

ภาคผนวก ข : คู่มือการจัดกิจกรรม

เรื่อง การพัฒนาจิตลักษณะและทักษะการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ
สำหรับนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในสถานะเสี่ยงในครอบครัว

คู่มือการจัดกิจกรรม

เรื่อง

การฝึกจิตลักษณะและทักษะการดำเนินชีวิตอย่างมี

คุณภาพ

สำหรับนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในสถานะเสี่ยงในครอบครัว

โดย

รองศาสตราจารย์ ดร.เรียม ศรีทอง

โครงการพัฒนาสมรรถภาพการให้บริการแนะแนวของครูที่

ปรึกษา

สำหรับนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในสถานะเสี่ยงในครอบครัว

พ.ศ. 2554

คำนำ

คู่มือการจัดกิจกรรมเล่มนี้ พัฒนาขึ้นจากผลการวิเคราะห์ สมรรถภาพการให้บริการแนะแนวของครูที่ปรึกษา สำหรับนักเรียนวัยรุ่นที่อยู่ในสถานะเสี่ยงในครอบครัว ของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร เมื่อธันวาคม 2553 พบว่า การส่งเสริมพัฒนาให้ครูที่ปรึกษามีความรู้ความเข้าใจวัยรุ่นที่อยู่ในสถานะเสี่ยงในครอบครัวเพียงเท่านั้น ไม่เพียงพอต่อการให้บริการช่วยเหลือนักเรียนดังกล่าว ครูที่ปรึกษาควรจะเป็นผู้ฝึกหัด (Coach) จิตลักษณะและทักษะการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพสำหรับนักเรียนด้วย รวมทั้งเห็นว่าถ้าครูที่ปรึกษาสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษา มีทักษะการปรึกษาเบื้องต้น (Basic Counseling Skills) แก่นักเรียนวัยรุ่นดังกล่าว จะช่วยให้นักเรียนเหล่านั้นสามารถพิจารณาตน ทำความเข้าใจกับปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้ถูกต้องและชัดเจนยิ่งขึ้น โดยเฉพาะสามารถเผชิญปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ เป็นการป้องกันปัญหาพฤติกรรมเชิงทำลายในเบื้องต้นได้

หลังจากได้ทดลองใช้คู่มือเล่มนี้ โดยให้ครูที่ปรึกษาฝึกหัดเรียนรู้ตามกิจกรรมต่างๆ ซึ่งมีทั้งกิจกรรมการฝึกจิตลักษณะและทักษะการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ รวม 12 กิจกรรม โดยผู้ที่ทดลองใช้มีความเข้าใจตรงกันว่า เดิมครูคุ้นเคยกับการฝึกทักษะ หรือให้คำแนะนำให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมเท่านั้น เมื่อได้ทดลองใช้กิจกรรมแล้ว ครูที่ปรึกษามีความเห็นสอดคล้องกันว่า การฝึกจิตลักษณะ เป็นสิ่งสำคัญ ที่จะทอดทิ้งหรือละเลยไม่ได้ เนื่องจากหลักการแนะแนวที่สำคัญ คือ การช่วยเหลือให้นักเรียนพิจารณาตนเองได้ ควบคุมตนเองได้ และนำตนเองได้ในที่สุด ฉะนั้นส่วนของการฝึกจิตลักษณะ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ให้นักเรียนมีเจตคติที่ดีต่อการพัฒนาตน เข้าใจเหตุและผลของพฤติกรรมทั้งหลาย เป็นวิธีที่สำคัญในการมุ่งให้นักเรียนได้รับผิชอบชีวิตตนเองอย่างมีคุณภาพต่อไป

คู่มือเล่มนี้ประกอบด้วย ข้อเสนอแนะในการใช้คู่มือ ข้อตกลงเบื้องต้น การวิเคราะห์ลักษณะครอบครัวที่ส่งผลต่อพฤติกรรมลูก วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม การออกแบบกิจกรรมและรายละเอียดของกิจกรรม

ผู้พัฒนาคู่มือ ขอขอบคุณเจ้าของกิจกรรมที่ได้ระบุที่มาไว้ และขอขอบคุณที่ปรึกษา ของโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ที่ได้ร่วมทดลองใช้คู่มือและร่วมแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อการนำไปใช้เป็นอย่างยิ่ง

เรียม ศรีทอง

มกราคม 2554

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
ข้อแนะนำในการใช้คู่มือการจัดกิจกรรม	1
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	1
วิธีการประยุกต์ใช้กิจกรรม.....	3
การวิเคราะห์ลักษณะครอบครัวเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่ออารมณ์และพฤติกรรมลูก	4
การออกแบบกิจกรรม ฝึกอบรมครูที่ปรึกษา	7
กิจกรรมการฝึกจิตลักษณะการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ.....	14
กิจกรรมการฝึกทักษะการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ	51
บรรณานุกรม	83

