารายกรณี จากประสบการณ์ส่วนที่ประสบความสำเร็จ ส่วนประสบการณ์ที่ยังไม่ประสบความสำเร็จ รับรู้ความคาดหวังของผู้สอนเกี่ยวกับวิธีการที่จะช่วยให้ประสบความสำเร็จได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ แบบประเมินการจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัดจากเพื่อนและผู้สอน</li> <li>➢ แบบบันทึกการกำกับตนเอง</li> </ul>

#### การประเมินผล

ประเมินผลการกำกับตนเองจากการตรวจแบบบันทึกการกำกับตนเอง มีข้อมูลสรุกรอกครบถ้วนทุกช่อง และประเมินผลลัพท์จากกระบวนการกำกับตนเอง จาก

1. ข้อมูลจากการบันทึกการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณี ภายหลังกการศึกษารายกรณี ในช่องปฏิบัติาต่อตนเอง ระบุว่าพึงพอใจตนเอง
2. มีความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถในการกำกับตนเองในการศึกษารายกรณีในระดับ 7 ขึ้นไปทุกข้อ
3. ผลการศึกษารายกรณีได้รับการประเมินจากผู้สอน 3 ขึ้นไปทุกข้อ





ขั้นตอน	กิจกรรม	ข้อมูลที่ได้
ตรวจสอบผลงานที่ได้	ข้อมูลป้อนกลับ การประเมินศึกษารายกรณีโดย	คะแนนที่ได้จากการทำ ..... ข้อเสนอแนะที่ได้รับ ..... ..... ..... ..... ..... ..... .....
การประเมินตนเองและ ตรวจสอบตนเอง	การตัดสินตนเอง นำเป้าหมายและแผนมาเปรียบเทียบกับข้อมูลการปฏิบัติจริง พิจารณาข้อมูลป้อนกลับ	มีปฏิริยาต่อตนเอง ความรู้สึก <input type="checkbox"/> พอใจ <input type="checkbox"/> ไม่พอใจ <input type="checkbox"/> สำเร็จ <input type="checkbox"/> ล้มเหลว 11.3 วิเคราะห์สาเหตุของความ สำเร็จ ..... ..... ..... ..... ให้รางวัลตนเอง ..... ..... 11.3 วิเคราะห์สาเหตุของความล้ม เหลว ..... ..... ..... ..... .....

ขั้นตอน	กิจกรรม	ข้อมูล
รับรู้ความ คาดหวัง เกี่ยวกับ ความ สามารถของ ตนเอง	ประมาณค่าความคาดหวังเกี่ยวกับ ความสามารถในการศึกษารายกรณี 1 มั่นใจมากที่สุดว่าทำไม่ได้ 2 มั่นใจมากกว่าทำไม่ได้ 3 มั่นใจค่อนข้างมากกว่าทำไม่ได้ 4 ค่อนข้างมั่นใจว่าทำไม่ได้ 5 ไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจทำไม่ได้ 6 ไม่ค่อยมั่นใจคิดว่าอาจทำได้ 7 ค่อนข้างมั่นใจว่าทำได้ 8 มั่นใจค่อนข้างมากกว่าทำได้ 9 มั่นใจมากกว่าทำได้ 10 มั่นใจมากที่สุดว่าทำได้	1. เขียนรายงานได้ถูกต้องสมบูรณ์ตามรูปแบบ ของการเขียนรายงาน ..... 2. รวบรวมข้อมูลได้สมบูรณ์ ..... 3. วินิจฉัยทางการพยาบาลและจัดลำดับความ สำคัญของปัญหาได้ ..... 4. วางแผนการพยาบาลระยะสั้นได้ ..... 5. วางแผนการพยาบาลระยะยาวได้ ..... 6. ให้การช่วยเหลือและปรับแก้พฤติกรรมใน ระยะบำบัดได้เหมาะสม ..... 7. ให้การช่วยเหลือและปรับแก้พฤติกรรมใน ระยะฟื้นฟูสภาพได้เหมาะสม ..... 8. วางแผนและเตรียมตัวผู้ป่วยเพื่อการรักษาและ ดูแลช่วยเหลือตนเองอย่างต่อเนื่องเมื่อกลับไป สู่สังคมปกติ ..... 9. ประเมินผลการพยาบาลได้ตามเกณฑ์ ..... 10. สรุปผลและให้ข้อเสนอแนะจากกรณีศึกษาผู้ ป่วยจิตเวชได้ .....

ภาคผนวก ง  
คดีต่อผู้ป่วยและการดูแลผู้ป่วยรายช้อ

ตารางที่ 27 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติการดูแลตัวผู้ป่วยจิตเวชรายข้อและคะแนนรวมของนักศึกษาในกลุ่มควบคุม และกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการเรียนรู้และหลังการเรียนรู้

ความเชื่อ	ก่อนการเรียนรู้		หลังการเรียนรู้	
	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง
1. ใช้ความอดทนและความพยายามอย่างสูง	5.4	7.1	6.4	5.9
2. ใช้เทคนิคเฉพาะในการติดต่อสื่อสาร	6.6	7.4	8.1	6.8
3. ต้องเอาใจใส่สนับสนุนทางจิตใจ	7.3	7.8	7.5	7.3
4. ต้องดูแลอย่างใกล้ชิด	5.7	7.5	5.2	7.0
5. ควรให้การยอมรับฐานะเป็นบุคคลหนึ่งในสังคม	8.4	6.5	8.7	8.2
6. เห็นการช่วยเหลือให้ผู้ป่วยกลับสู่สังคมได้	8.1	7.9	9.0	8.1
7. เห็นการให้ผู้ป่วยแก้ปัญหาได้ด้วยตัวเอง	6.6	6.3	7.8	6.5
8. ต้องพร้อมทั้งบุคลากร เครื่องมือ สถานที่	6.9	5.2	7.2	6.5
9. รู้สึกกลัวเพราะไม่ทราบจะปฏิบัติตัวผู้ป่วยอย่างไร	-1.0	1.1	0.2	2.3
10. รู้สึกตื่นเต้นหวาดกลัว	-1.2	-0.1	0.7	1.9
11. ทำหายความสามารถ	5.0	5.6	6.8	7.1
12. น่าสนใจ	5.9	6.1	7.5	8.2
13. ลำบากและน่าหนักใจ	-0.3	1.2	1.1	2.2
14. น่าภาคภูมิใจที่สามารถช่วยให้ผู้ป่วยดีขึ้นได้	8.1	7.4	7.6	7.7
15. เป็นคนสุขุมควบคุมอารมณ์ได้	7.9	7.3	8.4	8.7
16. เข้าใจตนเองและผู้อื่น	8.5	7.9	9.0	8.7
17. มีความรู้ในการดูแลผู้ป่วยจิตเวชเป็นอย่างดี	6.7	7.0	7.5	7.8
18. สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้	6.6	7.6	8.7	7.2
19. ยืดหยุ่นสามารถปรับตัวได้ดี	7.9	7.4	8.4	8.2
20. รอบคอบช่างสังเกต	8.5	8.2	8.4	8.1
21. ให้การพยาบาลด้วยความเข้าใจและเห็นใจ	7.7	6.6	7.0	5.9
22. เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยได้ระบายความคิดเห็นและอารมณ์	7.6	7.4	8.2	7.0
23. ใช้เทคนิคการติดต่อสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วย	0.0	6.7	8.5	7.9
24. เข้าใจสนับสนุนให้กำลังใจผู้ป่วยสม่ำเสมอ	0.0	7.2	8.2	7.2
25. ให้คำปรึกษาแนะนำช่วยเหลือการแก้ปัญหาและการปรับตัวของผู้ป่วย	0.0	7.2	8.2	8.1
<b>รวม</b>	<b>132.9</b>	<b>157.5</b>	<b>174.3</b>	<b>170.5</b>



ตารางที่ 28 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติการดูแลตัวผู้ป่วยจิตเวชรายข้อและคะแนนรวมของนักศึกษา  
กลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองระหว่างก่อนการเรียนและหลังการเรียน

ความเชื่อ	ก่อนการเรียน		หลังการเรียน	
	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	กลุ่มทดลอง
1. มีความผิดปกติของพฤติกรรม	-2.2	-2.8	-0.9	-1.6
2. มีความผิดปกติทางความคิดและอารมณ์	-2.4	-2.4	-1.3	-3.4
3. ต้องการการเข้าใจและยอมรับ	5.1	4.4	6.6	5.1
4. มีอาการเหม่อลอยเซื่องช้าไร้สติ	-0.4	-2.1	-1.0	-2.0
5. มีพฤติกรรมที่คาดไม่ถึงและความคุมตนเองไม่ได้	-0.8	-4.2	-1.7	-1.4
6. เพื่อฝัน พุดจาหลับสน เพื่อเจอ	-0.9	-2.7	-2.4	-1.8
7. เป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น	-3.1	-3.9	-2.2	-2.4
8. ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ แยกตัว หวาดระแวง	-1.1	-3.7	-1.8	-1.2
9. ขาดความรักความอบอุ่น	0.2	-0.6	-1.2	-2.9
10. ถูกกระทบกระเทือนจิตใจอย่างรุนแรงและเฉียบพลัน	-2.1	-2.5	-1.3	-3.5
11. ปฏิเสธต่อต้านและก่อปัญหาสังคม	-1.9	-2.2	-1.5	-2.1
12. ขาดการดูแลตนเอง สกปรก	-1.8	-2.6	-2.4	-1.5
13. ควรได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างจริงจัง	4.2	4.8	7.3	5.5
14. ควรได้รับการดูแลช่วยเหลือทุกด้านตลอดเวลา	1.7	3.9	1.3	4.9
15. นำสงสารน่าเห็นใจ	5.2	5.3	5.9	6.9
16. น่ากลัว	0.0	-0.3	1.0	-2.9
17. ผู้ที่อยู่ใกล้กลัวจะมีสภาพเช่นผู้ป่วย	2.1	2.3	0.6	2.1
18. น่าขัน	1.9	-0.2	3.1	-0.4
19. น่าเบื่อหน่ายเข้าใจยาก	0.4	3.6	2.5	1.6
20. น่าสนใจศึกษา	3.9	7.6	4.2	7.3
<b>รวม</b>	<b>8.0</b>	<b>1.7</b>	<b>14.8</b>	<b>6.3</b>

## ประวัติผู้วิจัย

นางศิริพร โอภาสวัตรชัย เกิดเมื่อเดือน ธันวาคม พ.ศ. 2501 ที่จังหวัดหนองคาย พ.ศ. 2520 สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนสุนทรวิทยา จังหวัดนครราชสีมา พ.ศ. 2524 สำเร็จการศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต (พยาบาล) และประกาศนียบัตรผดุงครรภ์ จากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น พ.ศ. 2530 สำเร็จการศึกษาหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต (การบริหารการพยาบาล) จาก คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ. 2539 เข้าศึกษาต่อหลักสูตรครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน ปัจจุบันรับราชการตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ศรีธัญญา

