

# ชุดกิจกรรม และสื่อการเรียนรู้

เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต  
สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา



ชุดที่ ๑  
คุณค่า  
ภายใน

ชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้  
เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต  
สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา

## ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน



# ชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา

## ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน

ISBN ๘๘๘-๖๖๖-๘๒๐๗๖-๔-๑

พิมพ์ครั้งแรก กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘ จำนวน ๕๐๐ เล่ม

พัฒนาต้นฉบับโดย

มูลนิธิแพथทูเฮลท์

๓๓/๑ ซ.เพชรบุรี ๑๕ ถ.เพชรบุรี เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๖๕๓-๗๖๓-๕ โทรสาร ๐-๒๖๕๓-๗๖๖๖

เว็บไซต์: [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net)

สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา (สอศ.)

๓๑๘ ถ.ราชดำเนินนอก เขตดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ ๐-๒๒๘๑-๕๕๕๕ โทรสาร ๐-๒๒๘๒-๐๘๕๕

เว็บไซต์: <http://www.vec.go.th>

สนับสนุนการจัดพิมพ์โดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ ๘๘/๘ ซ.งามคูพลี

แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๕๓-๑๕๐๐ โทรสาร ๐-๒๓๕๓-๑๕๕๑

เว็บไซต์: [www.thaihealth.or.th](http://www.thaihealth.or.th)

รูปเล่ม

วัฒน์สินธุ์ สุวัชรานานนท์

พิมพ์ที่

พี.เอส.ซีพพลาย

มูลนิธิแพथทูเฮลท์ (path2health foundation) ยินดีให้มีการเผยแพร่เอกสารนี้อย่างแพร่หลายต่อไป อย่างไรก็ตาม หากบุคคลหรือหน่วยงานใดต้องการนำเนื้อหาจากเอกสารนี้ไปใช้อ้างอิงในเอกสาร หรือสื่ออื่นๆ ขอความกรุณา อ้างอิงที่มาของข้อความนั้น ตามมาตรฐานสากลด้วย ขอพระคุณยิ่ง

สนใจดาวน์โหลดหลักสูตร หรือรายละเอียดบทศึกษาารอบด้านทางออนไลน์ ได้ที่ [www.teenpath.net](http://www.teenpath.net) หรือสนใจ บริการสุขภาพทางเพศและเอดส์สำหรับเยาวชน ได้ที่ [www.lovecaresation.com](http://www.lovecaresation.com) หากต้องการเสนอแนะหรือ แสดงความคิดเห็นต่อเอกสารนี้ประการใด กรุณาติดต่อมูลนิธิแพथทูเฮลท์ (path2health foundation) โดยตรง หรือทางอีเมล [info@path2health.or.th](mailto:info@path2health.or.th)

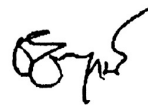
# สารจากเลขาธิการ คณะกรรมการการอาชีวศึกษา

สถานการณ์ด้านเยาวชนของเราในขณะนี้ แม้ว่าทุกฝ่ายจะช่วยกันระดมทรัพยากรทั้งด้านงบประมาณและกำลังสติปัญญาในการช่วยกันแก้ไขในทุกมิติ มิติหนึ่งที่ต้องให้ความสำคัญอย่างยิ่งหย่อนไปกว่าด้านอื่นๆ คือการให้น้ำหนักในเรื่องการบ่มเพาะทักษะชีวิตที่รอบด้าน โดยเฉพาะทักษะด้านกระบวนการคิด ซึ่งเป็นทักษะที่ไม่สามารถปลูกฝังได้ด้วยการฟังบรรยายเพื่อจดจำ แต่ต้องอาศัยการลงมือทำ แก้ไขปัญหา วิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้น ทั้งในสถานการณ์จำลองและสถานการณ์จริง กระบวนการปลูกฝังทักษะชีวิตดังกล่าว ไม่อาจสร้างได้ด้วยวิชาใดวิชาหนึ่ง แต่จำเป็นต้องอาศัยการผนึกกำลังของครูในทุกๆ วิชา ตลอดจนกระบวนการในการจัดกิจกรรมเสริมนอกห้องเรียนให้สอดคล้องประสานเป็นหนึ่งเดียวในการจัดประสบการณ์ต่างๆ ให้ผู้เรียนได้เกิดทักษะในการคิดวิเคราะห์ เพื่อนำไปสู่ทักษะการจัดการชีวิตที่มีส่งผลกระทบในทางลบทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

โครงการก้าวอย่างอย่างเข้าใจร่วมกับมูลนิธิแพธทูเฮลท์ ได้จัดการเรียนรู้เรื่องเพศวิถีศึกษาให้กับเยาวชนอาชีวศึกษามาตั้งแต่ปี ๒๕๕๗ อันเป็นเพศศึกษารอบด้านที่ฝึกฝนให้ผู้เรียนเรียนรู้ที่จะจัดการและควบคุมตนเอง ไม่ให้เดินสู่วิถีการก่อผลกระทบทางลบต่อตนเองและผู้อื่น มีข้อค้นพบจากงานวิจัย โดยติดตามผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนเช่นเดียวกันว่า เพียงรายวิชาเพศศึกษาวิชาเดียว ไม่สามารถสร้างความยั่งยืนหรือความคงทนของพฤติกรรมที่ปลอดภัยทั้งต่อตนเองและผู้อื่นได้ เครือข่ายครูผู้สอนจึงได้ร่วมกันผนึกกำลังจัดทำชุดกิจกรรม

และสื่อการเรียนรู้เรื่องทักษะชีวิตขึ้น เพื่อให้เพื่อนครูในรายวิชาอื่นๆ ได้ใช้จัดการเรียนรู้ให้กับผู้เรียนได้ฝึกฝนทักษะกระบวนการคิดตลอด ๓ ปี ที่ศึกษาอยู่ในระดับ ปวช.

ขอขอบคุณมูลนิธิแพथูเฮลท์ หน่วยศึกษานิเทศก์ สถานศึกษา และเครือข่ายครูเพศศึกษาทุกท่าน ที่ร่วมกันสละกำลังกาย กำลังสติปัญญา ในการทดลองใช้ พัฒนา และปรับปรุงจนชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษาชุดนี้สำเร็จลงด้วยดี ขอขอบคุณสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงานจนสำเร็จลุล่วง และท้ายสุดขอขอบคุณครูอาชีวศึกษาทุกท่านที่จะได้ช่วยกันนำชุดกิจกรรมนี้ไปใช้จัดการเรียนรู้ เพื่อเสริมสร้างต้นทุนทักษะกระบวนการคิดให้กับเยาวชนอาชีวศึกษาต่อไป ขออำนาจพรให้ทุกท่านที่บากบั่นในการดำเนินงานด้วยความปรารถนาดีต่อเยาวชนได้มีสุขภาพกายและใจแข็งแรง พร้อมเป็นกำลังเสริมในการพัฒนาเยาวชนของประเทศต่อไป



(นายชัยพฤกษ์ เสรีรักษ์)

เลขาธิการคณะกรรมการการอาชีวศึกษา

กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

# คำนิยาม

ในฐานะผู้มีส่วนรับผิดชอบเยาวชน **"ปลายน้ำ"** ในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน (ชาย) บ้านกาญจนาภิเษก ซึ่งได้มีโอกาสค้นพบเครื่องมือในการฟื้นฟู – เยียวยา - พัฒนาเยาวชน **"ปลายน้ำ"** ในรูปแบบ **"วิชาชีพิต"** ที่เพิ่มความร่วมมือ ร่วมใจ ร่วมเปลี่ยนแปลงตนเองของเยาวชนในระดับที่น่าพอใจ โดยเฉพาะเมื่อเทียบเคียงกับช่วงที่พวกเขายังเป็นเยาวชน **"ต้นน้ำ"**

หลังจากบ้านกาญจนาภิเษกได้ค้นพบเครื่องมือที่สามารถฟื้นฟู – เยียวยา - พัฒนา และเพิ่มภูมิคุ้มกันให้กับเยาวชน **"ปลายน้ำ"** ได้แล้ว เราก็พยายามส่งสัญญาณ ส่งสารต่างๆ กลับไป ณ จุด **"ต้นน้ำ"** อย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่อง แต่สัญญาณการตอบรับก็...ขาดๆ หายๆ แรงในบางช่วง แต่แผ่วเป็นส่วนใหญ่

แต่ในที่สุดมูลนิธิแพथทูเฮลท์ และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ทำหน้าที่เสริมแรงส่งสัญญาณ จนถึงระดับที่สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา (สอศ.) หนึ่งในกลไกรัฐ **"รับสัญญาณคิด"** ...น่าชื่นชมมาก

แม้ว่าชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา ทั้ง ๖ ชุดที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อเพิ่ม **"ต้นทุนชีวิต"** ให้กับผู้เรียน จะมีสัดส่วนในเชิงพื้นที่ เชิงเนื้อหาไม่มากนัก แต่ก็ เป็นก้าวอย่างที่สำคัญและควรแก่การก้มศีรษะ คารวะอย่างจริงจัง

หวังว่าอีกไม่นานจะมีก้าวต่อไป ต่อไป เนื่องจากบริบทของชีวิต ของโลกแตกต่างไปจากเดิมมาก การที่สถานศึกษาผลิตซ้ำสิ่งเดิมๆ โดยเล็งเป้าหมายใหม่ๆ จึงเป็นการลงทุน ลงทรัพยากรที่ ต้องทบทวนอย่างจริงจัง

แต่ สอศ. โดยการร่วมด้วยช่วยกันของมูลนิธิแพชทูเฮลท์ และ สสส. ทำสำเร็จไปแล้วระดับหนึ่ง

ด้วยความชื่นชมค่ะ

ทิวา ณ นคร

ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน (ชาย) บ้านกาญจนาภิเษก  
กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

# คำนำ

จากการให้ความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพทางเพศของเยาวชนอาชีวศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา (สอศ.) ได้ดำเนินการสอนเพศศึกษามาตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๔๗ ตามคำสั่ง สอศ. ที่ ๔๘๕/๒๕๔๗ ให้บรรจุเพศศึกษาเป็นวิชาเลือกเสรี ภายใต้กลุ่มวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา หมวดสามัญ ใช้ชื่อว่า "วิชาเพศศึกษา" (รหัสวิชา ๒๐๐๐-๑๖๑๒) ในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ ๒๕๔๖ (ปวช.) และปรับปรุงเป็นรายวิชา "เพศวิถีศึกษา" ในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพปี ๒๕๔๖ ซึ่งสถานศึกษาเปิดสอนได้เพียง ๑ ภาคเรียน ในระดับชั้น ปวช. ดังนั้น เพื่อให้เยาวชนอาชีวศึกษาได้เรียนรู้และพัฒนาทักษะการดำเนินชีวิตอย่างต่อเนื่อง มูลนิธิแพชทูเฮลท์ (องค์กรแพช – เดิม) ร่วมกับ สอศ. ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงได้พัฒนาชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้ที่เสริมเนื้อหาเพศศึกษาและช่วยพัฒนาทักษะชีวิต ๖ ชุด โดยได้ปรึกษาคุณทีชาน นคร ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน (ชาย) บ้านกาญจนาภิเษก ซึ่งเป็นต้นแบบสำคัญของการจัดการเรียนรู้แบบพัฒนาเยาวชนเชิงบวก และยังสามารถถอดบทเรียนของบ้านกาญจนาฯ เป็นพื้นฐานการออกแบบชุดกิจกรรมนี้ด้วย

ชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา ทั้ง ๖ ชุด ได้แก่ ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน ชุดที่ ๒ อยู่ด้วยกัน ชุดที่ ๓ วิจาร์ณญาณ ชุดที่ ๔ เคารพตัวเอง ชุดที่ ๕ โลกของงาน และชุดที่ ๖ เส้นทางชีวิต ในแต่ละชุดประกอบไปด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ ๕ กิจกรรม และการเรียนรู้ผ่านภาพยนตร์ ๑ เรื่อง รวมทั้งเครื่องมือการประเมินชั้นเรียน ซึ่งออกแบบสำหรับแต่ละชุดกิจกรรม และสามารถใช้ประมวลผลการเรียนรู้ของนักเรียนได้ตลอด ๖ ภาคเรียน หากสถานศึกษาใช้ชุดกิจกรรมฯ ครบทั้ง ๖ ชุด

ในการพัฒนาชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา มูลนิธิแพชทูเฮลท์ได้รับความร่วมมืออย่างดียิ่งจากคณะครู และกลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษาในช่วงการพัฒนาและทดลองใช้ นอกจากนี้ การประเมินประสิทธิผลการเรียนรู้จากการทดลองใช้ชุดกิจกรรมฯ ในกลุ่มวิทยาลัยนาร่อง พบว่าในภาพรวมชุดกิจกรรมฯ ทำให้นักเรียนมีการรับรู้เปลี่ยนไปในทางบวกมากขึ้น ในเรื่องทักษะการใช้ภาษา การสื่อสาร การเข้าใจตนเอง การคิดให้เหตุผล ซึ่งทั้งหมดนี้สอดคล้องกับการเรียนรู้ หรือการพัฒนาทักษะชีวิตที่ชุดกิจกรรมฯ ทั้ง ๖ ชุด ตั้งเป็นเป้าหมายไว้

ขอขอบคุณ อาจารย์สุจิตรา โปร่งแสง ศึกษานิเทศก์ คณะครูและนักเรียนจากสถานศึกษาที่ร่วมโครงการฯ และคุณทิชา ณ นคร ที่มีส่วนสำคัญในการพัฒนาชุดกิจกรรมฯ ทั้ง ๖ ชุดนี้

ขอขอบคุณ สสส. ที่เปิดโอกาสและสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาชุดกิจกรรมเสริมการเรียนรู้เรื่องเพศวิถีศึกษาและทักษะชีวิตขึ้นสำหรับเยาวชนในอาชีวศึกษา

และขอขอบคุณผู้บริหาร สอศ. และผู้บริหารสถานศึกษาที่เห็นความสำคัญและช่วยสนับสนุนให้เกิดการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาวะทางเพศของเยาวชนอาชีวศึกษาอย่างต่อเนื่อง

มูลนิธิแพชทูเฮลท์  
กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

# สารบัญ



|               |  |     |
|---------------|--|-----|
| กิจกรรมที่ ๑  | สวย หล่อ ใครตัดสิน   | ๑๓  |
| กิจกรรมที่ ๒  | ความแมนอยู่ที่ไหน  | ๒๑  |
| กิจกรรมที่ ๓  | ฉันเป็นใคร   | ๒๘  |
| กิจกรรมที่ ๔  | ตัวตนทางเพศ  | ๓๗  |
| กิจกรรมที่ ๕  | ความเก่งไม่ได้มีแบบเดียว   | ๔๕  |
| ภาพยนตร์แนะนำ |  | ๕๗  |
| คู่มือครู     | "การประเมินชั้นเรียนกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา"             | ๖๓  |
| ภาคผนวก       |  |     |
| ๑.            | ประมวลรายวิชา (Course Syllabus) หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑                      | ๗๖  |
| ๒.            | แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน   | ๘๐  |
| ๓.            | แบบทดสอบก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม  | ๘๘  |
| ๔.            | คู่มือการเรียนรู้ ชุดที่ ๑   | ๑๒๒ |
| ๕.            | แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเองของนักเรียน                                   | ๑๔๗ |
| ๖.            | แบบบันทึกหลังสอน   |     |
|               | • แบบบันทึกหลังสอน   | ๑๔๘ |
|               | • แบบบันทึกข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน<br>แนวทางป้องกันดูแล และผลลัพธ์ | ๑๕๒ |

## แนวคิดรวบยอด



ในช่วงวัยแห่งการแสวงหาตัวตนของวัยรุ่น ท่ามกลางกระแสเทคโนโลยี และสภาพแวดล้อมที่พยายามบอก คัดลีน สร้างแบบต่างๆ ให้กับผู้คนในสังคม การรู้จักตัวเอง มั่นใจในสิ่งที่ตัวเองเป็นและความสามารถที่ตัวเองมี พร้อมเรียนรู้ว่า บุคคลแต่ละคนมีความแตกต่างกัน และความหลากหลายไม่ใช่เรื่องแปลกประหลาด รวมทั้งการเรียนรู้ที่จะเท่าทันอิทธิพลของเพื่อน สื่อ และสังคมรอบตัว จะช่วยให้วัยรุ่นเติบโตอย่างมั่นใจ และรู้จักแยกแยะ วิเคราะห์ สิ่งที่เข้ามากระทบกับความรู้สึก เมื่อต้องคัดลีนใจเลือกสิ่งที่ดีสำหรับตัวเอง

ชุดกิจกรรมคุณค่าภายใน ชวนให้ผู้เรียนได้สำรวจและค้นหาตัวเอง ซึ่งครอบคลุมตั้งแต่เรื่อง ภาพลักษณ์ภายนอกที่บุคคลล้วนมีเอกลักษณ์และมีความแตกต่าง คุณสมบัติที่มนุษย์ควรมี และปฏิบัติต่อกัน ซึ่งไม่จำกัดว่าเป็นเพศใด การสังกัดกลุ่มทางสังคมที่อาจเพิ่มหรือลดความมั่นใจในตนเองได้หากไม่เท่าทันอคติที่มี ตัวตนทางเพศซึ่งมีความหลากหลายมากกว่าที่สังคมนิยาม จนถึงเรื่องความสามารถที่แตกต่างกันของมนุษย์ที่ไม่ได้จำกัดเพียงความเก่งบางอย่างที่สังคมให้คุณค่าเท่านั้น

สำหรับภาพยนตร์แนะนำ ๑ เรื่อง เป็นเรื่องสะท้อนชีวิตของวัยรุ่นคนหนึ่งที่ค้นหาตัวตน ทำให้ต้องเผชิญเรื่องราวมากมายที่ผ่านเข้ามาในชีวิต รวมถึงการก้าวผ่านช่วงเวลาแห่งความสับสน และความทรงจำในอดีตสู่การเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ทั้งนี้เมื่อผู้เรียนรับชมจะได้วิเคราะห์ เปรียบ-เทียบ กับชีวิตตนเอง

## ชุดกิจกรรม ประกอบด้วย

|               |  |
|---------------|--|
| กิจกรรมที่ ๑  | สวย หล่อ ใครคัดสิน                                 |
| กิจกรรมที่ ๒  | ความแมนอยู่ที่ไหน                                  |
| กิจกรรมที่ ๓  | ฉันเป็นใคร   |
| กิจกรรมที่ ๔  | ตัวคนทางเพศ  |
| กิจกรรมที่ ๕  | ความเก่งไม่ได้มีแบบเดียว                           |
| ภาพยนตร์แนะนำ | The Perks of Being a Wallflower (วัยป่วนหัวใจป๊าก) |
|               | ความยาว : ๑๐๒ นาที                                 |



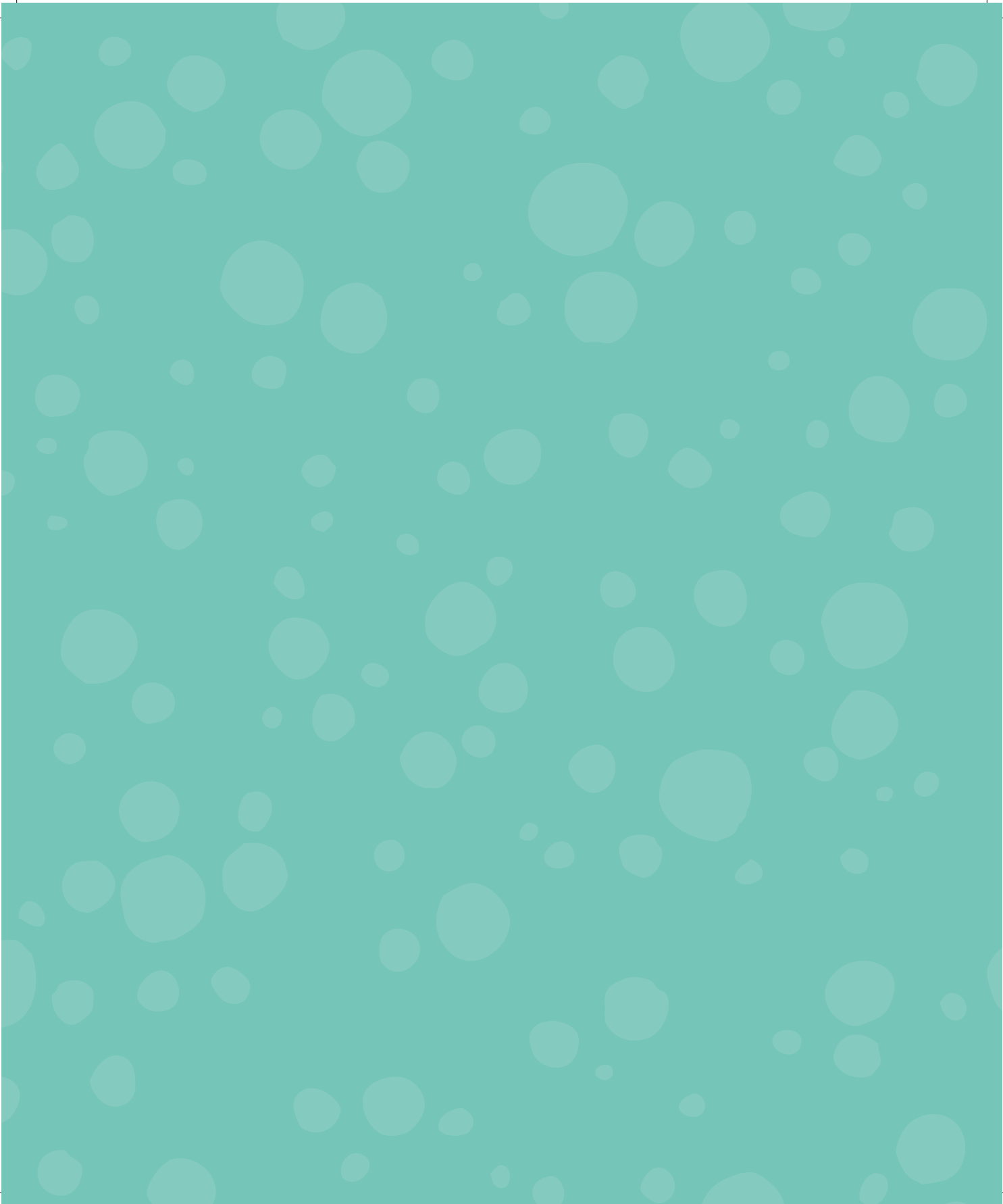
### เวลา

กิจกรรมทั้ง ๕ กิจกรรม ออกแบบสำหรับ เวลา ๖๐ นาที เพื่อใช้สัปดาห์ละ ๑ กิจกรรม ต่อเนื่อง และจบชุดกิจกรรมด้วยการดูภาพยนตร์และพูดคุย ซึ่งอาจใช้เวลา ๓ ชั่วโมง

## ผลลัพธ์การเรียนรู้

- รู้ความถนัดและความสามารถของตนเอง
- มั่นใจในรูปลักษณ์และอัตลักษณ์ของตัวเอง
- รู้จักและเท่าทันค่านิยมของสังคมในเรื่องความสวยความหล่อ เรื่องเพศ และความเก่ง
- มีแผนในการพัฒนาความสามารถของตนเอง





กิจกรรมที่ ๑

# สวย หล่อ ใครตัดสิ



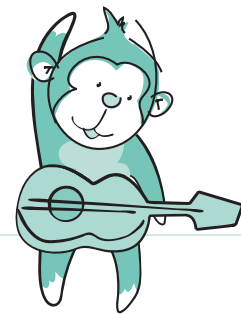
## สาระสำคัญ

แต่ละคนสามารถพัฒนาความมั่นใจในรูปร่างหน้าตาของตัวเอง ด้วยการมองเห็นแง่มุมที่เป็นความสวยหรือความหล่อในแบบของตนเอง และเข้าใจว่ามาตรฐานความสวยและความหล่อเป็นสิ่งที่สังคมสร้างขึ้น ซึ่งเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย และบริบทของแต่ละสังคมวัฒนธรรม

## วัตถุประสงค์

กิจกรรมนี้มุ่งหวังให้ผู้เรียน

๑. ระบุอิทธิพลของค่านิยมและมาตรฐานความสวยหล่อที่มีต่อบุคคล
๒. อธิบายที่มาของค่านิยมและมาตรฐานความสวยหล่อในสังคม
๓. บอกแนวทางการสร้างความมั่นใจต่อรูปร่างหน้าตาในแบบของตนเอง



## อุปกรณ์

โทรศัพท์ที่มีกล้องถ่ายรูป



## เอกสารประกอบ

๑. ใบงาน ๑ สำหรับกลุ่มย่อย (ทำสำเนาเตรียมไว้ ๕-๑๐ แผ่น โดยประมาณ)
๒. ใบงาน ๒ แจกผู้เรียนทุกคน (จำนวนเท่าผู้เรียน)

## ข้อควรระวังในการทำกิจกรรม

- ระวังระวังไม่ให้บรรยากาศของกิจกรรมเป็นไปในทิศทางที่สนับสนุนค่านิยมการมีโทรศัพท์มีราคา หรือโทรศัพท์ที่ถ่ายรูปได้ เน้นย้ำว่ากิจกรรมนี้เป็นการใช้ประโยชน์จากโทรศัพท์ และเป็นการแบ่งปันกันใช้ในกลุ่ม การไม่มีโทรศัพท์ที่ใช้ถ่ายรูปไม่ใช่เรื่องสำคัญสำหรับกิจกรรมนี้ และไม่ใช่เรื่องสำคัญในชีวิต
- หากคิดว่าไม่สามารถจัดการเรื่องการใช้โทรศัพท์ถ่ายรูปในช่วงเวลาที่ทำกิจกรรม สามารถให้ผู้เรียนเตรียมรูปมาล่วงหน้าได้ โดยเปิดดูจากคอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์ของสมาชิกในกลุ่ม



## กระบวนการ

๑. ผู้ดำเนินการเกริ่นนำเข้าสู่กิจกรรมว่า วันนี้เราจะกำหนดความสวยงามหล่อของเราเองด้วยการเซลฟี่ (selfie) หรือการถ่ายรูปตัวเอง (ผู้เรียนอาจเรียกแตกต่างกันออกไป ตามชื่อที่ผู้เรียนใช้เรียก)

### หมายเหตุ:


เซลฟี่ (selfie) หมายถึง การถ่ายรูปตัวเอง โดยทั่วไปเมื่อถ่ายเซลฟี่แล้วคนจะโพสค์รูปลงบนโซเชียลมีเดีย เช่น เฟซบุ๊ก อินสตาแกรม เซลฟี่เป็นกระแส การถ่ายรูปตัวเองในมุมมองที่คิดว่าดูดี และแชร์ในโซเชียลมีเดีย เพื่อให้ได้รับการตอบรับ

๒. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน ตามเพศ (ผู้หญิงอยู่กับผู้หญิง ผู้ชายอยู่กับผู้ชาย เพศทางเลือกให้เลือกอยู่ในกลุ่มที่ต้องการ) โดยขอให้ในกลุ่มมีผู้มีโทรศัพท์รุ่นที่มีกล้องถ่ายรูปด้านหน้าอย่างน้อยหนึ่งคน ผู้ดำเนินการช่วยกระจายผู้เรียนให้สามารถจับกลุ่มได้ตามเงื่อนไขที่กำหนด



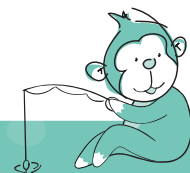
๓. ให้สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มถ่ายภาพตนเอง (เซลฟี่) ภายใน ๑๐ นาที โดยมีกติกา ดังนี้
- แต่ละคนสามารถเปลี่ยนมุมมองได้จนกว่าจะพอใจ เพื่อให้ได้ภาพที่คิดว่าตัวเองสวยหรือหล่อที่สุด แต่สามารถกดถ่ายภาพได้ไม่เกิน ๓ ครั้ง และเลือกรูปที่ตัวเองชอบมากที่สุดเพียงรูปเดียว
  - ภายใน ๑๐ นาที ทุกคนในกลุ่มต้องมีภาพเซลฟี่คนละ ๑ รูป
๔. แลกกันดูรูปในกลุ่ม และคุยแลกเปลี่ยนกันโดยใช้คำถามตามใบงาน ๑ จากนั้นให้เขียนคำตอบของทุกคนในใบงาน ๑ ดังนี้
- (๑) ทำไมแต่ละคนจึงชอบรูปที่ตัวเองเลือก
  - (๒) ให้แต่ละคนบอกส่วนของร่างกายที่ตัวเองไม่มั่นใจ และอยากให้ส่วนนั้นเป็นแบบใดถึงจะรู้สึกว่าคุณคิดว่า จากนั้นให้วาดส่วนของร่างกายที่สมาชิกในกลุ่มไม่มั่นใจลงในรูปข้อ ๒ และเขียนคำอธิบาย
  - (๓) แต่ละคนเคยได้ยินคำวิจารณ์รูปร่างหน้าตาของเราจากใครหรือจากที่ไหนบ้าง ให้ยกตัวอย่างคำพูด
๕. ให้แต่ละคนถ่ายรูปตัวเองอีกครั้ง ภายใต้กติกาเดิม ให้ได้ภาพที่คิดว่าดีที่สุด แต่คราวนี้ให้ในรูปแสดงส่วนที่เราไม่มั่นใจออกมาด้วย
๖. แต่ละคนรับใบงาน ๒ คนละ ๑ แผ่น แลกกันดูรูปในกลุ่ม จากนั้นแต่ละคนเลือกเขียนในใบงาน ๒ ว่าเราชอบอะไรในรูปของเพื่อน (เลือกรูปเพื่อน ๑ คน) และให้กระดาษแผ่นนั้นกับเพื่อนเจ้าของรูป

## ๗. แลกเปลี่ยนวงใหญ่

- เรามีมุมมองที่คนอื่นมองว่าสวยหรือหล่อแบบที่เราไม่เคยคิดมาก่อนบ้างไหม รู้สึกอย่างไร 
- คำวิจารณ์รูปร่างหน้าตาเรามาจากที่ไหนบ้าง คำวิจารณ์เหล่านี้ทำให้เรารู้สึกอย่างไร
- ทำอย่างไรเราจึงจะรู้สึกมั่นใจมากขึ้นกับรูปร่างหน้าตาแบบที่เราเป็น (คำตอบที่เป็นไปได้: เราควรหยุดรับคำวิจารณ์เรื่องรูปร่างหน้าตาจากคนอื่นมาใช้เพื่อวิจารณ์ตนเองซ้ำเข้าไปอีก และเราควรหยุดวิจารณ์คนอื่นเช่นกัน)

## ๘. ผู้ดำเนินการสรุปการเรียนรู้ดังนี้

- ความสวยและความหล่อเป็นสิ่งที่เราใช้ในการวิพากษ์วิจารณ์กันตลอดเวลา โดยอิงกับมาตรฐานความสวย/ไม่สวย หรือความหล่อ/ไม่หล่อ จากบุคคลใกล้ตัวและสื่อสาธารณะ เช่น โทรทัศน์ นิตยสาร ทั้งที่ในความเป็นจริงมีคนจำนวนน้อยมากที่มีรูปร่างหน้าตาตามมาตรฐานที่ยกย่องกัน แต่คนจำนวนมากหรือคนส่วนใหญ่กลับรู้สึกไม่มั่นใจ เพราะไม่ได้มีรูปร่างหน้าตาตามมาตรฐานที่ถูกสร้างขึ้น
- เราควรระมัดระวังการเป็นส่วนหนึ่งในการ "ตอกย้ำ" ค่านิยมเรื่องความสวยความหล่อ ด้วยการวิจารณ์รูปร่างหน้าตาของผู้คน หากเราไม่ชอบที่คนอื่นวิพากษ์วิจารณ์เรา เราก็ไม่ควรทำสิ่งนั้นกับคนอื่นเช่นเดียวกัน
- เราสามารถสร้างความมั่นใจให้ตนเองได้ โดยการเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อส่วนต่างๆ เหล่านั้น ของตนเอง และมองเห็นจุดดีอื่นๆ ที่เป็นความสวยความหล่อในแบบของเรา การคิดว่าอะไรสวยอะไรหล่อเป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับมุมมอง ทัศนคติ ดังนั้นเราสามารถรู้สึกดีกับรูปร่างหน้าตาของตัวเองมากขึ้นโดยเริ่มสร้างทัศนคติที่ดีต่อตัวเอง



## ใบงาน ๑ (กลุ่มย่อย)

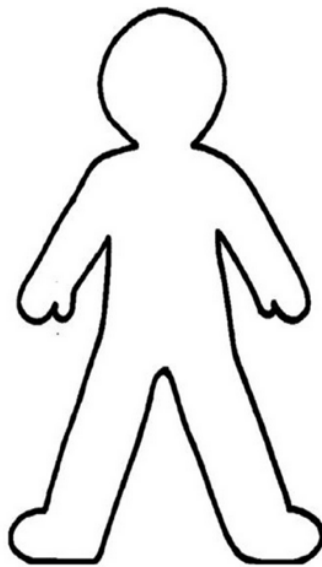
๑) ทำไมเราจึงชอบรูปของเรารูปนี้ เขียนเหตุผลที่แต่ละคนในกลุ่มชอบรูปของตัวเอง

---

---

---

๒) ส่วนไหนในตัวเราที่ไม่มั่นใจ เราคิดว่าส่วนนั้นๆ ควรเป็นแบบไหนจึงจะดูดีกว่า วาดลงในรูป และเขียนคำอธิบาย (เขียนของทุกคนในกลุ่ม)



๓) เราได้ยื่นคำวิจารณ์รูปร่างหน้าตาของเราจากใครหรือจากที่ไหน ยกตัวอย่างคำพูด

---

---

---

## ใบงาน ๒ (กลุ่มย่อย) (คนละ ๑ แผ่น)

๑) เราชอบรูปของเพื่อนตรงส่วนไหน เพราะอะไร

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

๒) อยากบอกอะไรกับเพื่อนคนนี้

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





กิจกรรมที่ ๒

# ความแมน อยู่ที่ไหน



## สาระสำคัญ

คุณลักษณะที่ดีหลายประการ เช่น ความเข้มแข็ง ความกล้าหาญ ความอดทน ความเสียสละ ความเด็ดเดี่ยว ความกล้าแสดงออก ฯลฯ ถูกเชื่อมโยงกับ "ความเป็นชาย" หรือ "ความแมน" ซึ่งเป็นสิ่งที่สังคมสร้างขึ้น ทั้งที่ในความเป็นจริง "คุณลักษณะที่ดี" เหล่านั้น ไม่ได้เป็นลักษณะเฉพาะของ "เพศชาย" เท่านั้น ดังนั้น เราทุกคนไม่ว่าจะเป็นเพศใด สามารถเลือกรับความหมายหรือสร้างความหมายใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเองและคนรอบข้างได้จากคุณลักษณะที่ดีแทนคำว่า "ความแมน" ดังนั้น เราจึง "แมน" ในแบบของเราได้ทุกคน

### หมายเหตุ:

"ความแมน" หมายถึง คุณลักษณะดีๆ ที่เชื่อมโยงกับ "ความเป็นชาย" อันได้แก่ ความเข้มแข็ง ความกล้าหาญ ความอดทน ความสามารถบางประการ ความเสียสละ ความเด็ดเดี่ยว ความกล้าแสดงออก ฯลฯ ซึ่งแท้จริงแล้วเป็นคุณลักษณะที่มีได้ในทุกเพศ แต่มักถูกจัดความหมายให้เป็นคุณลักษณะของเพศชาย จึงกลายเป็นความเข้าใจผิดว่า เพศชายต้องมีคุณลักษณะบางประการ จึงเป็นเพศชายที่ดี ในขณะที่มองข้ามคุณลักษณะเหล่านี้ที่มีในผู้หญิงและเพศอื่นๆ เช่นกัน

## วัตถุประสงค์

กิจกรรมนี้มุ่งหวังให้ผู้เรียน

๑. อธิบายได้ว่าคุณลักษณะที่ดีบางประการ ถูกเชื่อมโยงกับ "ความแมน" หรือความเป็นชาย เป็นสิ่งที่สังคมให้คุณค่า ซึ่งในความเป็นจริง เป็นสิ่งที่มีได้ในทุกเพศและทุกคน
๒. ระบุผลกระทบที่เกิดขึ้น หากเข้าใจว่า "ความแมน" เป็นลักษณะเฉพาะของเพศชายเท่านั้น
๓. เกิดความมั่นใจในคุณลักษณะที่ดีของตนเอง ผ่านการสร้างความหมาย "ความแมน" ของตัวเอง

## อุปกรณ์

๑. กระดาษเอสี่
๒. ปากกาเคมีหัวใหญ่
๓. กระดาษขาว



## เอกสารประกอบ

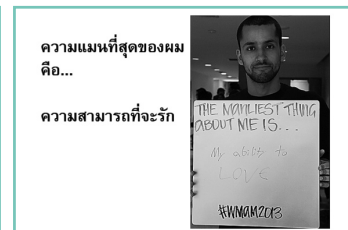
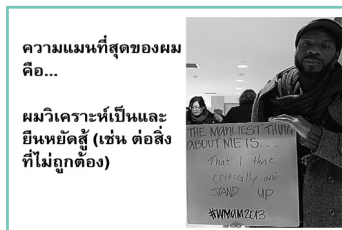
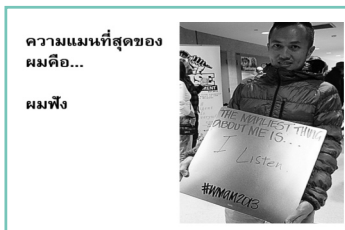
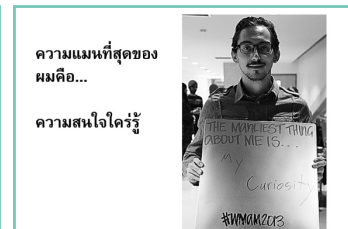
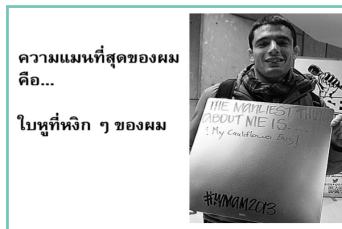
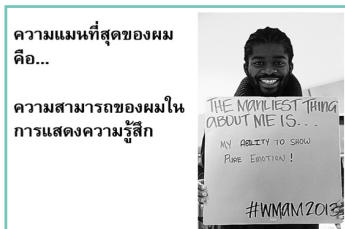
๑. สไลด์ — ตัวอย่างภาพการรณรงค์ "ความแมนที่สุดของฉันคือ..." (The manliest thing about me is ...) จำนวน ๗ ภาพ หรือหากไม่ใช่สไลด์ สามารถปรับเป็นถ่ายเอกสารให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่ม
๒. ใบงาน "ความแมน" สำหรับการแลกเปลี่ยนกลุ่มย่อย

## กระบวนการ

๑. ผู้ดำเนินการแจ้งว่าวันนี้เราจะคุยกันเรื่อง "ความแมน" ถามผู้เรียนว่า
  - เมื่อพูดถึง "ความแมน" เราคิดถึงคุณลักษณะอะไรบ้าง
  - คุณสมบัติเหล่านั้นเป็นของเพศชายเท่านั้นหรือไม่
    - ผู้หญิงแมนได้ไหม กะเทยแมนได้ไหม คีแมนได้ไหม
    - ผู้ชายตัวเล็กๆ แมนได้ไหม ผู้ชายเสียงหวานๆ แมนได้ไหม
    - ผู้ชายตัวใหญ่ กล้ามเป็นมัด พุคจาเฒ่อง แต่ไม่แมน เป็นไปได้หรือไม่
๒. ผู้ดำเนินการชี้ให้เห็นว่า "ความแมน" สามารถมีได้ในทุกคน จากนั้นชวนผู้เรียนคิดถึงความแมนของตัวเองในหัวข้อ "สิ่งที่แมนที่สุดของฉันคือ..." และเขียนลงในกระดาษเอสี่ ในลักษณะเป็นป้ายให้เห็นชัดเมื่อชูขึ้นหรือคิดไว้ที่ตัว



- ผู้ดำเนินการไม่ควรยกตัวอย่างว่าความแมนได้แก่อะไรบ้าง แต่กระตุ้นให้ผู้เรียนได้คิดอย่างอิสระถึงสิ่งที่คิดว่า "แมน" ที่สุดของตนเอง
๖. ให้ผู้เรียนยืนล้อมเป็นวงกลม และแสดงท่าทางที่สื่อถึงความแมนในแบบของตัวเองที่ละคน ผู้ดำเนินการควรควบคุมการแสดงออกไม่ให้เกิดการล้อเลียน ให้กำลังใจผู้เรียน และย้ำเตือนให้ผู้เรียนรับฟังเพื่อนและเคารพกัน
๗. ชวนผู้เรียนดูสไลด์ ตัวอย่างข้อความจากป้ายรณรงค์ที่พูดถึง "ความแมน" ในการประชุม "ผู้ชายสร้างจากอะไร" \*(What Makes a Man Conference ๒๐๑๓) และ/หรือ ผู้ดำเนินการแจกภาพในสไลด์ตามกลุ่ม ดังตัวอย่าง



\* What Makes a Man Conference คือการประชุมนานาชาติที่วิเคราะห์และอภิปรายถึงความเป็นชายที่สังคมสร้างขึ้น การรณรงค์ในสไลด์เป็นกิจกรรมหนึ่งในการประชุมเมื่อปี ๒๐๑๓ (พ.ศ. ๒๕๕๖)

๕. แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละ ๔ คน เพื่อคุยและแลกเปลี่ยนกัน ตามประเด็นในใบงาน ดังนี้

- ๑) แต่ละคนเห็นด้วยหรือไม่กับสิ่งที่คนในภาพบอกว่าเป็น "ความแมน" เพราะเหตุใด
- ๒) คิดว่าสังคมหรือคนส่วนใหญ่มอง "ความแมน" ของคนในภาพเหล่านั้น อย่างไร
- ๓) ยกตัวอย่างโฆษณาหรือฉากในละครโทรทัศน์ที่นำเสนอความแมนแบบต่างๆ คนละ ๑ ชิ้น และเล่าด้วยว่าเป็นการเสนอความแมนแบบใด อย่างไร
- ๔) เมื่อเปรียบเทียบ "ความแมน" ต่างๆ ที่เห็น (จากตัวอย่างคนที่ถือป้าย ความคิดของเรา ความคิดเพื่อน หรือในโฆษณา/ละคร) เราคิดว่า "ความแมน" คืออะไร

๖. ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มเล่าคำตอบของกลุ่มให้เพื่อนฟังในวงใหญ่ และชวนวิเคราะห์ภาพลักษณ์ของความแมนในสื่อที่แต่ละกลุ่มนำเสนอ โดยใช้คำถามต่อไปนี้

- "ความแมน" ในโฆษณา/ละคร เป็นลักษณะเฉพาะของเพศชายหรือไม่ เพศอื่นๆ ทำได้ไหม เป็นลักษณะที่ควรส่งเสริมให้ทุกคนทำหรือไม่ เพราะเหตุใด
- "การช่วยเหลือผู้อื่น" ถือว่าเป็น "ความแมน" หรือไม่ ใครควรทำแบบนี้บ้าง
- "การร้องไห้" เกี่ยวกับความแมนหรือไม่ ผู้ชายแสดงความรู้สึกได้ไหม
- การเรียกคุณสมบัติต่างๆ ว่า "ความแมน" อาจส่งผลกระทบบ้าง

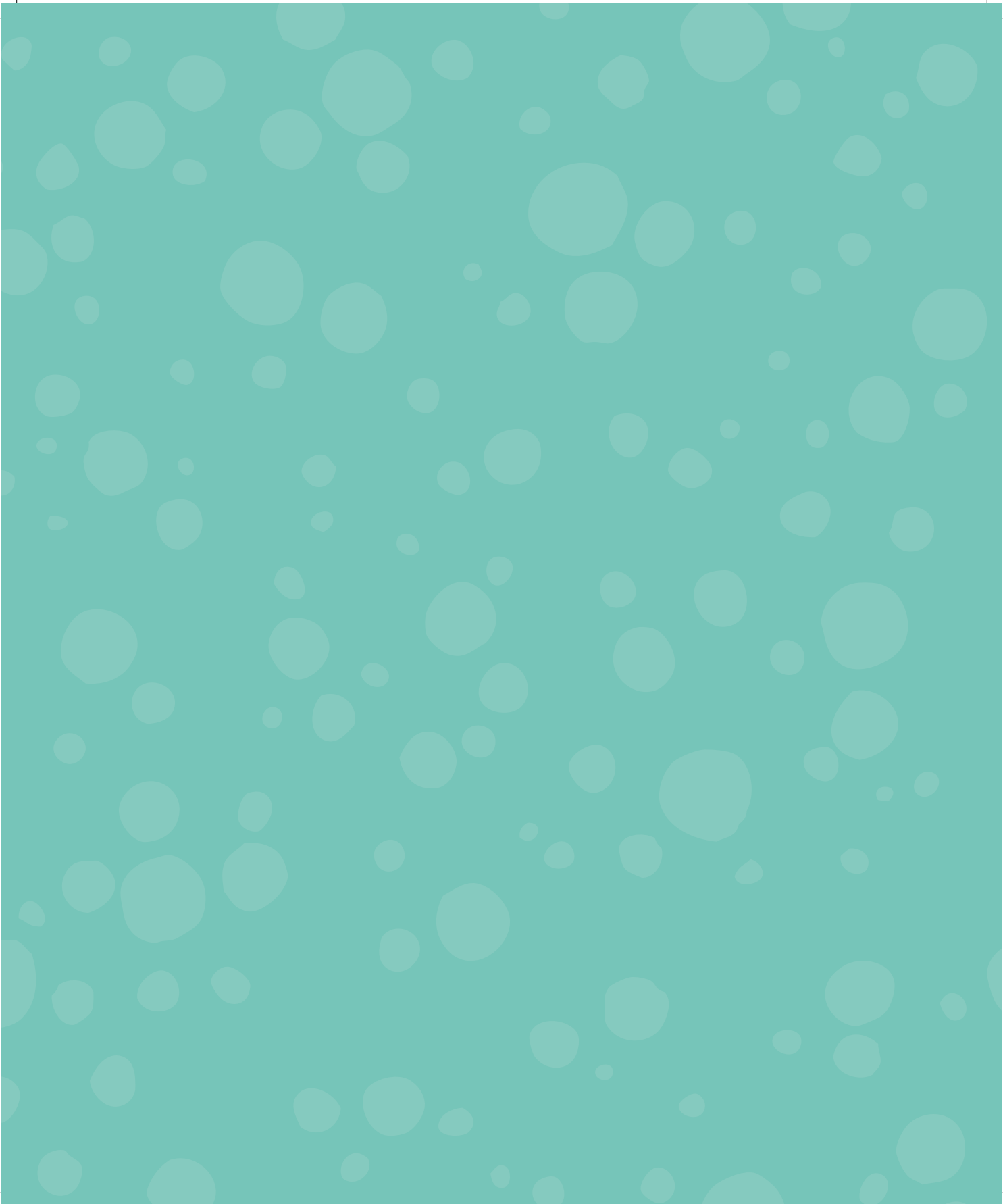


๗. ชวนผู้เรียนสรุปว่า "ความแมน" คืออะไร และผู้ดำเนินการสรุปสิ่งที่ผู้เรียนได้ โดยเชื่อมโยงให้เห็นว่า ความแมนไม่เกี่ยวกับเพศ คุณสมบัตินี้ดีเป็นสิ่งที่คนทุกเพศมีได้ และการคาดหวังเรื่อง "ความแมน" อาจทำให้ผู้ชายหลายคนรู้สึกไม่มั่นใจหรือรู้สึกด้อย หากทำไม่ได้









กิจกรรมที่ ๓

# ฉันเป็นใคร



## สาระสำคัญ

เราแต่ละคนเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคมมากกว่าหนึ่งกลุ่ม ซึ่งล้วนมีอิทธิพลต่อความรู้สึกของเรา โดยเมื่อสังคมให้คุณค่าทางบวก หรือมีอคติทางลบกับกลุ่มทางสังคมกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง จะส่งผลให้เกิดการเหมารวมว่า สมาชิกในกลุ่มนั้นๆ เป็นแบบเดียวกันหมด ทั้งที่แต่ละคนอาจมีแง่มุมที่แตกต่างกัน เราจึงต้องเท่าทันอคติและการให้คุณค่าทั้งของตัวเองและสังคมว่า เรามีอคติหรือเหมารวมกลุ่มต่างๆ ในสังคมที่เราสังกัดและไม่สังกัดหรือไม่ และมีในมุมมองและมุมมองอย่างไร

## วัตถุประสงค์

กิจกรรมนี้มุ่งหวังให้ผู้เรียน

๑. ตระหนักถึงภาพลักษณ์และอคติที่มีต่อกลุ่มคนต่างๆ ในสังคม
๒. ตระหนักถึงอิทธิพลของการเป็นสมาชิกในกลุ่มทางสังคมที่มีต่อความรู้สึกมั่นใจในตัวเอง
๓. ตระหนักถึงอคติที่ตนเองมีต่อกลุ่มคนบางกลุ่ม

## อุปกรณ์



๑. แผ่นป้ายขนาดเอสี่ ๘ ป้าย ดังนี้

|        |        |            |                      |
|--------|--------|------------|----------------------|
| มุสลิม | ชาวนา  | สาวพริตตี้ | เด็กที่พ่อแม่เลิกกัน |
| หมอ    | แม่ค้า | คนอีสาน    | เด็กอาชีวะ           |

๒. แผ่นป้ายพิมพ์คำว่า "ดอกไม้" และ "ก้อนหิน" หรือใช้ดอกไม้และก้อนหินจริงๆ
๓. ปากกาเคมี
๔. กระดาษฟลิปชาร์ต



## เอกสารประกอบ

แผนกิจกรรม "ฉันเป็นใคร"

### กระบวนการ

๑. ชี้แจงผู้เรียนว่า วันนี้เราจะสำรวจความคิดเห็น-ความรู้สึกที่มีต่อกลุ่มคนต่างๆ ในสังคม โดยขอให้ผู้เรียนช่วยกันบอกว่า คนส่วนใหญ่คิด/รู้สึกอย่างไรต่อคนกลุ่มเหล่านี้ เช่น
  - เมื่อพูดถึง "มุสลิม" คนส่วนใหญ่ คิด/รู้สึกอย่างไร
  - จะมีป้ายระบุกลุ่ม ๘ กลุ่ม ขอให้ทุกคนเขียนความเห็นต่อทั้ง ๘ กลุ่ม ลงในกระดาษที่คิดไว้รอบๆ ห้อง ให้เวลา ๑๐ นาที ดังนี้

|        |        |            |                      |
|--------|--------|------------|----------------------|
| มุสลิม | ชาวนา  | สาวพริคตี้ | เด็กที่พ่อแม่เลิกกัน |
| หมอ    | แม่ค้า | คนอีสาน    | เด็กอาชีวะ           |

๒. แบ่งผู้เรียนเป็น ๘ กลุ่ม ให้ช่วยกันวิเคราะห์ความเห็นทั้งหมดที่มีต่อคนแต่ละกลุ่ม และให้กลุ่มลงความเห็นว่าคุณกลุ่มนั้นจะอยู่ใน "เขตดอกไม้" หรือ "เขตก้อนหิน" ภายในเวลา ๕ นาที คำจำกัดความของทั้ง ๒ เขต ดังนี้



**เขตดอกไม้** เป็นเขตของภาพลักษณ์ที่ดี การได้รับการยกย่อง นับถือ ชื่นชม เห็นว่าสูงส่ง มองด้วยสายตาที่ดี โดยวางดอกไม้ หรือ ป้าย "ดอกไม้" เป็นสัญลักษณ์

**เขตก้อนหิน** เป็นเขตของภาพลักษณ์ที่ไม่ดี การถูกวิพากษ์วิจารณ์ ดูแคลน เห็นว่าด้อยกว่า มองด้วยสายตาที่ไม่ดี โดยวางก้อนหิน หรือ ป้าย "ก้อนหิน" เป็นสัญลักษณ์

๓. ขอตัวแทนกลุ่ม กลุ่มละ ๑ คน ถือป้าย และมายืนในเขตที่กลุ่มตนเองลงความเห็นว่าเป็นเขตดอกไม้หรือเขตก้อนหิน หากไม่แน่ใจสามารถยืนตรงกลางระหว่าง ๒ เขตได้
  - ให้ตัวแทนสรุปความเห็นที่มีต่อกลุ่มคนในป้าย และเหตุผลที่เลือกยืนในเขตนั้นๆ
๔. เมื่อทุกกลุ่มนำเสนอแล้ว ชวนผู้เรียนวิเคราะห์ โดยใช้คำถามต่อไปนี้
  - คนที่เป็น "หอม" หรือ "เด็กอาชีวะ" หรือกลุ่มอื่นๆ ทุกคนมีลักษณะดังที่ถูกบอก หรือไม่
  - การ "เหมารวม" ว่า คนกลุ่มหนึ่งต้องเป็นเหมือนๆ กัน อาจส่งผลอะไรได้บ้าง ขอตัวอย่าง
  - คนที่ถูก "เหมารวม" ทั้งทางบวกและทางลบ มีความรู้สึกอย่างไร
  - ใครมีประสบการณ์การถูก "เหมารวม" บ้าง ขออาสาสมัคร ๒-๓ คน เล่าประสบการณ์
๕. อธิบายเสริมความเข้าใจของผู้เรียนว่า กิจกรรมที่เราทำอยู่ตอนนี้จำลอง "การเหมารวม" ที่มีต่อกลุ่มคนต่างๆ ในสังคม และ "การเหมารวม" อาจนำไปสู่การตัดสินคนกลุ่มนั้นๆ โดยไม่รู้ข้อเท็จจริง และ อาจกลายเป็น "อคติ" ที่มีต่อคนกลุ่มนั้นๆ รวมทั้งอาจทำให้คนที่อยู่ในกลุ่มนั้นๆ รู้สึกถูกลดทอนคุณค่า

๖. ถามผู้เรียนว่า

- เราสามารถตัดสินใจว่า คนๆ หนึ่งเป็นคนแบบไหนจากกลุ่มที่เขาอยู่ได้หรือไม่ ไม่ว่าจะเป็ ศาสนา อาชีพ สถาบันการศึกษา สถานภาพทางครอบครัว สถานะด้านสุขภาพ ฯลฯ เพราะเหตุใด

๗. แจกแบบ "ฉันเป็นใคร" ให้ผู้เรียนทุกคน และอธิบายว่า เราแต่ละคนล้วนมีองค์ประกอบ หลายๆ ด้าน ที่ประกอบขึ้นเป็นตัวเรา เช่น เพศ อายุ ครอบครัว ศาสนา ความสนใจ บ้านเกิด สถาบันการศึกษา ฯลฯ

- ให้ผู้เรียนแต่ละคนลองสำรวจตัวเองในค้ำนต่างๆ โดยเขียนสิ่งที่เป็ตัวเองลงไป ใน แผ่นผัง สิ่งที่พวกเราเหมือนๆ กัน คือ ความเป็นวัยรุ่น และเป็นเด็กอาชีพะ และเพิ่มสิ่งที่ อธิบายความเป็นตัวเรา



๘. ชาวผู้เรียนลองสำรวจว่า ในสิ่งที่เราเป็นในด้านต่างๆ

- ๑) คนภายนอกมองสิ่งที่เราเป็นแต่ละด้านอย่างไร เช่น การเป็นเด็กอาสาชื้อ
- ๒) เราารู้สึกอย่างไรต่อสิ่งที่ตัวเองเป็นในแต่ละด้าน เช่น พ่อแม่เราแยกทางกัน
- ๓) เราเป็นอย่างไรที่สังคมมองหรือไม่
- ๔) เราเห็น "การเหมารวม" หรือ "อคติ" อะไรบ้าง ในสิ่งที่ประกอบเป็นตัวเรา
- ๕) เราจะวาง "ตัวเอง" ที่ฝั่งดอกไม้หรือฝั่งก้อนหิน เพราะเหตุใด

๙. ผู้ดำเนินการ สรุปว่า

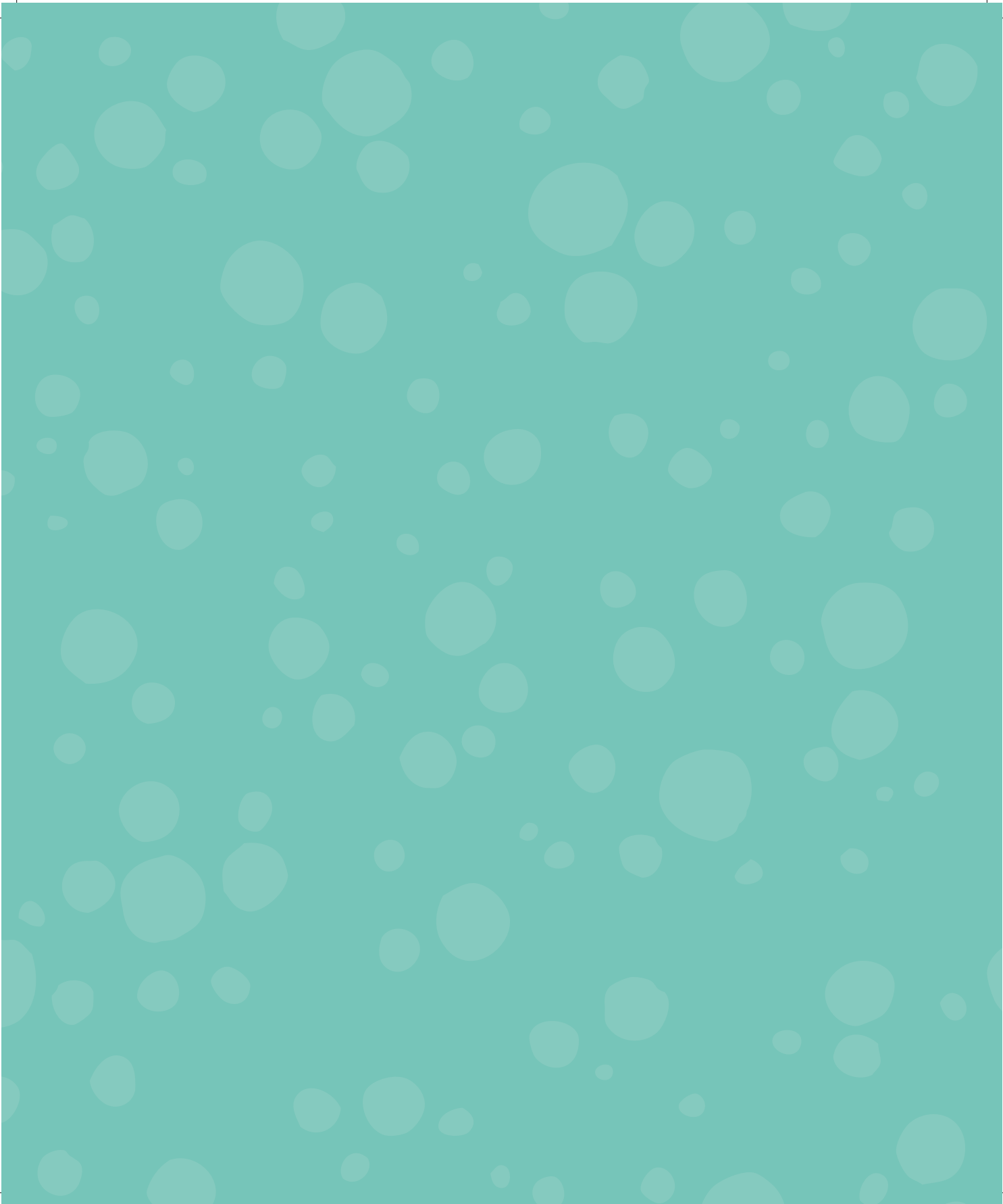
- เมื่อเห็นว่า สังคมมี "การเหมารวม" หรือมี "อคติ" ต่อคนบางกลุ่ม ซึ่งอาจนำไปสู่การเลือกปฏิบัติ การตัดสินคุณค่าของคนกลุ่มนั้นๆ เราจึงต้องระมัดระวังตัวเองที่จะไม่มองคนแบบ "เหมารวม" และหมั่นตรวจสอบว่าเรากำลังตัดสินหรือตีตราคนจากอคติที่ตนเองมีหรือไม่ เพราะเป็นเรื่องไม่ง่ายที่จะด่วนตัดสินว่าใครดี ไม่ดี น่าชื่นชม หรือน่าคำหนิ ใครควรได้รับดอกไม้หรือก้อนหิน เพราะคนแต่ละคนมีชีวิตหลายแง่มุม และเราอาจไม่รู้จักเขาทั้งหมด
- ที่สำคัญเราไม่ควรรู้สึกค้อยคุณค่าหรือตีตราตัวเอง เพียงเพราะสังคม "เหมารวม" ว่าเราเป็นอย่างไร (เช่น วัยรุ่นไม่รับผิดชอบ เด็กอาสาชื้อชอบตีกัน พ่อแม่แยกทางกัน ต้องเป็นเด็กมีปัญหา เป็นต้น)
- คนทุกคนมีศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์เท่ากัน และคุณค่าของคนอยู่ที่การกระทำ ไม่ใช่การเป็นใครหรือสมาชิกของกลุ่มใด

ฉันเป็นใคร ?



ฉันเป็นใคร ?





กิจกรรมที่ ๔

# ตัวตบ กางเกง



## สาระสำคัญ

อัตลักษณ์ทางเพศหรือตัวตนทางเพศมีมากกว่าหญิงและชาย แต่กรอบความคิดทางสังคมยังจำกัดความเป็นเพศอยู่เพียงหญิงและชาย โดยไม่คำนึงถึงตัวตน อัตลักษณ์ และรสนิยมทางเพศของบุคคลที่มีความแตกต่างหรือหลากหลาย นอกจากนี้ยังกำหนดว่าคนที่เป็นเพศชาย เพศหญิงควรมีลักษณะอย่างไร นำไปสู่ความคาดหวังที่เหมารวมและมีอคติต่อบุคคลที่ไม่เป็นไปตามแบบที่สังคมคาดหวัง ดังนั้นการเท่าทันอคติทางเพศ และเปิดใจเรียนรู้ความหลากหลายทางเพศ จะช่วยให้เกิดการอยู่ร่วมกันโดยเคารพในความแตกต่างอย่างเข้าใจ

## วัตถุประสงค์

กิจกรรมนี้มุ่งหวังให้ผู้เรียน

๑. บอกอคติของตนเองที่มีต่อเพศหญิง เพศชาย และเพศอื่นๆ
๒. ระบุผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการมีอคติทางเพศ

## อุปกรณ์



วิดีโอ Out of the Box ของมูลนิธิอิญจารี ความยาว ๔.๒๕ นาที

วิดีโอนี้เป็นบทสัมภาษณ์ผู้หญิงที่เป็นหญิงรักหญิง มีเนื้อหาไม่สร้างค่านิยมที่ตายตัวว่าเขาคืออะไร หรือที่เรียกว่า labelling หรือการแปะป้ายว่าใครเป็นอะไร แม้วิดีโอจะนำเสนอเพียงกลุ่มหญิงรักหญิง ไม่ครอบคลุมทุกเพศ แต่ได้นำเสนอแง่มุมที่สำคัญของการเป็นตัวของตัวเอง และการอธิบายความเป็นเพศตนเองโดยไม่ใช้อคติทางเพศแบบเหมารวม

## เอกสารประกอบ



ใบงาน Out of the Box

### ข้อควรระวังในการทำกิจกรรม

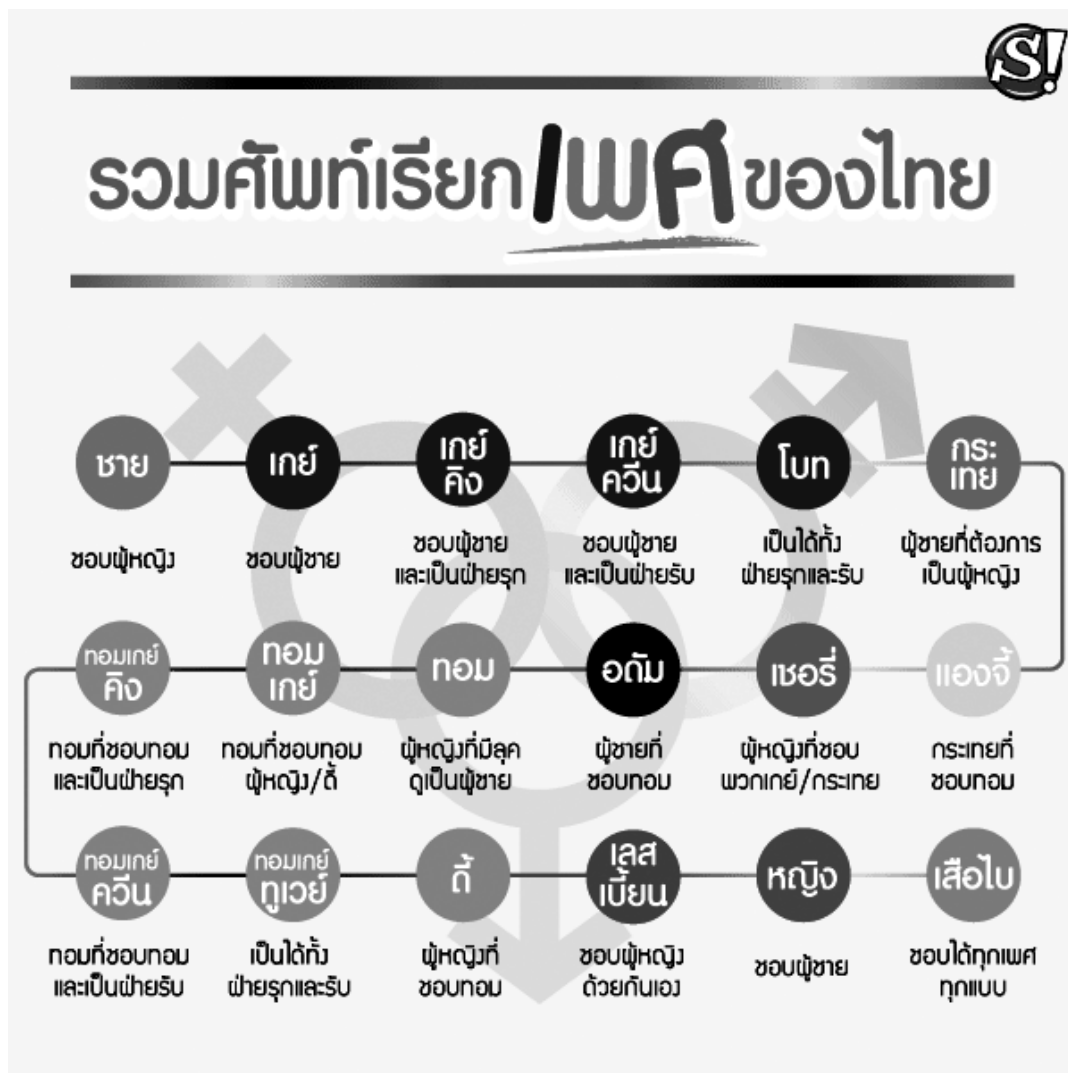
- ควรอภิปรายเพศชายและหญิงไปพร้อมกับเพศอื่นๆ โดยเริ่มต้นจากกรอบทางเพศแบบชายและหญิงก่อน เพื่อเชื่อมโยงให้ผู้เรียนเห็นว่าทุกเพศถูกมองด้วยอคติและถูกวางกรอบไว้ทั้งสิ้น
- ไม่ควรอภิปรายเฉพาะเพศอื่นๆ โดยไม่กล่าวถึงอคติที่สังคมมีต่อเพศชายและหญิงเอง เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเข้าใจว่า "ความหลากหลายทางเพศ" หมายถึง ทุกเพศ รวมทั้งเพศชายและหญิง และเพื่อให้ผู้เรียนที่เป็นชายและหญิงได้สำรวจตัวเอง และมีส่วนร่วมเต็มที่ในกิจกรรม
- ขั้นตอนที่สำคัญในกิจกรรมนี้ คือการคลี่คลายอคติแบบเหมารวมต่อเพศต่างๆ ผ่านคำถามว่า คนทุกคนที่เป็นเพศนั้นๆ มีลักษณะตามที่ผู้เรียนบอกมาหรือไม่ ไม่ควรข้ามขั้นตอนนี้ เพราะจะทำให้ผู้เรียนมีความเข้าใจที่ผิดและเหมารวมว่าเพศต่างๆ ต้องมีลักษณะดังที่บอกกันขึ้นมาในกิจกรรม

### กระบวนการ

๑. ผู้ดำเนินการเชื่อมโยงจากกิจกรรมที่แล้ว (ฉันคือใคร) ซึ่งเป็นการสำรวจอัตลักษณ์ของเราในด้านต่างๆ ชวนผู้เรียนว่าวันนี้เราจะสำรวจเพิ่มเติมในมิติเรื่องตัวตนทางเพศ
๒. ให้ผู้เรียนระดมสมองว่าเมื่อพูดถึงเพศ เรานึกถึงใครหรือเพศอะไรบ้าง ผู้ดำเนินการเขียนคำตอบบนกระดาน



(ตัวอย่างคำตอบ เช่น ชาย หญิง ทอม คี เกย์ กะเทย เลสเบียน ผู้ชายข้ามเพศ ผู้หญิงข้ามเพศ ไบเซ็กซ์ชวล อินเตอร์เซ็กซ์ หรือภาพค่านล่างเป็นต้น)



ที่มา : [fb.sanook.com/view-widget/graphic/?widget=1865607](https://fb.sanook.com/view-widget/graphic/?widget=1865607)

๓. ผู้ดำเนินการชวนผู้เรียนดูคำเรียกเพศที่ระคมได้ และอธิบายให้เห็นว่าคำเหล่านี้มีความแตกต่างกัน โดยใช้แนวทางในการอธิบาย ดังนี้

- ๑) หมวดที่เป็นเรื่อง "อัตลักษณ์ทางเพศ" หรือ "ตัวตนทางเพศ" ได้แก่ ชาย หญิง กะเทย ทอม ผู้ชายข้ามเพศ ผู้หญิงข้ามเพศ เป็นต้น ทั้งนี้ ผู้ชาย หรือผู้หญิงข้ามเพศ (Transgender) หมายถึงคนที่เกิดมาแล้วมีเพศสรีระไม่ตรงตามที่จิตใจต้องการ อาจจะแปลงเพศหรือไม่ก็ได้ หรือจะแปลงแค่ไหนก็ได้ตามแต่ความต้องการหรือสุขภาพของแต่ละคน
- ๒) หมวดที่เป็น "วิถีทางเพศ" หรือ "ความพึงพอใจทางเพศ" หรือ "รสนิยมทางเพศ" ได้แก่
  - เกย์ เลสเบียน เป็นคำเรียกคนที่ดึงดูดใจหรือสนใจมีความสัมพันธ์ทางเพศกับคนเพศเดียวกัน หรือที่เราเรียกว่า คนรักเพศเดียวกัน
  - ไบเซ็กซ์ชวล หรือ รักสองเพศ คือคนที่ดึงดูดใจหรือสนใจมีความสัมพันธ์ทางเพศกับทั้งสองเพศ หรือทั้งชายและหญิง
  - รักต่างเพศ เป็นคำเรียกคนที่ดึงดูดใจหรือสนใจมีความสัมพันธ์ทางเพศกับเพศตรงข้าม
- ๓) หมวดที่เป็นลักษณะเพศทางชีววิทยา ได้แก่ ชาย หญิง อินเตอร์เซ็กซ์ (มีสองเพศ) หรือบุคคลที่มีลักษณะเพศทางชีววิทยาไม่ตรงกับลักษณะที่ระบุว่าเป็นชายหรือหญิง อาจเป็นลักษณะภายนอกหรือระบบภายในที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า
- ๔) อาจมีคำเรียกเพศคำอื่นๆ ที่สะท้อนถึง "อคติทางเพศ" ที่ปะปนทั้งตัวตนทางเพศ ความพึงพอใจทางเพศ และเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวกับเพศ เช่น อีแอบ ชะนี แอ็บ พวกเบียงเบน ฯลฯ (ซึ่งจะกลับมาชวนสำรวจอคติที่ซ่อนอยู่ในชื่อเรียกทางเพศเหล่านี้)



๕. แบ่งผู้เรียนเป็น ๘ กลุ่ม แต่ละกลุ่มช่วยบอกลักษณะของเพศต่างๆ กลุ่มละ ๑ เพศ ให้แต่ละกลุ่มระดมความคิดว่า เพศที่ตัวเองได้รับมีลักษณะอะไรบ้าง ให้ได้มากที่สุดภายใน ๑๐ นาที โดยเขียนบนฟลิปชาร์ต

| ชาย          | หญิง      | กะเทย      | ทอม | เลสเบียน | เกย์ | ชายข้ามเพศ | หญิงข้ามเพศ |
|--------------|-----------|------------|-----|----------|------|------------|-------------|
| มีกล้ามเนื้อ | เรียบร้อย | กรี้ดกรี้ด | ... | ...      | ...  | ...        | ...         |
| ชอบลุย       | อ่อนไหว   | ...        | ... | ...      | ...  | ...        | ...         |
| ไม่เรียบร้อย | ทำกับข้าว |            |     |          |      |            |             |
| ...          | ...       |            |     |          |      |            |             |

๕. ให้แต่ละกลุ่มติดฟลิปชาร์ตรอบๆ ห้อง และผู้ดำเนินการชวนผู้เรียนดูลักษณะทางเพศที่แต่ละกลุ่ม และชวนวิเคราะห์ว่า มีคนที่เป็นเพศนั้นๆ แต่ไม่ได้มีลักษณะดังที่พวกเราระดมหรือไม่ ชวนดูจนครบทุกกลุ่ม

๖. ชวนผู้เรียนพิจารณาในช่องที่เป็นเพศของตนเอง และคิดว่าตัวเรามีลักษณะอะไรที่แตกต่างไปจากสิ่งที่เขียนไว้บนกระดาษบ้าง

- ขออาสาสมัครยกตัวอย่างคนละ ๑ ข้อ และถามว่ารู้สึกอย่างไร หากเราต้องพยายามเป็นตามความคาดหวังของคนอื่น

๗. ผู้ดำเนินการสรุปว่า ไม่ใช่ทุกคนที่เรียกตัวเองว่าเป็นเพศนั้นจะมีลักษณะดังที่เราคิด และชวนผู้เรียนดูวิดีโอ Out of the Box ความยาว ๕.๒๕ นาที

๘. เมื่อจบ ชวนผู้เรียนวิเคราะห์ตามคำถาม ดังนี้

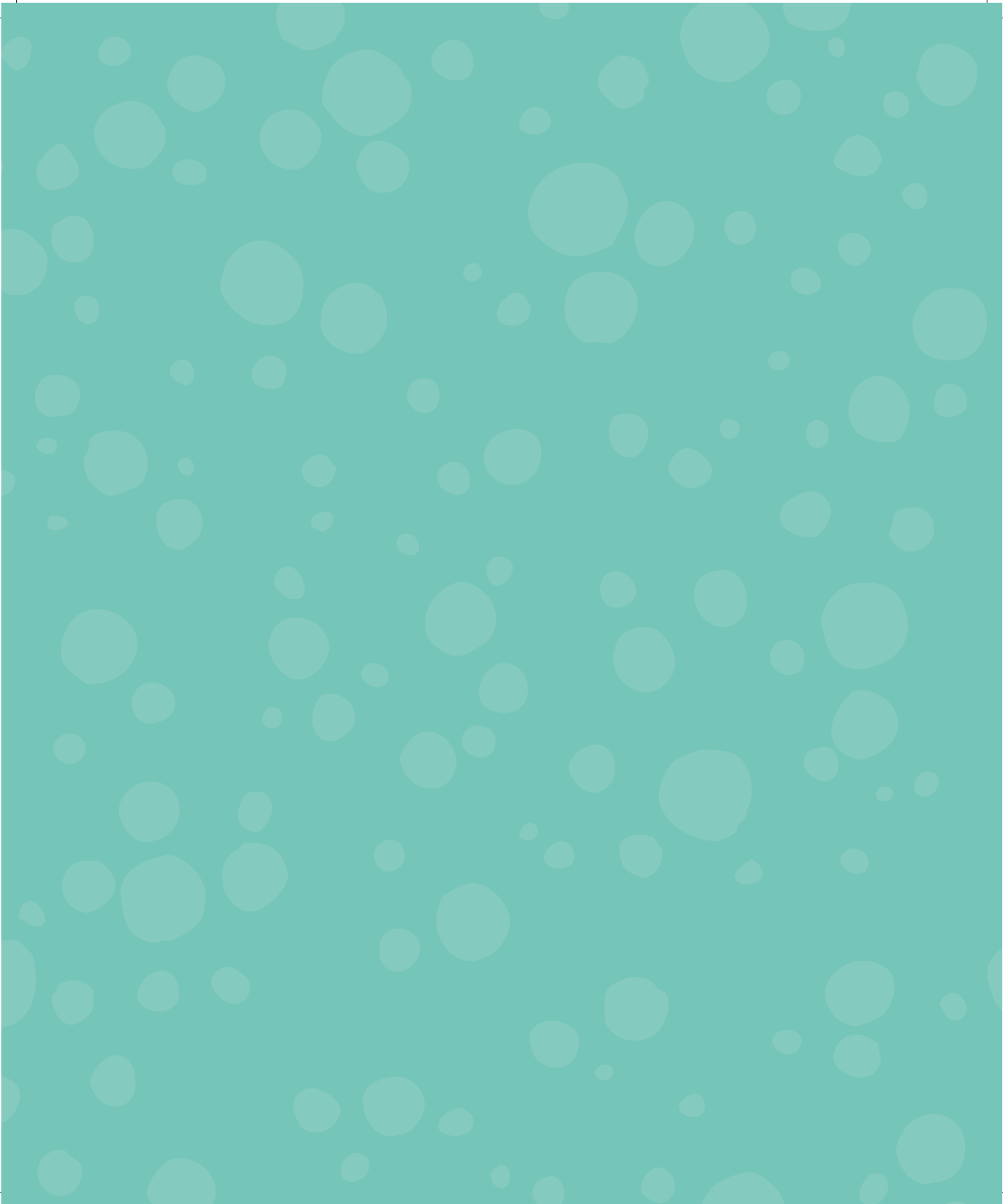
- คิดว่าวิดีโอเรื่องนี้จะบอกอะไร
- การกำหนดว่าแต่ละเพศควรมีลักษณะอย่างไร และควรรักชอบกับใครหรือเพศใด ส่งผลให้คนที่ไม่ได้เป็นตามกรอบมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง
- ขออาสาสมัคร ๒-๓ คน ที่พร้อมเล่าประสบการณ์ของตัวเอง ที่แตกต่างจากความคาดหวังในความเป็นเพศของตัวเอง และสิ่งที่ต้องเผชิญ

๙. ขอให้ผู้เรียนแต่ละคนเขียนลงในสมุดหรือกระดาษว่า เราสามารถทำอะไรได้บ้าง เพื่อสร้างสังคมที่เคารพความแตกต่างของคน และไม่ตัดสินเราว่าเป็นคนแบบไหนจากเพศ ให้เวลา ๕ นาที และขอฟังจากอาสาสมัคร ๔-๕ คน

๑๐. ผู้ดำเนินการสรุปกิจกรรม ดังนี้

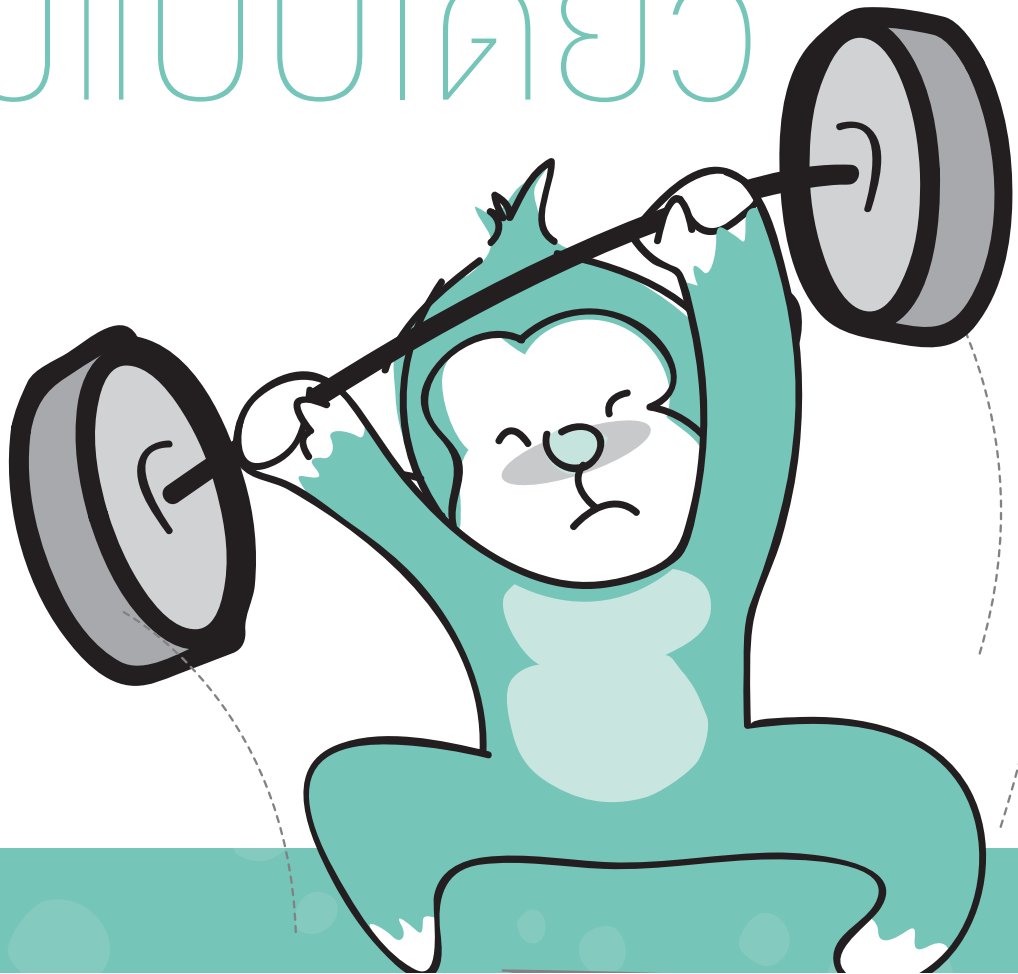
- การกำหนดและเหมารวมว่าทุกคนที่เป็นเพศใดๆ ต้องมีลักษณะนั้นๆ เสมอ ทำให้เกิดความคาดหวังต่อคนทุกเพศ และเกิดอคติต่อเพศที่นอกเหนือจากหญิงชายตามกรอบดังกล่าว ทั้งที่ไม่มีใครจะเป็นไปตามลักษณะที่คาดหวังได้ทั้งหมด สังคมมนุษย์เป็นสังคมที่มีความหลากหลาย เราควรเคารพความแตกต่างของเพื่อนในสังคม และมั่นใจในตัวเอง แม้เราจะมีแตกต่างจากกรอบความคิดเรื่องลักษณะทางเพศในสังคม





กิจกรรมที่ ๕

# ความเก่งไม่ได้ มีแบบเดียว



## สาระสำคัญ

สติปัญญาและความสามารถของมนุษย์มีหลากหลาย ในขณะที่สังคมให้คุณค่าหรือยกย่องเพียงบางด้าน เช่น ความสามารถด้านคณิตศาสตร์หรือวิทยาศาสตร์ ทั้งที่ยังสามารถด้านอื่นๆ อีก เช่น การเต้น การประดิษฐ์ การช่าง ศิลปะ ดนตรี ซึ่งล้วนมีคุณค่าและสามารถสร้างสรรค์ประโยชน์ต่อผู้อื่น และรังสรรค์สังคมเช่นกัน

ทุกคนล้วนมีสติปัญญาและความสามารถในแบบที่แตกต่างกัน สติปัญญาและความสามารถเป็นสิ่งที่พัฒนาได้เสมอ เพียงค้นหาให้พบและมั่นใจในความสามารถที่ตนเองมี

## วัตถุประสงค์

กิจกรรมนี้มุ่งหวังให้ผู้เรียน

๑. เปรียบเทียบแนวคิดพหุปัญญา (Multiple Intelligences) ที่สะท้อนความสามารถหลากหลายด้านของมนุษย์ และการให้คุณค่าของสังคมไทยในเรื่องความเก่ง
๒. บอกความสามารถและความถนัดของตนเอง
๓. วิเคราะห์ผลที่เกิดขึ้นจากค่านิยมของสังคมที่ให้คุณค่ากับความสามารถเพียงบางด้าน

## อุปกรณ์

กระดาษสำหรับเขียน ขนาดครึ่งเอสี่



## เอกสารประกอบ

๑. ใบการ์ตูนพหุปัญญา สำหรับผู้เรียนทุกคน
๒. ใบทบทวนตนเอง สำหรับผู้เรียนทุกคน
๓. เอกสารอ่านประกอบสำหรับผู้ดำเนินการ เรื่อง พหุปัญญาทั้ง ๘ ด้าน ของ Howard Gardner

## กระบวนการ

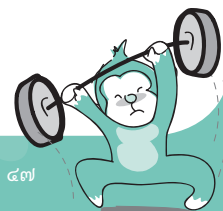
๑. ผู้ดำเนินการนำเข้าสู่กิจกรรม โดยถามผู้เรียนว่าเมื่อคิดถึงคนเก่ง เราคิดถึงใครบ้าง เขาเหล่านั้นเป็นใคร ทำอะไร
  - ผู้ดำเนินการสังเกตว่า ผู้เรียนนึกถึงคนเก่งที่จำกัดเพียงคนบางกลุ่มหรือบางอาชีพหรือไม่ เพื่อนำไปสู่ชวนคุยตอนท้ายกิจกรรม
๒. ผู้ดำเนินการชี้แจงว่า จะให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นว่าคนอาชีพใดฉลาดกว่ากัน เก่งกว่ากัน โดยการยกมือเพื่อลงคะแนน
  - ผู้ดำเนินการขานอาชีพทีละคู่ (อาจเตรียมบัตรคำเพื่อคิดหรือเขียนไว้บนกระดาน) และให้ผู้เรียนยกมือว่า อาชีพใดฉลาดหรือเก่งกว่ากัน และเขียนคะแนนไว้ข้างๆ ชื่ออาชีพ อาจใช้ ๓-๕ คู่ ขึ้นอยู่กับเวลา ดังตัวอย่าง

วิศวกร

ครู

หมอ

พ่อค้า



|                |          |
|----------------|----------|
| นักวิทยาศาสตร์ | นักร้อง  |
| ล่าม           | ช่างยนต์ |
| นักกฎหมาย      | เกษตรกร  |

- ให้ผู้เรียนเสนออาชีพที่อยากลงคะแนนเองเพิ่มเติมอีกหนึ่งคู่ และให้ผู้เรียนโหวตเช่นกัน

๓. ผู้ดำเนินการพาผู้เรียนคุยที่ละอาชีพ และถามคำถามดังนี้

- คนที่ทำอาชีพนั้นๆ ต้องมีความสามารถอะไรบ้าง
- ตอนที่เรียนหนังสือ คนที่ทำอาชีพนั้นๆ จะเป็นนักเรียนที่เก่งในเรื่องอะไร วิชาอะไร
- เขียนคำตอบของผู้เรียนลงบนกระดาน



หมายเหตุสำหรับผู้ดำเนินการ: คำถามข้อนี้จะนำไปสู่การเชื่อมโยงว่า ทักษะที่บางอาชีพมี ไม่ได้เป็นวิชาหลักที่สอนในโรงเรียน ซึ่งอาจจะทำให้ขณะเป็นนักเรียนดูเหมือนไม่เก่งวิชาอะไร แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าเขาไม่มีความสามารถ หรือไม่มีสติปัญญาที่ดี

- เมื่อถามความสามารถครบทุกอาชีพ ผู้ดำเนินการชวนคุย ดังนี้

- มีอาชีพใบบ้างที่มองโดยผิวเผินแล้วเราเคยคิดว่ามีคุณค่าน้อย แต่เมื่อวิเคราะห์แล้วกลับพบว่า ต้องใช้ทักษะความสามารถมากจึงจะสามารถทำอาชีพนั้นได้ดี
- การที่เรารู้สึกหรือเคยรู้สึกว่บางอาชีพค้ดอยค้ หรือบางอาชีพผลัดค้กว่าหรือค้ก้กว่าบางอาชีพ หรือนักเรียนบางสาขาวิชาผลัดค้กว่าบางสาขา เป็นเพราะเหตุใด
- เราเรียนรู้การให้ค้คุณค่าแต่ละอาชีพจากไหน



๔. ผู้ดำเนินการแจกแผ่นการ์ตูนที่อธิบายสติปัญญาความสามารถที่แตกต่างกัน ๘ แบบของมนุษย์ให้ผู้เรียนดู เพื่อสำรวจว่าตนเองมีสติปัญญาความสามารถในรูปแบบไหนบ้าง (ได้มากกว่า ๑ คำน)
๕. แจกกระดาษให้ผู้เรียน แบ่งครึ่งกระดาษเป็นสองซีก ซ้าย – ขวา แล้วเขียนสิ่งที่ทำได้ดี/เก่ง ลงในกระดาษซีกซ้าย ส่วนซีกขวาเขียนสิ่งที่ทำไม่ได้ดี/ไม่เก่ง พร้อมทั้งนึกถึงเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ทำให้เรารู้สึกมั่นใจ/มีความสุขที่จะได้ทำงาน/กิจกรรมนั้นๆ และเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ทำให้รู้สึกเครียด กังวล หรือกลัวทำไม่ได้

| สิ่งที่ทำได้ดี/เก่ง | สิ่งที่ทำไม่ได้ดี/ไม่เก่ง |
|---------------------|---------------------------|
|                     |                           |



๖. ให้ผู้เรียนจับคู่และเล่าให้เพื่อนฟัง ดังนี้

- สถานการณ์ใดที่ทำให้เรารู้สึกอึดอัด เพราะเราทำบางอย่างได้ไม่ดี ทำให้เราน้อยใจตัวเองที่ทำได้
- คนอื่นเคยพูดหรือทำกับเราอย่างไรบ้าง ที่ทำให้เรารู้สึกไม่ดีกับตัวเองที่ทำบางอย่างไม่ได้

○ ให้ผลัดกันเล่าทีละคน คนละ ๒ นาที

๗. ผู้ดำเนินการสรุปการเรียนรู้ว่า เราทุกคนล้วนมีสติปัญญาและความสามารถในแบบที่แตกต่างกัน สติปัญญาและความสามารถเป็นสิ่งที่พัฒนาได้เสมอ ให้เราค้นหาตนเองให้พบและมั่นใจในตนเองตามรูปแบบของสติปัญญาและความสามารถที่เรามี

๘. แจกใบทบทวนตนเองให้ผู้เรียนทำ หรือมอบหมายเป็นการบ้านให้กลับไปทบทวนต่อด้วยตนเอง หากเวลาไม่พอ

คำถามสำหรับทบทวนตนเอง

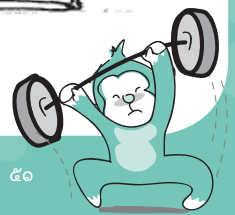
- จากที่เราได้ทบทวนตัวเองเกี่ยวกับความสามารถและสติปัญญาในแบบของเราแล้ว **ให้ระบุความถนัด ความสามารถ สิ่งที่เราชอบ-สนใจ หรืออยากพัฒนาต่อ** ให้ดียิ่งขึ้น คือเรื่องอะไร และมีแผนในการพัฒนาต่ออย่างไรบ้าง
- เราคงมีเพื่อนหรือเคยรู้จักคนที่มักถูกคนอื่นมองว่าไม่เก่ง ไม่มีความสามารถ ทำบางอย่างไม่ได้ เมื่อเราได้เรียนรู้เรื่อง "พหุปัญญา" เราอยากจะทำอะไรเขา
- เราอยากบอกพ่อแม่ ครู หรือผู้ใหญ่ที่ให้ความสำคัญกับความเก่ง ความสามารถ สติปัญญาเพียงบางด้านอย่างไร



**พหุปัญญา**

|                       |                                |                         |             |        |
|-----------------------|--------------------------------|-------------------------|-------------|--------|
| <b>A</b>              | <b>ภาษา</b>                    |                         |             |        |
| อ่าน                  | เขียน                          | พูด                     | ฟัง         |        |
| <b>+</b>              | <b>เหตุผล - คณิตศาสตร์</b>     |                         |             |        |
| จำนวน                 | คิดวิเคราะห์                   | เหตุผล                  | ทดลอง       |        |
| <b>👁️</b>             | <b>ภาพ - มิติสัมพันธ์</b>      |                         |             |        |
| เห็น                  | วาด                            | จินตนาการ               | จัด         | แผนที่ |
| <b>👋</b>              | <b>ร่างกาย - การเคลื่อนไหว</b> |                         |             |        |
| สร้าง                 | แสดง                           | สัมผัส                  | เคลื่อนไหว  | เต้น   |
| <b>🎵</b>              | <b>ดนตรี</b>                   |                         |             |        |
| ร้องเพลง              | ขับ                            | กลองและจังหวะ           | เล่นดนตรี   |        |
| <b>👁️</b>             | <b>ความสัมพันธ์</b>            |                         |             |        |
| แลกเปลี่ยน            | สอน                            | ร่วมมือ                 | ปฏิสัมพันธ์ |        |
| <b>😞</b>              | <b>ความเข้าใจตัวเอง</b>        |                         |             |        |
| คิดเชื่อมโยงถึงตัวเอง | เลือกทางที่ใช่สำหรับตัวเอง     | คิดทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้น |             |        |
| <b>🌱</b>              | <b>ความรู้สึกอันรวมชาติ</b>    |                         |             |        |
| ประสบการณ์            | ใส่ใจ                          | สำรวจ                   |             |        |

จากหนังสือภาษาถิ่นภาษาไทย Mark Bernett



# ใบทบทวนตนเอง

๑. จากที่เราได้ทบทวนตัวเองเกี่ยวกับความสามารถและสติปัญญาในแบบของเราแล้ว ให้ระบุความถนัด ความสามารถ สิ่งที่เราชอบ-สนใจ หรืออยากพัฒนาต่อ ให้ดียิ่งขึ้น คือเรื่องอะไร และมีแผนในการพัฒนาต่ออย่างไรบ้าง

---

---

---

๒. เราคงมีเพื่อนหรือเคยรู้จักคนที่มักถูกคนอื่นมองว่าไม่เก่ง ไม่มีความสามารถ ทำบางอย่างไม่ได้ เมื่อเราได้เรียนรู้เรื่อง "พหุปัญญา" เราอยากจะทำอะไรเขา

---

---

---

---

---

๓. เราอยากบอกพ่อแม่ ครู หรือผู้ใหญ่ที่ให้ความสำคัญกับความเก่ง ความสามารถ สติปัญญาเพียงบางด้าน อย่างไร

---

---

---

---

---

# เอกสารอ่านประกอบสำหรับผู้ดำเนินการ



## พหุปัญญา ๙ ด้าน ของ Howard Gardner

"ไม่มีสมองใครถูกออกแบบมาให้...โง่"

ปัญญาทั้ง ๘ ด้านมีอยู่ในเราทุกคน แต่คนเรา

จะมีด้านที่เด่นบางด้าน ในขณะที่บางด้านค้อยกว่า แต่สามารถพัฒนาได้ดังเช่นที่ทฤษฎีการเรียนรู้  
ของ โฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ เสนอให้พัฒนาปัญญาทั้ง ๘ ด้าน แรกเริ่มการ์ดเนอร์ได้คิด Multiple  
Intelligences (MI) ไว้ ๗ ด้านด้วยกัน ได้แก่

๑. **ความฉลาดทางด้านภาษา (Linguistic intelligence)** ความสามารถในการเข้าใจความ  
หมายและการใช้ภาษา การพูดและการเขียน การเรียนรู้ภาษา การใช้ภาษาสื่อสารให้ได้ผล  
ตามเป้าหมาย สื่ออารมณ์ความรู้สึกให้คนอื่นเข้าใจได้ดี เช่น กวี นักเขียน นักพูด  
นักกฎหมาย
๒. **ความฉลาดทางด้านตรรกะ (Logical-mathematic intelligence)** ความสามารถทางด้าน  
คณิตศาสตร์และเรื่องของเหตุผล คณิตวิเคราะห์ในเชิงวิทยาศาสตร์ เช่น นักวิทยาศาสตร์  
นักคณิตศาสตร์



๓. **ความฉลาดทางด้านดนตรี (Musical intelligence)** ความสามารถในการเข้าใจและสร้างสรรค์ดนตรี เข้าใจจังหวะ เช่น นักแต่งเพลง นักดนตรี นักเต้น

๔. **ความฉลาดทางด้านมิติ (Spatial intelligence)** ความสามารถในการสร้างภาพในจินตนาการ และนำมาสร้างสรรค์เป็นผลงาน เช่น จิตรกร ประติมากร สถาปนิก ดีไซน์เนอร์

๕. **ความฉลาดทางการเคลื่อนไหวร่างกาย (Bodily-kinesthetic intelligence)** ความสามารถในการใช้ร่างกายเคลื่อนไหวอย่างสร้างสรรค์ เช่น นักเต้น นักกีฬา นักแสดง

๖. **ความฉลาดในการเป็นผู้นำ (Interpersonal intelligence)** ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น สามารถจูงใจผู้อื่น เช่น นักการเมือง ผู้นำทางศาสนา ครู นักการศึกษา นักขาย นักโฆษณา (เพิ่มเติม - ปัญญาความสัมพันธ์ต่อผู้อื่น (Interpersonal Intelligence) มีแนวโน้มเอาใจใส่ต่อสิ่งภายนอก ลักษณะนิสัยความการสัมพันธ์ถึงอารมณ์ความรู้สึก ภาวะจิตใจ แรงจูงใจของผู้อื่น สามารถร่วมไม้ร่วมมือเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของทีมให้สื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ เอาใจใส่ผู้อื่นได้ง่าย เป็นได้ทั้งผู้นำและผู้ตาม ปกติเรียนรู้ได้ดีที่สุดผ่านการทำงานร่วมกับผู้อื่น – จาก <http://www.mydnathailand.com/library-๘.html>)

๗. **ความฉลาดภายในตน (Intrapersonal intelligence)** ความสามารถในการเข้าอกเข้าใจความรู้สึกภายในของผู้คน เช่น นักเขียน ผู้ให้คำปรึกษา จิตแพทย์ (เพิ่มเติม – มีความสามารถคิดใคร่ครวญและวิเคราะห์ตนเอง มักเป็นคนเก็บตัวและชอบทำงานคนเดียว เป็นคนระวังตัวสูง สามารถเข้าใจอารมณ์ เป้าหมาย และแรงจูงใจของตนเองได้ มักเกี่ยวข้องกับการแสวงหาทางความคิด)

ต่อมาการ์ดเนอร์ ได้เพิ่มความฉลาดอีก ๒ ด้าน ตามลำดับคือ

๘. **ความฉลาดทางด้านธรรมชาติ (Naturalist intelligence)** ความสามารถในการเรียนรู้เรื่องธรรมชาติ พืช สัตว์ ธรณีวิทยา สิ่งแวดล้อม

๙. **ความฉลาดในการคิดใคร่ครวญ (Existential intelligence)** ชอบคิด สงสัยใคร่รู้ ตั้งคำถามกับตัวเองในเรื่องความเป็นไปของชีวิต ชีวิตหลังความตาย เรื่องเหนือจริง มี दिलิกลับ เช่น นักคิด อย่างอริสโตเติล ขงจื้อ ไอน์สไตน์ พลาโต ไสเครติส ฯลฯ

การ์ดเนอร์เคยคิดจะนำ ความฉลาดทางด้านคุณธรรมจริยธรรม (Moral intelligence) เพิ่มเข้าไปด้วย การ์ดเนอร์กล่าวว่า ความฉลาดหรือสติปัญญาทำให้คนเราเป็นมนุษย์ พุคได้ เราทุกคนต่างมีความฉลาด แม้เป็นสิ่งที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด แต่ก็สามารถยืดหยุ่นและพัฒนาได้ ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม

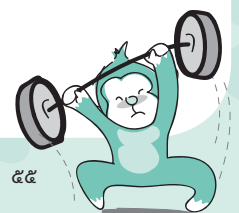
เขาแนะนำว่า พ่อแม่ ผู้ปกครอง และครู ควรจัดสิ่งแวดล้อมให้หลากหลายเพื่อสังเกตดูว่าอะไรคือสิ่งที่เด็กชอบหรือถนัด ทำได้ดี แล้วจะรู้ว่าลูกหลานหรือนักเรียนของเราแต่ละคนมีความฉลาดทางด้านใด การ์ดเนอร์กล่าวอีกว่า ความฉลาดไม่ได้มีด้านเดียวและบางครั้งใช้ความสามารถหลายๆ ด้านในเวลาเดียวกัน

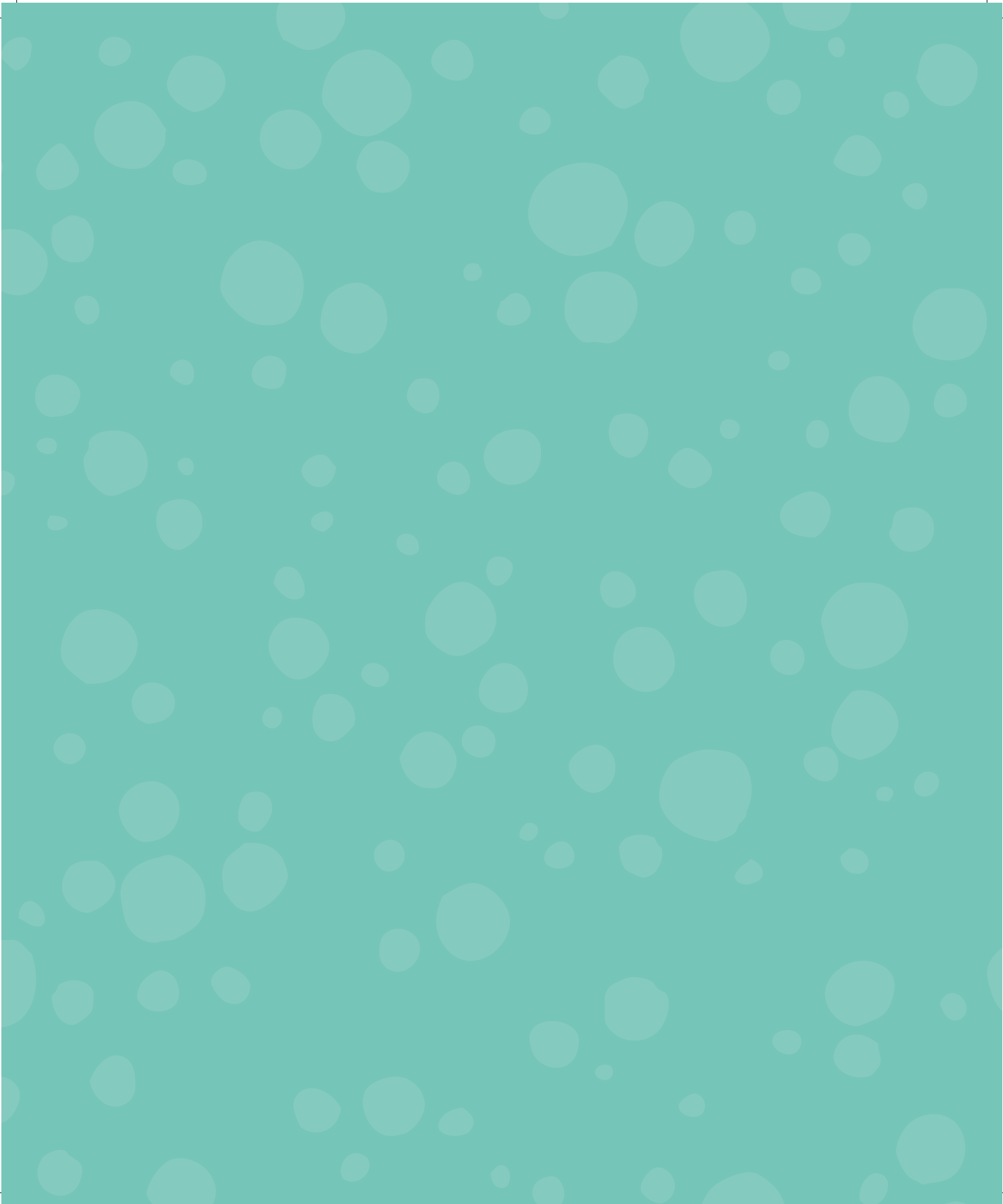
แม้ทฤษฎี MI ของเขาจะไม่ได้ได้รับการยอมรับในทันทีทันใด แต่ก็ได้รับความสนใจอย่างมากจากนักการศึกษา และครูผู้บริหารจำนวนไม่น้อยนำ MI ไปใช้แก้ปัญหาในระบบการศึกษาในโรงเรียน โรงเรียนจำนวนหนึ่งในอเมริกาเพื่อนำไปเป็นหลักในการวางหลักสูตร วางแผนการเรียนการสอน และกิจกรรมอื่นๆ สำหรับเด็กมีการใช้ทฤษฎี MI กับการเรียนหลากหลายระดับชั้นทั้งในเด็กเล็กปฐมวัย เด็กโต และแม้แต่การศึกษาของผู้ใหญ่ การ์ดเนอร์บอกว่า "Multiple Intelligences จะทำให้เกิดการเรียนการสอนที่หลากหลาย แทนที่จะเป็นแบบเดียว (แบบในโรงเรียนทั่วไป) มีหลากหลายวิธีที่เด็กนักเรียนจะคิดและเรียนรู้ ครูเพียงแต่มีกรอบคอนเซ็ปต์คร่าวๆ ในการจัดการเรียนการสอน"

แม้โฮเวิร์ด การ์ดเนอร์ จะออกตัวว่า ทฤษฎี Multiple Intelligences ของเขาไม่ใช่คำตอบของการศึกษาทั้งหมด แต่เขาเอ่ยคำที่น่าคิดว่า ...

**"Character is more important than intellect."**

บทความจาก <http://www.kroobannok.com/๓๐๑๒๘>  
และเพิ่มเติมจาก <http://www.mydnathailand.com/library-๘.html>

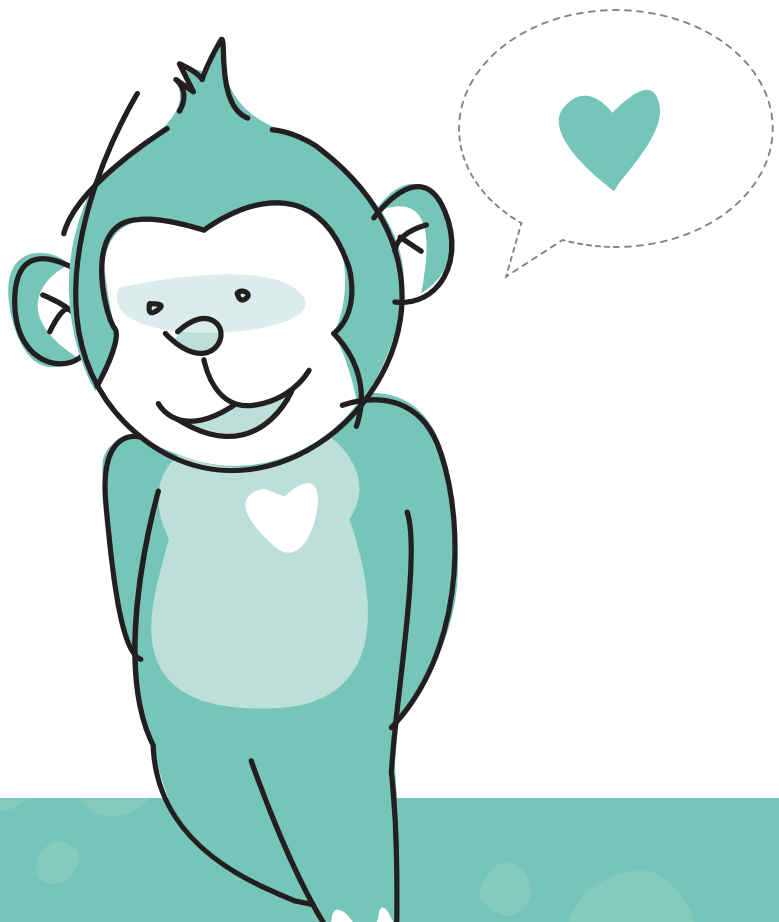


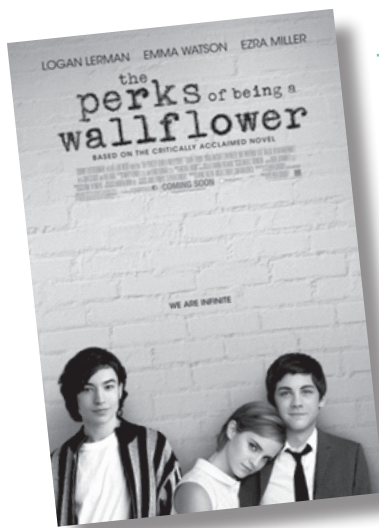


ภาพยนตร์แนะนำ

# The Perks of Being a Wallflower

วัยป่วนหัวใจปัก





## The Perks of Being a Wallflower (วัยป่วนหัวใจปัก)

ปี: ๒๕๕๕ (๒๐๑๒) ความยาว : ๑๐๒ นาที

### เรื่องย่อ

หนังใช้วิธีดำเนินเรื่อง โดยมีเสียงเล่าจากมุมมองของชาร์ลิสที่บันทึกเรื่องของตนเองผ่านตัวหนังสือ เพราะเขาไม่ฝันจะเป็นนักเขียน เป็นหนังย้อนยุคที่ยังไม่มีโทรศัพท์มือถือ ใช้เครื่องพิมพ์ดีด และฟังเพลงจากเทปคาสเซ็ท

**ชาร์ลิส** หนุ่มน้อยบุคลิกขี้อาย ไม่กล้าแสดงออก ไม่คุยกับใคร ไม่มีเพื่อนสนิท เข้าเรียนต่อที่โรงเรียนมัธยมปลายแห่งหนึ่ง เขาพบ **แพทริก** รุ่นพี่ที่ตกซ้ำชั้น แต่เป็นคนร่าเริง สนุกสนาน ไม่ชอบอยู่ในภาวะกดดัน และเป็นเพื่อนคนแรกของชาร์ลิสที่กำลังพยายามปรับตัวเข้ากับเพื่อนและสังคมใหม่ในโรงเรียน และมี **ครูแอนเคอร์สัน** ที่คอยเอาใจใส่และเข้าใจเขาคอยสนับสนุนทำให้เขาเริ่มคิดอยากเป็นนักเขียน แพทริกทำให้เขาได้เจอเพื่อนใหม่อีกคนคือ **แซม** สาวน้อยร่าเริง รักอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ตอนแรกเขาเข้าใจว่าแพทริกและแซมเป็นคู่รัก เพราะสนิทสนมกันมาก แต่ที่จริงแล้วแม่ของแซมแต่งงานกับพ่อของแพทริก และแพทริกเป็นชายรักชาย

ชาร์ลิส แซม และแพทริกสนิทกัน และพาให้ชาร์ลิสไปสัมผัสชีวิตอีกด้าน เช่น เทียร์ปาร์ตี้ ทดลองกัญชา ทำอะไรที่ผาดโผน และพบเพื่อนคนอื่นๆ เช่น **แมรีแอนคอล์ลิซาเบธ** ที่นับถือพุทธ **อลิซ** ผู้คลั่งไคล้แวมไพร์ **เกรก** ชายหนุ่มช่างภาพแฟนของแซม **ปีเตอร์** แฟนของอลิซ และ**แบรด** แฟนหนุ่มของแพทริกที่ไม่ยอมรับตัวเขาเองว่าเป็นคู่แข่งกัน

ชาร์ลิสเรียนรู้คนอื่นไปพร้อมๆ กับการเรียนรู้ตนเอง เขาเริ่มชอบแซมแบบแฟน แต่แซมมีเกรก แซมมักจะชอบคนที่มียุมากกว่า ที่นอกใจเธอเสมอ และเคยถูกรุ่นพี่หลายคนมอมเหล้าเพื่อมี

เพศสัมพันธ์กับเธอ ซึ่งเป็นจุดที่เขารักแซมมากขึ้น เพราะแซมมีประสบการณ์เดียวกับเขา ที่มีความตั้งใจเรื่องการล่องละเมิดทางเพศในอดีต จนเกิดภาพหลอนคิดตัวและเป็นปัญหาทางจิต เขาเปิดใจให้แซมรับรู้ และเธอก็ยังยอมรับเขาเป็นเพื่อน ในวันคริสต์มาสแซมให้ของขวัญเป็นพิมพ์ดีด เพื่อให้เขียนเรื่องราวพวกเขา

ชาร์ลียพยายามเป็นแฟนกับแมรีแอนน์คอลลีซาเบธ ผู้ขอเคทกับเขาในงานเต้นรำที่เปิดโอกาสให้หญิงสาวขอเคทชายหนุ่มได้ แต่ชาร์ลียพบว่า เขาและเธอเป็นคนละแบบกัน และรู้สึกกับเธอเพียงเพื่อนเท่านั้น ชาร์ลียยังสนใจและวนเวียนอยู่กับแซม จนแมรีแอนน์คอลลีซาเบธขอเลิก เขาช่วยตีหนังสือให้กับแซม จนเธอสอบได้คะแนนดีขึ้นตามความตั้งใจ ขณะเดียวกันก็เกิดเรื่องกับแพทริก เมื่อครอบครัวแบรดจับได้ว่าลูกชายเป็นเกย์จึงซ่อมแบรด แบรดอับอายและพยายามปกปิดเรื่องนี้ จนทำให้แพทริกถูกล้อเลียนในโรงเรียน และเกิดเรื่องต่อยกันในโรงอาหาร ซึ่งชาร์ลียได้ช่วยแพทริกไว้

ปลายปีแซม แพทริก แมรีแอนน์คอลลีซาเบธ สามารถสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ตามตั้งใจ วันสุดท้ายของการเรียน แซมเลิกกับเคทเพราะจับได้ว่าลูกนอกใจ เธอเปิดใจคุยกับชาร์ลียว่า ทำไมไม่ขอเธอเป็นแฟน และชาร์ลียพยายามมีอะไรกับแซม แต่ภาพหลอนและเรื่องในอดีตรบกวนเขาอย่างหนัก ทำให้เขาต้องกลับไปอยู่โรงพยาบาลจิตเวชอีกครั้ง เพื่อคลี่คลายปมปัญหาในใจเขา ที่เคยถูก **ป่าเฮเลน** ล่องละเมิดทางเพศมาตั้งแต่เด็ก ในขณะที่เขาก็รักผูกพันกับป่ามาก กระทั่งป่าประสบอุบัติเหตุเสียชีวิต ชาร์ลียรักษาตัวจนอาการดีขึ้นโดยมีแพทริกและแซมมาหาอย่างสม่ำเสมอ และพร้อมกลับมาใช้ชีวิตแบบปกติอีกครั้ง

## สาระของหนังสือที่น่าสนใจ

ชีวิตคนแต่ละคนต่างมีภูมิหลัง มีความทรงจำในอดีต หรือเรื่องฝังใจที่ไม่อยากจดจำ แต่ต้องก้าวผ่านสิ่งเหล่านั้นแม้ว่าจะเจ็บปวด และเติบโตไปตามวัย เพื่อเรียนรู้ ค้นหา



ตัวคุณ และปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะช่วงวัยรุ่นที่เพื่อนจะมีบทบาทสำคัญที่สุด ทั้งหมดนี้เป็นประสบการณ์ที่ทุกคนมีและใช้เมื่อต้องกลายเป็นผู้ใหญ่ที่จะต้องดูแลเด็กหรือวัยรุ่น

## ระยะเวลา

๒ ชั่วโมง



### หมายเหตุ

ภาพยนตร์เรื่องนี้ดัดแปลงจากนิยายเรื่องเดียวกัน เขียนโดย Stephen Chbosky และได้จัดพิมพ์ฉบับแปลภาษาไทย ใช้ชื่อว่า จดหมายรักจากนายไม้ประดับ แปลโดย คันฉัตร รังษิกาญจน์-ส่อง พิมพ์โดยสำนักพิมพ์ mars space (พิมพ์ครั้งที่ ๑ มีนาคม ๒๕๕๖)

## เตรียมผู้เรียนก่อนดูหนัง

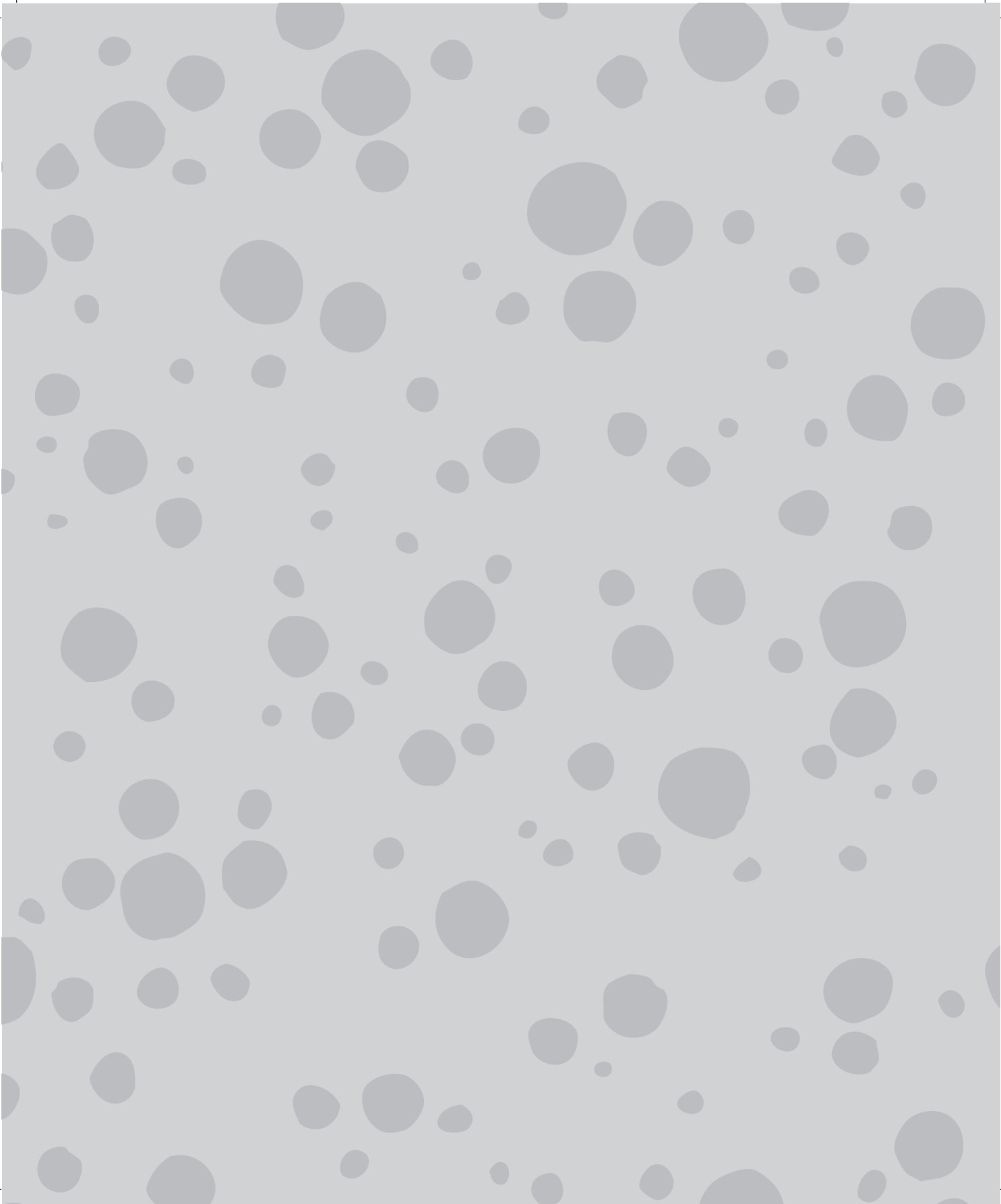
- ก่อนเปิดหนัง ถามผู้เรียน ดังนี้
  - เรามีเพื่อนสนิทหรือไม่ เป็นใคร (เช่น เรียนด้วยกัน รู้จักกันตั้งแต่ตอนเป็นเด็กเล็ก ไม่ได้เรียน... )
  - ความหมายของคำว่า "เพื่อน" สำหรับเรา คือ...
  - ความทรงจำของเราเกี่ยวกับเพื่อน คือ...
- แนะนำหนังเรื่อง "วัยรุ่นหัวใจป๊าก" ว่าเป็นหนังที่สะท้อนชีวิตวัยรุ่นคนหนึ่งชื่อ ชาร์ลี ที่มีบุคลิกขี้อาย ไม่คุยกับใครนอกจากพ่อแม่ ญาติพี่น้องของตัวเองเท่านั้น และเขาต้องเข้าเรียนในชั้นมัธยมปลายแห่งหนึ่ง ที่นั่นเขาพบกับเพื่อนใหม่มากมาย และในระหว่างดูหนังให้ติดตามและสังเกตว่า เกิดอะไรขึ้นกับเขาบ้าง ดังนี้

- ชาร์ลลีมีอคติฝังใจเรื่องอะไร
- ชาร์ลลีพยายามปรับตัวเข้ากับเพื่อนใหม่ในโรงเรียนอย่างไรบ้าง
- ใครที่คอยช่วยเหลือและเป็นเพื่อนที่ชาร์ลลีสนิท คอยพูดคุย ปรึกษา ไปไหนมาไหนด้วยกัน

## แนวคำถามชวนคุยหลังดูหนังจบ

- เมื่อคุณหนังจบให้สอบถามเพื่อทบทวนเรื่องราวให้เข้าใจตรงกัน
- ชวนแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับการคบเพื่อน
  - คนเราเป็นเพื่อนกัน (เพื่อนซี้หรือเพื่อนสนิท) ขึ้นอยู่กับอะไรบ้าง
  - เรื่องที่เราถนัดคุยกับเพื่อน แต่ไม่ถนัดคุยกับคนอื่นคือ... เพราะอะไร
  - เรื่องที่เราไม่ถนัดคุยเพื่อน แต่ถนัดคุยกับคนอื่น คือ... เพราะอะไร
- ให้เลือกเข้ากลุ่มตามสนใจ และพูดคุยว่า "หากเพื่อนในห้องเรามีปัญหา... เราจะมีวิธีการช่วยเหลือ หรือทำให้เพื่อนผ่านพ้นเรื่องนั้นได้อย่างไร"
  - เหงา ไม่มีเพื่อน ไม่มีกลุ่ม
  - ไม่สามารถเปิดเผยตัวเองว่ารักชอบเพศเดียวกัน
  - หลงรักเพื่อนในกลุ่ม
  - ไม่กล้าปฏิเสธเพื่อน : คิ้มเหล้า ใช้ยา มาขอให้ไปคบ/ต่อย คนที่มาถูกลูก
  - ต้องการบอกเลิกกับแฟน
  - เคยถูกล่วงละเมิดทางเพศ
- การบ้าน: ทำการ์ดใบเล็กบอกสิ่งที่เราไม่เคยบอก หรืออยากจะบอกเพื่อนสนิทของเรา





คู่มือครู

“การประเมินชั้นเรียน  
กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิต  
เยาวชนอาเซียนศึกษา”



## ๑. แนวคิดการประเมินชั้นเรียน (Classroom Assessment)



พศ.สันติ ศรีสประเสริฐ

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (๒๕๕๒) ให้ความหมายการประเมินชั้นเรียนว่า "เป็นกระบวนการเก็บรวบรวม วิเคราะห์ ตีความ บันทึกข้อมูลที่ได้จากการวัดและประเมินทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ โดยการดำเนินการดังกล่าวเกิดขึ้นตลอดระยะเวลาของการจัดการเรียนการสอน นับตั้งแต่ก่อนการเรียนการสอน ระหว่างการเรียนการสอน และหลังการเรียนการสอน โดยใช้เครื่องมือที่หลากหลาย เหมาะสมกับวัยของผู้เรียน มีความสอดคล้องและเหมาะสมกับพฤติกรรมที่ต้องการวัด นำผลที่ได้มาตีค่าเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดในตัวชี้วัดของมาตรฐานสาระการเรียนรู้ของหลักสูตร ข้อมูลที่ได้ก็นำไปใช้ในการให้ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับความก้าวหน้า จุดเด่น จุดที่ต้องปรับปรุงให้แก่ผู้เรียน การตัดสินใจผลการเรียนรู้รายบุคคลในเรื่องหรือหน่วยการเรียนรู้หรือในรายวิชาและการวางแผน ออกแบบการจัดการเรียนรู้ของคุณ" จากความหมายดังกล่าว สามารถสรุปจุดประสงค์ของการประเมินชั้นเรียนได้ ดังนี้

- ๑) เพื่อเก็บข้อมูลที่สะท้อนความสามารถในการเรียนหรือที่เรียกว่า "พฤติกรรมการเรียน" และผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน ซึ่งใช้เป็นข้อมูลย้อนกลับให้ผู้เรียนวางแผนพัฒนาพฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเอง
- ๒) เพื่อให้ครูนำข้อมูลที่เก็บได้ไปใช้ในการพัฒนาวิธีการจัดการเรียนการสอนของคุณ

## ๑. หลักการสำคัญของการประเมินชั้นเรียน

ในการประเมินชั้นเรียนต้องให้ความสำคัญกับกิจกรรม กระบวนการ เป้าหมาย เครื่องมือ และ ประโยชน์ในการดำเนินการ ดังนี้

### กิจกรรม

ทำการเก็บข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพเป็นระยะๆ โดยการบูรณาการเข้ากับการจัดการเรียนการสอนตลอดภาคการศึกษาของรายวิชานั้นๆ

### กระบวนการและขอบเขต

ทำร่วมกับผู้ปกครองและนักเรียน (ถ้าเป็นไปได้)

- ประเมินเพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับผู้เรียนก่อนเริ่มต้นการเรียนการสอน
- ประเมินความก้าวหน้า
- ประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้

ทำให้ครอบคลุมทั้งเนื้อหาสาระของวิชา ความสามารถในการเรียนและเป้าหมายในการพัฒนาตนเองของนักเรียน

### เป้าหมาย

เพื่อการพัฒนา นักเรียนมากกว่าการตัดสินผลการเรียน โดยมีเป้าหมายที่สำคัญในพัฒนา คือ ด้านพฤติกรรมการเรียน และคุณลักษณะของนักเรียนที่สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ของวิชานั้นๆ



## เครื่องมือ

ใช้เทคนิควิธีและเครื่องมือที่หลากหลายขึ้นกับธรรมชาติของวิชา ธรรมชาติของผู้เรียน และคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามมาตรฐานการเรียนรู้ของวิชา

## ประโยชน์

- ๑) ทำให้ครุมีข้อมูลเพื่อพัฒนาวิธีการจัดการเรียนการสอนได้สอดคล้องกับความสามารถ และธรรมชาติของผู้เรียน
- ๒) ทำให้นักเรียนมีทักษะในการวางแผนและตั้งเป้าหมาย ตระหนักในความสามารถของตนเอง และความสำคัญของการประเมินผลและการวิพากษ์ตามหลักฐาน ตลอดจนสามารถจัดการพัฒนาตนเองได้ในข้อจำกัดของทรัพยากรและเวลา

## ๒. บทบาทของครูผู้สอน

- ๑) ใช้มาตรฐานการเรียนรู้ของวิชาเป็นเป้าหมายของการประเมิน
- ๒) เลือกเครื่องมือและกิจกรรมในการเก็บข้อมูลให้สอดคล้องกับกิจกรรมการเรียนรู้และผลลัพธ์ การเรียนรู้รายคาบของวิชานั้นๆ
- ๓) สร้างการมีส่วนร่วมของนักเรียนโดยการให้นักเรียนประเมินตนเอง การให้ข้อมูลย้อนกลับของ ครูและการสร้างแรงจูงใจในการพัฒนาในคัวนักเรียน
- ๔) นำข้อมูลที่ได้จากการประเมินแต่ละระยะไปปรับใช้ในการวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ครั้งต่อไป

## ๓. ขั้นตอนการดำเนินงานเพื่อการประเมินชั้นเรียน (สันติ ศรีประเสริฐ, ๒๕๕๓)



## ๔. วิธีการประเมิน

ในการประเมินชั้นเรียนควรรู้ใช้วิธีการที่หลากหลาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์มากที่สุดเท่าที่สามารถทำได้ เช่น

- ๑) การสังเกต
- ๒) การพูดคุย
- ๓) การให้เพื่อนหรือผู้ปกครองร่วมประเมิน
- ๔) การประเมินตนเองของนักเรียน
- ๕) การใช้แบบสำรวจ
- ๖) การสาธิต
- ๗) การใช้แบบทดสอบ
- ๘) การใช้ผลงาน เช่น สมุดจดงาน สมุดแบบฝึกหัด หรือรายงานการทดลอง
- ๙) การใช้หลักฐานเชิงประจักษ์อื่นๆ

## ๕. บทบาทของนักเรียน

มีส่วนร่วมในการประเมินโดย

- ๑) ทำการประเมินตนเอง
- ๒) วางแผนพัฒนาตนเองตามข้อมูลย้อนกลับที่ได้รับและเป้าหมายที่ตนเองตั้งขึ้น



## ๖. บทบาทของโรงเรียน

- ๑) กระตุ้นให้นักเรียนและครูทำงานอย่างมีส่วนร่วมในกระบวนการประเมิน
- ๒) จัดโอกาสให้มีกิจกรรมประเมินชั้นเรียน
- ๓) ตั้งเป้าหมายร่วมกับครูและนักเรียนในการพัฒนากระบวนการเรียนการสอนและผลลัพธ์การเรียนรู้
- ๔) ประกาศนโยบายเน้นความสำคัญของ "การประเมินชั้นเรียน"

## ๗. การบริหารจัดการการประเมินชั้นเรียน

- ๑) เลือกใช้กิจกรรมในการเก็บข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ
- ๒) เลือกใช้กิจกรรมในการเก็บข้อมูลที่ประหยัดเวลา สามารถดำเนินการได้ในคาบการเรียนรู้รายวิชานั้นๆ
- ๓) เลือกใช้กิจกรรมในการเก็บข้อมูลที่แบ่งภาระการสอน หรือเปิดโอกาสให้มีการสอนเป็นทีมได้
- ๔) สร้างระบบ ชูคเครื่องมือ วิธีการเก็บ การบันทึกผลการประเมินเพื่อความสะดวกรวดเร็ว และสืบค้นข้อมูลมาประกอบการตัดสินใจในการพัฒนาวิธีการสอน หรือสนับสนุนการตัดสินใจผลการเรียนตลอดปีการศึกษาหรือตลอดหลักสูตรได้

## ข้อควรระวัง

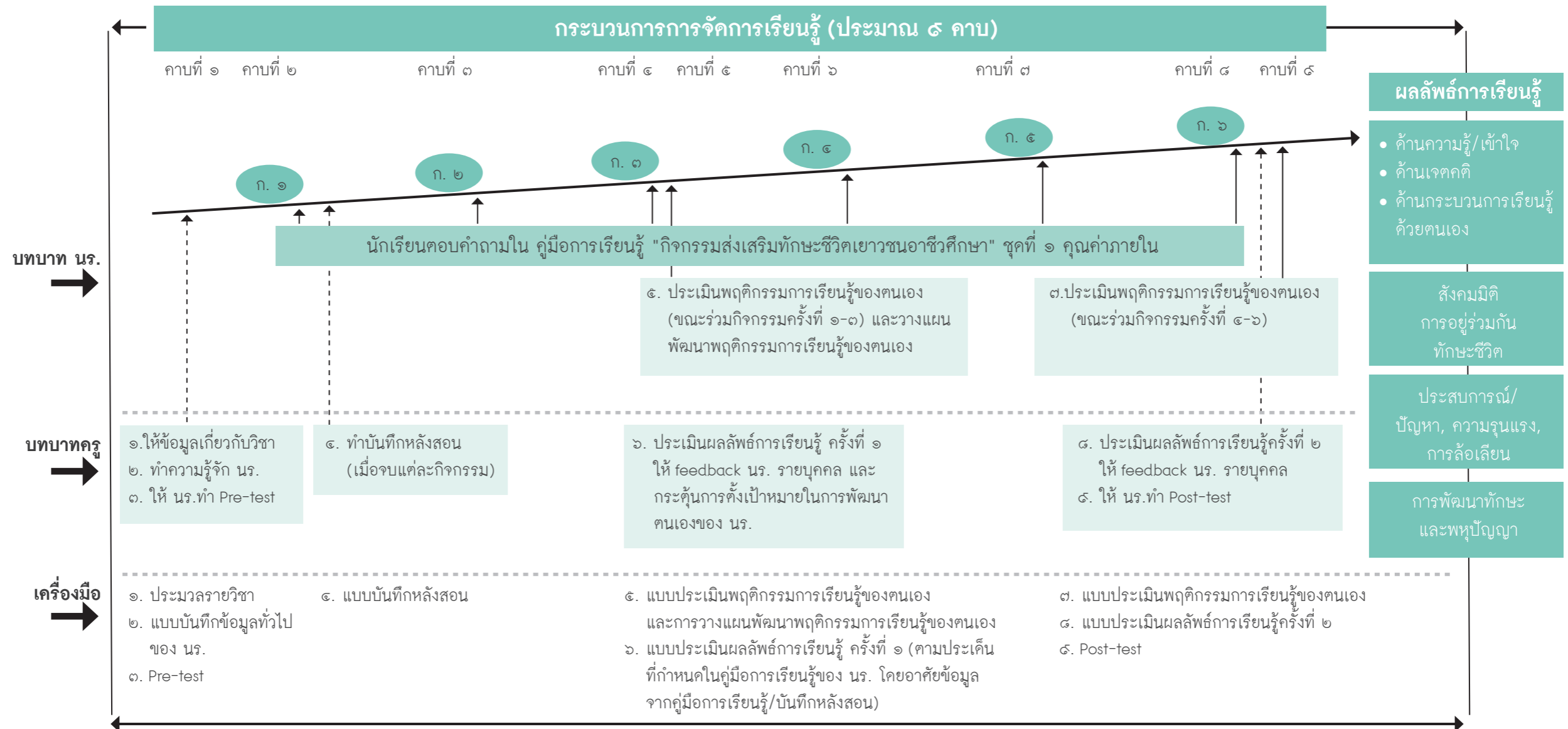
- ๑) ไม่ควรใช้การประเมินชั้นเรียนในทางลบเพื่อเป็นการควบคุมชั้นเรียน
- ๒) ไม่ควรจัดเก็บข้อมูลโดยไม่พิจารณา "เป้าหมาย" หรือ "คำถามในการประเมิน"



## ๒. ผังแสดงขั้นตอนการทำกิจกรรมการประเมินชั้นเรียน

### ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน

ผังแสดงขั้นตอนการทำกิจกรรมการประเมินชั้นเรียน\* "กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาสาสมัครศึกษา" ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน  
สถานศึกษา..... ชั้น ปวช. .... ภาค..... ปีการศึกษา.....



\* พัฒนาโดย ผศ.สันติ ศรีประเสริฐ



## ๓. ชุดเครื่องมือและวิธีใช้

แนะนำวิธีใช้เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินชั้นเรียน ได้แก่

- ๓.๑ ประมวลรายวิชา (Course Syllabus) หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑
- ๓.๒ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน
- ๓.๓ แบบทดสอบก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม
- ๓.๔ คู่มือการเรียนรู้ ชุดที่ ๑
- ๓.๕ แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเองของนักเรียน
- ๓.๖ แบบบันทึกหลังสอน
  - แบบบันทึกหลังสอน
  - แบบบันทึกข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน แนวทางป้องกันดูแล และผลลัพธ์
- ๓.๗ วิธีการใช้คู่มือการเรียนรู้ของนักเรียน

### ๓.๑ ประมวลรายวิชา หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑ (คูภาคผนวก ๑)

เน้นการมีส่วนร่วมของนักเรียนโดยเฉพาะเรื่องการจัดการเรียนรู้และการประเมินผล

### ๓.๒ แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน (คูภาคผนวก ๒)

เน้นให้ผู้เรียนได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับตนเองสำหรับผู้สอนได้รู้จักเป็นรายบุคคล และติดตามพัฒนาการด้านทักษะการเรียนรู้ และทักษะชีวิตในแต่ละกิจกรรมตามพื้นฐานของแต่ละบุคคล



### ๓.๓ แบบทดสอบก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม (คูภาคผนวก ๓)

เน้นประเมินผลลัพท์การเรียนรู้ในภาพรวมก่อนการร่วมกิจกรรมทั้ง ๖ ชุด และหลังการร่วมกิจกรรมของชุดที่ ๑ และประเมินประสบการณ์ที่เป็นปัญหาในสังครอบคัวของนักเรียน การมองผู้อื่นในทางบวก การสร้างความสัมพันธ์ การคิด-วิเคราะห์ ตลอดจนการพัฒนาทักษะการเรียนรู้และการพัฒนาหุปัญญาของตนเอง

### ๓.๔ คู่มือการเรียนรู้ ชุดที่ ๑ (คูภาคผนวก ๔)

เน้นให้นักเรียนสรุปการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรมของตนเอง

### ๓.๕ แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเองของนักเรียน (คูภาคผนวก ๕)

เน้นให้นักเรียนนำการเรียนรู้จากกิจกรรม ๑-๖ ของแต่ละชุดมาใช้เป็นข้อมูล ร่วมกับการประเมินทักษะกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองมาใช้เป็นเป้าหมายในการพัฒนาแผนการพัฒนาตนเองในแต่ละปีจนจบช่วงชั้น ปวช.

### ๓.๖ แบบบันทึกหลังสอน (คูภาคผนวก ๖)

ประกอบด้วยแบบบันทึกหลังสอนกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา และแบบบันทึกข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน แนวทางป้องกันดูแล และผลลัพท์

### ๓.๗ วิธีการใช้คู่มือการเรียนรู้ของนักเรียน

- ๑) หลังการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทุกครั้ง ขอให้ครูกระตุ้นให้นักเรียนตอบคำถามในคู่มือของแต่ละกิจกรรมก่อนจบการเรียนการสอน (หมดคาบ)
- ๒) ทำกิจกรรมที่ ๓ ครูควรเก็บคู่มือนักเรียนมาทำการประเมินผลลัพท์การเรียนรู้ครั้งที่ ๑ โดยครูอ่านคำตอบของนักเรียนทำกิจกรรมที่ ๑, ๒ และ ๓ ประมวลผลในภาพรวม และประเด็นที่จะสะท้อนให้นักเรียนได้รับทราบ พร้อมลงนามทั้งครูและนักเรียน ครูควรกระตุ้นให้นักเรียนทำแผนพัฒนาตนเองโดยมีจุดเน้น ดังนี้

- ปวช. ๑ เน้นการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง และการสร้างคุณค่าภายในคน
- ปวช. ๒ เน้นการพัฒนาทักษะและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ โดยใช้ข้อมูลของการประเมิน หรือทบทวนตนเองมาเป็นข้อมูลพื้นฐาน
- ปวช. ๓ เน้นการพัฒนาทักษะและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ
- ๓) ทำกิจกรรมที่ ๖ ครูควรพบกับนักเรียน เพื่อทบทวนพัฒนาการของนักเรียนว่า
- ก) มีผลลัพธ์การเรียนรู้ตามคู่มือการเรียนรู้ และแบบทดสอบนักเรียนก่อนและหลังเรียนอย่างไร
  - ข) ผลลัพธ์การเรียนรู้ในประเด็นพฤติกรรมเสี่ยงเป็นอย่างไร
- ๔) เมื่อสิ้นสุดการสอนทุกครั้ง ครูควรสรุปข้อมูลที่จะสะท้อนการเปลี่ยนแปลงของนักเรียนเพื่อส่งต่อให้ปีต่อไป





## ภาคผนวก

๑. ประมวลรายวิชา (Course Syllabus) หน่วยการเรียนรู้ที่ ๑
๒. แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน
๓. แบบทดสอบก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม
๔. คู่มือการเรียนรู้ ชุดที่ ๑
๕. แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเองของนักเรียน
๖. แบบบันทึกหลังสอน
  - แบบบันทึกหลังสอน
  - แบบบันทึกข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน แนวทางป้องกันดูแล และผลลัพธ์

# ภาคผนวก

ชุดกิจกรรมและสื่อการเรียนรู้  
เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต  
สำหรับเยาวชนอาชีวศึกษา  
ชุดที่ ๑ “คุณค่าภายใน”





๑๓. หน่วยการเรียนรู้และสาระการเรียนรู้

| หน่วยการเรียนรู้ | สาระการเรียนรู้  | จำนวนคาบ |
|------------------|--|----------|
| ๑. คุณค่าภายใน   | <p>๑. สวย หล่อ ใครตัดสิน</p> <p>แต่ทุกคนสามารถพัฒนาความมั่นใจในรูปร่างหน้าตาของตัวเอง ด้วยการมองเห็นแง่มุมที่เป็นความสวยหรือความหล่อในแบบของตนเอง และเข้าใจว่ามาตรฐานความสวยและความหล่อเป็นเพียงสิ่งที่สังคมสร้างขึ้น ซึ่งแตกต่างกันไปตามยุคสมัย และบริบทของแต่ละสังคมวัฒนธรรม</p>   | ๑        |
|                  | <p>๒. ความแมนอยู่ที่ไหน</p> <p>คุณลักษณะที่ดีที่เชื่อมโยงกับ "ความเป็นชาย" หรือ "ความแมน" นั้น เป็นสิ่งที่สังคมสร้างขึ้น ไม่ได้เป็นภาพตายตัวที่บางคนมีหรือบางคนไม่มี แต่เราทุกคนไม่ว่าจะเป็นเพศใด ก็สามารถเลือกรับความหมาย หรือสร้างความหมายใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อตัวเองและคนรอบข้างได้จากคุณลักษณะที่ดีที่แทนด้วยคำว่า "ความแมน" ดังนั้น เราจึง "แมน" ในแบบของเราได้ทุกคน</p>   | ๑        |
|                  | <p>๓. ฉันทันเป็นใคร</p> <p>เราแต่ละคนเป็นสมาชิกของกลุ่มทางสังคมมากกว่าหนึ่งกลุ่ม ซึ่งล้วนมีอิทธิพลต่อความรู้สึกที่เรามีต่อตนเอง ขณะที่สังคมมีการให้คุณค่าในทางบวก หรือมีอคติในทางลบ กับกลุ่มทางสังคมต่างๆ ซึ่งส่งผลกระทบต่อ การเหมารวมว่า คนในสมาชิกกลุ่มนั้นๆ เป็นแบบเดียวกันหมด ทั้งที่แต่ละคนมีแง่มุมที่แตกต่างกัน เราจึงต้องเท่าทันอคติและการให้คุณค่า ทั้งของตัวเองและสังคมว่า เรามีอคติหรือเหมารวมกลุ่มต่างๆ ในสังคม ทั้งที่เราสังกัดและไม่สังกัดในมุมบวกและมุมลบอย่างไร</p> | ๑        |



| หน่วยการเรียนรู้ | สาระการเรียนรู้   | จำนวนคาบ |
|------------------|---|----------|
|                  | <p><b>๔. ตัวตนทางเพศ</b></p> <p>อัตลักษณ์และตัวตนทางเพศมีมากกว่าหญิงและชาย หากแต่กรอบความคิดทางสังคม กำหนดว่าคนที่เป็นเพศชาย เพศหญิงควรมีลักษณะอย่างไร นำไปสู่ความคาดหวังที่เหมาะสมและมีอคติต่อบุคคลที่ไม่เป็นไปตามแบบที่สังคมคาดหวัง นอกจากนี้ยังจำกัดความเป็นเพศเพียงหญิงชาย โดยไม่คำนึงถึงตัวตน อัตลักษณ์ และรสนิยมทางเพศของบุคคลที่มีความแตกต่าง หลากหลาย</p> <p>การทำทันอคติทางเพศของตนเอง เปิดใจเรียนรู้ความหลากหลายทางเพศจะช่วยให้เกิดการอยู่ร่วมกันโดยเคารพในความแตกต่างอย่างเข้าใจ</p> | ๑        |
|                  | <p><b>๕. ความเก่งไม่ได้มีแบบเดียว</b></p> <p>สติปัญญาและความสามารถของมนุษย์มีหลากหลาย ในขณะที่สังคมให้คุณค่าหรือยกย่องเพียงบางด้าน อาทิ คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ทั้งที่ยังมีความสามารถด้านอื่นๆ อีก เช่น การเต้น การประดิษฐ์ การช่าง ศิลปะ ดนตรี ซึ่งล้วนมีคุณค่า และสามารถสร้างสรรค์ประโยชน์ต่อผู้อื่น และรังสรรค์สังคมเช่นกัน</p> <p>ทุกคนล้วนมีสติปัญญาและความสามารถในแบบที่แตกต่างกัน สติปัญญาและความสามารถเป็นสิ่งที่พัฒนาได้เสมอ เพียงค้นหาให้พบและมั่นใจในความสามารถที่ตนเองมี</p>        | ๑        |
|                  | <p><b>๖. คู่มือ The Perks of Being a Wallflower (วัยป่วนหัวใจปึก)</b></p> <p>การค้นหาตัวตน การเผชิญเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในชีวิต และการก้าวผ่านความสับสน สู่การเติบโตเป็นผู้ใหญ่</p>  | ๓        |

๑๔. กระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ โดย

- ๑) มีกิจกรรม/สถานการณ์จำลองให้ผู้เรียนได้ลงมือทำ
- ๒) ให้ผู้เรียนได้สะท้อนสิ่งที่ได้จากการลงมือทำกิจกรรม
- ๓) แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนในกลุ่ม/ห้อง เพื่อวิเคราะห์ด้วยเหตุผล และสังเคราะห์สิ่งที่ได้เรียนรู้
- ๔) ให้ผู้เรียนได้ลงนำสิ่งที่เรียนรู้ประยุกต์ใช้ / ต่อยอดจากการเรียนรู้เดิม

๑๕. การวัดและประเมินผล

ประเมินผลจาก Classroom Assessment ตามแบบประเมินผลรายคาบ (คู่มือการเรียนรู้ "กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา") และไม่มีผลได้/ตก หรือ ผ่าน/ไม่ผ่าน หากแต่เป็นการประเมินเพื่อให้ผู้เรียนทราบว่าต้องพัฒนาตนเองในด้านใดเพิ่มขึ้น

๑๖. แหล่งการเรียนรู้

- ๑) จากการฟังคำบรรยาย
- ๒) ค้นคว้าเพิ่มเติมจากหนังสือ คู่มือ และเว็บไซต์ต่างๆ



## แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ภาคการศึกษาที่...../.....

รหัสประจำตัว .....

ระดับชั้น  ปวช. ๑  ปวช. ๒  ปวช. ๓

วิทยาลัย.....

จังหวัด.....

(ติครูปนักเรียน)

ขอให้นักเรียนกรอกข้อมูลและความคิดเห็นในแบบบันทึกนี้ ครูผู้สอนจะเก็บแบบบันทึกนี้ไว้เพื่อรู้จักนักเรียนมากขึ้น และเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ของนักเรียนระหว่างการทำกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิต

### ๑. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

๑.๑ ประวัติส่วนตัว

ชื่อ  นาย  นางสาว .....นามสกุล .....

สาขาวิชา.....

เลือกเรียนสาขานี้เพราะ.....

ภูมิลำเนาเดิม จังหวัด.....

ที่อยู่ปัจจุบัน .....

จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

เพศ  ชาย  หญิง  อื่นๆ ระบุ.....  
วันเดือนปีเกิด.....ที่อยู่อีเมล.....@.....  
โทรศัพท์บ้าน/ที่פק.....โทรศัพท์ส่วนตัว.....  
เฟซบุ๊ก.....ไลน์.....

### ๑.๒ ภูมิหลังครอบครัว

- ชื่อบิดา .....นามสกุล.....  
อาชีพ .....โทรศัพท์.....  
สถานที่ทำงาน .....หน้าที่/ตำแหน่ง.....
- ชื่อมารดา .....นามสกุล.....  
อาชีพ .....โทรศัพท์.....  
สถานที่ทำงาน .....หน้าที่/ตำแหน่ง.....
- มีพี่น้อง (รวมนักเรียนด้วย)..... คน นักเรียนเป็นบุตรคนที่.....
- สถานภาพทางครอบครัว
  - บิดา-มารดาอยู่ด้วยกัน
  - บิดา-มารดา แยกกัน ตอนนี้นักเรียนอยู่กับ
    - อยู่กับบิดา  อยู่กับมารดา  อยู่กับ.....
    - บิดาเสียชีวิต  มารดาเสียชีวิต
- ผู้ที่ดูแลนักเรียน ชื่อ-นามสกุล.....  
ความสัมพันธ์กับนักเรียน คือ.....โทรศัพท์ผู้ดูแล.....



๑.๓ บุคลิกภาพ

๑) ความสูง ..... ซม. น้ำหนัก ..... กก.

โดยรวมจัดว่าเป็นคน  อ้วน  ผอม  ไม่อ้วน-ไม่ผอม

๒) กิริยาท่าทาง  สุภาพเรียบร้อย  ช่างพูด ช่างคุย  อื่นๆ.....

๓) น้ำเสียง  เสียงดัง  เสียงค่อย

๔) การพูด  พูดเร็ว  พูดช้า

๕) บุคลิกภาพหรือลักษณะของร่างกายที่นักเรียนภูมิใจ คือ .....

๑.๔ เพื่อน : ชื่อเพื่อนสนิทในสถานศึกษา

๑) .....ห้อง .....

ชอบเพื่อน คนนี้ เพราะ.....

๒) .....ห้อง .....

ชอบเพื่อน คนนี้ เพราะ.....

๑.๕ ลักษณะนิสัยส่วนตัว (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

ใจเย็น  ใจร้อน  โกรธง่าย

สุภาพ  ชอบอยู่เงียบๆ  ชอบอยู่กับเพื่อน

อื่นๆ (ระบุ) .....

๑.๖ นักเรียนเคยถูกเพื่อนล้อ เรื่อง.....

ความรู้สึกเมื่อถูกล้อ  เฉยๆ  อื่นๆ .....

โกรธ ระบายอาการโกรธโดย.....

๑.๗ ที่ผ่านมาเรื่องที่ทำให้นักเรียนเครียดมากที่สุด คือ .....  
นักเรียนกำจัดความเครียดโดย.....

๑.๘ สุขภาพ

- แข็งแรง  มีโรคประจำตัว คือ.....
- เคยเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาล
- เคยเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลด้วยโรค.....

๑.๙ ความสามารถพิเศษ.....  
สิ่งที่ทำได้คือ.....  
งานอดิเรก.....

๑.๑๐ เรื่องที่นักเรียนสนใจเป็นพิเศษ

- ไม่มี  มี คือ .....

๑.๑๑ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

| ระดับชั้น  | เทอมต้น | เทอมปลาย |
|--|---------|----------|
| ๑) ชั้น ม.๓ (สำหรับ นร.ชั้น ปวช.๑ เท่านั้น) GPA ทั้งปี = |         |          |
| ๒) ชั้น ปวช.๑  | GPA =   | GPA =    |
| ๓) ชั้น ปวช.๒  | GPA =   | GPA =    |
| ๔) ชั้น ปวช.๓  | GPA =   | GPA =    |



## ๒. กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา

๒.๑ นักเรียนคิดว่าเป็นวิชาที่เรียนเกี่ยวกับ .....

.....

๒.๒ นักเรียนคิดว่าจะได้ประโยชน์อะไรจากการเรียนและทำกิจกรรมนี้ .....

.....

.....

.....

.....

๒.๓ นักเรียนอยากเรียนเกี่ยวกับอะไรในวิชานี้

๑) .....

๒) .....

๓) .....

## ๓. ลักษณะครูที่นักเรียนชอบ

.....

.....

.....

## ๔. คุณาระบุ “วิธีเรียน” ที่นักเรียนชอบ

.....

.....

### ๕. กรุณาระบุ “วิธีสอน” ที่นักเรียนชอบ

.....

.....

.....

### ๖. อาชีพที่นักเรียนใฝ่ฝันอยากทำ

.....

เหตุผลที่อยากประกอบอาชีพนี้

.....

.....

.....

### ๗. สิ่งที่นักเรียนอยากบอกครู

.....

.....

.....

.....

.....



## คำชี้แจงสำหรับครูผู้สอน

แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของนักเรียนนี้เป็นเครื่องมือที่ช่วยรวบรวมข้อมูลพื้นฐานในด้านต่างๆ ของผู้เรียนเพื่อให้ครูได้รู้จักผู้เรียนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความรู้สึกนึกคิด พฤติกรรมการ แสดงออก พฤติกรรมการเรียน และความสามารถด้านวิชาการที่สะท้อนให้เห็นในภาพผลสัมฤทธิ์ การเรียนรู้ ซึ่งจะช่วยให้ครูสามารถนำไปใช้ในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้เรียน และใช้ในการ วางแผนการสอน หรือแผนการจัดการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับลักษณะของผู้เรียนได้ทั้งรายบุคคล และรายห้อง รูปแบบและวิธีการนำไปใช้อาจทำได้แตกต่างกันไปตามบริบทของโรงเรียน นักเรียน และครู ในที่นี้จะขอยกตัวอย่างแนวทางการนำข้อมูลดังกล่าวไปใช้พอสังเขป ดังนี้

### ๑. ข้อมูลเกี่ยวกับเหตุผลในการเลือกเรียนสาขาต่างๆ ของผู้เรียน

ผู้เรียนอาจมีเหตุผลในการเลือกเรียนสาขานั้นๆ แตกต่างกันไป เช่น เพื่อสืบทอดอาชีพของ ผู้ปกครอง เลือกตามเพื่อน หรือยังไม่รู้ ฯลฯ เหตุผลต่างๆ เหล่านี้เป็นข้อมูลที่สะท้อน ประสบการณ์ อธิติพลของประสบการณ์ที่ต่างกัน ผู้เรียนที่มีเป้าหมายในการเรียนชัดเจน อาจ มีแนวโน้มรับผิดชอบต่อการเรียนสูง ส่วนผู้เรียนที่ยังไม่มีเป้าหมายในการเลือกเรียนชัดเจน อาจยังไม่มี ความรับผิดชอบหรือตั้งใจเรียนมากเท่าที่ควร ข้อมูลดังกล่าวจะช่วยให้ครูใช้ปรับ พฤติกรรมการเรียนของผู้เรียน และวางแผนการสอนชุดที่ ๕ เรื่องโลกของงานได้

### ๒. ข้อมูลเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพของมนุษย์ เช่น ความสูง กิริยาท่าทาง น้ำเสียง การพูด และลักษณะของร่างกาย ถือเป็นปัจจัยพื้นฐานในการสร้างความมั่นใจให้เราสร้างความน่าเชื่อถือให้ผู้พบเห็น การรู้จัก คุณแลบุคลิกภาพ ความมั่นใจในบุคลิกภาพที่ดีเป็นเรื่องที่มีคุณค่าต่อตัวเราเอง ซึ่งบุคลิกภาพส่วน หนึ่งเป็นสิ่งที่คิดตัวมา ในขณะที่อีกส่วนหนึ่งเราสร้างได้

การสอนให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าในบุคลิกภาพจึงเป็นการช่วยสร้างความมั่นใจ ความน่าเชื่อถือ ข้อมูลดังกล่าวจึงช่วยให้ครูใช้ในการปรับทัศนคติต่อตนเอง และการวางแผนการสอนชุดที่ ๑ เรื่องคุณค่าภายในได้

### ๑. ข้อมูลเกี่ยวกับเพื่อนสนิทในสถานศึกษา

เหตุผลในการเลือกคบเพื่อนจนเกิดความสนิทสนมจัดเป็นทักษะการสร้างความสัมพันธ์ และการยอมรับความเหมือนหรือความต่างจากผู้อื่น ข้อมูลดังกล่าวจึงช่วยให้ครูใช้ในการปรับทัศนคติของผู้เรียนต่อเพื่อน และใช้การวางแผนการสอนชุดที่ ๒ เรื่องอยู่ด้วยกันได้

### ๒. ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมเวลาโกรธ

พฤติกรรมที่มนุษย์แสดงออกอย่างเหมาะสมเวลาโกรธจัด นับเป็นทักษะด้านการจัดการอารมณ์ที่จะส่งผลกระทบต่อตนเอง และผู้ที่เกี่ยวข้องน้อยที่สุดเท่าที่จะกระทำได้ โดยทักษะนี้สามารถควบคุมได้ถ้าคนเรารู้จักคิดอย่างมีวิจารณญาณ ดังนั้น ครูจึงสามารถใช้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมเวลาโกรธในแบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของผู้เรียนมาใช้วางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ชุดที่ ๓ เรื่อง วิจารณ์งานได้

### ๓. ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการกำจัดความเครียดของนักเรียน

ชีวิตมีทั้งเรื่องสุขและทุกข์ ทั้งสุขและทุกข์ถือเป็นแบบฝึกหัดของชีวิตทั้งสิ้น ความทุกข์อาจเกิดจากหลายสาเหตุ สาเหตุหนึ่งคือ ความเครียด ความเครียดที่เกิดจากอุปสรรคต่างๆ การกำจัดความเครียดเป็นจุดเริ่มต้นของการนำไปสู่การแก้ปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตได้ ครูสามารถใช้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการกำจัดความเครียดของนักเรียนในแต่ละห้องเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ชุดที่ ๖ เรื่องเส้นทางชีวิต ให้เหมาะสมกับผู้เรียนที่มีลักษณะที่แตกต่างกันได้

อย่างไรก็ตามครูสามารถนำข้อมูลพื้นฐานนักเรียนมาใช้ได้ในภาพรวมของผู้เรียนทั้งห้อง โดยการจัดข้อมูลเป็นตารางในประเด็นต่างๆ และการใช้ข้อมูลของผู้เรียนแต่ละคนในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของผู้เรียนได้

นอกเหนือจากข้อมูลนักเรียนที่ครูจะสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แล้ว ข้อมูลที่เด็กแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับครูผู้สอนและกิจกรรมของวิชาก็น่าจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาแผนการสอน และพัฒนาความเป็นครูของผู้สอน เพื่อให้เป็นไปตามยุคสมัยของนักเรียนและทักษะการเรียนรู้ในยุคปัจจุบันของสังคมได้อีกด้วย



## แบบทดสอบก่อนและหลัง การร่วมกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา

วิทยาลัย.....จังหวัด.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

รหัสประจำตัว.....ระดับชั้น  ปวช. ๑  ปวช. ๒  ปวช.๓

**คำชี้แจง** แบบประเมินก่อน-หลัง การจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษานี้ ต้องการสะท้อนความชัดเจนของผลลัพธ์การพัฒนานักเรียนในเรื่องการรับรู้คุณค่าตนเอง การปรับตัว การตัดสินใจ และการวางแผนชีวิต ดังนั้น จึงขอความร่วมมือจากนักเรียนในการตอบคำถามทุกข้อตามความรู้สึกริจริง ๆ ของนักเรียน ทั้งนี้ คำตอบใดในแบบประเมินชุดนี้ ไม่มีผลต่อการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียน แบบประเมินมีทั้งหมด ๖ หมวด

### หมวดที่ ๑ ความรู้

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนวงกลมรอบข้อที่นักเรียนคิดว่าถูกต้อง

๑. ความเก่งของคนเรามีที่คำนวณ

ก. ๑ คำน

ข. ๔ คำน

ค. ๖ คำน

ง. ๘ คำน

๒. ข้อใดคือความสวยงามหรือความหล่อ (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

ก. การมีอวัยวะครบถ้วน

ข. การที่เพื่อนบอก

ค. ส่วนของร่างกายที่เราชอบมากที่สุด

ง. ความงามภายในจิตใจของเรา



๘. ข้อใดส่งผลให้เกิดการกีดกันที่ตี

- ก. สัญชาตญาณของมนุษย์
- ข. ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในอดีต
- ค. การไว้เนื้อเชื่อใจผู้ใหญ่
- ง. ข้อมูลจากตนเองหรือคนรอบข้างที่มีการวิเคราะห์ถ้อยคพบเรียนแล้ว

๑๐. ข้อใดเป็นการแสดงการเคารพตนเอง (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

- ก. การรู้จักและเฝ้าระวังจิตใจ ร่างกายของตนเอง
- ข. การเชื่อฟังรุ่นพี่ หรือทำตามเพื่อนเพื่อให้เป็นที่รัก
- ค. การทำตามกระแสสังคม ทั้งทางร่างกาย การแสดงบุคลิกท่าทาง การพูด การแต่งตัว แม้ตัวเองอาจไม่ชอบทั้งหมด
- ง. การพูดแสดงหลักการของตนเองให้ผู้อื่นทราบอย่างสุภาพ

๑๑. ใครควรเป็นผู้กำหนดความเป็นชายเป็นหญิงของตัวเรา

- ก. พ่อแม่
- ข. เพื่อนในโรงเรียน
- ค. หมอผ่าตัดหรือหมอคำแย
- ง. การตัดสินใจของเราเอง

๑๒. ข้อใดเป็นสิ่งที่มิอิทธิพลต่อความเป็นหญิง ความเป็นชายของเรามากที่สุด

- ก. สื่อ
- ข. เพื่อน
- ค. พ่อแม่ ครอบครัว
- ง. กฎหมาย

๑๓. ข้อใดต่อไปนี้ เป็นสิ่งที่สังคมไทยกำหนดให้หญิงหรือชายแสดงออกแตกต่างกัน (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

- ก. การแต่งตัว
- ข. ภาษา
- ค. คำนำหน้า
- ง. ตำแหน่ง บทบาททางสังคม



๒๐. การจัดการปัญหาในที่ทำงานจะสำเร็จได้ถ้าเริ่มต้นที่ข้อใด

- ก. บอกให้ชัดว่าปัญหาคืออะไร
- ข. แสวงหาทางเลือกในการแก้ปัญหา
- ค. ประเมินข้อดี ข้อเสียของทางเลือกแต่ละข้อ
- ง. ติดตามผลและทบทวนว่าวิธีเลือกได้ผลลัพธ์อย่างไร

### หมวดที่ ๒ ทักษะคิดและค่านิยม

**คำชี้แจง** นักเรียนเห็นด้วยกับประโยคต่อไปนี้ในระดับใด ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับความเห็นของนักเรียนมากที่สุด

| ที่ | ข้อความ  | ไม่เห็น<br>ด้วยเลย | ไม่ค่อย<br>เห็นด้วย | เห็น<br>ด้วย | เห็นด้วย<br>มาก |
|-----|--|--------------------|---------------------|--------------|-----------------|
| ๑   | การแสดงออกทางเพศที่แตกต่างกันเป็นเรื่องปกติในสังคม               |                    |                     |              |                 |
| ๒   | การแสดงออกทางเพศที่เหมาะสมคือการยอมรับการแสดงออกทางเพศของผู้อื่น |                    |                     |              |                 |
| ๓   | การเคารพสิทธิการแสดงออกทางเพศเป็นเรื่องสำคัญที่บุคคลพึงมี        |                    |                     |              |                 |
| ๔   | พหุปัญญาหรือความสามารถด้านต่างๆสามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ในทุกคน  |                    |                     |              |                 |
| ๕   | คนทุกคนมีความสามารถรวมทั้งตัวนักเรียนเองด้วย                     |                    |                     |              |                 |
| ๖   | การค้นหาคำความสามารถของตนเองเป็นสิ่งที่ดีควรทำ                   |                    |                     |              |                 |

| ที่ | ข้อความ  | ไม่เห็น<br>ด้วยเลย | ไม่ค่อย<br>เห็นด้วย | เห็น<br>ด้วย | เห็นด้วย<br>มาก |
|-----|--|--------------------|---------------------|--------------|-----------------|
| ๗   | คุณค่าของคนอยู่ที่การเข้าใจ ยอมรับผู้อื่น<br>ที่แตกต่างจากท่าน |                    |                     |              |                 |
| ๘   | สื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อการแสดงออกทาง<br>เพศของบุคคลมากที่สุด     |                    |                     |              |                 |
| ๙   | การมีความแตกต่างของความสามารถ<br>ทำให้มีอาชีพที่แตกต่างกัน     |                    |                     |              |                 |
| ๑๐  | การมีความแตกต่างของความสามารถ<br>ทำให้สังคมมีการพัฒนา          |                    |                     |              |                 |
| ๑๑  | ความแตกต่างของบุคคลเป็นสิ่งจำเป็น<br>ของสังคม                  |                    |                     |              |                 |
| ๑๒  | การตัดสินใจอื่นตามเกณฑ์ของกลุ่มทำให้<br>เกิดผลดีต่อสังคมโดยรวม |                    |                     |              |                 |
| ๑๓  | การขัดแย้ง ทะเลาะวิวาทเป็นเรื่องปกติ<br>ของคนในสังคมหรือสถาบัน |                    |                     |              |                 |
| ๑๔  | การทำตามคำสั่งของรุ่นพี่เป็นเรื่องจำเป็น<br>และต้องทำ          |                    |                     |              |                 |
| ๑๕  | การแสดงออกทางเพศที่ต่างไปจากข้อ<br>กำหนดของสังคมเป็นเรื่องผิด  |                    |                     |              |                 |
| ๑๖  | การใช้ข้อมูลประกอบการตัดสินใจทำให้<br>เกิดผลดีมากกว่าผลเสีย    |                    |                     |              |                 |



| ที่ | ข้อความ  | ไม่เห็น<br>ด้วยเลย | ไม่ค่อย<br>เห็นด้วย | เห็น<br>ด้วย | เห็นด้วย<br>มาก |
|-----|--|--------------------|---------------------|--------------|-----------------|
| ๑๗  | การทำตามเพื่อนบอกเป็นสิ่งที่สมควรทำ                            |                    |                     |              |                 |
| ๑๘  | การมีเพื่อนมากๆ ทำให้มีอนาคตที่ดี จึง<br>ต้องทำให้เพื่อนยอมรับ |                    |                     |              |                 |
| ๑๙  | การประสบความสำเร็จในชีวิตมาจากการ<br>วางแผนที่ดีด้วยตนเอง      |                    |                     |              |                 |
| ๒๐  | การประสบความสำเร็จในชีวิตมาจากการ<br>รู้จักและยอมรับตนเอง      |                    |                     |              |                 |

### หมวดที่ ๓ แบบประเมินสังคมมิติ

**คำชี้แจง** นักเรียนมีเพื่อนที่นึกถึงเสมอ เมื่อนักเรียนมีปัญหาด้านต่างๆ ต่อไปนี้ หากไม่มี ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หรือหากมีเพื่อน โปรดระบุชื่อเพื่อน และเลือกเหตุผลที่ทำให้นึกถึงเขา โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  ที่ตรงกับความพิเศษของเพื่อนคนนั้น

| ที่ | เรื่อง   | ไม่มี                    | มี เพื่อนที่<br>นึกถึงชื่อ<br>ระบุ..... | เพราะเขามีความพิเศษในเรื่อง<br>(เลือกได้มากกว่า ๑ ข้อ) |                       |                            |   |
|-----|----------|--------------------------|---|--|-----------------------|----------------------------|---|
|     |          |                          |   | ความ<br>สามารถ   | ภาพ<br>ลักษณ์         | ความสัมพันธ์<br>กับผู้อื่น | ความพิเศษอื่นๆ<br>ที่เพื่อนคนนี้มี<br>ระบุ..... |
| ๑.  | การเรียน | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๒.  | การเงิน  | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |

| ที่ | เรื่อง                  | ไม่มี                    | มี เพื่อนที่<br>นึกถึงชื่อ<br>ระบุ..... | เพราะเขามีความพิเศษในเรื่อง<br>(เลือกได้มากกว่า ๑ ข้อ) |                       |                            |   |
|-----|-------------------------|--------------------------|---|--|-----------------------|----------------------------|---|
|     |                         |                          |   | ความ<br>สามารถ   | ภาพ<br>ลักษณ์         | ความสัมพันธ์<br>กับผู้อื่น | ความพิเศษอื่นๆ<br>ที่เพื่อนคนนี้มี<br>ระบุ..... |
| ๓.  | ครอบครัว                | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๔.  | กฎหมาย                  | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๕.  | สุขภาพ                  | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๖.  | ภาพลักษณ์               | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๗.  | คนรัก                   | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๘.  | พฤติกรรม<br>การตัดสินใจ | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๙.  | พฤติกรรม<br>ทางเพศ      | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๑๐. | พฤติกรรม<br>ด้านอารมณ์  | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๑๑. | พฤติกรรม<br>การแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |
| ๑๒. | อื่นๆ ระบุ....          | <input type="checkbox"/> |   | <input type="radio"/>                                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      |   |



## หมวดที่ ๔ พฤติกรรมการเรียนรู้และทักษะชีวิต

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบหรือระดับทักษะของการเรียนรู้ การสื่อสาร การแก้ปัญหา การสร้างสัมพันธ์ และการปรับตัวของนักเรียนมากที่สุด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับลักษณะหรือระดับทักษะของนักเรียน

๑. นักเรียนคิดว่า ตนเองเรียนรู้ได้ดีที่สุดด้วยวิธีใด

- การอ่าน                       การฟัง                       การคุยแลกเปลี่ยน  
 การดูภาพ                       การลงมือทำด้วยตนเอง

๒. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ความสามารถสื่อสาร" เรื่องต่อไปนี้กับเพื่อนได้ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่สื่อสารกับเพื่อน  | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                            | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | การเรียนรู้                |                      |    |       |              |
| ๒   | ปัญหาตัวคนภาพลักษณ์ส่วนตัว |                      |    |       |              |
| ๓   | ปัญหาการเข้ากับเพื่อน      |                      |    |       |              |
| ๔   | ปัญหาครอบครัว              |                      |    |       |              |

๓. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการเจรจาต่อรอง" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่สื่อสารกับเพื่อน        | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                                  | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับเพื่อน     |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับพ่อแม่     |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับแฟน        |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับคนแปลกหน้า |                      |    |       |              |

๔. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการแก้ปัญหา" เรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน      | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|-----------------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                                   | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการแก้ปัญหา "การเรียน "      |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการแก้ปัญหา " ชีวิตส่วนตัว " |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการแก้ปัญหา " เพื่อน "       |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการแก้ปัญหา " ความรัก/แฟน "  |                      |    |       |              |
| ๕   | ทักษะการแก้ปัญหา " ครู "          |                      |    |       |              |

๕. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการสร้างความสัมพันธ์" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน             | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|--|----------------------|----|-------|--------------|
|     |  | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับ " เพื่อน "  |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการสร้างสัมพันธ์กับ " รุ่นพี่ "     |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการสร้างสัมพันธ์กับ " รุ่นน้อง "    |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการสร้างสัมพันธ์กับ " ครู/ผู้ใหญ่ " |                      |    |       |              |



๖. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการปรับตัวหรือทำใจ" ในบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน             | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|--|----------------------|----|-------|--------------|
|     |  | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "เพื่อน"      |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "รุ่นพี่"     |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "รุ่นน้อง"    |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "ครู/ผู้ใหญ่" |                      |    |       |              |

๗. นักเรียนคิดว่าตนเองมีทักษะในเรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|------------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                              | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการนำเสนอตัวเอง         |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการตัดสินใจ             |                      |    |       |              |

## หมวดที่ ๕ ประสบการณ์ในภาพรวมชีวิตที่ผ่านมาของนักเรียน

**คำชี้แจง ๕.๑** ให้นักเรียนประเมินตนเองในเรื่องต่อไปนี้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับที่ทำได้ในช่องที่ตรงกับลักษณะหรือระดับทักษะของนักเรียน

| ที่ | เรื่อง                           | ระดับที่ทำได้ |         |         |              |
|-----|----------------------------------|---------------|---------|---------|--------------|
|     |                                  | ทำได้ดีมาก    | ทำได้ดี | พอทำได้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | การรู้จักตนเอง                   |               |         |         |              |
| ๒   | การปรับปรุงตนเอง                 |               |         |         |              |
| ๓   | การสร้างความสัมพันธ์กับคนอื่น    |               |         |         |              |
| ๔   | การแสวงหาข้อมูล                  |               |         |         |              |
| ๕   | การแสวงหาเพื่อนหรือกลุ่ม         |               |         |         |              |
| ๖   | การรักษาความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง |               |         |         |              |
| ๗   | การสร้างภาพลักษณ์                |               |         |         |              |
| ๘   | การจูงใจผู้อื่นให้ทำตาม          |               |         |         |              |
| ๙   | การวิเคราะห์ ประเมินสถานการณ์    |               |         |         |              |
| ๑๐  | การหลบปัญหา                      |               |         |         |              |
| ๑๑  | การเอาตัวรอด                     |               |         |         |              |
| ๑๒  | การป้องกันปัญหา                  |               |         |         |              |
| ๑๓  | การโต้ตอบแบบตาต่อตา ฟันต่อฟัน    |               |         |         |              |
| ๑๔  | การทำให้สถานการณ์ต่างๆ ดีขึ้น    |               |         |         |              |
| ๑๕  | การทำให้เกิดความสงบสุข           |               |         |         |              |



| ที่ | เรื่อง                                  | ระดับที่ทำได้ |         |         |              |
|-----|---|---------------|---------|---------|--------------|
|     |   | ทำได้ดีมาก    | ทำได้ดี | พอทำได้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑๖  | การทำให้เกิดความเข้าใจผิด               |               |         |         |              |
| ๑๗  | การทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท              |               |         |         |              |
| ๑๘  | การทำให้เกิดความยุติธรรม                |               |         |         |              |
| ๑๙  | การทำให้เกิดความเสมอภาคเท่าเทียม        |               |         |         |              |
| ๒๐  | การทำให้เกิดคิกากังวลหรือข้อตกลงในกลุ่ม |               |         |         |              |

**คำชี้แจง ๕.๒** ให้นักเรียนระบุประสบการณ์ตนเองในเรื่องต่อไปนี้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น กรุณาให้ข้อมูลตามความเป็นจริงมากที่สุด

| ที่ | ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น                | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|-----|--------------------------------------|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|     |                                      | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๑   | การถูกเพื่อนล้อเลียน                 |                            |           |          |               |
| ๒   | การทะเลาะกับเพื่อน                   |                            |           |          |               |
| ๓   | การถูกเพื่อนดูถูกหรือทำให้อับอาย     |                            |           |          |               |
| ๔   | การถูกเพื่อนหรือคนรู้จักทำร้าย       |                            |           |          |               |
| ๕   | การถูกตำรวจจับ                       |                            |           |          |               |
| ๖   | การถูกคาดโทษจากผู้ใหญ่หรือครูอาจารย์ |                            |           |          |               |
| ๗   | การถูกรุมทำร้ายโดยรุ่นพี่ รุ่นน้อง   |                            |           |          |               |

| ที่ | ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น                          | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|-----|--|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|     |  | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๘   | การชกต่อย ตบตีกับเพื่อน                        |                            |           |          |               |
| ๙   | การได้รับยกย่องชมเชยจากโรงเรียน                |                            |           |          |               |
| ๑๐  | การได้รับยกย่องชมเชยจากญาติพี่น้อง             |                            |           |          |               |
| ๑๑  | การได้รับยกย่องชมเชยจากเพื่อน                  |                            |           |          |               |
| ๑๒  | การได้รับรางวัลจากโรงเรียนหรือสังคมชุมชน       |                            |           |          |               |
| ๑๓  | การรู้สึกเบื่อ น้อยใจในตนเอง                   |                            |           |          |               |
| ๑๔  | การรู้สึกว่าตนเองมีปัญหาในการอยู่ร่วมกับเพื่อน |                            |           |          |               |
| ๑๕  | การรู้สึกว่าตนเองไม่มีอนาคต                    |                            |           |          |               |
| ๑๖  | การรู้สึกอยากหนีไปจากคนรอบข้าง                 |                            |           |          |               |
| ๑๗  | การรู้สึกเป็นส่วนเกินของคนรอบข้าง              |                            |           |          |               |
| ๑๘  | การรู้สึกว่าตนเองดึกว่าคนรอบข้าง               |                            |           |          |               |
| ๑๙  | การรู้สึกถูกเอาเปรียบ หลอกใช้                  |                            |           |          |               |
| ๒๐  | การรู้สึกอยากได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง       |                            |           |          |               |



## หมวดที่ ๖ การรับรู้และพัฒนาตนเอง

**คำชี้แจง ๖.๑** ให้นักเรียนระบุความต้องการของตนเองในการพัฒนาทักษะต่อไปนี้ โดยใช้หมายเลข ๑-๕ หน้าหัวข้อ โดยเรียงลำดับจาก ๑ คือทักษะที่ต้องการพัฒนามากที่สุด จนถึง ๕ คือทักษะที่ต้องการพัฒนาน้อยที่สุด ตามลำดับ

- |  |                               |
|--|-------------------------------|
| .....ทักษะการเรียนรู้ในชั้นเรียน         | .....ทักษะการสื่อสาร          |
| .....ทักษะการแก้ปัญหา                    | .....ทักษะการเรียนรู้จากสังคม |
| .....ทักษะการตัดสินใจ                    | .....ทักษะการนำเสนอตนเอง      |
| .....ทักษะการคิดวิเคราะห์                | .....ทักษะการเจรจาต่อรอง      |
| .....ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น |                               |

**คำชี้แจง ๖.๒** ให้เรียนทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงในช่องตัวเลขที่แสดงระดับความเก่งของตนเองในแต่ละด้าน โดย ๑ คือ ความเก่งระดับ "น้อยที่สุด" จนถึง ๑๐ คือ ความเก่ง "มากที่สุด" ตามลำดับ

| ที่ | ความเก่งในด้าน          | น้อยที่สุด ← ระดับความเก่ง → มากที่สุด |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
|-----|-------------------------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
|     |                         | ๑                                      | ๒ | ๓ | ๔ | ๕ | ๖ | ๗ | ๘ | ๙ | ๑๐ |
| ๑   | การใช้ภาษา              |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๒   | การให้เหตุผล            |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๓   | ภาพ/พื้นที่             |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๔   | ร่างกายและการเคลื่อนไหว |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๕   | ดนตรี                   |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๖   | ความสัมพันธ์            |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๗   | ความเข้าใจตนเอง         |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |
| ๘   | การรับรู้ธรรมชาติ       |  |   |   |   |   |   |   |   |   |    |

## แนวคำตอบแบบทดสอบก่อนและหลัง การร่วมกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา

### หมวดที่ ๑ ความรู้

| ที่ | คำตอบ     | ที่ | คำตอบ     |
|-----|-----------|-----|-----------|
| ๑   | ง         | ๑๑  | ง         |
| ๒   | ข   ค   ง | ๑๒  | ค         |
| ๓   | ง         | ๑๓  | ก   ค   ง |
| ๔   | ก         | ๑๔  | ข         |
| ๕   | ง         | ๑๕  | ก   ข   ค |
| ๖   | ก   ข   ค | ๑๖  | ก   ข   ค |
| ๗   | ก   ค   ง | ๑๗  | ข         |
| ๘   | ก         | ๑๘  | ง         |
| ๙   | ง         | ๑๙  | ง         |
| ๑๐  | ก   ง     | ๒๐  | ก         |

### หมวดที่ ๒ ทักษะคิดและค่านิยม

| ที่ | ไม่เห็นด้วยเลย | ไม่ค่อยเห็นด้วย | เห็นด้วย | เห็นด้วยมาก |
|-----|----------------|-----------------|----------|-------------|
| ๑   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๒   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๓   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๔   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๕   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๖   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๗   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๘   | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๙   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๑๐  | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |



| ที่ | ไม่เห็นด้วยเลย | ไม่ค่อยเห็นด้วย | เห็นด้วย | เห็นด้วยมาก |
|-----|----------------|-----------------|----------|-------------|
| ๑๑  | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๑๒  | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๑๓  | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๑๔  | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๑๕  | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๑๖  | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๑๗  | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๑๘  | ๔              | ๓               | ๒        | ๑           |
| ๑๙  | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๒๐  | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |

### หมวดที่ ๓ แบบประเมินสังคมมิติ

ไม่มีแนวคำตอบ

### หมวดที่ ๔ พฤติกรรมการเรียนรู้และทักษะชีวิต

๑. นักเรียนคิดว่า ตนเองเรียนรู้ได้ดีที่สุดด้วยวิธีใด

| คะแนน | การอ่าน | การฟัง | การคุยแลกเปลี่ยน | การดูภาพ | การลงมือทำด้วยตนเอง |
|-------|---------|--------|------------------|----------|---------------------|
|       | ๑       | ๒      | ๓                | ๔        | ๕                   |

๒. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ความสามารถสื่อสาร" เรื่องต่อไปนี้กับเพื่อนได้ในระดับใด

| ที่ | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------|----|-------|--------------|
|     | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๓. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการเจรจาต่อรอง" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่- | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|------|----------------------|----|-------|--------------|
|      | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๔. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการแก้ปัญหา" เรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่- | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|------|----------------------|----|-------|--------------|
|      | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๕    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๕. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการสร้างความสัมพันธ์" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่- | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|------|----------------------|----|-------|--------------|
|      | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |



๖. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการปรับตัวหรือทำใจ" ในบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------|----|-------|--------------|
|     | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๗. นักเรียนคิดว่าตนเองมีทักษะในเรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------|----|-------|--------------|
|     | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

**หมวดที่ ๕** ประสบการณ์ในภาพรวมชีวิตที่ผ่านมาของนักเรียน

๕.๑ ให้นักเรียนประเมินตนเองในเรื่องต่อไปนี้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับที่ทำได้

| ที่ | ระดับที่ทำได้ |         |         |              |
|-----|---------------|---------|---------|--------------|
|     | ทำได้ดีมาก    | ทำได้ดี | พอทำได้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |
| ๒   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |
| ๓   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |
| ๔   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |
| ๕   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |
| ๖   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |
| ๗   | ๔             | ๓       | ๒       | ๑            |

| ที่-      | ระดับที่ทำได้ |          |          |              |
|-----------|---------------|----------|----------|--------------|
|           | ทำได้ดีมาก    | ทำได้ดี  | พอทำได้  | ต้องปรับปรุง |
| ๘         | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| ๙         | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| <b>๑๐</b> | <b>๑</b>      | <b>๒</b> | <b>๓</b> | <b>๔</b>     |
| ๑๑        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| ๑๒        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| <b>๑๓</b> | <b>๑</b>      | <b>๒</b> | <b>๓</b> | <b>๔</b>     |
| ๑๔        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| ๑๕        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| <b>๑๖</b> | <b>๑</b>      | <b>๒</b> | <b>๓</b> | <b>๔</b>     |
| <b>๑๗</b> | <b>๑</b>      | <b>๒</b> | <b>๓</b> | <b>๔</b>     |
| ๑๘        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| ๑๙        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |
| ๒๐        | ๔             | ๓        | ๒        | ๑            |

๕.๒ ให้นักเรียนระบุประสบการณ์ตนเองในเรื่องต่อไปนี้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น กรุณาให้ข้อมูลตามความเป็นจริงมากที่สุด

| ที่- | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|------|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|      | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๑    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๒    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๓    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๔    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๕    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๖    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๗    | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |



| ที่ | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|-----|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|     | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๘   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๙   | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๐  | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๑  | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๒  | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๓  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๔  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๕  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๖  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๗  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๘  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๙  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๒๐  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |

**หมวดที่ ๑** การรับรู้และพัฒนาตนเอง

ไม่มีแนวคำตอบ

## แบบทดสอบหลังการร่วมกิจกรรม ส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาสาสมัครศึกษา ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน

วิทยาลัย.....จังหวัด.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

รหัสประจำตัว.....ระดับชั้น  ปวช. ๑  ปวช. ๒  ปวช. ๓

**คำชี้แจง** แบบประเมินหลังการร่วมกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาสาสมัครศึกษาชุดที่ ๑ คุณค่าภายในนี้ ต้องการสะท้อนความชัดเจนของผลลัพธ์การพัฒนานักเรียนในเรื่อง การรับรู้คุณค่าตนเอง การปรับตัว การตัดสินใจ และการวางแผนชีวิต ดังนั้น จึงขอความร่วมมือจากนักเรียนในการตอบคำถามทุกข้อตามความรู้สึกจริงๆ ของนักเรียน ทั้งนี้ คำตอบใดในแบบประเมินชุดนี้ ไม่มีผลต่อการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักเรียน แบบประเมินมีทั้งหมด ๖ หมวด

### หมวดที่ ๑ ความรู้

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนวงกลมรอบข้อที่นักเรียนคิดว่าถูกต้อง

๑. ความเก่งของคนเรามีที่คำนวณ

ก. ๑ ด้าน

ข. ๔ ด้าน

ค. ๖ ด้าน

ง. ๘ ด้าน



๒. ข้อใดคือความสวยงามหรือความหล่อ (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

ก. การมีอวัยวะครบถ้วน

ข. การที่เพื่อนบอก

ค. ส่วนของร่างกายที่เราชอบมากที่สุด

ง. ความงามภายในจิตใจของเรา

๓. ข้อใดคือคุณลักษณะพื้นฐานที่ต่างกันของคนที่มีอาชีพต่างกัน

ก. การศึกษา

ข. ทักษะ

ค. สังคม

ง. พหุปัญญา

### หมวดที่ ๒ ทศนคติและค่านิยม

**คำชี้แจง** นักเรียนเห็นด้วยกับประโยคต่อไปนี้ในระดับใด ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓  
ลงในช่องที่ตรงกับระดับความเห็นของนักเรียนมากที่สุด

| ที่ | ข้อความ   | ไม่เห็น<br>ด้วยเลย | ไม่ค่อย<br>เห็นด้วย | เห็น<br>ด้วย | เห็นด้วย<br>มาก |
|-----|---|--------------------|---------------------|--------------|-----------------|
| ๑   | พหุปัญญาหรือความสามารถด้านต่างๆ<br>สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ในทุกคน |                    |                     |              |                 |
| ๒   | คนทุกคนมีความสามารถรวมทั้งตัว<br>นักเรียนเองด้วย                    |                    |                     |              |                 |
| ๓   | การค้นหาความสามารถของตนเองเป็นสิ่ง<br>ที่ดีควรทำ                    |                    |                     |              |                 |
| ๔   | คุณค่าของคนอยู่ที่การเข้าใจ ยอมรับผู้อื่น<br>ที่แตกต่างจากท่าน      |                    |                     |              |                 |

### หมวดที่ ๓ แบบประเมินสังคมมิติ

**คำชี้แจง** นักเรียนมีเพื่อนที่นึกถึงเสมอ เมื่อนักเรียนมีปัญหาด้านต่างๆ ต่อไปนี้ ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน

| ที่ | เรื่อง              | มี                       | ไม่มี                    |
|-----|---------------------|--------------------------|--------------------------|
| ๑   | การเรียน            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๒   | การเงิน             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๓   | ครอบครัว            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๔   | กฎหมาย              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๕   | สุขภาพ              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๖   | ภาพลักษณ์           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๗   | คนรัก               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๘   | พฤติกรรมการตัดสินใจ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๙   | พฤติกรรมทางเพศ      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๑๐  | พฤติกรรมด้านอารมณ์  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๑๑  | พฤติกรรมการแก้ปัญหา | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ๑๒  | อื่นๆ ระบุ.....     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



## หมวดที่ ๔ พฤติกรรมการเรียนรู้และทักษะชีวิต

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบหรือระดับทักษะของการเรียนรู้ การสื่อสาร การแก้ปัญหา การสร้างสัมพันธ์ และการปรับตัวของนักเรียนมากที่สุด โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับลักษณะหรือระดับทักษะของนักเรียน

๑. นักเรียนคิดว่า ตนเองเรียนรู้ได้ดีที่สุดด้วยวิธีใด

- การอ่าน                       การฟัง                       การคุยแลกเปลี่ยน  
 การดูภาพ                       การลงมือทำด้วยตนเอง

๒. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ความสามารถสื่อสาร" เรื่องต่อไปนี้กับเพื่อนได้ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่สื่อสารกับเพื่อน  | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                            | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | การเรียนรู้                |                      |    |       |              |
| ๒   | ปัญหาตัวคนภาพลักษณ์ส่วนตัว |                      |    |       |              |
| ๓   | ปัญหาการเข้ากับเพื่อน      |                      |    |       |              |
| ๔   | ปัญหาครอบครัว              |                      |    |       |              |

๓. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการเจรจาต่อรอง" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่สื่อสารกับเพื่อน        | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                                  | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับเพื่อน     |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับพ่อแม่     |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับแฟน        |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการเจรจาต่อรองกับคนแปลกหน้า |                      |    |       |              |

๔. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการแก้ปัญหา" เรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน      | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|-----------------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                                   | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการแก้ปัญหา "การเรียน "      |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการแก้ปัญหา " ชีวิตส่วนตัว " |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการแก้ปัญหา " เพื่อน "       |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการแก้ปัญหา " ความรัก/แฟน "  |                      |    |       |              |
| ๕   | ทักษะการแก้ปัญหา " ครู "          |                      |    |       |              |

๕. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการสร้างความสัมพันธ์" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน                 | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|--|----------------------|----|-------|--------------|
|     |  | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับ " เพื่อน "      |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับ " รุ่นพี่ "     |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับ " รุ่นน้อง "    |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับ " ครู/ผู้ใหญ่ " |                      |    |       |              |



๖. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการปรับตัวหรือทำใจ" ในบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน             | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|--|----------------------|----|-------|--------------|
|     |  | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "เพื่อน"      |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "รุ่นพี่"     |                      |    |       |              |
| ๓   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "รุ่นน้อง"    |                      |    |       |              |
| ๔   | ทักษะการปรับตัวหรือทำใจกับ "ครู/ผู้ใหญ่" |                      |    |       |              |

๗. นักเรียนคิดว่าตนเองมีทักษะในเรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | เรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพื่อน | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|------------------------------|----------------------|----|-------|--------------|
|     |                              | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ทักษะการนำเสนอตัวเอง         |                      |    |       |              |
| ๒   | ทักษะการตัดสินใจ             |                      |    |       |              |

## หมวดที่ ๕ ประสบการณ์ในภาพรวมชีวิตที่ผ่านมาของนักเรียน

**คำชี้แจง ๕.๑** ให้นักเรียนระบุประสบการณ์ตนเองในเรื่องต่อไปนี้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น กรุณาให้ข้อมูลตามความเป็นจริงมากที่สุด

| ที่ | ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น                    | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|-----|--|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|     |  | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๑   | การถูกเพื่อนล้อเลียน                     |                            |           |          |               |
| ๒   | การทะเลาะกับเพื่อน                       |                            |           |          |               |
| ๓   | การถูกเพื่อนดูถูกหรือทำให้อับอาย         |                            |           |          |               |
| ๔   | การถูกเพื่อนหรือคนรู้จักทำร้าย           |                            |           |          |               |
| ๕   | การถูกตำรวจจับ                           |                            |           |          |               |
| ๖   | การถูกคาดโทษจากผู้ใหญ่หรือครูอาจารย์     |                            |           |          |               |
| ๗   | การถูกรุมทำร้ายโดยรุ่นพี่ รุ่นน้อง       |                            |           |          |               |
| ๘   | การชกต่อย ตบตีกับเพื่อน                  |                            |           |          |               |
| ๙   | การได้รับยกย่องชมเชยจากโรงเรียน          |                            |           |          |               |
| ๑๐  | การได้รับยกย่องชมเชยจากญาติพี่น้อง       |                            |           |          |               |
| ๑๑  | การได้รับยกย่องชมเชยจากเพื่อน            |                            |           |          |               |
| ๑๒  | การได้รับรางวัลจากโรงเรียนหรือสังคมชุมชน |                            |           |          |               |



| ที่ | ประสบการณ์ที่เกิดขึ้น                          | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|-----|--|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|     |  | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๑๓  | การรู้สึกเบื่อ น้อยใจในตนเอง                   |                            |           |          |               |
| ๑๔  | การรู้สึกว่าตนเองมีปัญหาในการอยู่ร่วมกับเพื่อน |                            |           |          |               |
| ๑๕  | การรู้สึกว่าตนเองไม่มีอนาคต                    |                            |           |          |               |
| ๑๖  | การรู้สึกอยากหนีไปจากคนรอบข้าง                 |                            |           |          |               |
| ๑๗  | การรู้สึกเป็นส่วนเกินของคนรอบข้าง              |                            |           |          |               |
| ๑๘  | การรู้สึกว่าตนเองดึกว่าคนรอบข้าง               |                            |           |          |               |
| ๑๙  | การรู้สึกถูกเอาเปรียบ หลอกใช้                  |                            |           |          |               |
| ๒๐  | การรู้สึกอยากได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง       |                            |           |          |               |

## หมวดที่ ๖ การรับรู้และพัฒนาตนเอง

**คำชี้แจง ๖.๑** ให้นักเรียนระบุความต้องการของตนเองในการพัฒนาทักษะต่อไปนี้ โดยใช้หมายเลข ๑-๕ หน้าหัวข้อ โดยเรียงลำดับจาก ๑ คือทักษะที่ต้องการพัฒนา มากที่สุด จนถึง ๕ คือทักษะที่ต้องการพัฒนาน้อยที่สุด ตามลำดับ

- |  |                               |
|--|-------------------------------|
| .....ทักษะการเรียนรู้ในชั้นเรียน         | .....ทักษะการสื่อสาร          |
| .....ทักษะการแก้ปัญหา                    | .....ทักษะการเรียนรู้จากสังคม |
| .....ทักษะการตัดสินใจ                    | .....ทักษะการนำเสนอตนเอง      |
| .....ทักษะการคิดวิเคราะห์                | .....ทักษะการเจรจาต่อรอง      |
| .....ทักษะการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น |                               |

**คำชี้แจง ๖.๒** ให้เรียนทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงในช่องตัวเลขที่แสดงระดับความเก่ง ของตนเองในแต่ละด้าน โดย ๑ คือ ความเก่งระดับ "น้อยที่สุด" จนถึง ๑๐ คือ ความเก่ง "มากที่สุด" ตามลำดับ

| ที่ | ความเก่งในด้าน          | ระดับความเก่ง |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
|-----|-------------------------|---------------|---|---|-----------|---|---|---|---|---|----|
|     |                         | น้อยที่สุด    | ← | → | มากที่สุด |   |   |   |   |   |    |
|     |                         | ๑             | ๒ | ๓ | ๔         | ๕ | ๖ | ๗ | ๘ | ๙ | ๑๐ |
| ๑   | การใช้ภาษา              |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๒   | การให้เหตุผล            |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๓   | ภาพ/พื้นที่             |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๔   | ร่างกายและการเคลื่อนไหว |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๕   | ดนตรี                   |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๖   | ความสัมพันธ์            |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๗   | ความเข้าใจตนเอง         |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |
| ๘   | การรับรู้ธรรมชาติ       |               |   |   |           |   |   |   |   |   |    |



## แนวคำตอบแบบทดสอบหลังการร่วมกิจกรรม ส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาสาสมัครศึกษา ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน

### หมวดที่ ๑ ความรู้

| ที่ | คำตอบ     |
|-----|-----------|
| ๑   | ง         |
| ๒   | บ   ค   ง |
| ๓   | ง         |

### หมวดที่ ๒ ทักษะคิดและค่านิยม

| ที่ | ไม่เห็นด้วยเลย | ไม่ค่อยเห็นด้วย | เห็นด้วย | เห็นด้วยมาก |
|-----|----------------|-----------------|----------|-------------|
| ๑   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๒   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๓   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |
| ๔   | ๑              | ๒               | ๓        | ๔           |

### หมวดที่ ๓ แบบประเมินสังคมมิติ

ไม่มีแนวคำตอบ

### หมวดที่ ๔ พฤติกรรมการเรียนรู้และทักษะชีวิต

๑. นักเรียนคิดว่า ตนเองเรียนรู้ได้ดีที่สุดด้วยวิธีใด

| คะแนน | การอ่าน | การฟัง | การคุยแลกเปลี่ยน | การดูภาพ | การลงมือทำด้วยตนเอง |
|-------|---------|--------|------------------|----------|---------------------|
|       | ๑       | ๒      | ๓                | ๔        | ๕                   |

๒. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ความสามารถสื่อสาร" เรื่องต่อไปนี้กับเพื่อนได้ในระดับใด

| ที่ | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------|----|-------|--------------|
|     | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๓. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการเจรจาต่อรอง" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------|----|-------|--------------|
|     | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๔. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการแก้ปัญหา" เรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่ | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|-----|----------------------|----|-------|--------------|
|     | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๕   | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |



๕. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการสร้างความสัมพันธ์" กับบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่- | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|------|----------------------|----|-------|--------------|
|      | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๖. นักเรียนคิดว่าตนเองมี "ทักษะการปรับตัวหรือทำใจ" ในบุคคลต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่- | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|------|----------------------|----|-------|--------------|
|      | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๓    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๔    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

๗. นักเรียนคิดว่าตนเองมีทักษะในเรื่องต่อไปนี้ ในระดับใด

| ที่- | ระดับการประเมินตนเอง |    |       |              |
|------|----------------------|----|-------|--------------|
|      | ดีมาก                | ดี | พอใช้ | ต้องปรับปรุง |
| ๑    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |
| ๒    | ๔                    | ๓  | ๒     | ๑            |

## หมวดที่ ๕ ประสบการณ์ในภาพรวมชีวิตที่ผ่านมาของนักเรียน

๕.๑ ให้นักเรียนระบุประสบการณ์ตนเองในเรื่องต่อไปนี้ โดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น กรุณาให้ข้อมูลตามความเป็นจริงมากที่สุด

| ที่ | ระดับประสบการณ์ที่เกิดขึ้น |           |          |               |
|-----|----------------------------|-----------|----------|---------------|
|     | เกิดเป็นประจำ              | เกิดบ่อยๆ | เกิดบ้าง | ไม่เคยเกิดเลย |
| ๑   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๒   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๓   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๔   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๕   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๖   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๗   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๘   | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๙   | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๐  | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๑  | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๒  | ๔                          | ๓         | ๒        | ๑             |
| ๑๓  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๔  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๕  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๖  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๗  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๘  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๑๙  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |
| ๒๐  | ๑                          | ๒         | ๓        | ๔             |

## หมวดที่ ๖ การรับรู้และพัฒนาตนเอง

ไม่มีแนวคำตอบ



# คู่มือการเรียนรู้

## “กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาสาสมัครศึกษา”

### ชุดที่ ๑ คุณค่าภายใน

#### กิจกรรมที่ ๑

#### สวย หล่อ ใครตัดสิน

##### ตอนที่ ๑ ความคิดเห็น

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้ และแสดงความคิดเห็นของนักเรียนโดยใช้เครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่อง  พร้อมระบุเหตุผล

๑. สวย หล่อ เป็นสิ่งที่คนอื่นตัดสิน

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....

๒. สูง ต่ำ คำ ขาวก็สวยหล่อได้

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....

๓. ไม่สวย ไม่หล่อก็มีคุณค่าได้

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....



๒. ประเด็นการเรียนรู้ในข้อ ๑ ที่นักเรียนคิดว่ามีประโยชน์ต่อตัวนักเรียนมากที่สุด

.....

.....

.....

.....

.....

ซึ่งนักเรียนมี "แนวทางที่จะนำไปประยุกต์ใช้" ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองได้ ดังนี้

.....

.....

.....

.....

.....

๓. ส่วนใดหรือลักษณะใดของกิจกรรมที่นักเรียนชอบ/ประทับใจ พร้อมทั้งให้เหตุผล

.....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรมที่ ๒ ความแมนอยู่ที่ไหน

### ตอนที่ ๑ ความคิดเห็น

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้ และแสดงความคิดเห็นของนักเรียนโดยใส่เครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่อง  พร้อมระบุเหตุผล

๑. ความแมนเป็นคุณลักษณะของผู้ชายเท่านั้น

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....

๒. ผู้หญิงที่มีลักษณะความแมน เรียกว่า "ทอม"

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....

๓. ผู้ชายตัวเล็กมักไม่แมน

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....

๔. ผู้ชายที่ร้องไห้และขี้กัวไม่แมน

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....



## ตอนที่ ๒ ความรู้

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนวงกลมรอบข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียง ๑ ข้อ

๑. ความแมน หมายถึงอะไร

- ก. คุณลักษณะที่คล้ายผู้ชาย และมีอยู่ในตัวผู้ชาย
- ข. คุณลักษณะที่คล้ายผู้ชาย แต่มีอยู่ในตัวผู้หญิง
- ค. คุณลักษณะที่คล้ายผู้ชาย แต่มีอยู่ในตัวหอม
- ง. คุณลักษณะที่คล้ายผู้ชาย และมีอยู่ในตัวผู้ชายหรือผู้หญิงก็ได้

๒. ความแมน เป็นคำพูดที่ส่งผลกระทบต่อความรู้สึก หรือการกระทำของบุคคลในข้อใด

- ก. ผู้หญิงโสดและเลี้ยงดูตัวเองได้
- ข. ผู้ชายที่มีลักษณะอ่อนโยน ดูแลเอาใจใส่ครอบครัว
- ค. เกย์ที่ไปเป็นทหารเกณฑ์รับใช้ชาติ
- ง. ถูกทุกข้อ

## ตอนที่ ๓ จงตอบคำถามต่อไปนี้

๑. สาระสำคัญที่ได้เรียนรู้ในวันนี้และรู้สึกประทับใจ มีดังนี้

- ๑).....
- ๒).....
- ๓).....

๒. ประเด็นการเรียนรู้ในข้อ ๑ ที่นักเรียนคิดว่ามีประโยชน์ต่อตัวนักเรียนมากที่สุด

.....

.....

.....

ซึ่งนักเรียนมี "แนวทางที่จะนำไปประยุกต์ใช้" ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองได้ดังนี้

.....

.....

.....

.....

.....

๑. ส่วนใดหรือลักษณะใดของกิจกรรมที่นักเรียนชอบ/ประทับใจ พร้อมทั้งให้เหตุผล

.....

.....

.....

.....

.....





ตอนที่ ๒ ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  หน้าข้อที่นักเรียนคิดว่าเป็นการแสดง  
อคติ พร้อมระบุเหตุผล

๑. ผู้หญิงที่แต่งตัวเปิดเผยเนื้อตัวร่างกายเป็นสาเหตุของการถูกข่มขืน

เพราะ.....  
.....

๒. เกย์ กะเทย ทอม ดี ชอบใช้ความรุนแรง

เพราะ.....  
.....

๓. ผู้คิดเชื้อเอชไอวีเป็นผู้สำนทางเพศ

เพราะ.....  
.....

๔. เด็กอาชิวะเป็นผู้ชอบใช้ความรุนแรง

เพราะ.....  
.....

๕. เด็กมีปัญหาเป็นเด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยก

เพราะ.....  
.....



### ตอนที่ ๓ จงตอบคำถามต่อไปนี้

๑. สาระสำคัญที่ได้เรียนรู้ในวันนี้และรู้สึกประทับใจ มีดังนี้

๑).....

๒).....

๓).....

๒. ประเด็นการเรียนรู้ในข้อ ๑ ที่นักเรียนคิดว่ามีประโยชน์ต่อตัวนักเรียนมากที่สุด

.....

.....

.....

ซึ่งนักเรียนมี "แนวทางที่จะนำไปประยุกต์ใช้" ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองได้ดังนี้

.....

.....

.....

๓. ส่วนใดหรือลักษณะใดของกิจกรรมที่นักเรียนชอบ/ประทับใจ พร้อมทั้งให้เหตุผล

.....

.....

.....

## แบบประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ตนเอง (ท้ายกิจกรรม ๓) โดยนักเรียน

ในขณะร่วมกิจกรรม ๑, ๒, ๓ ครั้งที่ผ่านมานักเรียนได้แสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง  
ในประเด็นต่อไปนี้ในระดับใด ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับ  
พฤติกรรมของนักเรียนมากที่สุด

| พฤติกรรมการเรียนรู้  | ระดับการแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง |             |            |           |               | หมายเหตุ                   |
|--|--|-------------|------------|-----------|---------------|----------------------------|
|  | ทำเป็นประจำ                              | ทำบ่อยครั้ง | ทำบางครั้ง | ทำน้อยมาก | ยังไม่ทำได้ทำ |                            |
| ๑. การฟังอย่างตั้งใจ   |  |             |            |           |               |                            |
| ๒. คิดตามเรื่องที่กำลังเรียนรู้  |  |             |            |           |               |                            |
| ๓. การถามเมื่อสงสัย/อยากรู้  |  |             |            |           |               |                            |
| ๔. การตอบเมื่อถูกถามหรือมี<br>โอกาส                                    |  |             |            |           |               |                            |
| ๕. การเขียน/จดสาระการเรียนรู้  |  |             |            |           |               |                            |
| ๖. การอ่านเอกสาร/ใบงาน   |  |             |            |           |               | กรณีมี<br>เอกสาร/<br>ใบงาน |
| ๗. การตีความ การเชื่อมโยง<br>และการสรุปประเด็นการเรียนรู้<br>ด้วยตนเอง |  |             |            |           |               |                            |
| ๘. การสื่อสาร อธิบายให้ผู้อื่น<br>เข้าใจ                               |  |             |            |           |               |                            |



| พฤติกรรมการเรียนรู้   | ระดับการแสดงผลพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง            |             |            |           |             | หมายเหตุ |
|---|---|-------------|------------|-----------|-------------|----------|
|   | ทำเป็นประจำ   | ทำบ่อยครั้ง | ทำบางครั้ง | ทำน้อยมาก | ยังไม่ทำได้ |          |
| ๘. การบอกวิธีการนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของตนเอง |   |             |            |           |             |          |
| ๑๐. การแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน                 |   |             |            |           |             |          |
| ๑๑. การบอกวิธีการนำความรู้ที่ได้ไปช่วยเหลือสังคม                    |   |             |            |           |             |          |
| พฤติกรรมการพัฒนา<br>"คุณค่าภายใน"                                   | กิจกรรมใดที่นักเรียนตั้งใจจะทำให้เกิดคุณค่าภายในตนเอง |             |            |           |             | หมายเหตุ |
|   |   |             |            |           |             |          |

หมายเหตุ ขอให้ให้นักเรียนคัดลอกผลการประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเองและกิจกรรมที่นักเรียนตั้งใจจะทำจากตารางด้านบน ลงใน "แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเอง" ที่ครูผู้สอนแจกให้

## แบบประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้ ครั้งที่ ๑ (ท้ายกิจกรรมที่ ๓) โดย ครูผู้สอน

**คำชี้แจง** ให้ครูกากบาท ตรงหมายเลข ที่ตรงกับผลการประเมินคำตอบของนักเรียนผู้นี้จาก  
กิจกรรมที่ ๑, ๒, ๓

๑. ระดับความรู้ความเข้าใจที่เกิดขึ้นของนักเรียนจากการทำกิจกรรมที่ ๑, ๒, ๓

กิจกรรมที่ ๑ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๒ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๓ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

ข้อสังเกต.....  
.....  
.....  
.....

๒. ตามการรับรู้ของครู คิดว่านักเรียนผู้นี้มีทัศนคติและค่านิยมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของ  
แต่ละกิจกรรมในระดับใด

กิจกรรมที่ ๑ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๒ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๓ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

ข้อสังเกต.....  
.....  
.....



๑. มุมมองของครูที่สะท้อนการพัฒนาทักษะกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองและทักษะชีวิตของนักเรียน

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

ลายเซ็น.....นักเรียน  
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ลายเซ็น.....ครูผู้สอน  
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

เรียน ผู้ปกครอง

ตามที่วิทยาลัยได้จัดสอนทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา นักเรียนในปกครองของท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณค่าภายในตนเอง โดยนักเรียนในปกครองของท่านได้เรียนรู้เรื่อง.....

มีจุดเด่น คือ.....

และได้ตั้งเป้าหมายในการพัฒนาตนเอง ดังนี้.....

ในฐานะผู้สอน จึงขอข้อเสนอแนะและการสนับสนุนจากผู้ปกครอง เพื่อให้นักเรียนได้บรรลุเป้าหมายการพัฒนาคุณค่าภายในตนเองตามที่วางแผนไว้

**ข้าพเจ้าในฐานะผู้ปกครองยินดีให้การสนับสนุนในเรื่อง.....**

ด้วยวิธี.....

กรณีที่ผู้ปกครองไม่สะดวกให้การสนับสนุน แต่ต้องการให้ข้อเสนอแนะ ดังนี้.....

ลงชื่อ.....ผู้ปกครอง

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....



## กิจกรรมที่ ๔ ตัวตนทางเพศ

### ตอนที่ ๑ ความคิดเห็น

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้ และแสดงความคิดเห็นของนักเรียนโดยใช้เครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่อง  พร้อมระบุเหตุผล

๑. การแสดงตัวตนทางเพศตามที่สังคมกำหนดเป็นสิ่งที่ถูกต้อง

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๒. การเลือกแสดงตัวตนทางเพศเป็นสิทธิส่วนบุคคล

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๓. ทัศนคติในสังคมไทยในเรื่องตัวตนทางเพศมีผลทางลบต่อบุคคลและครอบครัว

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๔. เครือข่ายความหลากหลายทางเพศของไทยกำลังรณรงค์ให้แก้ไขกฎหมายครอบครัวให้ยอมรับ "การแต่งงานของคนเพศเดียวกัน"

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๕. สภากาชาดไม่รับบริจาคเลือดจากกลุ่มเกย์

เห็นด้วย

ไม่เห็นด้วย

เพราะ.....

## ตอนที่ ๒ ความรู้

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนวงกลมรอบข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียง ๑ ข้อ

๑. วิธีการแสดงออกทางเพศมีกี่แบบ

ก. ๒ แบบคือ ชาย หญิง

ข. ๔ แบบ

ค. ๖ แบบ

ง. มากจนระบุไม่ได้

๒. เพศถูกกำหนดด้วยอะไร

ก. โครโมโซม สรีระ

ข. เทคโนโลยีทางการแพทย์

ค. สังคมวัฒนธรรม

ง. ถูกทุกข้อ

๓. ข้อต่อไปนี้เป็นการแสดงอคติทางเพศ

ก. ชายแท้คือผู้ที่ช้ำของเรื่องเพศ

ข. ไม่ให้กะเทยเรียนครู

ค. ผู้หญิงไม่ควรพกถุงยางอนามัย

ง. ถูกทุกข้อ

## ตอนที่ ๓ จงตอบคำถามต่อไปนี้

๑. สาระสำคัญที่ได้เรียนรู้ในวันนี้และรู้สึกประทับใจ มีดังนี้

๑).....

๒).....

๓).....



๒. ประเด็นการเรียนรู้ในข้อ ๑ ที่นักเรียนคิดว่ามีประโยชน์ต่อตัวนักเรียนมากที่สุด

.....

.....

.....

.....

.....

ซึ่งนักเรียนมี "แนวทางที่จะนำไปประยุกต์ใช้" ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองได้ดังนี้

.....

.....

.....

.....

.....

๓. ส่วนใดหรือลักษณะใดของกิจกรรมที่นักเรียนชอบ/ประทับใจ พร้อมทั้งให้เหตุผล

.....

.....

.....

.....

.....

## กิจกรรมที่ ๕ ความเก่งไม่ได้มีแบบเดียว

### ตอนที่ ๑ ความคิดเห็น

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้ และแสดงความคิดเห็นของนักเรียนโดยใช้เครื่องหมายถูก (✓) ลงในช่อง  พร้อมระบุเหตุผล

๑. คนมีความเก่งแตกต่างกัน

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๒. สังคมควรให้คุณค่าคนที่มีความเก่งต่างกันเหมือนๆ กัน

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๓. เด็กที่เรียนสายสามัญมักเก่งกว่าเด็กที่เรียนสายอาชีวศึกษา

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....

๔. ความเก่งด้านใดด้านหนึ่งก็ทำให้เรารู้สึกว่ามีคุณค่าได้

- เห็นด้วย  
 ไม่เห็นด้วย เพราะ.....



## ตอนที่ ๒ ความรู้

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง  ที่เป็นคำตอบที่ถูกต้องของนักเรียน

๑. คนที่ได้เรียนในโรงเรียนจะเก่งกว่าคนที่ไม่ได้เรียนในโรงเรียน

ใช่                       ไม่ใช่                       ไม่แน่ใจ

๒. ทุกคนมีความเก่งแฝงอยู่ในตัว

ใช่                       ไม่ใช่                       ไม่แน่ใจ

๓. ความเก่งพัฒนาได้หากมีวินัยในตนเอง

ใช่                       ไม่ใช่                       ไม่แน่ใจ

๔. การฝึกฝนหรือทำซ้ำทำให้คนเราเก่งขึ้น

ใช่                       ไม่ใช่                       ไม่แน่ใจ

## ตอนที่ ๓ จงตอบคำถามต่อไปนี้

๑. สาระสำคัญที่ได้เรียนรู้ในวันนี้และรู้สึกประทับใจ มีดังนี้

๑).....

๒).....

๓).....

๒. ประเด็นการเรียนรู้ในข้อ ๑ ที่นักเรียนคิดว่ามีประโยชน์ต่อตัวนักเรียนมากที่สุด

.....

.....

.....

.....

ซึ่งนักเรียนมี "แนวทางที่จะนำไปประยุกต์ใช้" ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองได้ดังนี้

.....

.....

.....

.....

๓. ส่วนใดหรือลักษณะใดของกิจกรรมที่นักเรียนชอบ/ประทับใจ พร้อมทั้งให้เหตุผล

.....

.....

.....

.....



## กิจกรรมที่ ๖ คู่มือ

### ตอนที่ ๑ มุมมองต่อหนัง

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนนำแนวคิดจากการชมภาพยนตร์ เรื่อง The Perks of Being a Wallflower (วัยป่วนหัวใจปึก) มาประยุกต์ใช้ในการตอบคำถามต่อไปนี้

๑. วิถีชีวิตวัยรุ่นที่เห็นในภาพยนตร์เหมือนหรือต่างจากสังคมไทยอย่างไร

.....  
.....

๒. ภาพยนตร์เรื่องนี้สะท้อนอคติในเรื่องเพศประเด็นใดบ้าง

.....  
.....

๓. "เพื่อน" มีผลกับความเป็น "ตัวตน" ของเรามากน้อยอย่างไร

.....  
.....

๔. วิธีการเผชิญหน้าเมื่อถูกล้อเลียนซึ่งหน้า หรือถูกทำทนายว่าไม่แมน หรือถูกคนอื่นนำความลับมาเปิดเผย มีอะไรได้บ้าง

.....  
.....

๕. นักเรียนมีคำแนะนำอะไรเกี่ยวกับการปฏิบัติตนของคนที่มีรสนิยมหรือมีภาพลักษณ์ที่ไม่เหมือนคนอื่น หรือคนรักเพศเดียวกัน

.....  
.....

## แบบประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ตนเอง (ท้ายกิจกรรม ๖) โดยนักเรียน

ในขณะร่วมกิจกรรม ๔, ๕, ๖ ที่ผ่านมา นักเรียนได้แสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองในประเด็นต่อไปนี้ในระดับใด ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับพฤติกรรมของนักเรียนมากที่สุด

| พฤติกรรมการเรียนรู้   | ระดับการแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง |             |            |           |             | หมายเหตุ            |
|---|--|-------------|------------|-----------|-------------|---------------------|
|   | ทำเป็นประจำ                              | ทำบ่อยครั้ง | ทำบางครั้ง | ทำน้อยมาก | ยังไม่ได้ทำ |                     |
| ๑. การฟังอย่างตั้งใจ  |  |             |            |           |             |                     |
| ๒. คิดตามเรื่องที่กำลังเรียนรู้                                 |  |             |            |           |             |                     |
| ๓. การถามเมื่อสงสัย/อยากรู้                                     |  |             |            |           |             |                     |
| ๔. การตอบเมื่อถูกถามหรือมีโอกาส                                 |  |             |            |           |             |                     |
| ๕. การเขียน/จดสาระการเรียนรู้                                   |  |             |            |           |             |                     |
| ๖. การอ่านเอกสาร/ ใบงาน   |  |             |            |           |             | กรณีมีเอกสาร/ ใบงาน |
| ๗. การตีความ การเชื่อมโยง และการสรุปประเด็นการเรียนรู้ด้วยตนเอง |  |             |            |           |             |                     |
| ๘. การสื่อสาร อธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจ                            |  |             |            |           |             |                     |



| พฤติกรรมการเรียนรู้   | ระดับการแสดงผลพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง |             |            |           |             | หมายเหตุ |
|---|--|-------------|------------|-----------|-------------|----------|
|   | ทำเป็นประจำ                                | ทำบ่อยครั้ง | ทำบางครั้ง | ทำน้อยมาก | ยังไม่ทำได้ |          |
| ๘. การบอกวิธีการนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของตนเอง |  |             |            |           |             |          |
| ๑๐. การแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน                 |  |             |            |           |             |          |
| ๑๑. การบอกวิธีการนำความรู้ที่ได้ไปช่วยเหลือสังคม                    |  |             |            |           |             |          |

หมายเหตุ ขอให้นักเรียนเปรียบเทียบผลการประเมินพฤติกรรมการเรียนรู้ของตนเองในครั้งนี้นี้กับ "แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเอง" ที่นักเรียนได้ทำไว้ ทำยกิจกรรม ๓ ซึ่งครูผู้สอนเก็บไว้ และจะแจกให้นักเรียน

## แบบประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้ ครั้งที่ ๒ (ท้ายกิจกรรมที่ ๖) โดย ครูผู้สอน

**คำชี้แจง** ให้ครูกากบาทตรงหมายเลขที่ตรงกับผลการประเมินคำตอบของนักเรียนผู้นี้จาก  
กิจกรรมที่ ๔, ๕, ๖

๑. ระดับความรู้ความเข้าใจที่เกิดขึ้นของนักเรียนจากการทำกิจกรรมที่ ๔, ๕, ๖

กิจกรรมที่ ๔ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๕ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๖ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

ข้อสังเกต.....  
.....  
.....  
.....

๒. ตามการรับรู้ของครู คิดว่านักเรียนผู้นี้มีทัศนคติและค่านิยมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของ  
แต่ละกิจกรรมในระดับใด

กิจกรรมที่ ๔ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๕ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

กิจกรรมที่ ๖ (น้อยสุด) ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ (มากที่สุด)

ข้อสังเกต.....  
.....  
.....



๑. มุมมองของครูที่สะท้อนการพัฒนาทักษะกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองและทักษะชีวิตของนักเรียน

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

ลายเซ็น.....นักเรียน  
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ลายเซ็น..... ครูผู้สอน  
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

## แบบบันทึกความตั้งใจพัฒนาตนเองของนักเรียน (ครูผู้สอนเก็บไว้)

**ตอนที่ ๑ คำชี้แจง** ให้นักเรียนคัดลอกข้อมูลจากคู่มือการเรียนรู้ฯ กิจกรรมที่ ๓ ลงในตารางซ้ายมือ และระบุความตั้งใจที่จะทำในกิจกรรม ๔-๖ ลงในตารางขวามือ โดยใช้เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับพฤติกรรมของนักเรียนมากที่สุด เมื่อทำเสร็จแล้วให้ครูผู้สอนเก็บและนำมาใช้อีกครั้งท้ายกิจกรรมที่ ๖

| พฤติกรรมการเรียนรู้   | ระดับการแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองที่นักเรียนได้ทำในกิจกรรมที่ ๑, ๒, ๓ |             |            |           |             | หมายเหตุ | ระดับการแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองที่นักเรียนตั้งใจจะทำในกิจกรรมที่ ๔, ๕, ๖ |             |            |           |             | หมายเหตุ |
|---|--|-------------|------------|-----------|-------------|----------|---|-------------|------------|-----------|-------------|----------|
|   | ทำเป็นประจำ  | ทำบ่อยครั้ง | ทำบางครั้ง | ทำน้อยมาก | ยังไม่ได้ทำ |          | ทำเป็นประจำ   | ทำบ่อยครั้ง | ทำบางครั้ง | ทำน้อยมาก | ยังไม่ได้ทำ |          |
| ๑. การฟังอย่างตั้งใจ  |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๒. คิดตามเรื่องที่กำลังเรียนรู้                                     |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๓. การถามเมื่อสงสัย/อยากรู้   |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๔. การตอบเมื่อถูกถามหรือมีโอกาส                                     |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๕. การเขียน/จดสาระการเรียนรู้                                       |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๖. การอ่านเอกสาร/ใบงาน  |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๗. การตีความ การเชื่อมโยง และการสรุปประเด็นการเรียนรู้ด้วยตนเอง     |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๘. การสื่อสาร อธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจ                                |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๙. การบอกวิธีการนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของตนเอง |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๑๐. การแสวงหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน                 |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |
| ๑๑. การบอกวิธีการนำความรู้ที่ได้ไปช่วยเหลือสังคม                    |  |             |            |           |             |          |   |             |            |           |             |          |



## แบบบันทึกหลังสอน กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา

สถานศึกษา.....จังหวัด.....

ชุดที่.....กิจกรรม.....

นักเรียนชั้น  ปวช. ๑  ปวช. ๒  ปวช. ๓ จำนวนนักเรียนทั้งหมด.....คน

ภาคการศึกษา.....ปีการศึกษา.....วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

### ส่วนที่ ๑ ความสำเร็จในการสอน

๑.๑ การสอนเป็นไปตามแผนจัดการเรียนรู้หรือไม่

- เป็นไปตามแผนจัดการเรียนรู้  
 ไม่เป็นไปตามแผนจัดการเรียนรู้ /สาเหตุ

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

๑.๒ นักเรียนได้เรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดหรือไม่

- นักเรียนได้เรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด  
 นักเรียนไม่ได้เรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด /สาเหตุ

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

## ส่วนที่ ๒ ปัญหาที่พบ

### ๒.๑ ปัญหาจากครู

#### ๑) ด้านเนื้อหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

#### ๒) ด้านวิธีสอน/การจัดกิจกรรมการเรียนรู้

.....

.....

.....

.....

.....

.....

#### ๓) อื่นๆ

.....

.....

.....

.....

.....



๒.๒ ปัญหาจากกิจกรรมและสื่อการเรียนการสอน

.....

.....

.....

.....

.....

๒.๓ ปัญหาจากนักเรียน

.....

.....

.....

.....

.....

**ส่วนที่ ๓** แนวทางการพัฒนา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## ส่วนที่ ๔

### แบบสังเกตการณ์มีส่วนร่วมในชั้นเรียนของนักเรียน

| ที่ | พฤติกรรมที่แสดงออก                     | ระดับการสังเกต   | หมายเหตุ   |
|-----|--|--|--|
| ๑   | ร้อยละของนักเรียนที่มาเรียนตรงต่อเวลา  | <input type="checkbox"/> น้อยกว่า ๗๐%<br><input type="checkbox"/> ๗๐-๘๐%<br><input type="checkbox"/> มากกว่า ๘๐% | นักเรียนที่มาสาย ชื่อ<br>.....<br>.....  |
| ๒   | ความมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักเรียน     | <input type="checkbox"/> น้อยกว่า ๗๐%<br><input type="checkbox"/> ๗๐-๘๐%<br><input type="checkbox"/> มากกว่า ๘๐% | นักเรียนที่กระตือรือร้น<br>ในการทำกิจกรรม ชื่อ<br>.....<br>.....                     |
| ๓   | ร้อยละของนักเรียนที่ถามคำถาม           | <input type="checkbox"/> น้อยกว่า ๕๐%<br><input type="checkbox"/> ๕๑-๖๐%<br><input type="checkbox"/> มากกว่า ๖๐% | นักเรียนที่ชอบถาม ชื่อ<br>.....<br>.....   |
| ๔   | ร้อยละของนักเรียนที่ตอบคำถาม           | <input type="checkbox"/> น้อยกว่า ๕๐%<br><input type="checkbox"/> ๕๑-๖๐%<br><input type="checkbox"/> มากกว่า ๖๐% | นักเรียนที่ชอบตอบ ชื่อ<br>.....<br>.....<br>นักเรียนที่ไม่พูด ชื่อ<br>.....<br>..... |
| ๕   | นักเรียนที่แสดงพฤติกรรมเป็นผู้นำกลุ่ม  | <input type="checkbox"/> มี<br><input type="checkbox"/> ไม่มี  | (ถ้ามี) ชื่อนักเรียน<br>๑)            ๓)<br>๒)            ๔)                         |
| ๖   | นักเรียนที่แสดงบทบาทเป็นผู้นำเสนอผลงาน | <input type="checkbox"/> มี<br><input type="checkbox"/> ไม่มี  | (ถ้ามี) ชื่อนักเรียน<br>๑)            ๓)<br>๒)            ๔)                         |
| ๗   | นักเรียนที่แสดงความคิดสร้างสรรค์       | <input type="checkbox"/> มี<br><input type="checkbox"/> ไม่มี  | (ถ้ามี) ชื่อนักเรียน<br>๑)            ๓)<br>๒)            ๔)                         |



## แบบบันทึกข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียน แนวทางป้องกัน/ดูแล และผลลัพธ์ – โดยครูผู้สอน กิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเยาวชนอาชีวศึกษา

สถานศึกษา.....จังหวัด.....

ชุดที่.....กิจกรรม.....

นักเรียนชั้น  ปวช. ๑  ปวช. ๒  ปวช. ๓ จำนวนนักเรียนทั้งหมด.....คน

ภาคการศึกษา.....ปีการศึกษา.....วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

| ที่ | ชื่อ-นามสกุล | พฤติกรรมเสี่ยงที่<br>สังเกตได้ | แผนการ<br>ป้องกัน/ดูแล | เมื่อสิ้นสุดกิจกรรมที่ ๖ สรุปผลการดูแลพฤติกรรมเสี่ยง<br>นักเรียนแต่ละคน | ผลลัพธ์ |  |
|-----|--------------|--------------------------------|------------------------|---|---------|--|
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |
|     |              |                                |                        |   |         |  |

บ่อยครั้งที่การดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมและสิ่งแวดล้อมที่พยายามบอก  
ชี้แนะ หรือตัดสินการกระทำของบุคคล

อาจทำให้เรามีแนวโน้มจะทำตามสิ่งที่ใครๆ บอกอยู่ไม่น้อย  
จนเปลอไม่ได้ยิน ไม่ได้ฟังเสียงที่อยู่ข้างใน เสียงของเรเองที่ถามว่า

*ฉันเป็นใคร ฉันต้องการอะไร*

การฟังเสียงที่อยู่ข้างใน ทำได้ด้วยการลองสำรวจตนเอง  
ลองหาเพื่อให้พบว่า แท้จริงแล้วคุณค่าของแต่ละคนไม่ได้อยู่ที่

หน้าตา รูปร่าง ฐานะ เชื้อชาติ เพศ อาชีพ ฯลฯ

และไม่ได้อยู่ที่ว่า เราเหมือนใครๆ มากแค่ไหน

แต่คุณค่าของคนอยู่ที่ภายใน...ในแบบของเรา...แบบที่我们是

