

การพัฒนารูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา



นาย ภูฟ้า เสวกพันธ์

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาพลศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอน และเทคโนโลยีการศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2549

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

DEVELOPMENT OF A LEISURE EDUCATION PROGRAM MODEL  
FOR CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION



Mr. Pufa Savagpun

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Doctor of Philosophy Program in Physical Education  
Department of Curriculum, Instruction, and Educational Technology

Faculty of Education

Chulalongkorn University

Academic Year 2006

Copyright of Chulalongkorn University



ภูฟ้า เสวกพันธ์: การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา. (DEVELOPMENT OF A LEISURE EDUCATION PROGRAM MODEL FOR CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION) อ. ที่ปรึกษา: รศ. ดร. ประพัฒน์ ลักขณพิสุทธิ์, อ. ที่ปรึกษาร่วม: รศ. ดร.ศิริเดช สุชีวะ, 420 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยใช้กรณีศึกษา จำนวน 1 คน จากสถาบันราชานุกูล ซึ่งเป็นเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง อยู่ในกลุ่มอาการดาวนซ์ซินโดรม เพศชาย อายุ 18 ปี ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยโดยได้ศึกษาวิเคราะห์และสังเคราะห์ทฤษฎีทางนันทนจิตและนันทนจิตศึกษาจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดโครงสร้างของรูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษา หาคุณภาพโดยการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาด้วยดัชนีความสอดคล้อง โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 7 ท่าน ประกอบด้วย นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ผู้ดูแล และกลุ่มนันทนาการเพื่อกลุ่มบุคคลพิเศษ หลักสูตรนันทนจิตศึกษาประกอบด้วย 6 เนื้อหา ได้แก่ การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต ความซาบซึ้งทางนันทนจิต ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ความรู้และการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต และปฏิสัมพันธ์ทางสังคม หลังจากนั้น ผู้วิจัยได้นำรูปแบบโปรแกรมไปใช้เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ๆ ละ 3 วันๆ ละ 2 ชั่วโมง โดยมีการวัดความสามารถและพฤติกรรมของกรณีศึกษาก่อนและหลังเข้ารับบริการ ในหลักสูตรโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

#### ผลการวิจัยพบว่า

รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นมีพื้นฐานมาจากการศึกษาทฤษฎีและงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตและนันทนจิตศึกษา โดยได้รับการตรวจหาคุณภาพในเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้อง และผลจากการนำรูปแบบไปใช้พบว่า กรณีศึกษามีพัฒนาการความสามารถและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับ การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต ความซาบซึ้งทางนันทนจิต ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ความรู้และการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมดีขึ้น

ภาควิชา หลักสูตร การสอน และเทคโนโลยีการศึกษา ลายมือชื่อนิสิต.....  
 สาขาวิชา พลศึกษา ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....  
 ปีการศึกษา 2549 ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

# # 4684632127 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD: DEVELOPMENT / LEISURE EDUCATION PROGRAM / MODEL /

CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION

PUFA SAVAGPUN: DEVELOPMENT OF A LEISURE EDUCATION PROGRAM MODEL

FOR CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION.THESIS ADVISOR: ASSOC.PROF.

PRAPAT LAXANAPHISUTH, Ph.D., THESIS COADVISOR : ASSOC.PROF. SIRIDEJ

SUCHEEWA, Ph.D., 420 pp.

The purpose of this research was to develop a leisure education program model for children with mental retardation. The single-subject research design was employed; single case study subject was 18 years old boy with moderate grade mental retardation, in Down Syndrome group from Rajanukul Institute. The researcher investigated, analyzed and synthesized leisure and leisure education theories from related literatures and research papers for determining a structure of a leisure education program model. It was testified and verified by 7 experts; educational specialist, psychiatrist, social worker, client helper, and recreation specialists, then analyzed by Index of Item-Objective Congruence (I.O.C.) method. The leisure education curriculum was composed of six contents: leisure appreciation, awareness of self in leisure, self-determination in leisure, making decisions regarding leisure participation, knowledge and utilization of resources facilitating leisure, and social interaction. This program model was implemented for 12 weeks; 3 days a week and 2 hours a day. The assessment processes began in the first few weeks and the outcomes had been found at the end.

It was found that:

A leisure education program model for children with mental retardation developed by the researcher was based on studying in theories and related researches in leisure and leisure education and was verified by the experts. The outcomes of model implementing found that single case study subject had increasingly developed on ability and behavior concerning leisure appreciation, awareness of self in leisure, self-determination in leisure, making decisions regarding leisure participation, knowledge and utilization of resources facilitating leisure, and social interaction.

Department of Curriculum, Instruction, and Educational Technology Student's signature.....

Field of study Physical Education Advisor's signature.....

Academic year 2006 Co-advisor's signature.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี เนื่องจากความกรุณาและความช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รongศาสตราจารย์ ดร. ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์ อาจารย์ที่ปรึกษา และรองศาสตราจารย์ ดร. ศิริเดช สุธิระ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ที่ได้ให้คำปรึกษา พร้อมทั้งแนวคิดและข้อเสนอแนะ ตลอดจนแก้ไข ข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดีมาโดยตลอด ผู้วิจัยซาบซึ้งในความกรุณาของท่าน และขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณะกรรมการพิจารณาโครงร่างวิทยานิพนธ์ทุกท่านและขอ กราบขอบพระคุณในความกรุณาของท่านผู้ทรงคุณวุฒิ ที่ได้ทำการแก้ไข ตรวจสอบ เครื่องมือที่ใช้ ในการวิจัยครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เฉลิม ชัยวัชรภรณ์ ประธานกรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ ศาสตราจารย์ ดร. สมบัติ กาญจนกิจ อาจารย์ สุธิตรา ศรีสุโร กรรมการสอบ วิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีความสมบูรณ์ มากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยขอขอบคุณ ฝ่ายการศึกษาพิเศษและเจ้าหน้าที่ทุกท่าน สถาบันราชานุกูล ที่ได้ให้ คำแนะนำและความช่วยเหลือเป็นอย่างดีมาโดยตลอด โดยเฉพาะอย่างยิ่งขอขอบพระคุณ ผู้ปกครอง ของกรณีศึกษา น้อง A.D. ซึ่งผู้วิจัยไม่สามารถเปิดเผยชื่อได้ ที่ให้ความกรุณาและความช่วยเหลือใน การทดลอง และเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอกราบขอบพระคุณครอบครัว เสวกพันธ์ ครอบครัว ฤทธิมณี และครอบครัว คำเจริญ ตลอดจนเพื่อนนิสิตระดับปริญญาตรีบัณฑิตทุกท่าน ที่เป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือด้วยดี เสมอมา ทำให้ผู้วิจัยมีความมุ่งมั่น และมีความพยายามจนประสบความสำเร็จ

การวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยส่วนหนึ่ง จากทบวงมหาวิทยาลัย ผู้วิจัยขอกราบ ขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	7
ขอบเขตของการวิจัย.....	7
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	8
ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย.....	9
2 วรรณคดีและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
วรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย.....	10
นันทนจิต.....	11
ประวัติความเป็นมา.....	11
หลักการและปรัชญา.....	13
ความหมาย.....	25
นันทนจิตศึกษา.....	25
ความสำคัญและความเป็นมา.....	25
ความหมาย.....	26
ขอบข่ายและลำดับขั้นของนันทนจิตศึกษา.....	28
รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา.....	48
เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา.....	58
ความหมาย.....	59
ลักษณะทางกายและพฤติกรรม.....	60
ประเภทของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา.....	63
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสถาบันราชานุกูล.....	70
รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	72

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	87
การได้มาซึ่งกรณีศึกษา.....	89
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	93
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	93
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	94
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ.....	95
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ.....	117
5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	145
สรุปผลการวิจัย.....	145
อภิปรายผลการวิจัย.....	172
ข้อเสนอแนะ.....	188
ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย.....	188
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป.....	188
รายการอ้างอิง.....	189
ภาคผนวก.....	196
ภาคผนวก ก หลักสูตร โปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็ก ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา.....	197
ภาคผนวก ข เอกสารประกอบการสอน.....	256
ภาคผนวก ค แบบวัดความสามารถและแบบสังเกตพฤติกรรมทางนันทนจิต.....	281
ภาคผนวก ง บันทึกผลเชิงพฤติกรรมในชั้นประเมินผล ก่อน-หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตร.....	326
ภาคผนวก จ บันทึกผลเชิงพฤติกรรมในชั้นการเข้ารับบริการ ในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา.....	351
ภาคผนวก ฉ แบบตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรนันทนจิตศึกษาของผู้ทรงคุณวุฒิ.....	380
ภาคผนวก ช แบบตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัดความสามารถของผู้ทรงคุณวุฒิ.....	393
ภาคผนวก ซ ผลคะแนนจากผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตร และเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย.....	398
ภาคผนวก ฌ ใบคำขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย.....	414
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	420



## สารบัญตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
1	คะแนนแบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น. ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต.....117
2	คะแนนแบบวัดแรงจูงใจภายในทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต.....118
3	คะแนนแบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉัน ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต .....119
4	คะแนนแบบวัดสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวัน ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต .....120
5	คะแนนแบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆ บ้านของฉัน ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต.....121
6	คะแนนแบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต .....122
7	คะแนนแบบวัดสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต.....122
8	คะแนนแบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต.....123
9	คะแนนแบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต .....124
10	คะแนนแบบวัดประสบการณ์นันทนจิตของฉัน ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต.....125
11	คะแนนแบบวัดสังเกตพฤติกรรมการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต .....126

## สารบัญตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
12	คะแนนแบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ชื่นชอบทำ
	ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต.....127
13	คะแนนแบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
	ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต .....128
14	คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต
	ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต.....129
15	คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน
	ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต .....130
16	คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต
	ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต.....131
17	คะแนนแบบวัดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต
	ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต.....132
18	คะแนนแบบสำรวจตารางเวลา
	ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต .....133
19	คะแนนแบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต
	ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต.....133
20	คะแนนแบบวัดการแสดงสิทธิของตนเอง (คำถามชุด)
	ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต.....134
21	คะแนนแบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
	ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต.....135

## สารบัญตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
22	คะแนนแบบวัดและแบบ สังเกตพฤติกรรมกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต .....136
23	คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต.....137
24	คะแนนแบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต.....138
25	คะแนนแบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต.....138
26	คะแนนแบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต.....139
27	คะแนนแบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการ ด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์ ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต.....140

## สารบัญตารางประกอบ

ตารางที่	หน้า
28	คะแนนแบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์
	ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร
	ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต.....141
29	คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ
	ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร
	ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต.....142
30	คะแนนแบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร
	ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร
	ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต.....143
31	คะแนนแบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในหน่วยการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม .....143
32	คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในหน่วยการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม....144

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความเป็นมา ความจำเป็น ความสำคัญและปรากฏการณ์ของนันทนาการมีมานับแต่โบราณกาล ตั้งแต่ยุคเริ่มแรกมีอารยธรรม (Human Civilization or human society) (<http://en.wikipedia.org/wiki/Civilization>) ยามว่างจากการประกอบกิจกรรมหาเลี้ยงชีพก็ประกอบกิจกรรมงานศิลปะต่างๆ เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์ในด้านความเป็นอยู่และเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของตนเอง ดังปรากฏหลักฐานการค้นพบ เครื่องใช้จำพวกเครื่องปั้นดินเผา รูปปั้นแกะสลักต่างๆ ภาพเขียนสี การเล่นดนตรี ร้องรำทำเพลง และเล่นเกมกีฬาต่างๆ ที่ล้วนเป็นหลักฐานที่แสดงถึงความเจริญก้าวหน้าทางด้านวัฒนธรรม รวมทั้ง ภาพจิตรกรรมตามผนังถ้ำ หรือบนหลุมฝังศพของฟาโรห์แห่งอียิปต์โบราณ (Kraus, 1990) ปัจจุบัน นันทนาการก็ยังคงความจำเป็นและความสำคัญควบคู่กับความเจริญก้าวหน้าทางสังคมและวัฒนธรรมของมนุษยชาติ เพราะนันทนาการเป็นกิจกรรมที่สร้างความพึงพอใจ เป็นส่วนสำคัญของมนุษย์ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิต เป็นกิจกรรมที่แสดงถึงลักษณะความต้องการของมนุษย์ทั้งในด้านกายภาพและด้านจิตวิทยา เป็นกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมได้เข้าร่วมด้วยความสมัครใจในเวลาว่าง (Kraus, 1990) นอกจากนี้ ยังมีจุดมุ่งหมายและประโยชน์ในการสร้างความสนุกสนาน ช่วยลดปัญหาเด็กมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ส่งเสริมการเป็นพลเมืองดี สร้างความสามัคคีในกลุ่ม และสร้างเสริมความรู้สึกรักในการอนุรักษ์ธรรมชาติ (สมบัติ กาญจนกิจ, 2544)

จนกระทั่งปัจจุบัน หลักการและคุณประโยชน์ของการเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการที่ได้รับการคัดสรรแล้วในเวลาว่าง ยังคงได้รับการยอมรับว่าเป็นพื้นฐานที่ดีในการพัฒนาคุณภาพของประชากรให้สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาประเทศ ดังจะพบได้จากการมีการสำรวจการใช้เวลาของประชากรเพื่อเป็นข้อมูลในการจัดแหล่งทรัพยากร ตลอดจนการให้การศึกษาในเรื่องนันทนาการและการใช้เวลาว่างแก่ประชากรมาตั้งแต่ พ.ศ. 2503 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2544) นอกจากนี้ ปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน แห่งองค์การสหประชาชาติ นับตั้งแต่ปี ค.ศ. 1948 ยังให้ความสำคัญกับเรื่องสิทธิในการพักผ่อนและการใช้เวลาว่างของมนุษยชาติด้วยการระบุไว้ในมาตราที่ 24 ว่า “ทุกคนมีสิทธิในการพักผ่อนและเวลาว่าง รวมทั้งการจำกัดเวลาทำงานตามสมควร และวันหยุดงานเป็นครั้งคราวโดยได้รับสินจ้าง” (<http://gii2.nagaokaut.ac.jp/gii/index.php?itemid=795>) อีกทั้งยังเป็นสิ่งสำคัญของชีวิต เป็น

รูปแบบที่สำคัญของการศึกษา เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาการกระทำผิดและพฤติกรรมเบี่ยงเบนของเด็กและเยาวชน อันเป็นปัญหาสำคัญของสังคมเมืองและสังคมอุตสาหกรรม (Lee, 1929 อ้างถึงใน Kraus, 1990)

นอกจากปรัชญาและหลักการของนันทนาการเกี่ยวกับเวลาว่างที่ปรากฏในช่วงศตวรรษที่ 14 อันเป็นพื้นฐานในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชากรแล้ว ในช่วงก่อนหน้านั้น กล่าวคือ ในช่วงศตวรรษที่ 13 ยังได้ปรากฏหลักฐานการใช้นันทนาการ (Leisure) (ประพัฒน์ ถักขณพิสุทธิ, 2546) ภายใต้ปรัชญาอันแสดงถึงองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ คือ เวลาว่าง (Free time) กิจกรรม (Activity) และสถานะของจิต (Frame of Mind) จึงสามารถกล่าวได้ว่า เวลาว่างเป็นปัจจัยที่สำคัญในการประกอบกิจกรรมที่สร้างความพึงพอใจที่กำหนดและ/หรือเลือกกระทำอย่างมีอิสระ (Freedom of choice) สรรสร้างความสุข อันก่อให้เกิดสถานะของจิตที่แสดงออกมาในรูปของสมาธิและความปีติ (Stalley and Miller, 1970) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชิฟเวอร์ (Shivers, 1981) เกี่ยวกับปรัชญาและการวิเคราะห์องค์ประกอบพื้นฐานของนันทนาการที่พบว่า เป้าหมายที่สำคัญประการหนึ่งของนันทนาการคือ สถานะของความพึงพอใจและความสุข (Satisfaction and Happiness) จากการที่ได้เข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการที่คัดสรรแล้วในเวลาว่าง

การให้การศึกษาแก่ประชากรด้านนันทนาการจะส่งผลให้ประชากรมีการพัฒนาคุณภาพชีวิต (Nash, 1960) เพราะกิจกรรมนันทนาการ มีลักษณะสำคัญประกอบไปด้วย การมีส่วนร่วมอย่างลึกซึ้งในด้านอารมณ์ ภาย สติปัญญา และการค้นพบความพึงใจอันเกิดจากการสร้างสรรค์ อันมีปัจจัยด้านเวลาว่างเป็นปัจจัยสำคัญ ในทางการศึกษา นักการศึกษาได้เห็นคุณค่าและประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง ซึ่งมีความสอดคล้องกับกระบวนการในการให้การศึกษาของประเทศไทยมาแต่อดีต กล่าวคือ เมื่อปีพุทธศักราช 2476 กระทรวงธรรมการ หรือกระทรวงศึกษาธิการในปัจจุบันได้มีนโยบายในการส่งเสริมให้นักเรียน เยาวชนและประชาชน รู้จักใช้เวลาว่างในการเล่นกีฬา เพื่อให้มีพลานามัยแข็งแรง และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์อันจะทำให้มีสมรรถภาพทางกาย ทางจิตและทางสังคมที่ดี เพื่อทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติได้อย่างเต็มที่ (จรินทร์ ธานีรัตน์, 2507) แม้ปัจจุบัน กระทรวงศึกษาธิการก็ยังได้กำหนดให้มีการเรียนการสอนกิจกรรมการใช้เวลาว่างสอดแทรกอยู่ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษา และพลศึกษา (กรมวิชาการ, 2544) มีการสอนกิจกรรมเกม กีฬาต่างๆ ที่ได้รับการเลือกสรรแล้วแก่เด็กนักเรียน โดยมีจุดมุ่งหมายในระดับสังคมวิทยา ตามที่ บุกวอลเทอร์ (Bookwalter, 1964) ได้ระบุไว้ในวัตถุประสงค์ประการหนึ่งของวิชาพลศึกษาที่ว่า “มุ่งให้ผู้เรียนรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์”

นอกจากนั้น ดิวอี้ (Dewey, มปป. อ้างถึงใน Stalley and Miller, 1970) นักปราชญ์ทางการศึกษา ยังได้กล่าวว่า “การศึกษามีเพียงแต่จะมีความรับผิดชอบในการจัดเตรียมเวลาเพื่อการสร้างสรรค์อย่าง

เพียงพอสำหรับความสนุกสนาน หรือเพื่อจุดประสงค์ด้านสุขภาพกายเท่านั้น แต่ต้องยังผลสุดท้ายไปที่เจตคติที่ดีด้วย” ดังนั้น การจัดการให้การศึกษาในเรื่องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และคุณค่าอย่างแท้จริง ที่เรียกว่า นันทนจิตศึกษา จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าถึงตนเอง เกิดความซาบซึ้ง มีสัมฤทธิ์ผลในสิ่งอันพึงปรารถนา และมีการตัดสินใจที่ดี ตลอดจนมีการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งถือเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กนักเรียนในปัจจุบัน ดังที่ เซอร์ล และแมน (Searle and Mahon, 1993) ได้กล่าวถึงความสำคัญของนันทนจิตศึกษาที่สามารถยกระดับคุณภาพชีวิตของบุคคลได้ด้วยการให้การศึกษาในเรื่อง การตระหนักรู้ทางนันทนจิต (Leisure Awareness) การตัดสินใจ (Decision Making) ทักษะและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Skill and Social Interaction) ซึ่งเป็นการสนับสนุนแนวคิดของ ชเลน และทักเกอร์ (Schleien and Tucker, 1985) ที่กล่าวถึงนันทนจิตศึกษาว่าเป็นเครื่องมือที่สำคัญในการช่วยให้บุคคลได้พัฒนาสมาธิ การตัดสินใจ ความมุ่งมั่น รวมถึงทักษะการมีส่วนร่วมในสังคม

การประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคคลทั่วไปในเวลาว่าง ก็ย่อมเป็นไปตามลักษณะสำคัญอันเป็นพื้นฐานของนันทนาการ (Butler, 1959 อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ, 2544) กล่าวคือ ผู้เข้าร่วมต้องมีความสมัครใจ และมีแรงจูงใจภายในในการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรม (Decision Making) อันเป็นผลมาจากปัจจัยสำคัญคือ การตระหนักรู้ส่วนตน (Self-awareness) นั่นเอง กลุ่มบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาก็เช่นเดียวกัน ลักษณะสำคัญพื้นฐานเหล่านี้ย่อมจะส่งผลให้การเข้าร่วมกิจกรรม (Participation) สามารถบรรลุถึงซึ่งเป้าหมายสำคัญในการพัฒนาอารมณ์สุข ความพึงพอใจ ความปีติบันเทิง (Satisfaction) และความสุข (Happiness) อันจะส่งผลให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ หากแต่ปัญหาสำคัญคือ ในสภาพความเป็นจริงบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีโอกาสน้อยในการเข้ารับการศึกษาร่วมกับบุคคลปกติ รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรมและการอยู่ร่วมในสังคม อันเนื่องมาจากการบังคับใช้กฎหมายในประเทศไทยยังไม่เป็นผลแพร่หลาย (สถาบันราชานุกูล, 2543) ส่งผลให้บุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ขาดพัฒนาการทางสังคม ขาดปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ไม่สามารถควบคุมและบอกถึงความต้องการของตนเองได้ ส่งผลต่อความสามารถในการตัดสินใจ

ชเลน และเคียร์แมน (Shleien and Kierman, 1981) ได้ทดลองใช้โปรแกรมนันทนจิตศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะการมีส่วนร่วมในสังคมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจำนวน 6 คน โดยใช้เวลาในการทดลองเป็นเวลา 15 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสามารถพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองและทักษะการตัดสินใจ ส่งผลให้เด็กได้แสดงออกถึงพฤติกรรมของความสุข เช่น การยิ้ม หัวเราะ อันเป็นการลดปัญหาความเครียดในครอบครัว ทำให้เด็กและครอบครัวสามารถมีส่วนร่วมในสังคมได้มากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ แดททิลโล (Dattilo, 1991) ยังได้นำโปรแกรม

นันทนจิตศึกษา ที่สามารถพัฒนาเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในด้านต่าง ๆ ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง การตัดสินใจ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และความรู้ด้านนันทนจิต มาใช้พัฒนาความสามารถในการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ผลจากการดำเนินการ โปรแกรม ทำให้เด็กสามารถเลือกที่จะรับและ/หรือปฏิเสธกิจกรรมที่ตนเองต้องการและไม่ต้องการได้

นอกจากนี้การจัดทำแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของการกำหนดวิสัยทัศน์ร่วมกันของสังคมไทยใน 20 ปีข้างหน้า โดยนำความคิดของทุกภาคส่วนในสังคมทุกระดับ ตั้งแต่ระดับจังหวัด ระดับอนุภาค และระดับชาติมาสังเคราะห์เชื่อมโยงเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบให้เกิดเป็น “วิสัยทัศน์ร่วม” ที่สังคมไทยยอมรับร่วมกัน โดยคำนึงถึงภาพรวมการพัฒนาที่ผ่านมา สถานการณ์และแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกประเทศ เพื่อนำไปสู่สังคมไทยที่พึงประสงค์ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงและสร้างคุณค่าที่ดีให้เกิดขึ้นในสังคมไทย (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2545) แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 จึงเป็นแผนยุทธศาสตร์ที่ชี้นำทิศทางการพัฒนาประเทศ ในระยะกลางที่สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ระยะยาว และมีการดำเนินการต่อเนื่องจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) (<http://pattanathai.nesdb.go.th/PTFweb/PTFdata/indext01.html>) ในด้านแนวคิดที่ยึด “คนเป็นศูนย์กลางของการพัฒนา” ในทุกมิติอย่างเป็นองค์รวม และให้ความสำคัญกับการพัฒนาที่สมดุลทั้งด้านตัวคน สังคม เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม อันจะทำให้เกิดการพัฒนายั่งยืน ที่มี “คน” เป็นศูนย์กลางได้อย่างแท้จริง

ด้วยสาเหตุดังกล่าวคณะกรรมการจัดทำแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติจึงได้กำหนดวิสัยทัศน์การพัฒนาประเทศ โดยมุ่งพัฒนาสู่ “สังคมที่เข้มแข็งและมีคุณภาพใน 3 ด้านด้วยกัน คือ (1) สังคมคุณภาพ ที่ยึดหลักความสมดุล ความพอดี สามารถสร้างคนทุกคนให้เป็นคนดี คนเก่ง พร้อมด้วยคุณธรรม จริยธรรม มีวินัย มีความรับผิดชอบ มีจิตสำนึกสาธารณะ พึ่งตนเองได้ คนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข (2) สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้คนไทยทุกคนสามารถคิดเป็น ทำเป็น มีเหตุผล มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และ (3) สังคมสมานฉันท์และเอื้ออาทรต่อกัน ดำรงไว้ซึ่งคุณธรรมและคุณค่าของเอกลักษณ์สังคมไทยที่พึงพาเกื้อกูลกัน

ทั้งนี้ วัตถุประสงค์ของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545- 2549) ข้อที่ 2 ยังได้กำหนดการวางรากฐานการพัฒนาประเทศให้เข้มแข็ง ยั่งยืน สามารถพึ่งตนเองได้อย่างรู้เท่าทันโลก สามารถกระทำได้โดยการพัฒนาคุณภาพคน และข้อ 4 เพื่อแก้ปัญหาความยากจนและเพิ่มศักยภาพและโอกาสของคนไทยในการพึ่งพาตนเอง ยกกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยได้วางเป้าหมายไว้สอดคล้องกันคือ เพื่อการยกระดับคุณภาพชีวิต ซึ่งนำมาสู่ยุทธศาสตร์การพัฒนา



เศรษฐกิจและสังคมของประเทศ 3 กลุ่มยุทธศาสตร์ ประกอบไปด้วย 7 ยุทธศาสตร์ที่สำคัญอันเป็นผลมาจากการพบปัญหาสังคมที่มีความเด่นชัด คือ คนไทยบางกลุ่มขาดโอกาสในการเข้าถึงและไม่ได้รับการคุ้มครองจากหลักประกันความมั่นคงทางสังคมที่มีอยู่อย่างเท่าเทียมกัน โดยเฉพาะในกลุ่มคนยากจนและผู้ด้อยโอกาส โดยในกลุ่มที่ 2 ได้กล่าวถึงการเสริมสร้างฐานรากของสังคมให้เข้มแข็ง เป็นกลุ่มยุทธศาสตร์ที่มุ่งเน้นการพัฒนาคน ครอบครัว ชุมชน และสังคมให้เป็นแกนหลักของสังคมไทย โดยได้กำหนดเป็น “ยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพคนและการคุ้มครองทางสังคม” ซึ่งให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนให้มีคุณภาพและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง ตลอดจนการปรับปรุงระบบการคุ้มครองทางสังคมให้มีประสิทธิภาพ ปรับปรุงรูปแบบการคุ้มครองกลุ่มคนยากจนและผู้ด้อยโอกาส กล่าวคือยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพคนและการคุ้มครองทางสังคมจึงให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนไทยทุกคนให้มีคุณภาพ มีสุขภาพแข็งแรง เป็นคนเก่ง คนดี และมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งได้กำหนดเป้าหมายข้อที่ 2.1 ในการพัฒนาคุณภาพคน ให้ประชาชนมีการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเพิ่มขึ้น และข้อที่ 2.2 การสร้างความมั่นคงทางสังคมและความเข้มแข็งของครอบครัวด้วยการขยายโอกาสการเข้าถึงบริการทางสังคมของกลุ่มคนยากจนและผู้ด้อยโอกาสให้ครอบคลุมทุกคน ซึ่งมีแนวทางการพัฒนาคนให้มีคุณภาพและรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง ให้ความสำคัญกับการปฏิรูประบบสุขภาพ โดยส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยให้ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้เหมาะสม โดยเฉพาะมีการบริโภคที่ถูกต้องและมีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ

ในด้านการศึกษานั้นมุ่งให้ความสำคัญกับการปฏิรูปการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยเน้น การเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจและกำหนดแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนเกี่ยวกับการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสำคัญที่สุด ได้ทดลองปฏิบัติจริง เพื่อให้ผู้เรียนเลือกเรียนตามความถนัด และความสนใจ สามารถแสวงหาและสร้างความรู้ด้วยตนเองที่นำไปสู่การรู้จักคิด วิเคราะห์ กลั่นกรองเลือกรับข้อมูล ข่าวสารและวัฒนธรรมใหม่ๆ ปรับปรุงการจัดหลักสูตรให้มีความหลากหลายยืดหยุ่น สามารถปรับให้สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของท้องถิ่น โดยเพิ่มเนื้อหาสาระที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ เช่น ภาษาอังกฤษ เทคโนโลยีสารสนเทศ เป็นต้น รวมทั้งเนื้อหาสาระทางด้านศิลปกรรม วัฒนธรรม และประวัติศาสตร์อย่างจริงจัง และใช้สื่อเพื่อการศึกษาทุกรูปแบบให้กระจายสู่ประชาชนทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะกลุ่มผู้ด้อยโอกาส เช่น คนพิการ คนที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกล เป็นต้น รวมทั้งพัฒนาระบบเครือข่ายข้อมูลสารสนเทศที่เชื่อมโยงกับแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ และการปรับปรุงแบบและแนวทางการดำเนินโครงการคุ้มครองกลุ่มคนยากจนและผู้ด้อยโอกาส โดยพัฒนาระบบการจัดสวัสดิการสังคมที่เน้นการเสริมสร้างศักยภาพให้กับคนยากจน และผู้ด้อยโอกาสให้สามารถพึ่งตนเองได้ในระยะยาว ซึ่งการจัดดำเนินการนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานี้มุ่งให้ผู้เรียนนั้น ได้ลงมือ

ปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยตนเอง เลือกกิจกรรมได้ตามความถนัดและสนใจของตนเอง มีความยืดหยุ่น ตลอดจนการให้ความสำคัญกับการใช้และคัดแปลงวัสดุอุปกรณ์ สื่อการเรียนการสอน

ดังนั้น การให้นันทนจิตศึกษากับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ซึ่งไม่รู้ความต้องการและไม่รู้จักที่จะกำหนดหรือเลือกการมีส่วนร่วมต่าง ๆ ทำให้ขาดทักษะการตัดสินใจนั้น จึงเป็นความจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งที่สมควรจะได้มีการพัฒนาศักยภาพของบุคคลเหล่านั้น โดยการให้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยนันทนจิตศึกษา เพื่อพัฒนาความปิติบันเทิง ความสุข การสร้างสมาธิระหว่างการเรียนรู้กิจกรรมนันทนาการในระดับการมีส่วนร่วมอย่างลึกซึ้ง ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและปัญญาอย่างแท้จริง

จากความสำคัญและข้อประจักษ์ในการพัฒนาคนตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) รวมถึงการประกาศปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน ในปี ค.ศ. 1948 ขององค์การสหประชาชาติ และจากการเน้นย้ำเจตนารมณ์ดังกล่าวแก่มวลมนุษยชาติ อีกครั้งหนึ่งของคณะกรรมการอำนวยการนันทนจิตโลกในปี ค.ศ. 2001 โดยการกำหนด กฏบัตรนันทนจิต (Charter for Leisure) ที่ระบุถึงการให้สิทธิมนุษยชนแก่กลุ่มบุคคลทุกประเภท โดยการให้มีการจัดนันทนจิต และนันทนจิตศึกษาไว้ด้วย (สมบัติ กาญจนกิจ, 2546) นอกจากนี้ จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549) รัฐบาลก็มีนโยบายในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ด้วยการปรับปรุงรูปแบบและแนวทางการดำเนินโครงการค่ายการคุ้มครองกลุ่มคนยากจนและผู้ด้อยโอกาส เพราะประชาชนบางกลุ่มขาดโอกาสในการเข้าถึงและไม่ได้รับการคุ้มครองทางสังคมที่มีอยู่อย่างเท่าเทียมกัน โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ด้อยโอกาสและผู้พิการ ขณะเดียวกัน ปัญหาการเลือกปฏิบัติต่อผู้พิการมีแนวโน้มทวีความรุนแรงมากขึ้น (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2545) ซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและความอยู่ดีมีสุขของผู้พิการ บุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีความสำคัญต้องได้รับการพัฒนาเพื่อให้เขาสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้เฉกเช่นบุคคลปกติ การให้บริการแก่บุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจึงต้องมีการฟื้นฟูสมรรถภาพทางร่างกาย จิตใจและสังคม อีกทั้งจากการศึกษาค้นคว้าถึงปรัชญาและเป้าหมายของนันทนจิต ในการมุ่งสร้างสมาธิและการไตร่ตรองเพื่อการเป็นบุคคลที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี เป็นผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างอันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระและเกิดจากแรงจูงใจภายในของตนทำให้เกิดการพัฒนาซึ่งคุณภาพของชีวิต อีกทั้งการศึกษาค้นคว้าและวิจัยเพื่อพัฒนานันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในประเทศไทยยังขาดการพัฒนาด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้สนใจที่จะพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา เพื่อให้มีรูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่มีความสอดคล้อง มีคุณภาพ ประสิทธิภาพ

และสามารถนำไปใช้ประโยชน์แก่กลุ่มบุคคลผู้เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาได้อย่างแท้จริง ตลอดจนส่งเสริมการเป็นสมาชิกอยู่ร่วมในสังคมกับบุคคลปกติได้ และเพื่อประโยชน์แก่กลุ่มบุคคลผู้เกี่ยวข้องอีกด้วย

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

### คำถามวิจัย

โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่จะพัฒนาขึ้นมีรูปแบบอย่างไร

### ขอบเขตการวิจัย

1. เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา คือ เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลาง (Moderate Grade) กลุ่มอาการดาวน์ ซินโดรม (Down Syndrome) เพศชาย อายุ 18 ปี
2. รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาประกอบไปด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้
  - 2.1 ขั้นการรวบรวมข้อมูล (Assessment) เป็นขั้นตอนการประเมินผลทางพฤติกรรมและประสิทธิภาพทางนันทนจิต
  - 2.2 ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการ โครงการ (Planning) เป็นขั้นตอนการสรุปพฤติกรรมและประสิทธิภาพทางนันทนจิต
  - 2.3 ขั้นการนำโครงการไปใช้ (Implementation) เป็นขั้นตอนการนำรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และหลักสูตรไปจัดดำเนินการ
  - 2.4 ขั้นการประเมินติดตามผล (Evaluation) เป็นขั้นตอนการการสังเกตวัดผล พัฒนาการของกรณีศึกษาและติดตามผลโครงการร่วมกับประเมินผลทางโทรศัพท์ (Follow up) ด้วย
3. เนื้อหาหลักสูตรโปรแกรมนันทนจิตศึกษา ประกอบด้วยรายละเอียด 6 เนื้อหา (Leisure education contents) ได้แก่ เนื้อหาด้าน
  - 3.1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต (Leisure Appreciation)
  - 3.2 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต (Awareness of Self in Leisure)

### 3.3 ความมีอิสระส่วนตนในการกำหนดเลือกทางนันทนิจิต

(Self-Determination in Leisure)

### 3.4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต

(Making Decisions Regarding Leisure Participation)

### 3.5 ความรู้และการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

(Knowledge and Utilization of Resources Facilitating Leisure)

### 3.6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction)

## คำจำกัดความของคำที่ใช้ในการวิจัย

**นันทนิจิต** หมายถึง การตัดสินใจกำหนดและเลือกเข้าร่วมหรืออยู่ดูการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างอย่างอิสระและที่เกิดจากแรงจูงใจภายในของตน ทำให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิต

**นันทนิจิตศึกษา** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนนันทนิจิต โดยใช้รูปแบบโปรแกรมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น เพื่อให้บุคคลมีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะ ที่เกี่ยวข้องกับความซาบซึ้งทางนันทนิจิต การตระหนักส่วนตนทางนันทนิจิต ความมีอิสระส่วนตนในการกำหนดเลือกทางนันทนิจิต ความรู้ และการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และสามารถนำไปใช้ในการตัดสินใจกำหนดและเลือกการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ ได้อย่างฉลาดและมีคุณค่า

**เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา** หมายถึง กรณีศึกษา (Case study single subject) หรือ A.D. ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลาง (Moderate Grade) กลุ่มอาการดาวน์ซินโดรม (Down syndrome) เพศชาย อายุ 18 ปี จากสถาบันราชานุกูล

**โปรแกรมนันทนิจิตศึกษา** หมายถึง โครงการที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิเคราะห์พิจารณาจัดขึ้น เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะเกี่ยวกับความซาบซึ้งทางนันทนิจิต การตระหนักส่วนตนทางนันทนิจิต ความมีอิสระส่วนตนในการกำหนดเลือกทางนันทนิจิต ความรู้และการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต และปฏิสัมพันธ์ทางสังคม รวมทั้ง เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ ความเข้าใจและทักษะ ไปตัดสินใจกำหนดและเลือกการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการ

**รูปแบบโปรแกรมนันทนิจิตศึกษา** หมายถึง ขั้นตอนการจัดดำเนินการโครงการ นันทนิจิตศึกษา ที่ประกอบไปด้วย การรวบรวมข้อมูล (Assessment) การวางแผนจัดดำเนินการโครงการ (Planning) การนำโครงการไปใช้ (Implementation) และการประเมินติดตามผลโครงการ (Evaluation)

การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา หมายถึง กระบวนการและขั้นตอนในการศึกษาและพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

1. ได้รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพ
2. เป็นแนวทางสำหรับการศึกษาวิจัยและพัฒนาความรู้และทฤษฎีด้านนันทนจิตศึกษานันทนาการบำบัด และนันทนาการสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษในอนาคต



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 2

### วรรณคดีและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

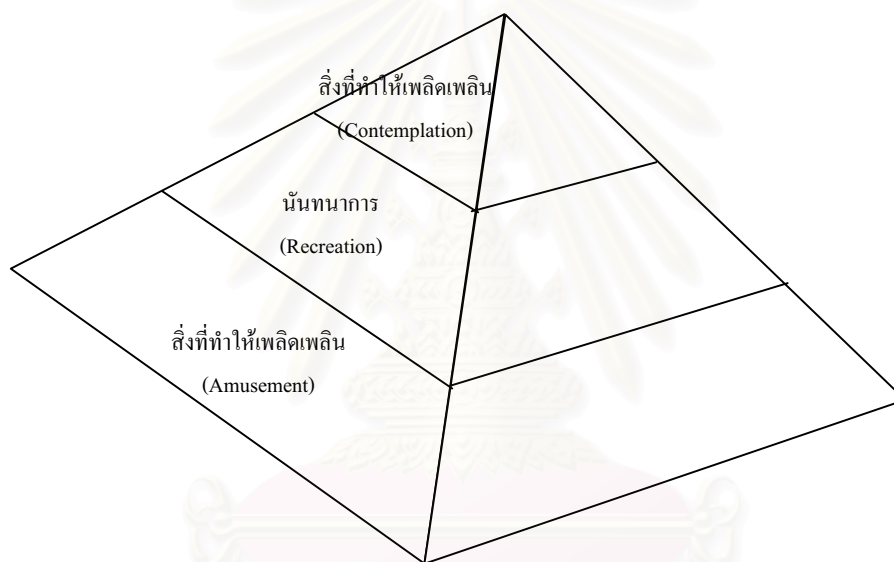
ในการวิจัยเรื่องการพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานั้น ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสาร ตำรา บทความและรายงานการวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอข้อมูลรายละเอียดตั้งแต่ประวัติความเป็นมา หลักการ ปรัชญาขั้นพื้นฐานอันนำไปสู่ความหมายของนันทนจิต ตลอดจนได้กล่าวถึงการเป็นองค์ประกอบสำคัญด้านหนึ่งของการศึกษาและการให้การศึกษาแก่นันทนจิตแก่เด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มปกติและกลุ่มพิเศษ สำหรับการวิจัยครั้งนี้เกี่ยวข้องกับโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา การพัฒนาแบบและการวิจัยแบบกรณีศึกษา เพื่อเป็นพื้นฐานในการวิจัยและให้ผู้อ่านได้ทราบและเข้าใจไปในทิศทางเดียวกันผู้วิจัยจึงขอเสนอหัวข้อดังต่อไปนี้

1. นันทนจิต
  - ก) ประวัติความเป็นมา
  - ข) หลักการและปรัชญา
  - ค) ความหมาย
2. นันทนจิตศึกษา
  - ก) ความสำคัญและความเป็นมา
  - ข) ความหมาย
  - ค) ขอบข่ายและลำดับขั้นของนันทนจิตศึกษา
  - ง) รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา
3. เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
  - ก) ความหมาย
  - ข) ลักษณะทางกายและพฤติกรรม
  - ค) ประเภทของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
  - ง) ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสถาบันราชานุกูล
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
  - ก) นันทนจิตศึกษากับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
  - ข) การพัฒนาแบบ

## นันทนาการ

### ก) ประวัติความเป็นมา

นักวิชาการมากมายต่างมีความสนใจที่จะศึกษาในเรื่องของนันทนาการ ความพยายามแรกเริ่มในการทำความเข้าใจนันทนาการเริ่มขึ้นในช่วง 300 ปีก่อนคริสตกาล ชาวกรีกโบราณสนใจนันทนาการและนักปราชญ์อริสโตเติล (Aristotle) ได้เสนอตัวอย่างหรือรูปแบบ นันทนาการที่มีการจัดลำดับขั้นของพัฒนาการ ในตัวอย่างซึ่งแสดงในภาพที่ 1.1 อริสโตเติล (Aristotle) เสนอว่านันทนาการนั้นเกิดขึ้นจากการพัฒนาการของลำดับขั้นทั้ง 3 ระดับคือ: สิ่งที่ทำให้เพลิดเพลิน (Amusement), นันทนาการ (Recreation), การพิจารณาใคร่ครวญ (Contemplation)



ภาพที่ 1.1 นันทนาการตามแนวคิดของ อริสโตเติล

เกือบ 600 ปีที่ผ่านมา นักวิชาการเสนอว่าความต้องการด้านนันทนาการเป็น 1 ใน 5 ความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ คาส์ลดูน (Khaludun) นักวิชาการประวัติศาสตร์ผู้ซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็นบิดาทางสังคมศาสตร์ คาส์ลดูน (Khaludun) ได้จัดลำดับความปรารถนา 5 ประการตามลำดับและเทียบกับนันทนาการให้อยู่จุดสูงสุดของพีระมิด นักจิตวิทยาชาวอเมริกัน มาสโลว์ (Maslow) เน้นความสำคัญของกิจกรรมในชีวิตของมนุษย์ ภาพที่ 1.2 แสดงตัวอย่างของเขาซึ่งคล้ายกับ คาส์ลดูน (Khaludun) ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ของมาสโลว์ (Maslow) เริ่มต้นด้วยความต้องการพื้นฐานทางกาย ซึ่งปรากฏที่ส่วนล่างของพีระมิด และการบรรลุถึงจุดสูงสุดกับ self-actualization ซึ่งประกอบ

เป็นลำดับขั้นสูงสุดของพีระมิด มาสโลว์ (Maslow) เชื่อว่าความต้องการของมนุษย์สำหรับสุนทรีย์ (ความซาบซึ้งของความงาม) และความรู้มาก่อนความต้องการสำหรับ self-actualization ซึ่งเทียบได้กับกับนันทนจิต

สำหรับยุโรปได้เน้นไปที่ลักษณะทั่วไปและความสำคัญของนันทนจิต นันทนาการและการเล่นในชีวิตของคน เช่น หนังสือที่เขียนเป็นภาษาคัทซ์และแปลเป็นภาษาอังกฤษ ในปี 1950 แสดงบทบาทของกิจกรรมนันทนจิตในวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน หนังสือแปลเล่มอื่น ๆ ในภาษาอังกฤษผู้แต่งกล่าวว่า “วัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อนันทนจิตและนันทนาการ และนันทนจิตก็เป็นตัวเชื่อมโยงวัฒนธรรมต่างๆเข้าด้วยกัน” หลายสิบปีต่อมา หนังสือนันทนจิตในอเมริกาเริ่มมีบทซึ่งผู้แต่งเขียนถึงว่าอเมริกาเข้าสู่ช่วงยุคนันทนจิต “ในทุกภาคส่วนของชีวิตอเมริกันชน นันทนจิตและเวลาว่างเริ่มเข้ามามีบทบาทในชีวิตพวกเรามากขึ้น ชีวิตครอบครัวมีการเปลี่ยนแปลงไป”

นันทนจิต คือ ความอิสระจากงานและหน้าที่ ตามมุมมองนี้นันทนจิตเกิดขึ้นเมื่อคนมีอิสระมากในตัวเอง และวัฒนธรรมสามารถทำความเข้าใจได้โดยผ่านนันทนจิต

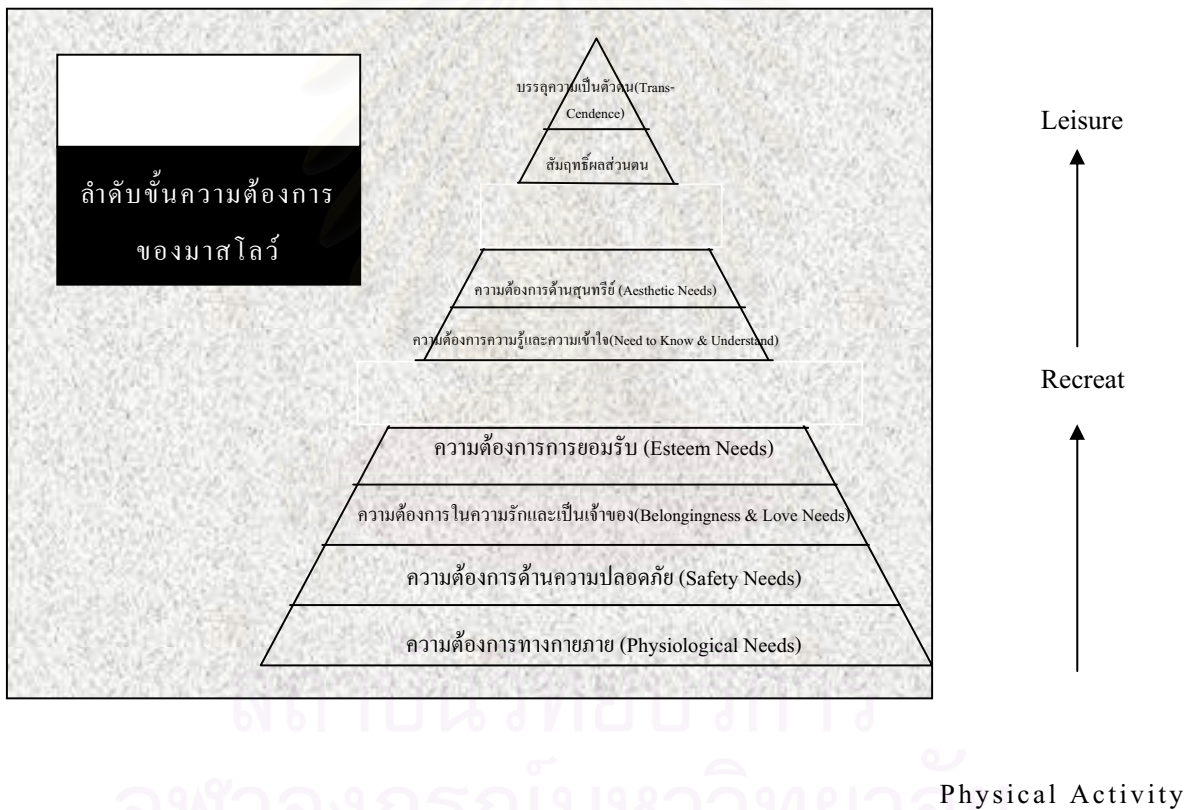
อาจกล่าวสรุปได้ว่า นันทนจิตเป็นส่วนประกอบของวัฒนธรรม หลักฐานนี้มิได้มาจากเพียงสังคมอุตสาหกรรม แต่มาจากการมองผ่านพัฒนาการอย่างหนึ่งอย่างใด และนักปราชญ์จากหลากหลายประเทศได้กลับมาให้ความสนใจในปรากฏการณ์ทางนันทนจิต ตัวอย่างเช่น นักวิชาการฝรั่งเศสเชื่อว่าคนเข้าไปมีส่วนร่วมกัมนันทนจิต โดยความตั้งใจที่อิสระ จุดประสงค์นันทนจิต คือ การพักผ่อน การเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้หรือปรับปรุงทักษะส่วนบุคคล นักวิชาการชาวอินเดียเสนอว่ากล่าวเปรียบเทียบไว้ว่าพื้นที่ว่าง ซึ่งทำให้ห้องอยู่ได้อย่างสบายนั้นคือ นันทนจิต ในโลกอาหรับ ผู้แต่งท่านหนึ่งกล่าวว่าเวลาอิสระได้เพิ่มขึ้นเป็นอย่างมากในหมู่เยาวชนชาวอียิปต์ ซึ่งกิจกรรมนันทนาการควรจะถูกจัดหามาให้

ถึงแม้ว่าจะเป็นการยากที่จะระบุความหมายของนันทนจิต แต่นักวิชาการด้านนันทนาการศาสตร์ ก็ยังคงความพยายามต่อไปในการที่จะระบุความหมายของนันทนจิต ความพยายามนี้ได้มีการทำใน 3 รูปแบบ อันดับแรกเป็นการศึกษาถึงรากศัพท์เพื่อที่จะเข้าใจความหมายพื้นฐานของนันทนจิต อันดับสองเป็นการตรวจสอบถึงประสบการณ์ของคนเมื่อเขาเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่อธิบายได้ในฐานะนันทนจิต และสุดท้ายเป็นการประเมินสิ่งจูงใจที่คนเข้าไปมีส่วนร่วมในแต่ละประสบการณ์



## ข) หลักการและปรัชญา

ในปี 1960 นักวิชาการด้านนันทนาการต่างมีคำถามว่า “อะไรคือนันทนาการ” มีการให้ความหมายของนันทนาการแตกต่างกันไปตามวัฒนธรรม บ้างก็ว่านันทนาการเป็นความอิสระจากงาน ในขณะที่บางคนให้ความสำคัญในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการควบคุมทางสังคม หรือสัญลักษณ์แห่งสถานะของบุคคล บ้างก็เชื่อว่านันทนาการเป็นสภาวะของความสงบและรูปแบบของการทำสมาธิ หรือนันทนาการ คือ เวลาอิสระที่ถูกใช้ไป อย่างไรก็ตาม การมีเวลาว่างก็ได้จำเป็นว่าผู้ที่ใช้เวลาว่างนั้นจะมีภาวะของนันทนาการ เช่น ผู้ถูกต้องขังหรือผู้ป่วยผู้ซึ่งถูกจำกัดอยู่กับเตียงที่มีเวลาว่างมาก แต่ก็ไม่ได้มีนันทนาการ เพราะไม่สามารถเลือกทำกิจกรรมใดได้อย่างอิสระและเกิดขึ้นจากแรงจูงใจภายในของตน แม้กระนั้นก็ตาม นักวิชาการก็ยังคงให้ความหมายของนันทนาการในฐานะเวลาที่เป็นอิสระ



แหล่งที่มา: Cordes, K.A. and Ibrahim, H. **Application in recreation and leisure for today and the future.** Second Edition. New York: McGraw-Hill, 1999.

ภาพที่ 1.2 เปรียบเทียบแนวคิดของ มาสโลว์ (Maslow) กับนันทนาการตามแนวคิดของ คาลด์ฮูล (Kalhdul)

ข้อถกเถียงเกี่ยวกับความหมายของนันทนิจิตยังคงมีอย่างต่อเนื่องจนทุกวันนี้ เช่นในปี 1991 กลุ่มนักวิชาการพบปะกัน เพื่อวิพากษ์หนังสือที่พวกเขาเขียนขึ้นเกี่ยวกับนันทนิจิต ผู้แต่งในบทแรกได้กล่าวว่าการใช้คำว่า นันทนิจิตและนันทนาการนั้นสามารถใช้แทนกันได้ ผู้แต่งคนอื่นของหนังสือได้แสดงความไม่เห็นด้วยเกี่ยวกับการขาดคำจำกัดความที่ชัดเจนของสองคำนี้



แหล่งที่มา: Cordes, K.A. and Ibrahim, H. **Application in recreation and leisure for today and the future.** Second Edition. New York: McGraw-Hill, 1999.

ภาพที่ 1.3 แสดงลำดับขั้นของการเกิดนันทนิจิต

นันทนาการ มีกิจกรรมที่เป็นองค์ประกอบเช่นเดียวกับการเล่นแต่มีความแตกต่างกันคือนันทนาการมีรูปแบบที่ชัดเจน และมีหลายอย่างนอกเหนือจากการเล่น อาจเป็นการศึกษาความซาบซึ้งในการเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่ หรือการพัฒนาทางด้านอารมณ์ เป็นต้น ในสมัยแรกนันทนาการหมายถึง กิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสนุกสนาน พึงพอใจ และผ่อนคลายความตึงเครียด หลังจากการทำงานที่เหน็ดเหนื่อย เพื่อจะเรียกพลังงานหรือความรู้สึกสดชื่นกลับคืนมา แต่ในปัจจุบันนันทนาการมีความหมายและรูปแบบที่สลับซับซ้อนตั้งแต่เป็นกระบวนการก่อให้เกิดความสุข ความสำเร็จในชีวิตขั้นสูงสุด หรือการปรับปรุงเสริมสร้างคุณภาพชีวิต นักการศึกษาบางคน กล่าวว่า นันทนาการเป็นสถาบันทางสังคม (Social Institute) อย่างหนึ่ง

แนวคิดเกี่ยวกับนันทนิจิต (Leisure) อาจสรุปได้เป็น 5 แก่นม คือ

1. เวลาที่ไม่ได้ทำงาน
2. ส่วนหนึ่งของสังคม

3. กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
4. เวลาอิสระ
5. วิธีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้น โดยบุคคลต้องการประสบความสำเร็จเท่าที่เขาต้องการจะทำได้

อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า นันทนาการ หมายถึง

1. สัดส่วนของเวลาที่บุคคลไม่ได้ใช้ไปในการทำงาน
2. การเลือกอย่างอิสระไม่ว่าจะทำงานหรือไม่ก็ตาม เข้าร่วมกิจกรรมเวลาว่างในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อที่ส่งเสริมความต้องการของบุคคล เพื่อให้คุณค่าทางจิตใจ ผ่อนคลายความตึงเครียด ช่วยให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุข

นันทนาการ (Recreation)

1. ความหมายของนันทนาการ ในระยะเริ่มแรก หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยให้บุคคลเข้าร่วมในเวลาว่างเพื่อให้บุคคลเสริมสร้างพลังงานในการทำงานต่อไป ดังนั้น ความหมายแรกของนันทนาการ คือ การเล่นของผู้ใหญ่ในช่วงเวลาว่าง
2. ในสมัยใหม่ นันทนาการ ได้เปลี่ยนแปลงความหมายอีก 3 ประการ คือ
  - 2.1 เป็นกิจกรรมที่มีแรงจูงใจในช่วงเวลาว่าง
  - 2.2 กระบวนการ หรือสภาพที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมโดยมี จุดมุ่งหมาย และความคาดหวังคือสร้างประสบการณ์เสริมสร้างคุณภาพชีวิต ความพึงพอใจ สนุกสนานและสุขสงบ
  - 2.3 เป็นสถาบันทางสังคม เช่น แหล่งความรู้และสาขาวิชาชีพ

ความหมายของนันทนาการ สามารถวิเคราะห์ได้ดังต่อไปนี้

1. นันทนาการ ประกอบด้วยกิจกรรมหรือประสบการณ์ในช่วงเวลาว่าง ซึ่งผู้เข้าร่วมด้วยความสมัครใจ เพื่อก่อให้เกิดความพึงพอใจ ความสุข และแรงความคิดสร้างสรรค์ รวมทั้งเพื่อให้บุคคลได้คุณค่าทางสังคม พัฒนาทางอารมณ์
2. นันทนาการ เป็นส่วนหนึ่งของการทำงาน ดังนั้น บริษัทห้างร้านในโรงงานอุตสาหกรรม จึงจัด โปรแกรมนันทนาการเพื่อบุคลากรในที่ทำงาน ให้เป็นส่วนหนึ่งของเวลาอาหารกลางวัน ช่วงพัก หรือเวลาการทำงาน
3. นันทนาการ เป็นองค์กรหนึ่งของชุมชนหรือหน่วยงานอาสาสมัคร ซึ่งจัดขึ้นเพื่อบริการสังคม ทำให้นันทนาการเป็นที่ยอมรับในฐานะสถาบันทางสังคมเช่น ทางด้าน ประเพณี คุณค่า โครงสร้าง และองค์กรผู้ประกอบการอาชีพ

## ความสัมพันธ์ระหว่างเวลาว่างและนันทนาการ

ความเหมือนหรือคล้ายคลึงกัน

- ระดับของควมมีอิสรภาพ (Level of Freedom)
- การแสดงความเป็นตัวตน (Self-Expression)
- ความพึงพอใจ (Self-Satisfaction)

ความแตกต่างที่สามารถอธิบายได้

- นันทนาการ เป็นการศึกษาที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาและการตัดสินใจที่อิสระปราศจากการควบคุม
- นันทนาการ เป็นการใช้ประโยชน์ เพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาทางอารมณ์สุข และเป็น โครงสร้างของสถาบันทางสังคม

มุมมองและความหมายของ นันทนาการ (Leisure) ในด้านที่เกี่ยวข้องกับสภาวะทางจิต (State of Mind) นั้น ประพจน์ ลักษณะพิสุทธ์ (2546) ได้ให้มุมมองที่มีความสอดคล้องกับปรัชญาของ อริสโตเติล (Aristotle) เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างที่ผสมผสานเข้ากับการพิจารณาของบุคคล โดยกล่าวว่า นันทนาการ นั้นเกิดขึ้นที่ระดับของ การพิจารณาใคร่ครวญ (Contemplation) ซึ่งมีระดับของความเพลิดเพลิน (Amusement) และระดับของนันทนาการ (Recreation) เกิดขึ้นก่อนตามลำดับ

นอกจากนั้น ประพจน์ ลักษณะพิสุทธ์ (2546) ยังได้กล่าวอีกว่า ทฤษฎีของนันทนาการจะกล่าวถึง 3 ด้านสำคัญ คือ ด้านที่เกี่ยวข้องกับภาวะของเวลา (State of Time) ภาวะทางกิจกรรม (State of Activity) และภาวะทางจิต (State of Mind) โดยถือว่าภาวะทางจิตนั้นเป็นด้านที่สามารถทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความตระหนัก (Awareness) อันจะส่งผลต่อการคงอยู่ของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างที่ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ (Quality of Life) ได้ในที่สุด โดยสรุปคือ จิตใจที่มีแต่ความสนุกสนานรื่นเริงยินดี เป็น คำว่า นันทนาการ (นันทน์ สมาสกับคำว่า จิต)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางเปรียบเทียบองค์ประกอบด้านต่าง ๆ ของนันทนิจิตและนันทนาการ

องค์ประกอบ	นันทนิจิต	นันทนาการ
1. อิสระภาพ (Freedom)	เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นการแสดงออกอย่างอิสระ	ให้โอกาสแก่บุคคลในเรื่องการเลือกอย่างอิสระที่จะเข้ามีส่วนร่วมในกิจกรรมตามความพึงพอใจ
2. การแสดงออกแห่งตน (Self-Expression)	บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน	บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน
3. ความพึงพอใจแห่งตน (Self-Satisfaction)	ก่อให้เกิดความพึงพอใจในระดับที่ต่างกับนันทนาการ	ก่อให้เกิดความพึงพอใจในระดับที่ต่างกับนันทนิจิต
4. คุณภาพ	สร้างประสบการณ์เพื่อคุณภาพชีวิต	สร้างประสบการณ์เพื่อคุณภาพชีวิต
5. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creativity)	สามารถเกิดขึ้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ	เกิดจากการริเริ่มทั้งจากตนเองและการจัดเพื่อก่อให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
6. ความจำเป็น (Necessity)	ขึ้นอยู่กับความสนใจ	ขึ้นอยู่กับความสนใจ
7. ความสนุกสนานพึงพอใจ (Enjoyment)	เป็นอิสระมากกว่าเป็นการแสดงออกมากกว่านันทนาการในกรณีที่กิจกรรมนันทนาการถูกจัดขึ้น	เป็นการใช้กิจกรรมที่มีเป้าประสงค์เพื่อความสุขสนุกสนานและความพึงพอใจ
8. ประสบการณ์ (Experience)	เป็นการแสดงออกโดยอิสระจากการกระทำเป็นประสบการณ์ที่ดีหรือไม่ดีก็ได้	เป็นการใช้กิจกรรมเพื่อสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น

แหล่งที่มา: Mundy, J. and L. Odum. **Leisure Education: Theory and Practice**. New York: John Wiley and Sons, 1979.

ตารางลำดับขั้นของประสบการณ์นั้นทนจิต

ความรู้ลึกจากประสบการณ์นั้นทนจิต	จุดหลักหรือจุดเน้นประสบการณ์	การตอบสนองทางอารมณ์และการเกี่ยวพัน	ชนิดของข้อคิดเห็น
<p>ด้านบวก</p> <p>กลางๆ</p>	<p>ความตั้งใจมุ่งไปที่ประสบการณ์ทุกส่วนที่มีความหมาย; ทุกสิ่งไปด้วยกัน; เป็นไปโดยอัตโนมัติ; ไม่หมกมุ่นในความตั้งใจจนเกินไป</p> <p>ความตั้งใจอันดับแรกมุ่งไปที่องค์รวมของประสบการณ์ส่วนใหญ่อย่างมีความหมาย</p> <p>ตั้งใจจะเป็นส่วนหนึ่งของประสบการณ์บางด้าน</p> <p>ประสบการณ์บางส่วนเข้าสู่ส่วนไม่มี ความหมายทางปัญญาและอารมณ์</p>	<p>ล้าลึก, เข้มข้นกับการตอบสนองทางอารมณ์ การเกี่ยวพัน; ความพึงพอใจอย่างเข้มข้น, เพิ่มพูน, ปรับปรุง</p> <p>การตอบสนองทางอารมณ์เป็นสิ่งที่สนุกสนาน สามารถทำให้มีความสุขได้และเพลิดเพลินร่วมไปด้วยกันกับความพึงพอใจ</p> <p>ความเพลิดเพลินทางจิตใจในการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ;</p> <p>การเกี่ยวพัน การตอบสนอง อารมณ์ และความรู้สึกน้อยลง</p>	<p>“มันเป็นสิ่งที่ดี”</p> <p>“มันเป็นประสบการณ์ที่เยี่ยมอย่างแท้จริง”</p> <p>“ประสบการณ์เช่นนั้นทำให้ชีวิตนี้อยู่อย่างคุ้มค่าจริงๆ”</p> <p>“มันเป็นสิ่งสนุก”</p> <p>“ฉันชอบมันจริงๆ เลย”</p> <p>“มันค่อนข้างดีทีเดียว”</p> <p>“มันก็ดี”</p> <p>“มันไม่ใช่ความชอบของฉันหรอกแต่มันก็ไม่ได้สูญเสียเปล่าทั้งหมด”</p>

ด้านลบ	มุ่งไปที่บางส่วน, กิจกรรมบางส่วนไม่ เพลิดเพลินทางอารมณ์	ความรู้สึกไม่ เพลิดเพลิน; การ ตอบสนองอารมณ์ ทางด้านลบ;	“ฉันไม่ชอบมันเลย” ฉันไม่สนุกกับมัน ทั้งหมด”
--------	---	--	---

แหล่งที่มา: Mundy, J. **Leisure education: Theory and practice.** 2th ed. Champaign, IL: Sagamore Publishing. (1998).

### ค) ความหมาย

คำว่านั้นทนจิตได้มาจากคำในภาษาละติน licer ซึ่งหมายถึง การยอมหรืออนุญาต (permit or allow) Licer เป็นคำรากศัพท์ที่มาจากภาษาละตินอันหมายถึง การอนุญาต (permission) ด้วย นี่คือ หลักฐานชิ้นสำคัญ และให้ความหมายนั้นทนจิตในฐานะการอนุญาต การยินยอมที่จะทำอะไรก็ตามตามความ พยายามของแต่ละคน มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เขาเลือกและปล่อยอารมณ์ไปตามกิจกรรมที่เขาตั้งใจ ประสบการณ์นั้นทนจิตมี 3 องค์ประกอบหลักคือ

1. อิศราภาพ ทำประสบการณ์นั้นด้วยความตั้งใจ เช่น การมีอิศราภาพที่จะขับรถไปชายหาดในวันอาทิตย์และอยู่ที่นั่นตราบเท่าที่ต้องการ แล้วก็กลับเมื่อรู้สึกเหนื่อย ถ้าทำงานเราจะไม่มีอิสระอย่างแท้จริงในการที่จะเลือกกิจกรรมนี้ระหว่างที่ทำงาน

2. กิจกรรมไม่มีผลประโยชน์ คือ มิได้มาจากปัจจัยภายนอก เช่น นักฟุตบอลสมัครเล่นที่มีได้ ทำเพื่อการแข่งขันหรือว่าเงิน

3. ผลลัพธ์ที่เป็นประโยชน์ การทำกิจกรรมใด ๆ ที่ทำแล้วได้ประโยชน์ เช่น เราอาจไปออกกำลังกายที่ยิมเพื่อลดน้ำหนัก เพิ่มความแข็งแรง หรือเพื่อส่งเสริมความทนทาน

เพื่อให้เกิดความเข้าใจความหมายของประสบการณ์นั้นทนจิตที่ชัดเจนมากขึ้น จึงใคร่เสนอแนวคิดไปที่ 3 ประเด็นสำคัญต่อไปนี้

#### นั้นทนจิตในฐานะเวลาที่เหลืออยู่

นักสังคมวิทยาชาวอังกฤษ พาร์คเกอร์ (Parker) ได้ระบุนั้นทนจิตในฐานะเวลาที่เหลืออยู่โดยถูกคิดคำนวณตามนี้ เริ่มต้นด้วย 24 ชั่วโมงๆต่อไปนี้ที่ไม่ถือว่าเป็นนั้นทนจิต การทำงาน การนอนหลับ การรับประทานอาหาร และความตั้งใจเพื่อความต้องการทางกาย เวลาที่เหลืออยู่หมายถึง เวลาที่นอกเหนือจากกิจกรรมดังกล่าว ในกรณีของนั้นทนจิต เวลาเพื่อการดำรงชีพ (existence) และเพื่อชีวิต (subsistence) เช่น การรับประทานอาหาร ภาพที่ 1.4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างเวลาเพื่อการดำรงชีพ เวลาเพื่อชีวิต

และเวลาอิสระ อย่างที่เห็นว่ามีบางส่วนที่เกี่ยวข้องกันระหว่าง 3 ประเภทนี้ เวลานั้นง่ายที่เราจะเข้าใจ  
ในฐานะโมฆยาม วัน และสัปดาห์ ด้วยเหตุผลนี้นั้นทัศนคติในบางครั้งจึงให้ความหมายในด้านเวลา



แหล่งที่มา: Cordes, K.A. and Ibrahim, H. **Application in recreation and leisure for today and the future**. Second Edition. New York: McGraw-Hill, 1999.

ภาพที่ 1.4 แสดงความสัมพันธ์กันระหว่างเวลาที่ใช้ในชีวิตประจำวันเวลาทำงานและเวลาว่าง

#### ทัศนคติในฐานะกิจกรรม

เป็นกิจกรรมที่มนุษย์เลือกทำในเวลาว่างของเขาจากความต้องการ ถึงแม้ว่าจะมีความหลากหลายที่ไม่สุดสิ้นในกิจกรรมมนุษย์ แต่ก็มีลักษณะที่แน่นอนและทำเพื่อให้สดชื่น สนุกสนานขึ้น ในศตวรรษที่ 1960 ชิบูทานิ (Shibutani) นักจิตวิทยาสังคมเชื้อสายญี่ปุ่น-อเมริกัน ได้กล่าวว่า สิ่งหนึ่งที่สามารถวิเคราะห์มนุษย์ได้คือสิ่งที่เขาทำในเวลาว่าง

#### ทัศนคติในฐานะภาวะทางจิต

นักวิชาการหลายท่านได้พิจารณาเกี่ยวกับความสำคัญด้านสภาวะทางจิตของมนุษย์ที่ให้กับประสบการณ์นั้นทัศนคติ นักวิชาการท่านหนึ่งกล่าวว่า สิ่งตรงกันข้ามกับนั้นทัศนคติ คือ หน้าที่ ดังนั้นในการที่จะเป็นนั้นทัศนคติได้ต้องเป็นอิสระจากแรงบีบที่เป็นปัจจัยภายนอกในการที่จะเป็นอุปสรรคต่อการเลือก นักวิชาการหลายท่านยังคงให้ความสำคัญกับการรับรู้ด้านอิสรภาพของมนุษย์ด้านแรงจูงใจเงื่อนใจ และทัศนคติต่อนั้นทัศนคติมันเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่จะเข้าใจว่า สิ่งตรงข้ามนั้นทัศนคติมิใช่งาน แต่ คือ ภาระหน้าที่ หลายๆ ประสบการณ์ที่มีใช้งานหรือว่าเกี่ยวกับงานและซึ่งอาจจะเป็นความคิดในฐานะนั้นทัศนคติ นั้นมิใช่ประสบการณ์นั้นทัศนคติอย่างแท้จริง เช่น นักฟุตบอลอาชีพมิได้อยู่ในสถานะนั้นทัศนคติ เมื่อเขาเข้าไปมีส่วนร่วมในเกมเพื่อรางวัลหรือการตอบแทนทางการเงิน บุคคลผู้ซึ่งถูก



บีบบังคับให้ตัดหญ้าในสนามมิใช่เป็นงานแต่แน่นอนมันมิใช่พันธกิจ คำว่าพันธกิจจึงไม่สามารถใช้การได้ใน 2 กรณีนี้ เหตุเพราะพันธกิจต้องเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเวลาอิสระ ยิ่งไปกว่านั้น ยังเป็นวิถีทางแห่งการดำรงอยู่ ปรัชญาเกี่ยวกับการมีชีวิตและเหนือยิ่งกว่าอื่นใด คือสถานะทางจิต

นอกจากนี้พันธกิจนั้นเป็นเรื่องของนามธรรม ดังนั้นการที่จะจำกัดความพันธกิจก็ดูจะยากที่จะระบุลงไปให้ชัด ตัวอย่างเช่น อะไรเป็นกิจกรรมพันธกิจที่สนุกสนานสำหรับปัจเจกบุคคล เป็นต้นว่า การเดินในป่า อาจจะถูกพิจารณาว่ามันเป็นงานสำหรับคนที่อยู่อาศัยในเมืองผู้ซึ่งมิได้มีความซาบซึ้งกับการอยู่กลางแจ้ง ส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าพันธกิจคล้ายกับการเล่น, ในด้านการเล่นพันธกิจทำให้เด็กมีความสุขและผ่อนคลายจากความเครียดและความวิตกกังวล หลังจากที่มีการพิจารณาถึงมุมมองที่เป็นไปได้ของพันธกิจ เราก็สามารถบอกได้ว่าเหตุไร เอนนิส (Ennis) ถึงได้อธิบายพันธกิจตามนี้ “พันธกิจ คือ ทุกสิ่งทุกอย่างที่ดีที่สุดในชีวิต, พันธกิจคือความไม่เป็นระเบียบในปัจเจกบุคคลอย่างแน่นอน” อิบราฮิม (Ibrahim) กล่าวว่า ถึงอย่างไรก็ตามควรตัดสินใจที่ให้คำนิยามที่สั้นกระชับของพันธกิจ : พันธกิจคือเมื่อใดก็ตามที่บุคคลทำในสิ่งที่ชอบหรือปรารถนาที่จะทำด้วยความสนุกสนาน เพื่อให้ประเด็นนี้ชัดเจนขึ้น ผู้วิจัยจะมุ่งเน้นไปที่กรอบแนวคิด 3 ประการของพันธกิจ : เวลา กิจกรรม และสถานะทางจิต

ในด้านของเวลา พันธกิจสามารถถูกนิยามในฐานะของเวลาที่เหลืออยู่ โดยเป็นอิสระจากหน้าที่ และความจำเป็น เป็นเวลาซึ่งเราอยู่คนเดียวและส่งเสริมการกระทำของพวกเรา พันธกิจโดยแท้ต้องไม่มีแรงบังคับหรือปัจจัยภายนอกที่จะมากำหนดสิ่งที่เรากระทำ มันเป็นเวลาซึ่งเราเป็นอิสระจากหน้าที่ในการเกี่ยวข้องกับสังคม เช่น งาน ครอบครัว และศาสนา ยิ่งไปกว่านั้น เวลายังเป็นอิสระจากความคาดหวังของสังคม ถึงอย่างไรก็ตามด้วยข้อดีหลายอย่างคำนิยามนี้ก็ยังคงเป็นที่คลุมเครืออยู่ที่มันมิได้มีการระบุชนิดประเภทของพันธกิจที่แตกต่างกันหรือขอบเขตที่อิสระจากหน้าที่ทางสังคม เหตุเพราะคำนิยามพันธกิจในฐานะของเวลานั้นยังเป็นสิ่งคลุมเครือ เราจึงอธิบายพันธกิจผ่านการเป็นกิจกรรม

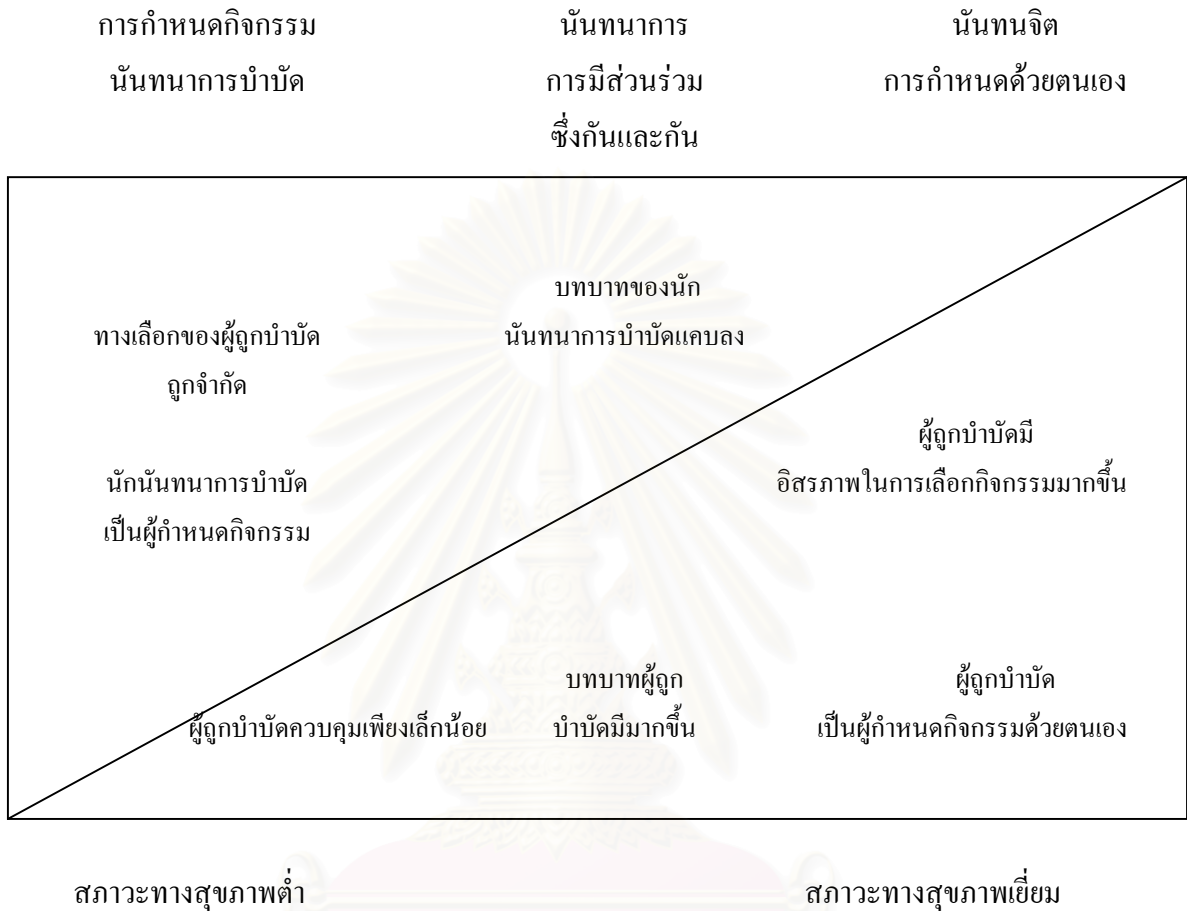
พันธกิจสามารถตีความในฐานะของกิจกรรมได้ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการผ่อนคลายและกลับเป็นหนุ่มเป็นสาวของบุคคลขึ้นอีกครั้ง เมื่อสังเกตในด้านนี้จะพบว่า พันธกิจมีพื้นฐานอยู่บนสำนักทางปัญญาเกี่ยวกับสิ่งบุคคลทำกิจกรรมที่พวกเขาอยากทำ กิจกรรมของคนส่วนใหญ่บางกลุ่มก็จะดูที่วีเล่นกีฬา มีส่วนร่วมในกิจกรรมกลางแจ้ง อ่านหนังสือ ดูหนังหรือฟังเพลง กิจกรรมเหล่านี้ก็จะนำมาซึ่งความผ่อนคลายในร่างกาย จิตใจหรือความคิด แต่ยังคงไม่พบกับความต้องการด้านจิตวิญญาณ กิจกรรมนั้นต้องคุ้มค่ากับเวลาที่สูญเสีย ทำกิจกรรมด้วยสมาธิ เราจึงจำเป็นต้องระบุนิยามอื่นของพันธกิจเพิ่มเติม

สุดท้ายนั้นทัศนคติสามารถนิยามได้ในฐานะ ภาวะทางจิต แนวคิดนี้ถูกเริ่มโดย อริสโตเติล (Aristotle) เป็นการพัฒนาไปสู่ขั้นสุดในทัศนคติ ในฐานะรูปแบบการทำให้ตนเองดีขึ้นและสมาธิในตนเอง ทัศนคติถูกมองในฐานะการครอบครองสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิตมนุษย์ด้วย เพราะเป็นสิ่งสำคัญเพื่อการพัฒนาตนเอง ทัศนคติบังคับให้เราอดหลังจากการคืนรนในชีวิตประจำวันที่ไม่เปลี่ยนแปลง ไปสู่สิ่งสำคัญในชีวิตจริง ๆ พวกเรารู้ว่าด้านใดในชีวิตต้องการการปรับปรุง ในขณะที่มุมมองทัศนคติมีแนวโน้มทางมนุษยวิทยา และสามารถเป็นเวลาซึ่งเรามุ่งสมาธิสู่พระเจ้าและก็พัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างเรากับท่านได้ อย่างไรก็ตาม ทัศนคติในมุมมองนี้ เช่นเดียวกับนิยามด้านเวลา ซึ่งยังคงมีการตีความได้อีกมาก

เมื่อนำมาพิจารณาแบบแยกส่วนแต่ละมุมมองมีข้อบกพร่องของตนเอง การรวมกันของมุมมองต่าง ๆ เหล่านี้มันจะให้คำนิยามที่ดีที่สุด คำนิยามสุดท้ายของทัศนคติ นั่นคือ สิ่งที่คุณเลือกที่จะทำด้วยความสมัครใจของตนเอง เหตุเพราะมันเกี่ยวข้องกับการเลือกส่วนบุคคล นิยามทัศนคติในด้านนี้จะทำให้คำนิยามของทัศนคติในแต่ละบุคคลนั้นต่างกันรัฐบาลในทุกระดับของสหรัฐอเมริกาและแคนาดา ต่างก็มีหน้าที่รับผิดชอบที่จะจัดหาและช่วยเหลือการให้โอกาสทางทัศนคติผ่านนันทนาการอย่างมากมาย ฮัททิสัน (Hutchison) ได้กล่าวถึงคำจำกัดความ นันทนาการ คือ สิ่งที่มีคุณค่า เป็นสิ่งที่สังคมยอมรับ ความพึงพอใจที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติและเกิดขึ้นทันทีต่อผู้เข้าร่วมที่อยากประกอบกิจกรรมและอยากมีส่วนร่วมด้วยตนเอง

ทัศนคติ คือ เวลาอิสระทั้งหมดที่หลีกเลี่ยงงานหรือกิจกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวข้องกับงาน นั่นคือ เวลาที่ปราศจากความรับผิดชอบ เป็นเวลาที่ไม่มีการบังคับ สร้างความรื่นรมย์ ในทางเทคนิค ทัศนคติจะถูกไปใช้ในฐานะที่เป็นกิจกรรมนันทนาการ แต่ไม่ใช่กิจกรรมนันทนาการทั้งหมดที่ถูกใช้ในทัศนคติ ทัศนคติได้รับการรับรู้ในฐานะของลักษณะอิสรภาพส่วนบุคคล แรงจูงใจภายใน ความรู้สึกพึงพอใจ ทัศนคติทำโดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ประสบการณ์ของทัศนคติมีความสัมพันธ์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้กับการคงไว้ซึ่งสภาวะสุขภาพพอ ๆ กับการพัฒนาสภาวะสุขภาพ ประสบการณ์ทัศนคติก่อประโยชน์ทั้งสุขภาพกายและใจ รวมถึงการลดความเครียด ยกย่องการนับถือตนเอง พัฒนาและคงไว้ซึ่งสัมพันธ์ภาพทางสังคม ในกรณีของกิจกรรมทางกาย ทัศนคติพัฒนาและคงไว้ซึ่งสมรรถภาพทางกายและความสามารถทางกลไก ด้วยประโยชน์ทางสุขภาพทำให้ศักยภาพ นันทนาการและทัศนคติมีอำนาจในการบำบัดด้านการรักษาและเพื่อบุคคลพิการด้วย

ทฤษฎีนันทนาการในรูปแบบการส่งเสริมและป้องกันทางสุขภาพ



แหล่งที่มา: Austin, D. R. **Therapeutic Recreation: Processes and techniques.** 4<sup>th</sup> Ed. Champaign, IL: Sagamore, 1999.

กล่าวโดยสรุป คำว่า Leisure ในภาษาอังกฤษซึ่งพบหลักฐานการใช้มาตั้งแต่ครั้งศตวรรษที่ 13 ในฐานะศาสตร์ที่มีการศึกษาค้นคว้ามาพร้อมกับนันทนาการ นักวิชาการบางท่านเช่น อิบราฮิม (Ibrahim, 1998) หรือ จากหนังสือเช่น การประยุกต์นันทนาการและนันทนาการสำหรับวันนี้และอนาคต (Applications in Recreation and Leisure for today and the future) ได้กล่าวว่า คำสองคำนี้คือนันทนาการและนันทนาการสามารถใช้แทนกันได้ มีนักวิชาการชาวต่างประเทศหลายท่านได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับนันทนาการในรูปแบบประวัติศาสตร์ ทฤษฎี คุณลักษณะและคุณสมบัติ ตลอดจนให้ข้อสรุปที่ยังประโยชน์ซึ่งกันและกันระหว่างนันทนาการและนันทนาการ ซึ่งเมื่ออธิบายความด้วย

พื้นฐานของคำแล้ว พบว่า Leisure เป็นคำในภาษาท้องถิ่นของฝรั่งเศสคือคำว่า Leisour ที่แปลว่าการอนุญาต ยินยอม ซึ่งแปลงมาจากภาษาลาติน Licere ซึ่งหมายถึงการยอมหรืออนุญาต (permit or allow) เช่นกัน

ต่อมาการบัญญัติคำว่า Leisure ในพจนานุกรมฉบับภาษาอังกฤษที่มีชื่อเสียงหลายเล่ม เช่น The Oxford English Dictionary หรือ Webster Dictionary ราชบัณฑิตให้ความหมายที่ 1 ของคำว่า นันทนาการว่า เป็นเวลาว่าง เวลาอิสระจากงาน ภาระหน้าที่ ซึ่งเป็นที่เข้าใจได้ง่ายของบุคคลทั่วไป โดยปรากฏหลักฐานการเข้ามาในประเทศไทยครั้งแรกในหนังสือสันตนาการของ จรินทร์ ธานีรัตน์ ในปี พ.ศ. 2507 ว่า Leisure หมายถึง เวลาว่าง จากความเข้าใจดังกล่าวซึ่งนับเป็นพื้นฐานที่ดีต่อการพัฒนานันทนาการและนันทนาการของประเทศในเวลาต่อมาหากแต่ยังขาดความครอบคลุมในปรัชญา ทฤษฎี และความหมายของนันทนาการ เช่นที่นักวิชาการชาวต่างประเทศตลอดจนราชบัณฑิตและนักภาษาศาสตร์ได้กล่าวถึงรวมทั้งการวิเคราะห์นันทนาการไว้นั้น ทั้งนี้สามารถสรุปสาระสำคัญของนันทนาการได้ดังนี้ (Edwin J. Staley and Norman P. Miller, 1970)

ด้านปรัชญานันทนาการเป็นนัยของสภาวะทางจิต ความรู้สึกปลื้มปิติอิทธิพลด้วยตนเอง ด้านการวิเคราะห์นันทนาการ มีปัจจัยอยู่ด้วยกัน 3 ประเด็นคือ เวลาว่าง (Free time) กิจกรรม (Activity) และองค์ประกอบของจิต (Frame of mind) อธิบายความได้ว่า เวลาว่างนับเป็นปัจจัยในการประกอบกิจกรรมกับความมีอิสระ (Freedom of choice) และมีความสุขที่ได้ทำกิจกรรมซึ่งก่อให้เกิดภาวะทางจิตซึ่งก่อผลลัพธ์คือ สมานีและความปิติสุขดังสมการ

$$\text{เวลาว่าง} + \text{กิจกรรม} = \text{ภาวะทางจิต}$$

จากการศึกษาปรัชญาและวิเคราะห์องค์ประกอบพื้นฐานของนันทนาการพบว่าเป้าหมายที่สำคัญประการหนึ่งของนันทนาการ คือ ภาวะของความปิติบันเทิงหรือความสุขสันติ (Satisfaction and Happiness) ชิฟเวอร์ (Jay S Shivers, 1982) โดยผ่านกิจกรรมนันทนาการที่บุคคลได้เลือกสรรแล้วในเวลาว่างของตน ซึ่งมีความสอดคล้องกันกับแนวคิดของ ประพัฒน์ วัฒนพิสุทธิ ผู้บัญญัติคำว่า นันทนาการ ด้วยการสมานคำระหว่าง นันทน์ ซึ่งเป็นทั้งคำในภาษาบาลีและสันสกฤตและเป็นคำนาม แปลว่า ความสนุก ความยินดี ความรื่นเริง (พจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. 2530, 272) กับคำว่า จิต ที่เป็นคำนามแปลว่า ใจ สิ่งที่มีหน้าที่รู้ คิดและนึก (พจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. 2530, 144) ซึ่งเมื่อนำคำแปลของคำทั้งสองมารวมกันในเบื้องต้นแปลว่า ใจ ที่มีแต่ความสนุกสนานรื่นเริงยินดี หลังจากปี พ.ศ. 2546 เป็นต้นมาได้มีการศึกษาค้นคว้าจากเอกสารและตำราเกี่ยวกับนันทนาการเชิงลึกในด้านทฤษฎี องค์ประกอบและความสำคัญเพิ่มมากขึ้น ตลอดจนความพยายามในการเผยแพร่เอกสาร บทความผ่านสื่อ ไร้สาย บทความหรือวารสารสมาคมพลศึกษาสุขศึกษาแห่งประเทศไทย ซึ่งจะได้กล่าว

รายละเอียดในบทวรรณคดีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไปนั้น จึงทำให้สามารถได้ข้อสรุปในความหมายที่มีความครอบคลุมดังนี้ **นันทนจิต** หมายถึง การตัดสินใจกำหนดและเลือกเข้าร่วมหรือยุติการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง อันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระและเกิดจากแรงจูงใจภายในของคนที่ทำให้เกิดการพัฒนาคุณภาพของชีวิต

### **นันทนจิตศึกษา**

#### **ก) ความสำคัญและความเป็นมา**

นันทนจิตศึกษาในโรงเรียนจัดขึ้นเพื่อให้นักเรียนได้มีโอกาสเรียนรู้เพื่อปรับปรุงการมีส่วนร่วมทางนันทนจิตของพวกเขาและแบบแผนชีวิต โดยการพัฒนาทัศนคติด้านบวกของนันทนจิต การพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับการมีส่วนร่วมในนันทนาการ ความรู้ของแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการและการตระหนักถึงประโยชน์ของการเข้าไปมีส่วนร่วมกับนันทนาการ การสอนนันทนจิตศึกษาไม่เพียงแต่ทักษะกิจกรรมเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการวางแผน ทักษะการตัดสินใจและทักษะสังคมนันทนจิตศึกษาในโรงเรียนและชุมชน คือ การบริการที่ช่วยทำให้การมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการง่ายขึ้นทั้งของเด็กและเยาวชนพิการในโรงเรียนและชุมชนเพื่อ ความสนุก ความรื่นเริง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การแสดงออกในตนเอง

งานวิจัยมีการแสดงอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งประโยชน์ของนันทนจิตศึกษาในการพัฒนาการรับรู้ในด้าน ร่างกาย พฤติกรรม สังคม และทักษะอารมณ์ ถึงอย่างไรก็ตามงานวิจัยนี้ใช้นันทนจิตศึกษาในฐานะบริการที่เกี่ยวข้องแต่บ่อยครั้งนักเรียนก็มิได้รับความรู้ในคุณค่าของนันทนจิต สำหรับนักเรียนที่พิการกิจกรรมนันทนจิตสามารถช่วยนักเรียนในการพัฒนาทักษะทางนันทนาการ รวมถึงกิจกรรมการใช้ชีวิตแต่ละวัน และทักษะความรู้ในการรับรู้ทางกาย พฤติกรรม สังคม และด้านอารมณ์ นันทนจิตเป็นส่วนสำคัญของการศึกษาทั้งมวล และพัฒนาการของนักเรียน

นันทนจิตศึกษาในฐานะบริการที่เกี่ยวข้องถูกกำหนดไว้ในกฎหมายพื้นฐานของรัฐในสหรัฐอเมริกา ในฐานะเครื่องมือที่จะยกระดับด้านการศึกษาของนักเรียนที่พิการ นันทนจิตคือสิ่งสำคัญที่จะตรวจสอบผลลัพธ์ด้านการศึกษา ตามที่ บูลล็อก และ จอห์นสัน(Bullock and Johnson, 1997) ได้กล่าวว่า การศึกษาที่มีประสิทธิภาพจะต้องมองไปที่ผลเฉพาะด้านของการศึกษาของนักเรียน เขาแนะนำว่านันทนจิตควรจะทำภายใต้การระบุดึงความสัมพันธ์ระหว่างนันทนจิตและการศึกษา การอยู่อย่างอิสระ เขายังกล่าวแนะนำเพิ่มเติมว่านันทนจิตศึกษาควรสร้างความพึงใจในกิจกรรมนันทนาการ การปรับตัวให้เข้ากับชีวิตชุมชน อยู่อย่างอิสระ

รายงานการวิจัยสนับสนุนคุณค่าของนันทนจิต ที่การยกระดับพัฒนาการปรับตัวในสังคมและชุมชน คุณภาพภายในของชีวิตในแต่ละด้าน เป็นต้น ความพึงพอใจในงาน ทักษะการรู้ และการเคารพ

ตนเอง และด้านคุณภาพภายนอกของชีวิต เช่น การเข้ามามีส่วนร่วมกับนันทนจิตอย่างอิสระ และการ  
พัวพันกับกิจกรรม นันทนจิตศึกษา ในฐานะที่เป็นผลลัพธ์ทางการศึกษา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตศึกษาสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษ แสดงให้เห็นถึงการยกระดับ  
ผลลัพธ์ทางการศึกษาที่กล่าวถึงมาแล้วกับนักเรียนที่บกพร่องทางสติปัญญาในระดับน้อยและปานกลาง  
ในการพัฒนาทักษะการสื่อสารและสังคม ทักษะการใช้ชีวิตในชุมชน และ/หรือปัญหาทางพฤติกรรม  
สำหรับนักเรียนชั้นประถมที่บกพร่องทางสติปัญญาในระดับน้อยและปานกลาง ผู้ซึ่งได้รับนันทนจิตศึกษา  
ในชั้นเรียน

#### ข) ความหมาย

นันทนจิตศึกษานับว่าเป็นส่วนประกอบที่มีความสำคัญของการบริการทางนันทนจิตสำหรับคน  
พิการ ทั้งที่มีความสำคัญ ผู้ชำนาญทางนันทนจิตและนันทนาการยังคงมิได้มีมติเป็นเอกฉันท์ถึงคำจำกัด  
ความของทั้ง 2 คำ มันดี และ โอดุม (Mundy and Odum, 1998) ได้อธิบายนันทนจิตศึกษาในภาคของ  
กระบวนการมากกว่าสาระเนื้อหา โดยกล่าวว่า “นันทนจิตศึกษาถูกมองในฐานะที่เป็นกระบวนการการ  
พัฒนาทั้งหมด ซึ่งบุคคลพัฒนาความเข้าใจนันทนจิต กับความสัมพันธ์ในตนเองต่อนันทนจิต และ  
ความสัมพันธ์ระหว่างนันทนจิตกับ การใช้ชีวิตของตนเองและสังคม”

มันดี (Mundy) ได้กล่าวว่า นันทนจิตศึกษาได้รับการพัฒนาจากคำจำกัดความที่เป็น  
กระบวนการ ชิน และจอสวียาร์ค (Chinn and Joswiak, 1981) ได้กล่าวว่านันทนจิตศึกษาเฉพาะเจาะจง  
มากกว่าบริบทของนันทนาการบำบัด มีความแตกต่างกันระหว่างนันทนจิตศึกษา และการให้คำปรึกษา  
ทางนันทนจิต ชินและจอสวียาร์ค ได้ระบุว่านันทนจิตศึกษา คือ “การใช้รูปแบบที่ครอบคลุมเนื้อหาซึ่ง  
มุ่งไปที่กระบวนการทางการศึกษา เพื่อช่วยพัฒนาการใช้ชีวิตด้านนันทนจิตของแต่ละบุคคล”

ตามที่ เซอร์ล และแมน (Searle and Mahon, 1993) กล่าวว่าไว้ว่า นันทนจิต คือ โปรแกรมที่มี  
เนื้อหากว้าง ซึ่งมุ่งยกระดับคุณภาพชีวิตของบุคคลผ่านนันทนจิต ส่วนประกอบของโปรแกรมนันทนจิต  
ศึกษามุ่งไปที่ส่วนสำคัญด้านการตระหนักส่วนตน การตระหนักทางนันทนจิต ทักษะคิด การตัดสินใจ  
ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และทักษะนันทนจิต เซียร์ลและเมฮอน ได้กล่าวว่า นันทนจิตศึกษาเป็น  
กระบวนการซึ่งถูกบูรณาการผ่านนันทนาการหรือ โปรแกรมการศึกษา โดยมุ่งไปที่นันทนจิต หมายถึง  
การใช้ศักยภาพของนันทนจิต ด้วยการบูรณาการนันทนจิตสู่การใช้ชีวิต

บูลลอค และจอห์นสัน (Bullock and Johnson, 1997) ได้เสนอคำจำกัดความของนันทนจิต  
ศึกษาว่าเป็น การผ่านกระบวนการการศึกษาตามเนื้อหาและเฉพาะรายบุคคล ซึ่งบุคคลพัฒนาความ  
เข้าใจตนเอง ทางนันทนจิต การรับรู้และเรียนรู้ การแสดงทักษะที่จำเป็นเพื่อการมีส่วนร่วมในการเลือก  
กิจกรรมอย่างอิสระ ซึ่งจะนำมาสู่ความพึงพอใจในชีวิตอย่างสูงสุด

คำว่า “นันทนจิตศึกษา” ได้มีความพยายามในการให้ความหมายมานานกว่า 10-15 ปี เบนดีนี (Bedini, 1990) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาทางนันทนจิตควรใช้อย่างเฉพาะตัว ในช่วงต้นถึงกลางทศวรรษที่ 1970 ได้มีการอธิบายลำดับโปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่แตกต่างกันจากการแทรกแซงโดยการให้คำปรึกษาทางคลินิกเฉพาะ การจัดโปรแกรมในโรงเรียนระหว่างต้นทศวรรษที่ 1980 คำว่า นันทนจิตศึกษาและการให้คำปรึกษาทางนันทนจิตถูกใช้แทนกันได้ แต่ด้วยเหตุที่ผู้เชี่ยวชาญบางคน คำนี้ก็ถูกแยกกันอย่างชัดเจน แนวโน้มนี้เริ่มเกิดขึ้นในช่วงกลางทศวรรษที่ 1980 ต่อการใช้คำนี้ที่สม่ำเสมอตามที่ เบนดีนี กล่าวไว้ วันนี้ คำว่านันทนจิตศึกษาถูกใช้อย่างทั่ว ๆ ไปในลักษณะที่หลากหลาย และคำว่า การให้คำปรึกษาทางนันทนจิต คือ การอ้างอิงเทคนิคทางคลินิกเฉพาะด้านที่ใช้ใน โครงสร้าง นันทนจิตศึกษา

มันดีและโอดุม (Mundy and Odum, 1979) ได้พัฒนารูปแบบนันทนจิตศึกษา ซึ่งเรียกว่า “ขอบเขตและลำดับขั้นของนันทนจิตศึกษา” รูปแบบนี้ถูกพัฒนาที่มหาวิทยาลัยรัฐฟลอริดา ประกอบด้วย 107 ข้อ สำหรับวัยก่อนอนุบาลถึงวัยเกษียณ มี 6 องค์ประกอบ 1) การตระหนักส่วนตน 2) การตระหนักทางนันทนจิต 3) ทศนคติ 4) การตัดสินใจ 5) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และ 6) ทักษะกิจกรรมในแต่ละองค์ประกอบถูกทำโดยลำดับ ซึ่งถูกติดตามโดยการอธิบาย การป้อนเข้าและผลลัพธ์

รูปแบบของมันดีและโอดุม มีความสมบูรณ์ครอบคลุมปัญหาของการแปลงวัตถุประสงค์สู่ความชัดเจนในการปฏิบัติและโปรแกรมมีความชัดเจนจึงถูกนำมาขยายออกไปสู่นันทนจิตศึกษารูปแบบสำหรับการปฏิบัติการ รูปแบบนี้ถูกออกแบบโดยไม่มีข้อแตกต่างทางอายุหรืออื่นใด วัตถุประสงค์และประสบการณ์การเรียนรู้ควรจะถูกนำไปใช้ในนักเรียนชั้นประถมศึกษา วิทยาลัย ผู้ใหญ่และวัยเกษียณ ด้วยความสำเร็จที่เท่าเทียมกัน

เนื้อหาของแดททิลโล และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1991) ในรูปแบบนันทนจิตศึกษา ตามส่วนประกอบต่าง ๆ ดังนี้ ตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต ช่างซึ่งทางนันทนจิต ความเข้าใจการทดสอบตนเองในนันทนจิต ความสามารถต่อการคำนึงถึงการตัดสินใจมีส่วนร่วมในนันทนจิต ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งนันทนจิต ความรู้ของผลทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และทักษะกิจกรรมนันทนจิต แดททิลโลและเมอร์ฟี ได้อธิบายรูปแบบ คุณลักษณะของบุคคลที่มีการตระหนัก ความช่างซึ่ง ความเข้าใจ และทักษะที่เกี่ยวข้องกับการให้นันทนจิตศึกษาในแต่ละด้าน

บูลล็อก และจอห์นสัน (Bullock and Johnson, 1997) ได้สร้างรูปแบบแนวคิดสำหรับนันทนจิตศึกษา ซึ่งเป็นส่วนประกอบที่ประกอบด้วย รูปแบบแนวคิด ในขั้นต้น กลาง และสุดท้าย ของแต่ละกระบวนการถูกตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญพิเศษทางนันทนจิตศึกษา ผู้เข้ารับการบำบัดและผู้เชี่ยวชาญพิเศษทำงานร่วมกัน เพื่อบรรลุเป้าหมายรายบุคคล ซึ่งมี 3 ประเด็นหลักดังนี้ การตระหนัก การเรียนรู้ทักษะ และการฝึกซ้อม และการทดสอบตนเอง บุคคล และผู้เชี่ยวชาญนันทนจิตศึกษาตรวจสอบซึ่งองค์ประกอบหลักจะถูกประเมินระหว่างกระบวนการทางบุคคล

ค) ขอบข่ายและลำดับขั้นของนันทนจิตศึกษา

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตน (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนจิต (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนจิต (Leisure skills)
การรับรู้กิจกรรม ชีวิตของตนเองและ ครอบครัว	ก่อนอนุบาล	เข้าใจบทบาทของ ตนเองในกิจกรรม ของครอบครัว	สามารถบอกกิจกรรม นันทนาการ ของตนเองได้	ยอมรับในกิจกรรมที่ หลากหลายของ ครอบครัว	การตระหนักถึง การเลือก	มีการเข้าร่วม ให้ - รับ เริ่มต้นการแข่งขัน	มีส่วนร่วมใน ประสบการณ์ทาง นันทนจิตในขอบ เขตโปรแกรมที่ หลากหลาย
		ขยายความรู้ของ ตนเองในฐานะ ปัจเจกบุคคลและ สมาชิกของกลุ่ม	สามารถบอก กิจกรรม นันทนาการของ สมาชิกในกลุ่ม (เช่น โรงเรียน )	ซาบซึ้งในกิจกรรม นันทนาการของ สมาชิกแต่ละคน	การตระหนักใน การเลือกของ ตนเองและผู้อื่น	ระบุสิ่งที่มีส่วนทำ ให้การปฏิสัมพันธ์ กับผู้อื่นประสบความสำเร็จ	ระบุกิจกรรม นันทนจิตเฉพาะ ของตนเองได้
นันทนจิต ประสบการณ์และ การเลือกทาง นันทนจิต	ระดับ 1	ตระหนักถึง นันทนจิต ของแต่ละคน	ให้ความหมายของ คำว่ากิจกรรม นันทนาการ	ซาบซึ้งรูปแบบที่ หลากหลายของ กิจกรรม นันทนาการ	รู้ถึงกระบวนการ การตัดสินใจที่ สัมพันธ์กับเวลาว่าง	ระบุผลลัพธ์ ประเภทต่างๆ ของ ปฏิสัมพันธ์ ทางสังคม	พัฒนาทักษะพื้นฐาน และใช้เครื่องมือ ง่ายๆ ที่เกี่ยวกับ ประสบการณ์ นันทนจิตที่ตนเอง ชอบได้



จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
	อนุบาล-เกรด 3	รับรู้และวิเคราะห์ สิทธิและความ รับผิดชอบของ ตนเองที่เกี่ยวข้อง เวลาว่าง	ระบุกิจกรรม นันทนาการของ ตนเองและผู้อื่น	ซาบซึ้งในความ แตกต่างของบุคคล ในเรื่องที่เกี่ยวกับ รูปแบบและการ เลือกทางนันทนาการ	รู้ถึงผลลัพธ์ของ การเลือกนันทนาการ ส่วนบุคคล	ความร่วมมือ การแข่งขัน และสถานะภาพ ของชีวิตแต่ละคน	สำรวจความหลากหลาย ของชนิดของ ประสบการณ์ นันทนาการ
		รู้ถึงสมรรถนะและ ข้อจำกัดของตนเอง และในฐานะสมาชิก ของสังคม	ระบุตัวแปรซึ่งเป็น ปัจจัยของ ประสบการณ์ นันทนาการ	เข้าใจถึงความ สัมพันธ์ระหว่าง ประสบการณ์ นันทนาการ ครอบคลุม โรงเรียนและชุมชน	ระบุการเลือก ทางนันทนาการ ที่ตนเองมีอยู่		เพิ่มพูนทักษะและ ประสบการณ์ทาง นันทนาการใน กิจกรรมและด้าน รวมถึงโปรแกรม ที่ไม่คุ้นเคย
			สำรวจคุณค่าของ นันทนาการที่เกี่ยว ข้องกับชีวิตคน				

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตน (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
	ระดับ 2	รู้ถึงคุณค่า ความสำเร็จใน เป้าหมายของ ปัจเจกบุคคล	ระบุปัจจัยด้านสังคม ที่มีอิทธิพลต่อ นันทนาการ	พัฒนาความตระหนักรู้ ในประโยชน์ ของนันทนาการและ ความสำคัญที่มีต่อ ชีวิตของบุคคล	ยอมรับถึงความ สามารถของปัจเจก บุคคลที่จะปรับ เปลี่ยนประสบการณ์ นันทนาการของ ตนเอง	วิเคราะห์ส่วน ประกอบที่จะทำให้ ปฏิสัมพันธ์กลุ่ม และปัจเจกบุคคล ประสบความสำเร็จ	ขยายประสบการณ์ นันทนาการและ ทักษะในกิจกรรม และด้านโปรแกรม ที่ไม่คุ้นเคย
นันทนาการและ ลีลาชีวิต	เกรด 4 – เกรด 6	พัฒนาความตระหนักรู้ ของนันทนาการและ ทักษะการตัดสินใจ ที่สัมพันธ์กับรูปแบบ ชีวิตของแต่ละคน (การเลือกต้อง สัมพันธ์กับลีลา ชีวิต)	เข้าใจถึงผลกระทบ ของการเลือก นันทนาการที่มีต่อ รูปแบบชีวิตใน สังคมและคุณภาพ ชีวิตของแต่ละคน	วิเคราะห์ความ ได้เปรียบและ เสียเปรียบกันของ รูปแบบชีวิตที่ แตกต่างกัน		ระบุชนิดต่างๆ ของปฏิสัมพันธ์ ทางสังคม และ พฤติกรรม	

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ ทาง นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
		นำความชำนาญของ ทักษะนันทนาการ เพื่อการบรรลุ เป้าหมายของ ปัจเจกบุคคล (นำ ทักษะทางนันทนาการ ที่เก่งมาทำให้ บรรลุความ ประสงค์	รู้ระดับของความ ชำนาญและความ พึงพอใจในประสบการณ์ นันทนาการ	เข้าใจถึงความ สัมพันธ์ระหว่าง รูปแบบชีวิต การเปลี่ยนรูปแบบ และการเจริญ เติบโตและการ พัฒนา	ประยุกต์กระบวนการ การตัดสินใจต่อ ความสนใจเพื่อ ความพึงพอใจ ส่วนบุคคล ทางนันทนาการ	ระบุรูปแบบของ ความพึงพอใจ ในปฏิสัมพันธ์ ทางสังคม	ได้รับทักษะที่ซับซ้อน มากขึ้นใน ประสบการณ์ นันทนาการที่ตนเอง ชอบในขณะที่มี การพัฒนาทักษะ พื้นฐานสำหรับ ประสบการณ์ใหม่
		พัฒนาความตระหนักรู้ ในความสามารถ และแรงจูงใจจาก ประสบการณ์ นันทนาการของ ปัจเจกบุคคล	ตระหนักถึงแรงจูงใจ ของปัจเจกบุคคลที่ เกี่ยวข้องกับ นันทนาการ	ซาบซึ้งในรูปแบบ ชีวิตของปัจเจก บุคคลและกลุ่มที่ แตกต่างกัน	วิเคราะห์การเลือก และปฏิเสธการ เลือกนันทนาการของ ตนเอง	ประเมินความสัมพันธ์ ที่มีต่อ ผลลัพธ์ของ แต่ละคน	ประเมินทักษะ นันทนาการและ ผลิตผลรายบุคคล

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ ทาง นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
การเข้าใจตนเอง และนันทนาการ	ระดับ 3 เกรด 7 – เกรด 9	รู้คุณค่าของบุคคล และความสำคัญ ของคุณค่าเหล่านั้น ต่อชีวิตของ บุคคล	เข้าใจว่าคุณค่ามี ผลกระทบและมี อิทธิพลต่อการ กำหนด ประสบการณ์ นันทนาการ	เข้าใจถึงบทบาท คุณค่าในชีวิตของ ปัจเจกบุคคล	นำคุณค่า ส่วนบุคคล มาสู่การตัดสินใจ เลือกทาง นันทนาการ		ทำแผนสำหรับการ ปรับเปลี่ยน โดยมี พื้นฐานมาจากการ วัดทักษะ ในรายการ ประสบการณ์ ทางนันทนาการของ แต่ละบุคคล
		เชื่อมโยงสำนึกที่ เพิ่มขึ้นในความ ต้องการของบุคคล สู่นันทนาการ	เข้าใจธรรมชาติของ ประสบการณ์ นันทนาการ ส่วนบุคคล	เข้าใจทัศนคติของ ปัจเจกบุคคลใน ส่วนที่เกี่ยวข้อง กับนันทนาการ	ทำการตัดสินใจ ทางนันทนาการ ให้สัมพันธ์กับ เป้าหมายส่วน บุคคล	ระบุปัจจัยทาง สังคมและอารมณ์ที่ มีผลกระทบต่อ รูปแบบของ ปฏิสัมพันธ์	ทำแผนสำหรับการ ปรับเปลี่ยน โดยมี พื้นฐานมาจากการ วัดทักษะในรายการ ประสบการณ์ ทางนันทนาการของ แต่ละบุคคล

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
		ระบุเกณฑ์ส่วนบุคคลและความสัมพันธ์ของเกณฑ์ที่มีต่อเกณฑ์ของคนอื่นและสังคม	พัฒนาเกณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์นันทนาการ	ซาบซึ้งในความสามารถของปัจเจกบุคคล	ทำการตัดสินใจโดยคำนึงถึงความสามารถ ความพึงพอใจ และคุณภาพของชีวิตส่วนบุคคล	ประเมินได้ถึงผลกระทบ ระยะสั้น-ยาวของรูปแบบปฏิสัมพันธ์ทางสังคม-บุคคลทางนันทนาการ	พัฒนาความสามารถของประสบการณ์ทางนันทนาการที่พึงพอใจ
	ระดับ 4	วิเคราะห์ห้วงบทบาทของนันทนาการในรูปแบบชีวิตทั้งในปัจจุบันและในอนาคตของปัจเจกบุคคล	รับรู้ความสัมพันธ์ของนันทนาการที่มีต่อวงจรชีวิตที่ต่อเนื่องของปัจเจกบุคคล	รับรู้ทัศนคติ ความสามารถและการได้พัฒนาบุคคลโดยผ่านประสบการณ์นันทนาการ	ประยุกต์ใช้เกณฑ์ที่เหมาะสมในการเลือกและการใช้บริการทางนันทนาการ	ทำแผนสำหรับการปรับเปลี่ยน โดยมีพื้นฐานมาจากการวัดสมรรถนะทางสังคมของแต่ละบุคคล	สำรวจเชิงลึกในประสบการณ์นันทนาการที่มีคุณค่า

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
นันทนาการและความ ต้องการตลอดชีวิต	เกรด 10 – เกรด 12	รู้ถึงความสามารถ ปัจเจกบุคคลที่จะ ใช้นันทนาการ ปรับปรุงคุณภาพ ชีวิต	เข้าใจธรรมชาติที่ เป็นกลไก ขับเคลื่อนของ นันทนาการและความ ต้องการในการ พัฒนาและสำรวจ อย่างต่อเนื่อง	ซาบซึ้งความสามารถ ของปัจเจกบุคคลที่ เกี่ยวข้องกับกับ นันทนาการอย่าง มีประสิทธิภาพ	ประเมินความ หลากหลายของผล ที่เป็นไปได้ใน ระยะสั้น-ยาวของ ทางเลือกนันทนาการ ต่อรูปแบบชีวิตของ ปัจเจกบุคคล		
					นำทางเลือกทาง นันทนาการมา สัมพันธ์กับรูปแบบ ชีวิตและ สภาพแวดล้อม ส่วนบุคคล		

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
	วัยรุ่น	นำนันทนาการของ ปัจเจกบุคคลที่ สัมพันธ์กับรูปแบบ ชีวิตที่เปลี่ยนแปลง มาประเมินใหม่	รู้ความสัมพันธ์ ระหว่างรูปแบบ ชีวิต สถานการณ์ ชีวิตและความ สนใจนันทนาการที่ เปลี่ยนแปลง	วิเคราะห์และ ตัดสินใจใน รูปแบบชีวิตที่ สัมพันธ์กับ เป้าหมายการ เข้าร่วมทาง นันทนาการ ส่วนบุคคล	มีความยืดหยุ่นใน การเลือกนันทนาการ ส่วนบุคคลมากขึ้น	ประเมินรูปแบบ ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม โดยคำนึงถึง การเปลี่ยนแปลง ของกลุ่ม รวมถึง บทบาทและ ความรับผิดชอบที่ เปลี่ยนแปลง	ใช้ทักษะนันทนาการ ที่มีอยู่ให้เป็น ประโยชน์และขยาย ประสบการณ์ นันทนาการเพื่อ โอกาสและกลุ่ม ใหม่
นันทนาการและ สถานการณ์ชีวิตที่ เปลี่ยนแปลง	ผู้ใหญ่	ปรับใช้นันทนาการ ให้เหมาะสมกับ รูปแบบชีวิตใน ปัจจุบัน	ทำให้นันทนาการเกิด สมดุลย์ในฐานะที่ เป็นส่วนที่มีความ หมายกับชีวิต ครอบครัวและ บุคคล	บูรณาการเป้าหมาย และทัศนคติทาง นันทนาการส่วน บุคคลเข้าสู่หน่วย ครอบครัว	ทำการเลือก นันทนาการอย่างมี ความหมายสำหรับ ตนเองและ ครอบครัว	ปรับปรุงคุณภาพ ของปฏิสัมพันธ์ ทางสังคมภายใน ครอบครัว	นำหน่วยครอบครัว เข้าสู่ประสบการณ์ ทางนันทนาการ ที่หลากหลาย

จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตน (Self-awareness)	การตระหนักรู้ทาง นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
		รู้ถึงความ รับผิดชอบและ บทบาทในการ พัฒนาแนวคิด ทัศนคติภายใน ครอบครัว	มีความรับผิดชอบ สำหรับการทำให้ แหล่งนันทนาการ ชุมชนดีขึ้น		ทำการตัดสินใจ เกี่ยวกับการทำให้ แหล่งนันทนาการ ชุมชนดีขึ้น		พัฒนาทักษะ นันทนาการภายใน ครอบครัวและขยาย ประสบการณ์ จากโรงเรียน
นันทนาการและ สถานการณ์ชีวิตที่ เปลี่ยนแปลง	วัยรุ่นตอนปลาย	วิเคราะห์บทบาท ของนันทนาการใน ฐานะที่เกี่ยวกับการ เตรียมสู่การเกษียณ	สำรวจ ขยายและ เพิ่มพูนพัฒนา นันทนาการที่ เกี่ยวข้องกับ สถานการณ์ชีวิตที่ เปลี่ยนแปลง	รู้ในบทบาท ของนันทนาการใน ชีวิตตอนเกษียณ	ปรับกระบวนการ การตัดสินใจในการ เตรียมตัวเพื่อ รูปแบบนันทนาการ แบบใหม่และ เตรียมสำหรับวัย เกษียณ	นำรูปแบบ ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคมในส่วนที่ เกี่ยวข้องกับกลุ่ม บทบาทและความ รับผิดชอบที่ เปลี่ยนแปลงมา ประเมินใหม่	นำความรู้และ ทักษะเข้าสู่รูปแบบ ชีวิตทางนันทนาการ ที่เปลี่ยนแปลงมา บูรณาการใหม่



จุดหลัก (Focus)	ระดับ (Level)	การตระหนักรู้ ส่วนตัว (Self-awareness)	การตระหนักรู้ นันทนาการ (Leisure-awareness)	ทัศนคติ (Attitude)	การตัดสินใจ (Decision-making)	ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคม (Social interaction)	ทักษะนันทนาการ (Leisure skills)
	วัยเกษียณ	ใช้นันทนาการเพื่อ ความรู้สึกร่วม มีส่วนร่วมและ ความพึงพอใจ		ปรับรูปแบบชีวิต บอบช้ำและ นันทนาการที่ เพิ่มขึ้น	เลือกนันทนาการ จากตัวเลือกที่ หลากหลายซึ่ง จะปรับปรุงและ เพิ่มคุณค่าโดย ส่วนบุคคล	คงและขยาย ปฏิสัมพันธ์ทาง สังคมทั้งบุคคล และกลุ่ม	ใช้ทักษะจาก นันทนาการ ประสบการณ์ นันทนาการทำให้ ส่วนตนเต็ม เต็ม

ขอบข่ายและลำดับขั้นของนันทนาการข้างต้นนี้ ได้รับการพัฒนาขึ้นระหว่างอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทางการบริการทางนันทนาการและนิตินันทนาการศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งรัฐฟลอริดา (Florida State University) โดยความร่วมมือกับบุคลากรกรมการศึกษา พัฒนาโมเดลขอบข่ายและลำดับก่อนหลังของนันทนาการ ซึ่งประกอบด้วยวัตถุประสงค์ จำนวน 107 ข้อ จัดเรียงตามลำดับภายใต้ขอบข่ายของนันทนาการศึกษา 6 ด้าน

นันทนาการศึกษา (Leisure education) สอนให้คนมีโอกาสทางนันทนาการในเวลาว่างโดยการจัดโปรแกรมให้ นันทนาการศึกษาสอนให้เราใช้เวลาว่างมีคุณค่าได้อย่างไร  
จุดสำคัญ Focus การเน้นย้ำ emphasis กระบวนการ process เนื้อหา content เทียบด้วยระบบการศึกษาเดียวกัน

วิเคราะห์ข้อบ่งชี้และลำดับขั้นของนันทนจิตศึกษาไปสู่การแสดงพฤติกรรม

การแสดงพฤติกรรมการตระหนักรู้ตนเอง (Self – awareness)

การตระหนักรู้ตนเอง	การแสดงพฤติกรรม
1. รู้หน้าที่และบทบาทของตนเองในครอบครัว	สามารถบอกได้ว่าตนเองสามารถช่วยเหลือพ่อแม่ทำงานบ้านได้บ้าง เช่น กวาดบ้าน ถูบ้านได้
2. รู้จักตนเองเพิ่มมากขึ้นในฐานะที่เป็นปัจเจกบุคคลและสมาชิกของสังคม	สามารถบอกข้อมูลส่วนตัวเช่น ชื่อ นามสกุล ที่อยู่และความพิเศษของตนเอง และมีเพื่อน
3. รู้ว่าตนเองมีเวลาว่าง	แสดงการพักผ่อน เช่น เมื่อเหนื่อย ก็พัก นั่งในที่สบาย ๆ
4. รู้ว่าตนเองควรใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ได้อย่างไร	สามารถบอกได้ว่าตนเองมีกิจกรรมนันทนาการทำในเวลาว่าง
5. รู้ว่าตนเองทำอะไรได้และไม่ได้ในการทำกิจกรรม	บอกได้ว่าตัวเองทำสิ่งนั้นได้หรือไม่ได้ เช่น ตัวเองสามารถวิ่งเหยาะ ๆ ได้ แต่ไม่สามารถกระโดด
6. รู้ว่าความสำเร็จของตนเองเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ	แสดงความดีใจเมื่อทำสำเร็จ เช่น ปรบมือเมื่อเล่นชนะ
7. พัฒนาการรู้อย่างชัดเจนถึงโอกาสที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตและสามารถตัดสินใจได้ตามความชอบของตนเอง	เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบ เช่น การระบายสี การปะติดภาพ
8. สามารถใช้ทักษะการประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองถนัดให้เกิดประโยชน์ได้ (นำทักษะทางนันทนจิตที่เก่งมาทำให้บรรลุความประสงค์)	สามารถแสดงทักษะในการประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองถนัดอย่างภูมิใจ เช่น การเตะลูกฟุตบอลเข้าประตู
9. รู้ถึงความสามารถและแรงจูงใจในการเข้าร่วมจากการประกอบกิจกรรมนันทนาการ	แสดงความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบ เช่น การปรบมือ ยิ้ม หรือหัวเราะ
10. รู้ว่าชีวิตตนเองมีความสำคัญ	สามารถบอกได้ว่าตนเองเก่งด้านไหน เช่น เล่นเก่ง ร้องเพลงเก่ง หรือแต่งตัวเก่ง

การตระหนักรู้ตนเอง	การแสดงผลการเรียนรู้
11. รู้เพิ่มมากขึ้นถึงความต้องการของตนเองที่มีต่ออนาคต	มีความอยากรู้ อยากเห็นว่ามีกิจกรรมใดที่น่าสนใจอีกบ้าง เช่น การซักถาม การร้องขอให้แสดงทักษะในกิจกรรมการขว้างลูกบอล
12. รู้ถึงระดับความสามารถของตนเองและสามารถเทียบกับบุคคลอื่นได้	รู้ว่าตัวเองและเพื่อนมีความสามารถอย่างไร เช่น ตัวเองสามารถปะติดภาพด้วยกระดาษได้ดีในขณะที่เพื่อนสามารถระบายสีได้สวย
13. วิเคราะห์บทบาทของทัศนคติกับวิถีชีวิตทั้งในปัจจุบันและในอนาคตของตนเอง	คิดและวางแผนใช้การเลือกและการตัดสินใจที่เหมาะสมในการประกอบกิจกรรมนั้นๆ ของตนเองทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้
14. รู้ถึงความสามารถของตนเองที่จะใช้ทัศนคติปรับปรุงคุณภาพชีวิต	นำความคิดและวางแผนใช้การเลือกและการตัดสินใจที่เหมาะสมในการประกอบกิจกรรมนั้นๆ ของตนเองมาปรับปรุงคุณภาพชีวิตที่เปลี่ยนแปลง
15. ประเมินทัศนคติใหม่สำหรับชีวิตที่เปลี่ยนแปลง	คิดทบทวนวางแผนใช้การเลือกและการตัดสินใจที่เหมาะสมในการประกอบกิจกรรมนั้นๆ ของตนเองสำหรับชีวิตที่เปลี่ยนแปลง
16. ปรับใช้ทัศนคติให้เหมาะสมกับวิถีชีวิต	รู้จักวิถีชีวิตของตนเองว่าเป็นแบบใด เช่น ชอบใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย หรรษา หรือ ทำทนายและเลือกใช้กิจกรรมนั้นๆ ที่เหมาะสม เช่น ชอบขี่เรือใบ ขี่ม้า หรือ เล่นต่อคำ
17. รู้ถึงความรับผิดชอบและบทบาทของตนเองต่อการพัฒนาแนวคิดและทัศนคตินั้นๆ ในครอบครัว	เป็นผู้นำให้คนในครอบครัวร่วมประกอบกิจกรรมนั้นๆ ที่แต่ละคนชอบ เช่น พ่อชอบวิ่ง แม่ชอบเดินแอโรบิก ลูกชอบเล่นเกม
18. วิเคราะห์บทบาทของทัศนคติที่เกี่ยวกับการเตรียมสู่การเกษียณ	คิดทบทวนวางแผนใช้การเลือกและการตัดสินใจที่เหมาะสมในการประกอบกิจกรรมนั้นๆ ของตนเองก่อนสู่วัยเกษียณ เช่น กิจกรรมการเล่นฟุตบอลที่เล่นอยู่เป็นประจำอาจต้องคำนึงถึงการบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้นได้มากขึ้นต้องมีการใส่อุปกรณ์ป้องกันการบาดเจ็บ

การตระหนักตัวตน	การแสดงพฤติกรรม
19. ใช้นันทนาการเพื่อความรู้สึกร่วมและความพึงพอใจ	ใช้กิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ในการเข้ากลุ่มกับเพื่อนเพื่อให้สดชื่น เช่น การเล่นหมากระดานในกลุ่มวัยชรา

การแสดงพฤติกรรมการตระหนักทางนันทนาการ (Leisure – awareness)

การตระหนักทางนันทนาการ	การแสดงพฤติกรรม
1. สามารถบอกกิจกรรมของตนเองได้	บอกได้ว่ากิจกรรมนันทนาการที่ตนเองทำอยู่นั้นเรียกว่าอะไร เช่น เล่นเกมส์ ละคร ภาพ ระบายสี เดินรำ เล่นดนตรี
2. สามารถบอกกิจกรรมชีวิตของสมาชิกในกลุ่ม	บอกได้ว่าคนในบ้านใครชอบทำอะไร
3. สามารถให้ความหมายของคำว่านันทนาการ	เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง เลือกอย่างอิสระ แรงจูงใจภายใน
4. ระบุกิจกรรมนันทนาการของตนเองและผู้อื่น	บอกได้ว่ากิจกรรมที่ตนเองชอบทำนั้นคืออะไร
5. สามารถบอกถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อประสบการณ์ทางนันทนาการ	บอกได้ว่าตัวเองไปร่วมกิจกรรมนันทนาการได้เพราะอะไร เช่น ผู้ปกครองพาไปมีของเล่นอยู่แล้วที่บ้าน สนามเด็กเล่นอยู่ใกล้บ้าน
6. ศึกษาคุณค่าของนันทนาการที่มีกับชีวิตคน	บอกได้ว่าการประกอบกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างจะช่วยพัฒนาตนเองได้อย่างไร เช่น จะทำให้มีทักษะทางกีฬา ร่างกายแข็งแรง ทำให้มีสมาธิมากขึ้นหรือมีเพื่อนเพิ่มมากขึ้น
7. สามารถบอกถึงปัจจัยด้านสังคม ครอบครัวที่มีอิทธิพลต่อนันทนาการ	บอกถึงประเพณีประจำท้องถิ่นของตนเองได้ เช่น การเล่นน้ำสงกรานต์
8. เห็นความสำคัญของการเลือกประกอบกิจกรรมที่มีต่อสุขภาพชีวิตและคุณภาพชีวิต	เลือกประกอบกิจกรรมที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับตนเอง เช่น ไม่ควรเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน

การตระหนักรู้ทางนันทนจิต	การแสดงพฤติกรรม
9. รู้ถึงระดับของความชำนาญและความพึงพอใจในประสบการณ์นันทนจิต	บอกได้ว่ากิจกรรมนันทนาการใดเมื่อทำแล้วรู้สึกสนุกสนาน มีความสามารถก็ควรทำต่อไป
10. เห็นความสำคัญของแรงจูงใจในตนเองที่มีต่อนันทนจิต	เลือกทำกิจกรรมที่เกิดจากความชอบของตนเองเท่านั้น
11. มีความเข้าใจว่าการกำหนดประสบการณ์นันทนจิตมีคุณค่าอย่างไร	รู้ว่าการได้เลือกทำกิจกรรมเองนั้นจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองอย่างไร เช่น ฉันเลือกเองแล้วฉันก็ภูมิใจ
12. เข้าใจถึงธรรมชาติของแต่ละคนที่มีต่อประสบการณ์นันทนจิต	รู้ว่าการทำกิจกรรมที่แตกต่างกันนั้นเป็นธรรมชาติของแต่ละคน
13. พัฒนาเกณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์นันทนจิตของตนเองว่าชอบหรือไม่	บอกได้สิ่งที่ตนเองกำลังทำอยู่นั้นชอบหรือไม่ เช่น ฉันรู้สึกดีมากที่ได้เล่น
14. เห็นความสำคัญของนันทนจิตที่มีต่อวงจรชีวิตที่ต่อเนื่องของตนเอง	รู้ว่าการมีกิจกรรมเป็นของตนเองนั้นเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิต เช่น ภาพปะติดนี้จะทำให้ฉันมีคุณค่า หาเพื่อนได้และฉันอาจเลี้ยงตัวเองได้ด้วยมัน
15. เข้าใจว่านันทนจิตต้องได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง	กิจกรรมที่ฉันทำนี้ต้องดีขึ้นเรื่อยๆ
16. รู้ว่าลีลาชีวิต สถานการณ์ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงส่งผลให้ความต้องการทางนันทนจิตเปลี่ยนแปลงด้วย	กิจกรรมนันทนาการที่ฉันทำอยู่นี้ อาจต้องมีการปรับบ้าง เช่น ไม้ไหวแน่หากฉันยังคงวิ่งอย่างนี้
17. สามารถนำนันทนจิตมาสร้างความสมดุลในชีวิตตนเองและครอบครัวได้	กิจกรรมนันทนาการที่ฉันทำอยู่นี้ จะทำให้ฉันและครอบครัวมีเวลาอยู่ด้วยกันมากขึ้น และจะช่วยลดความเครียดให้กับทุกคนได้
18. รู้ว่าตนเองมีความรับผิดชอบในการทำให้แหล่งนันทนาการในชุมชนดีขึ้น	สนามเด็กเล่นที่หมู่บ้านควรได้รับการปรับปรุงและมีความปลอดภัยมากกว่านี้
19. สามารถพัฒนานันทนจิตให้สัมพันธ์กับชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงได้	กิจกรรมนันทนจิตที่ฉันทำอยู่นี้ มันอาจไม่เป็นผลดีต่อสภาพร่างกายของฉัน

### การแสดงพฤติกรรมการตัดสินใจ (Decision-making)

การตัดสินใจ	การแสดงพฤติกรรม
1. รู้ถึงการสร้างทางเลือก	มีตัวเลือกในการทำกิจกรรม เช่น หากวันนี้ฉันไม่มีเพื่อนเล่นฟุตบอล ฉันจะระบายสีรูปนี้แทน
2. รู้ถึงการเลือกของตัวเองและผู้อื่น	บอกได้ว่าฉันมีตัวเลือกและเพื่อนของฉันก็มีเหมือนกัน
3. เห็นความสำคัญของการตัดสินใจกับนั้นทัศนคติ	สามารถตัดสินใจได้กับกิจกรรมที่มีให้เลือกตรงหน้า
4. รู้ว่าการเลือกนั้นจะส่งผลอย่างไร	สามารถเลือกได้ แล้วลองทำ เมื่อทำแล้วบอกได้ว่าชอบหรือไม่ เช่น ฉันเลือกอ่านนิทานเรื่องหนูน้อยหมวกแดง ฉันจะลองอ่านดูหรือดูภาพแล้วฉันก็สนุกกับมัน
5. สามารถใช้การเลือกนั้นได้อย่างเหมาะสม	สามารถเลือกได้กับกิจกรรมที่มีมาก เลือกแล้วสนุก
6. รู้ว่าความสามารถของตนเองนั้นเหมาะสมกับประสบการณ์นั้นทัศนคติใด	สามารถบอกได้ว่าตัวเองเก่งอะไรแล้วจะเลือกทำอะไร เช่น เล่นอังกะลุงเก่งแล้วก็เลือกที่จะเล่นมันในเวลาว่าง
7. สามารถตัดสินใจเลือกได้ตามความพอใจของตนเอง	สามารถเลือกในสิ่งที่ตัวเองชอบและถนัดหรือทำท่าย เช่น เลือกเตะฟุตบอลเพราะถนัด ชอบหรือดูทำท่าย
8. สามารถตัดสินใจเลือกหรือปฏิเสธกิจกรรมนั้นทัศนคติได้	ฉันเลือก หรือบอกได้ว่า จะทำกิจกรรมนั้นหรือไม่ทำ
9. สามารถเลือกได้ตามคุณค่าของตนเองที่ตั้งไว้	สามารถบอกเหตุผลในการเลือกทำกิจกรรม เช่น ฉันเลือกการร้องเพลง เพราะมันทำให้ฉันมีความสุขเหมือนดาราที่สุด
10. สามารถทำการตัดสินใจได้ตามเป้าหมายที่ตนเองที่ตั้งไว้	บอกได้ว่าที่ตัวเองเลือกทำกิจกรรมนั้นต้องการอะไร เช่น ฉันเลือกเล่นฟุตบอล เพราะต้องการความสนุกสนาน หรือฉันเข้าฟิตเนสเพราะต้องการลดน้ำหนัก
11. สามารถทำการตัดสินใจได้ตามความสามารถ ความพอใจและคุณภาพ	สามารถแสดงการตัดสินใจได้เหมาะสมกับความสามารถ และความชอบ

การตัดสินใจ	การแสดงพฤติกรรม
ชีวิตของตนเอง (ตัดสินใจอะไรแล้วไม่กินตัว)	สภาพแวดล้อมของตนเอง เช่น ฉันเลือกเล่นบาสเกตบอลเพราะ ฉันทำมันได้ สนุก และมันไม่แพงเกินไป
12. มีเกณฑ์ของตนเองในการตัดสินใจต่างๆ	บอกได้ว่าตัดสินใจเลือกทำสิ่งนี้เพราะอะไร
13. รู้ถึงผลกระทบทั้งระยะสั้นและยาวที่จะมีต่อวิถีชีวิตในการตัดสินใจเลือกทำกิจกรรมนั้นทันที	บอกได้ว่าการตัดสินใจนี้มันอาจจะทำให้กิจกรรมนั้นสนุกกับฉันตอนนี้และอาจจะอยู่กับฉันไปทั้งชีวิต
14. สามารถทำการตัดสินใจเลือกได้อย่างสัมพันธ์กับลีลาและสภาพความเป็นชีวิตของตนเอง	สิ่งที่เลือกนั้นสอดคล้องกับตัวตนของตนเอง เช่น ในสภาพเศรษฐกิจเช่นฉันควรจะเลือกทำอะไร
15. สามารถทำการตัดสินใจเลือกได้อย่างยืดหยุ่น	ไม่ยึดติดกับกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง
16. สามารถทำการตัดสินใจเลือกได้อย่างมีประโยชน์กับตนเองและครอบครัว	สิ่งที่เลือกนั้นมีประโยชน์กับฉันและครอบครัว เช่น ฉันเลือกการขับรถไปชายทะเลเพราะมันทำให้ฉันและครอบครัวได้อยู่ด้วยกันมากยิ่งขึ้น
17. สามารถทำการตัดสินใจเลือกได้โดยคำนึงถึงแหล่งทรัพยากรของชุมชน	สิ่งที่เลือกนั้นมันหาและทำได้ง่ายแถวบ้านฉัน เช่น การตีเทนนิสมันช่างง่ายเพราะสนามเทนนิสอยู่หน้าบ้านและลูกก็มีอยู่แล้ว
18. สามารถปรับการตัดสินใจเลือกให้เหมาะสมกับการย่างเข้าสู่วัยเกษียณ	ตัดสินใจเลือกทำได้เหมาะสมกับอายุและร่างกายของตนเอง
19. สามารถตัดสินใจเลือกโดยการคำนึงถึงการพัฒนาเพิ่มคุณค่าชีวิต	สิ่งที่ตัดสินใจเลือกนั้นคำนึงว่ามันจะทำให้ฉันมีค่ามากขึ้น เช่น ฉันเลือกเล่นกอล์ฟและนั่นมันทำให้ฉันดูดีขึ้น

การแสดงพฤติกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction)

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	การแสดงพฤติกรรม
1. รู้จักการเข้าร่วมกลุ่ม การให้ การรับ การแบ่งปันกัน	เดินเข้าไปเล่น หาเพื่อน ยื่นของให้และรับของจากเพื่อน พูดว่าขอบคุณ ขอบใจ
2. รู้ว่าจะเป็นเพื่อนกับคนอื่นได้อย่างไร	เข้าไปทักทายพูดคุยกับคนอื่นได้
3. รู้ว่าตนเองมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างไร	บอกได้ว่าคนนั้นคือเพื่อนฉัน ครูฉัน พี่เลี้ยงฉัน พ่อแม่ฉัน
4. รู้จักการร่วมมือ การแข่งขันและสถานะภาพของแต่ละคน	ทำงานกลุ่มกับเพื่อนได้ แข่งขันกับคนอื่นเพื่อความสนุกและฉันเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม
5. รู้ว่าจะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองและกลุ่มเป็นไปในทางที่ดีได้อย่างไร	บอกได้ว่าถ้าจะเป็นเพื่อนที่ดีกับใครนั้นควรทำอะไร เช่น ฉันจะไม่แกล้งเขา
6. รู้ว่าเมื่อตนเองมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแล้วจะมีผลคืออะไร	บอกได้ว่ากรมีเพื่อนนั้นมีผลคืออะไร เช่น เพื่อนทำให้ฉันสนุกและคุยกับฉัน
7. รู้ว่าการมีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นจะก่อให้เกิดความพึงพอใจ	บอกได้ว่ากรมีเพื่อนทำให้ฉันมีความสุขเพื่อทำให้ฉันหัวเราะได้
8. รู้ว่าการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมจะก่อให้เกิดผลกับตนเองอย่างไร	บอกได้ว่ากรที่ได้มา โรงเรียนทำฉันมีเพื่อนมากมายและได้รู้จักกับคุณครู
9. รู้ว่าสังคมและอารมณ์มีผลต่อปฏิสัมพันธ์	บอกได้ว่าโรงเรียนและสนามเด็กเล่นทำให้ฉันมีเพื่อน
10. ประเมินความสัมพันธ์ที่จะเกิดทั้งระยะสั้นและยาวได้	บอกได้ว่าคนไหนที่ฉันชอบและไม่ชอบ เช่น คนนี้ฉันชอบเขาเพราะไม่เคยแกล้งฉันเลยและเรายังแบ่งขนมกันด้วย
11. สามารถปรับตัวได้กับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้น	สามารถปรับตัวได้กับสังคมใหม่หรือเหตุการณ์ต่างๆ เช่น การเข้ากลุ่มใหม่
12. สามารถประเมินความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นทั้งกับบทบาทชีวิตและหน้าที่ความรับผิดชอบได้	บอกได้ว่าตัวเองมีหน้าที่ความรับผิดชอบอะไรใน เช่น ฉันเป็นลูกชายคนโตต้องไม่รังแกน้องๆ
13. สามารถปรับปรุงคุณภาพของปฏิสัมพันธ์ทางภายในครอบครัวได้	พาครอบครัวไปพักผ่อนทำกิจกรรมร่วมกันได้ในเวลาว่าง
14. รู้จักประเมินรูปแบบปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในส่วนที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มบทบาทและความรับผิดชอบที่เปลี่ยนแปลงใหม่ได้	บอกได้ว่าตอนนี้ตนเองกับสังคมนั้นยังเกี่ยวข้องกันหรือไม่ประการใด เช่น ฉันยังมีเพื่อนบ้านอยู่และฉันจะแบ่งปันกันกับเพื่อนบ้าน



ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	การแสดงพฤติกรรม
15. สามารถรักษาและขยายปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับทั้งบุคคลและกลุ่มได้	คงความสัมพันธ์กับเพื่อนที่มีอยู่และเสาะหาเพื่อนใหม่ได้เสมอ

การแสดงพฤติกรรมการมีทักษะนันทนิจิต (Leisure skills)

ทักษะนันทนิจิต	การแสดงพฤติกรรม
1. เข้าร่วมประสบการณ์นันทนิจิตที่หลากหลาย	สามารถเข้าเข้าร่วมและเล่นในกิจกรรมที่หลากหลาย
2. สามารถบอกถึงกิจกรรมนันทนิจิตที่ตนเองชอบและเข้าร่วมในโปรแกรม นั้นๆ ได้	บอกได้ว่าตนเองชอบกิจกรรมใด เช่น ชอบเล่นฟุตบอล
3. มีทักษะพื้นฐานและสามารถใช้อุปกรณ์ในกิจกรรมที่ตนเองชอบได้	แสดงทักษะพื้นฐานและใช้อุปกรณ์กับกิจกรรมนั้นๆ ได้ เช่น ระบายสีได้และเลือก สีได้ตามความชอบ
4. รู้ว่าประสบการณ์ทางนันทนิจิตนั้นมีหลากหลาย	บอกได้ว่าการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นมีมากมาย
5. เรียนรู้ทักษะของประสบการณ์นันทนิจิตใหม่ๆ อยู่เสมอ	มีทักษะใหม่ๆ มาแสดงอยู่เสมอ
6. มีทักษะทางนันทนิจิตที่ดีขึ้นในกิจกรรมที่ตนเองชอบและเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เพิ่มขึ้นอีก	มีทักษะใหม่ๆ มาแสดงอยู่เสมอและแสดงทักษะที่ดีขึ้นในกิจกรรมที่คุ้นเคย เช่น นอกจากฉันจะทำการชูดสีได้แล้วฉันยังวาดรูปเหมือนได้ดีขึ้นอีก
7. สามารถประเมินทักษะนั้นๆ ของตนเองที่มีต่อกิจกรรมที่ชอบ	บอกได้ว่าการแสดงทักษะของตนเองตอนนี้ดีหรือพอใจแล้วหรือยัง
8. สามารถวางแผนจัดประสบการณ์ทางนันทนิจิตได้โดยคำนึงถึงทักษะ พื้นฐานที่บุคคลนั้นๆ มี	สามารถวางแผนการทำกิจกรรมต่างๆ ได้โดยคำนึงถึงทักษะที่ตนเองมีอยู่เช่น ฉัน จะไม่เล่นในเกมส์นี้เพราะคู่แข่งเก่งกว่าฉันมาก
9. สามารถพัฒนาทักษะของประสบการณ์ทางนันทนิจิตที่ตนเองชื่นชอบได้	แสดงทักษะในกิจกรรมที่ทำดีขึ้นเช่น สามารถเล่นดนตรีในโน้ตที่ยากขึ้นได้
10. พัฒนาประสบการณ์นันทนิจิตให้มีคุณค่าเพิ่มขึ้นได้	สอนทักษะที่ตนเองมีอยู่ให้กับคนอื่นได้

ทักษะนันทนจิต	การแสดงพฤติกรรม
11. สามารถใช้ทักษะนันทนจิตที่ตนเองถนัดให้เป็นประโยชน์ในการสร้างโอกาสเข้าร่วมกับกลุ่มใหม่ๆ	เล่นบาสเกตบอลกับเพื่อนกลุ่มใหม่ในสนามได้
12. สามารถเป็นผู้นำครอบครัวในการเข้าสู่ประสบการณ์นันทนจิตที่หลากหลาย	พาคนในครอบครัวมาประกอบกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายได้
13. สามารถเป็นผู้นำครอบครัวในการเข้าสู่ประสบการณ์นันทนจิตที่ได้มาจากโรงเรียน	พาคนในครอบครัวมาประกอบกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายและประยุกต์กิจกรรมได้ เช่น ฟุตบอลกอล์ฟหนูสำหรับสมาชิกในครอบครัว
14. สามารถบูรณาการความรู้และทักษะเข้าสู่วิถีชีวิตทางนันทนจิตที่เปลี่ยนแปลงได้	ทักษะใดๆ ที่ตนเองมีอยู่สามารถบอกได้ว่าควรปรับส่วนใดบ้างเมื่อเริ่มเข้าสู่วัยชรา
15. สามารถใช้ทักษะของตนเองและประสบการณ์นันทนจิตมาสร้างความสมดุลในชีวิตได้	ทักษะทางนันทนจิตที่มีอยู่นั้นจะช่วยทำให้ไม่น่าเบื่อในวัยเกษียณ

#### การแสดงพฤติกรรมการมีทัศนคติ (Attitude)

ทัศนคติ	การแสดงพฤติกรรม
1. รู้ถึงกิจกรรมที่หลากหลายของครอบครัว	บอกกิจกรรมที่ครอบครัวทำได้หลายอย่าง เช่น ไปสวนสนุก ว่ายน้ำ ทำอาหาร
2. รู้ถึงกิจกรรมของสมาชิกแต่ละคนในครอบครัว	บอกได้ว่าพ่อ แม่หรือพี่น้องชอบทำอะไร
3. รู้ถึงประโยชน์ของความกล้าหาญและท้าทาย	แสดงความเป็นผู้นำชอบทำสิ่งแปลกใหม่
4. รู้ว่าแต่ละคนมีการเลือกในการทำกิจกรรมที่แตกต่างกันไปตามความชอบ	เมื่อเห็นเพื่อนเล่นหรือทำในกิจกรรมที่ไม่เหมือนตนก็ไม่แสดงอาการวิตกกังวล
5. รู้ว่าประสบการณ์ทางนันทนจิตระหว่างครอบครัว โรงเรียนและชุมชน	เล่นหรือทำกิจกรรมที่ครอบครัว โรงเรียนและชุมชนมีให้เช่น ตะเตะฟุตบอล

ทัศนคติ	การแสดงพฤติกรรม
นั้นมีความสัมพันธ์กัน	
6. รู้ว่านั่นทัศนคติมีความสำคัญต่อชีวิตของบุคคล	อยากเลือกเอง ทำแล้วสนุก
7. รู้ว่าควรมีวิถีชีวิตอย่างไรจึงจะเหมาะสม	บอกได้ว่าตนเองมีวิถีชีวิตเช่นไร เช่น ฉันชอบใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย หรือทำท่าย
8. รู้ว่าวิถีชีวิต การเปลี่ยนรูปแบบ การเติมโตและการพัฒนามีความสัมพันธ์กัน	บอกได้ว่าวิถีชีวิตที่มีอยู่นี้อาจเปลี่ยนแปลงได้เมื่อนั้นโตขึ้น
9. รู้ว่าคนแต่ละคนต่างมีวิถีชีวิตที่แตกต่างกัน	เมื่อเพื่อนฉันมีวิถีชีวิตที่ต่างจากฉันนั้น ไม่ใช่เรื่องแปลกอะไร
10. รู้ว่าคนแต่ละคนมีคุณค่า	ให้การเคารพการตัดสินใจของผู้อื่น
11. รู้ว่าแต่ละคนมีความชอบที่เหมือนหรือแตกต่างกันก็ได้	เพื่อนชอบเล่นปิงปองแต่ฉันชอบสะสมแสตมป์ส่วนน้องก็ชอบปลูกต้นไม้
12. รู้ว่าบุคคลมีความสามารถที่จะตัดสินใจและมีเกณฑ์เป็นของตนเองได้	ใช้นั้นเป็นสิทธิของเพื่อนฉันที่จะตัดสินใจเช่นนั้น
13. รู้ว่านั่นทัศนคติสามารถสร้างทัศนคติ ความสามารถและพัฒนาได้	การประกอบกิจกรรมใด ๆ ของฉันจะทำให้ฉันมีความรู้สึที่ดีต่อสิ่งนั้นแล้วฉันก็จะเก่งขึ้นเรื่อยๆ จนมีคนยอมรับในความสามารถของฉัน
14. รู้ว่านั่นทัศนคติทำให้คนมีความสามารถได้	ใช่ “ยูโด” ฉันเลือกเอง แล้วมันก็ทำให้ฉันมีความอยากที่จะเล่นจนฉันเก่ง
15. รู้ว่าการตัดสินใจในการเลือกการใช้รูปแบบวิถีชีวิตมีความสัมพันธ์กับเป้าหมายในชีวิตด้วย	ฉันอยากที่จะช่วยเหลือสังคมและตอนนี้กิจกรรมการของฉันคือการรวมกลุ่มปั่นจักรยานเก็บขยะและเพื่อสุขภาพ
16. สามารถบูรณาการเป้าหมายทางนั้นทัศนคติกับครอบครัวได้	การที่ครอบครัวเราปั่นจักรยานเก็บขยะก็เพื่อพัฒนาสังคมและครอบครัวของเรา
17. รู้ว่านั่นทัศนคติมีความสำคัญสำหรับชีวิตในวัยเกษียณ	การที่ได้ตัดสินใจเลือกทำเองอย่างอิสระเมื่อทำแล้วสนุกจะทำให้ฉันมีคุณค่า
18. สามารถปรับวิถีชีวิตด้วยการเพิ่มนั่นทัศนคติและบทบาทที่เปลี่ยนแปลง	ฉันอายุมากขึ้นมีเวลาว่างมากขึ้นก็ควรหากิจกรรมที่ดีทำ

### ง) รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาต่างๆ

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาวิเคราะห์สังเคราะห์ในงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการค้นคว้าและสรุปได้เป็นรูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ดังนี้

เนื้อหา นันทนจิตศึกษา ได้มีการศึกษาวิเคราะห์และพัฒนาเป็นลำดับจากผู้เชี่ยวชาญ นันทนจิต ในปี 1979 คณาจารย์สาขาวิชาการบริการทางนันทนจิตและนิตินิยมศึกษามหาวิทยาลัยแห่งรัฐฟลอริดา (Florida State University) และด้วยความร่วมมือของบุคลากรจาก แผนกการศึกษา รัฐฟลอริดา (Florida State Department of Education personnel) ได้พัฒนารูปแบบนันทนจิตศึกษาที่ประกอบด้วย 107 วัตถุประสงค์ โดยมีการจัดลำดับไว้เป็น 6 ด้าน (Categories) (Mundy and Odum, 1979) ได้แก่ การตระหนักรู้ตนเอง (Self-awareness) การตระหนักรู้ทางนันทนจิต (Leisure awareness) ทักษะทัศนคติ (Attitudes) การตัดสินใจ (Decision making) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction) และทักษะกิจกรรมนันทนจิต (Leisure activity skills)

รูปแบบเนื้อหา นันทนจิตศึกษาของปีเตอร์สัน (Peterson's Leisure Education Content Model, 1984) ซึ่งเป็นรูปแบบของนันทนจิตศึกษาที่ออกแบบมาโดยเฉพาะประกอบด้วย 3 ส่วนสำคัญของการบริการทางนันทนาการบำบัดคือ ทักษะ ทักษะทัศนคติ และความรู้ที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิต มีความมุ่งหวังให้บุคคลผู้พิการสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับคนปกติให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ภายใต้ขอบข่ายของเนื้อหาทางนันทนจิตศึกษา 1) การตระหนักรู้ทางนันทนจิต 2) ทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคม 3) แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต 4) ทักษะกิจกรรมนันทนจิต ทั้งนี้ปีเตอร์สัน ได้ระบุไว้ในรูปแบบด้วยว่า ความเข้าใจถึงทัศนคตินันทนจิต ในเรื่องที่มีต่อประสบการณ์ทางนันทนจิต ทักษะการตัดสินใจและการเข้าร่วมที่หลากหลาย ความสามารถในการใช้และความรู้ในแหล่งทรัพยากรปรากฏเป็นด้านที่สำคัญยิ่งสำหรับการเข้าไปมีส่วนร่วมทางนันทนจิตอย่างพึงพอใจ โดยรูปแบบของปีเตอร์สันสามารถสรุปได้ดังนี้

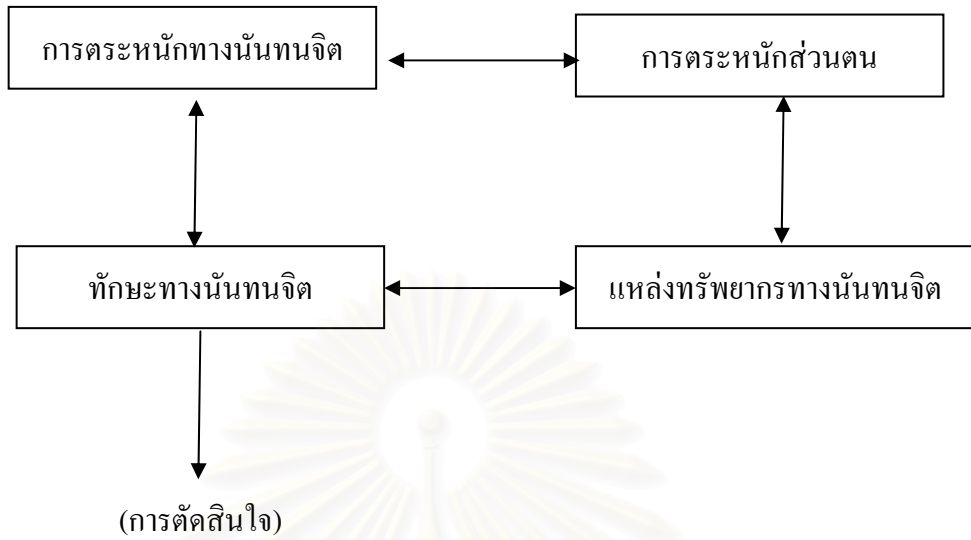
## รูปแบบเนื้อหาหนังสือจิตศึกษาของปีเตอร์สัน

การตระหนักรู้ทางนันทนจิต –1.0	ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม –2.0
1.1 ความรู้เรื่องนันทนจิต	2.1 คู่
1.2 การตระหนักส่วนตน	2.2 กลุ่มเล็ก
1.3 ทักษะในการเล่นและนันทนจิต	2.3 กลุ่มใหญ่
1.4 ทักษะที่เกี่ยวกับการมีส่วนร่วมและการตัดสินใจ	
แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต –4.0	ทักษะกิจกรรมนันทนจิต –3.0
4.1 โอกาสการทำกิจกรรม	3.1 เป็นทางการ
4.2 แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคล	3.2 ไม่เป็นทางการ
4.3 แหล่งทรัพยากรในบ้านและครอบครัว	
4.4 แหล่งทรัพยากรทางชุมชน	
4.5 แหล่งทรัพยากรของจังหวัดและประเทศ	

อย่างไรก็ตามสำหรับรูปแบบของปีเตอร์สันถูกออกแบบมาสำหรับคนปกติทั่วไปแต่ก็สามารถจัดในเชิงคลินิกสำหรับบุคคลผู้พิการได้ การปรับรูปแบบไปใช้จึงต้องขึ้นอยู่กับผู้ฝึกหัด และไม่พบการประเมินผลผู้เข้ารับบริการอย่างชัดเจน มันดี (Mundy, 1998) จึงได้มีการพัฒนารูปแบบทางนันทนจิตศึกษา โดยปรับปรุงส่วนการประเมินผลก่อนและหลังเข้ารับบริการนันทนจิตศึกษาซึ่งประกอบด้วย 5 โปรแกรม 1) การตระหนักรู้ทางนันทนจิต 2) การตระหนักด้วยตนเอง 3) การตัดสินใจ 4) ทักษะนันทนจิต 5) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ทั้งนี้ มันดี ได้ชี้ให้เห็นว่า ถึงแม้เขาจะตระหนักว่าการตัดสินใจและปฏิสัมพันธ์ทางสังคมควรจะบรรจุไว้ในองค์ประกอบทักษะนันทนจิต แต่มันดี ก็แยกออกมาเป็นองค์ประกอบย่อยในเนื้อหาเพิ่มเติม

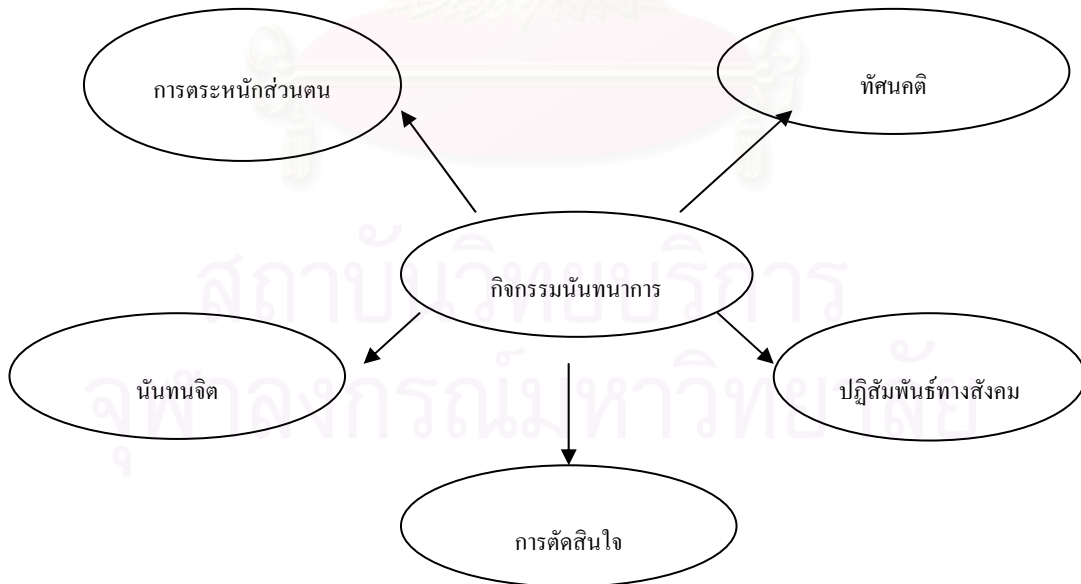
สำหรับ 13 ปีของการใช้รูปแบบโปรแกรมของมันดีนำมาสู่การลดทอน แก้ไขปรับปรุงและเพิ่มเติมรูปแบบเดิมที่ถูกจัดออกเป็น 5 องค์ประกอบ โปรแกรมพัฒนาเป็น 4 องค์ประกอบโปรแกรม 1) การตระหนักนันทนจิต 2) การตระหนักส่วนตน 3) ทักษะนันทนจิต 4) แหล่งทรัพยากรนันทนจิต โดยโปรแกรมก่อนนั้นการตัดสินใจและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ภายใต้องค์ประกอบของทักษะนันทนจิต โดยแสดงรูปแบบโปรแกรมของมันดีดังนี้

องค์ประกอบโปรแกรมนันทจิตศึกษาของมันดี (1998)



ต่อมาในปี 1998 แมนและเซอร์ล (Mahon and Searle, 1998) เสนอให้ปรับปรุงเนื้อหาของ การตระหนักรู้ทางนันทจิต เป็นนันทจิตโดยไม่ใช้คำว่าตระหนักเนื่องจากมีความครอบคลุมมากกว่า และตัด องค์ประกอบการพัฒนาทักษะกิจกรรมนันทจิต โดยถือว่ากิจกรรมนันทนาการเป็นส่วนประกอบของทุก เนื้อหา

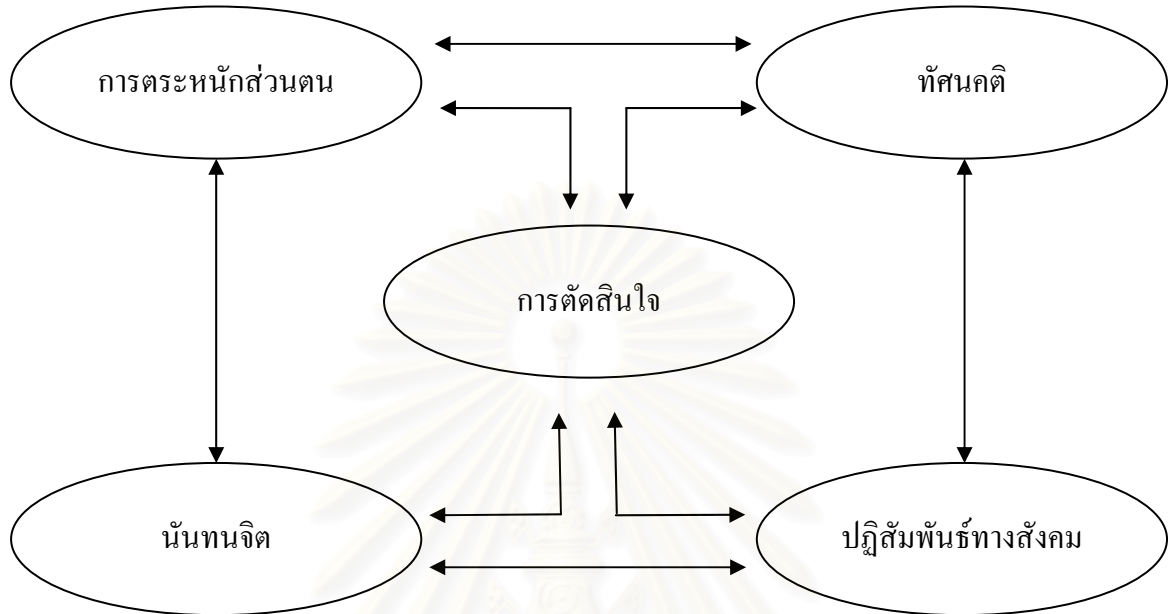
เนื้อหาทางนันทจิตศึกษาของ แมนและเซอร์ล



Framework Model of Leisure Education

Searle and Mahon's Elements (1993)

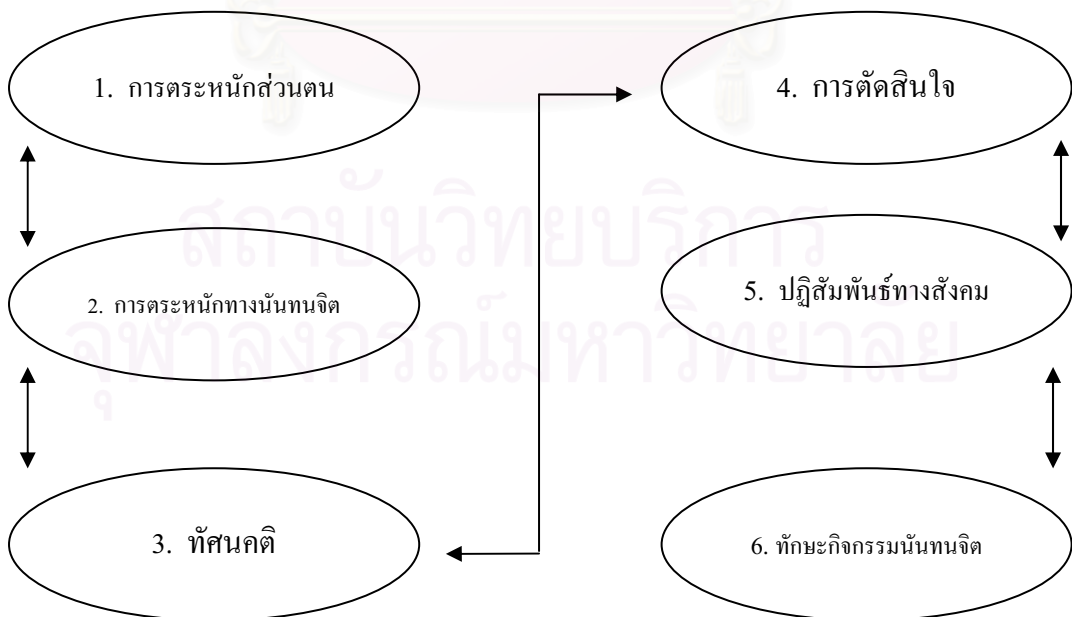
รูปแบบกรอบแนวคิดของนันทนจิตศึกษา ของ เซอร์ล และแมน



Mundy and Odum's Model (1979)

"The Scope and Sequence of Leisure Education"

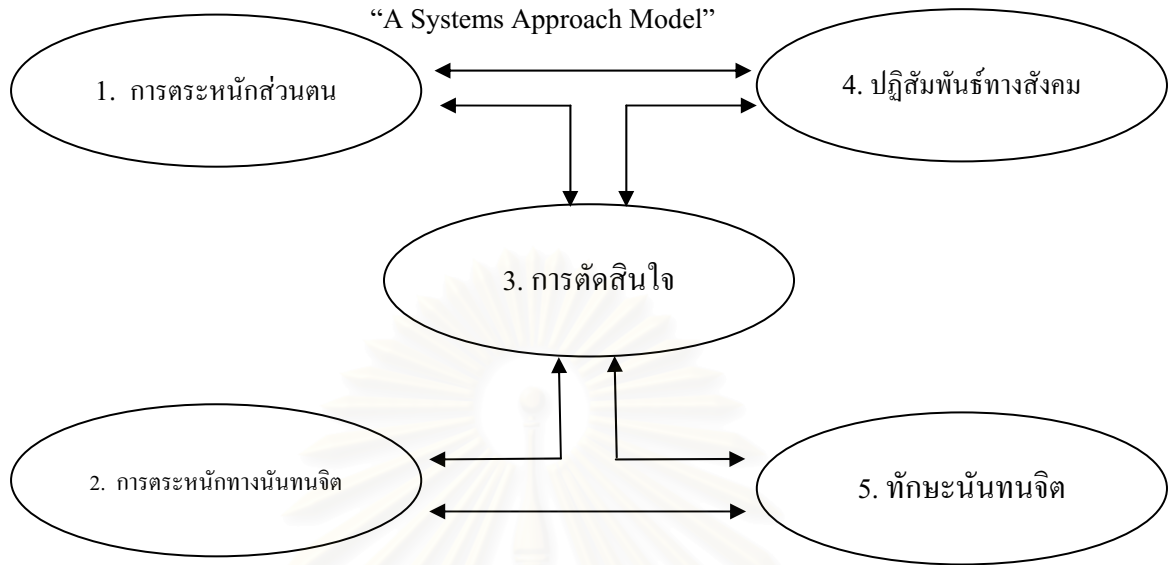
ขอบข่ายและลำดับขั้นของนันทนจิตศึกษาของ มันดี และ โอดัม



(หลังการทดลอง)

“The Scope and Sequence Model” (1979)

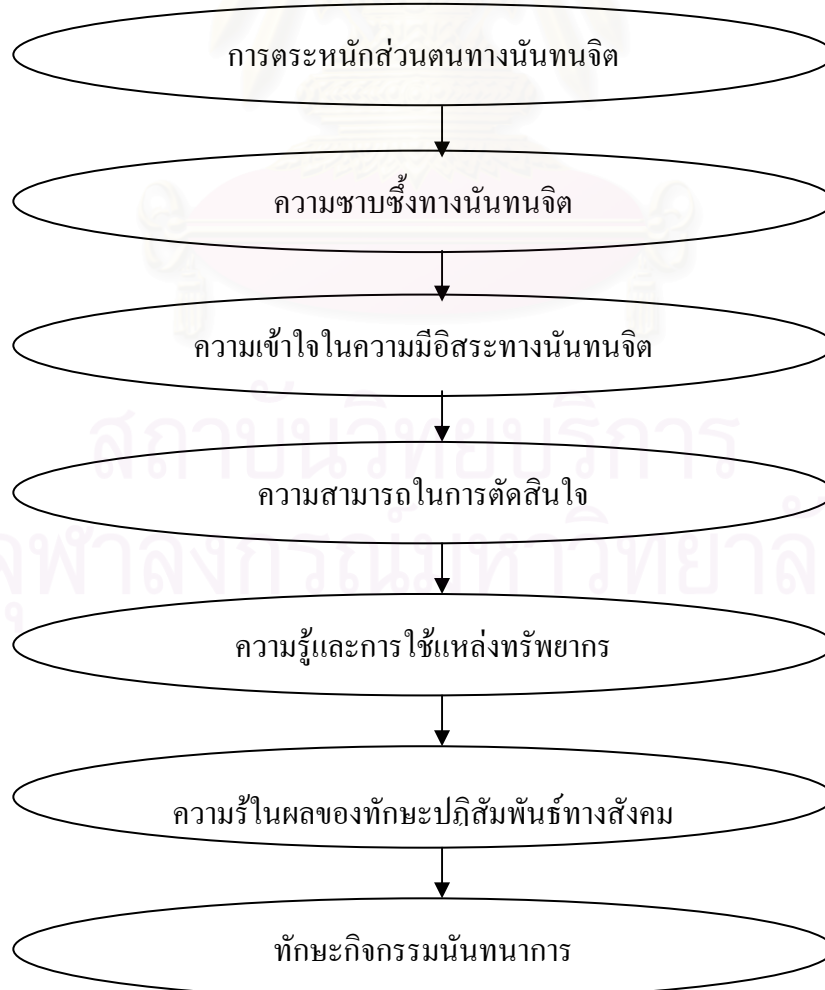
รูปแบบหลังการทดลองของ มั่นดี และ โอคุม



Leisure Education: A Model for Implementation (1979)

Dattilo and Murphy's Model (1997)

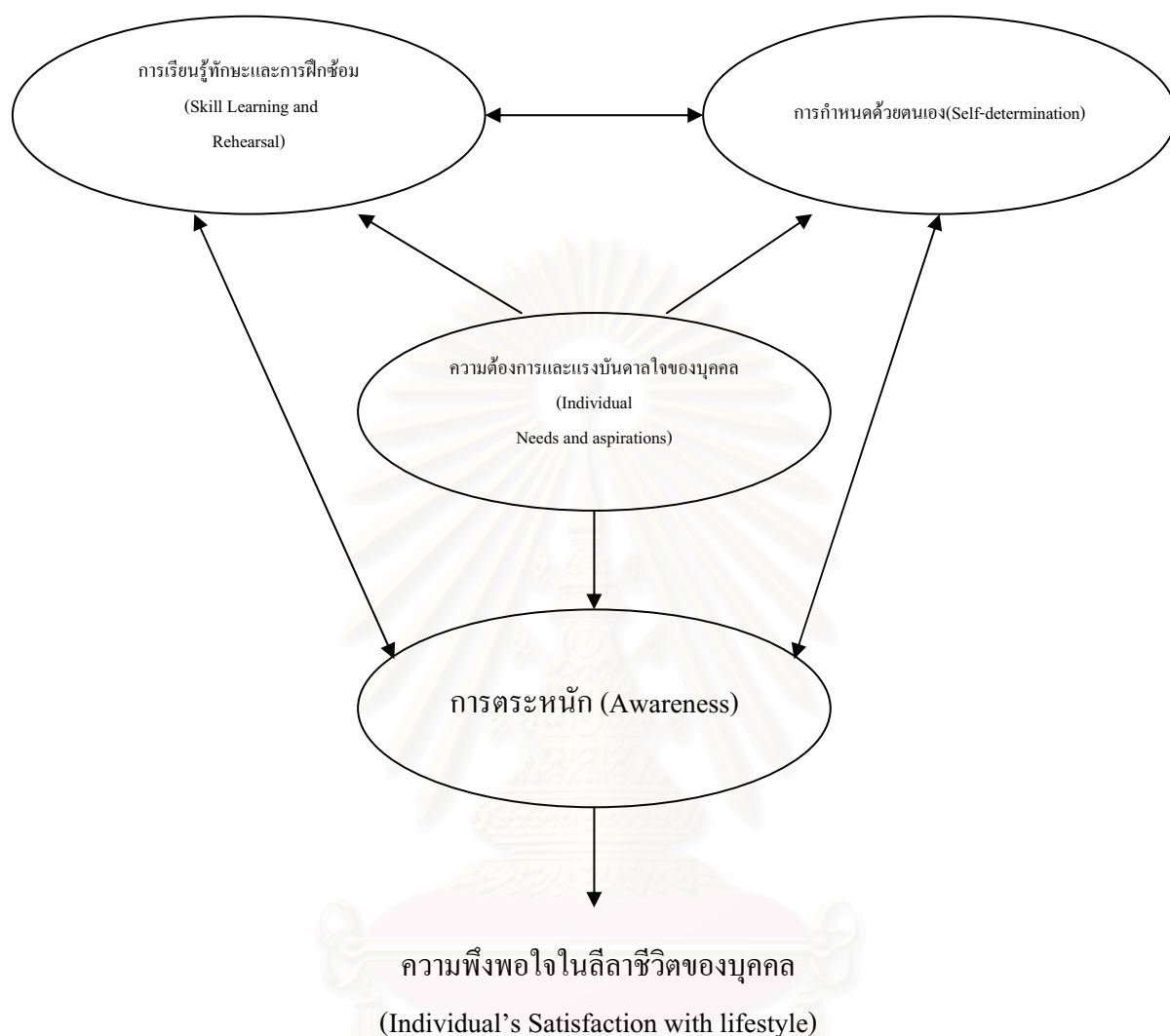
นันทนจิตศึกษา รูปแบบเพื่อนำไปใช้ ของเดทริโลและเมอร์ฟี





## “A Conceptual Model for Leisure Education”

รูปแบบแนวคิดสำหรับนันทนจิตศึกษาของ บูลลอร์ดและแมน



### คุณค่าและประโยชน์ของนันทนจิตศึกษา

คุณค่าของนันทนจิตศึกษา ตามที่ ชเลน ทักเกอร์ และ ไฮอีน่า (Schleien, Tucker and Hyena, 1985) ได้กล่าวถึงว่า คือ เครื่องมือที่สามารถทำให้ชีวิตพัฒนาได้ด้วยการกำหนดจากตนเองในการมีส่วนร่วมสำหรับผู้พิการและไม่พิการ นันทนจิตศึกษาได้รับการพิจารณาประการแรกให้แนวคิดสำคัญในการจัดการศึกษาโดยผู้บริหารบางโรงเรียน ในปี 1981 เมื่อคณะกรรมการการปฏิรูปโรงเรียนมัธยมศึกษาของสมาคมการศึกษาแห่งชาติ (Commission on the Reorganization of Secondary School Education of the National Education Association) ได้นำหลักการขั้นพื้นฐานของมัธยมศึกษา (Cordinal Principle of Secondary Education) ซึ่งสนับสนุนคุณค่าของนันทนจิตในการเป็นส่วนหนึ่งของวัตถุประสงค์ด้านการศึกษา ยิ่งไปกว่านั้นสมาคมผู้บริหารโรงเรียนอเมริกัน ได้ตีพิมพ์สิ่งสำคัญในการศึกษา (Imperatives in Education) ในปี 1966 ซึ่งได้ระบุถึงการพัฒนาประโยชน์ของนันทนจิตในด้านเป้าหมายทางการศึกษา

หลังจากที่ได้ทำการทดลองด้านรูปแบบขอบข่ายและลำดับขั้นรวมถึงการวิเคราะห์เอกสารต่างๆ โดยผู้เชี่ยวชาญแล้ว รูปแบบลำดับที่ 2 จึงถูกพัฒนาขึ้นตามมา การออกแบบโปรแกรมใน System Approach ถูกจัดขึ้นตามส่วนประกอบหลักของโปรแกรม 5 ด้าน ซึ่งในแต่ละด้านนี้อาจจะมีรายละเอียดย่อยลงไปอีก ในแต่ละองค์ประกอบหลักและองค์ประกอบย่อย ถูกจัดให้เข้าไปในการป้อนข้อมูล (Input) และผลลัพธ์ (Output) ซึ่งได้มีการอธิบายไว้ดังนี้

รูปแบบการทำให้ถึงเป้าหมายอย่างเป็นระบบของ มันดี (1987)

(A SYSTEM APPROACH MODEL)

องค์ประกอบของนันทนจิตศึกษา

(Leisure Education Components) (1987)

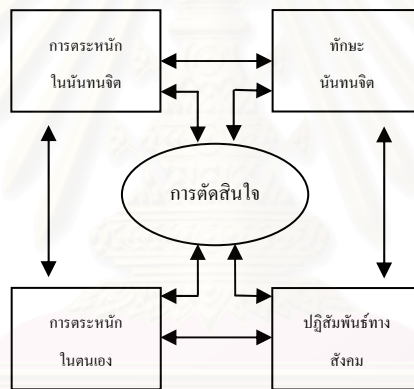
ปัจจัยนำเข้า (Input)

กระบวนการนันทนจิตศึกษา

ผลลัพธ์ Out-put

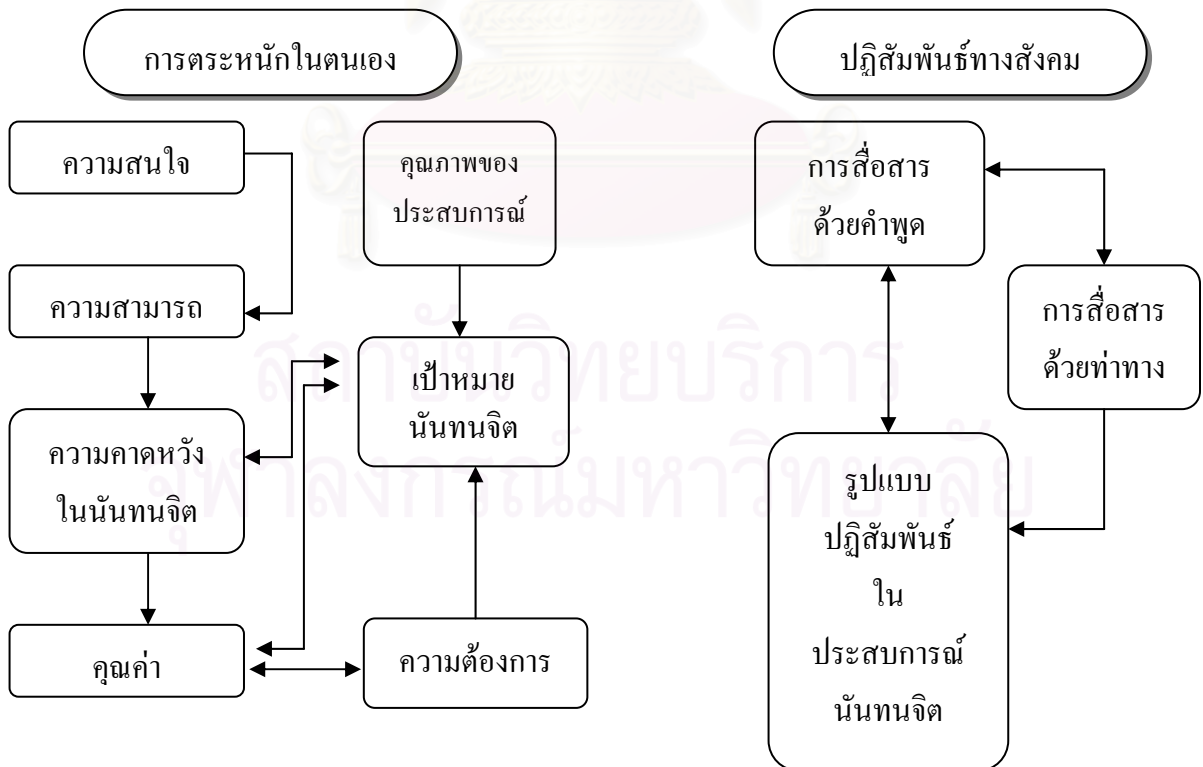
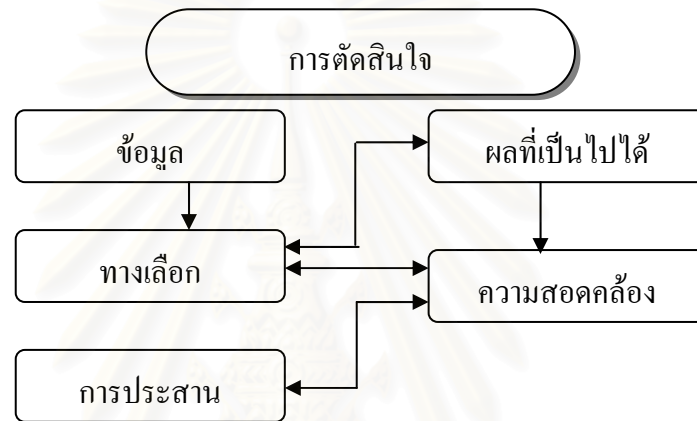
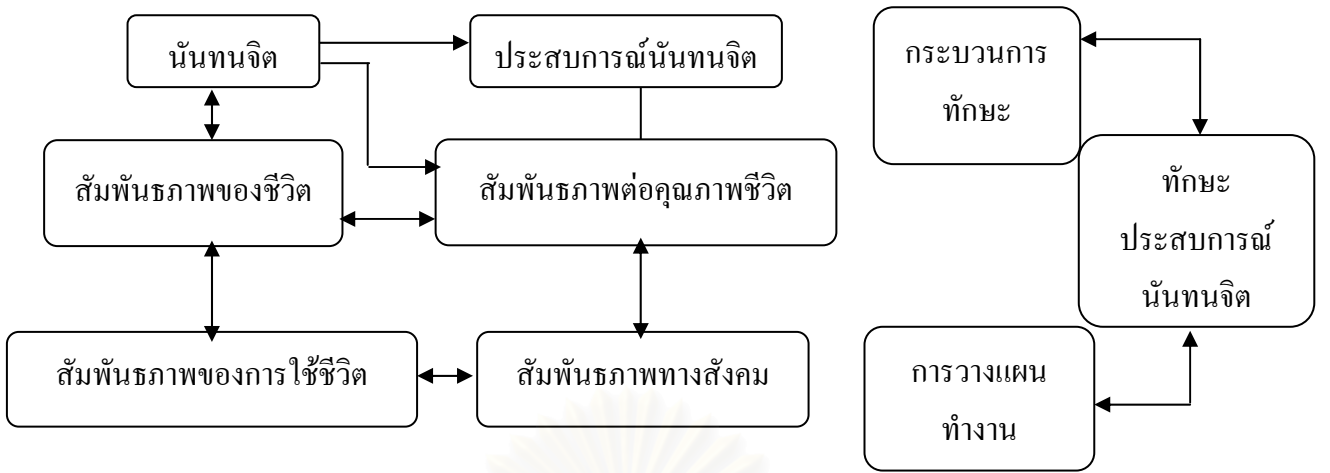
บุคคล :

บุคลากรด้านการบริการทาง  
นันทนจิตผู้ซึ่งสามารถออกแบบ  
ประสบการณ์การเรียนรู้ให้  
บรรลุผลสูงสุดทางนันทนจิต  
ศึกษา



บุคคลผู้ซึ่ง :

- ใช้ความรู้เกี่ยวกับนันทนจิตและประสบการณ์ทาง นันทนจิตระหว่างเวลาว่างเพื่อให้คุณภาพชีวิตของตนเองดีขึ้น
- สามารถใช้ความรู้เกี่ยวกับตนเองในการตัดสินใจทางนันทนจิตระหว่างเวลาว่างเพื่อให้คุณภาพชีวิตของตนเองดีขึ้น
- มีสมรรถนะในการจัดการประสบการณ์ทางนันทนจิตของตนเองให้บรรลุเป้าหมายที่มีคุณภาพโดยอาศัยการวางแผนที่ปฏิบัติได้จริง
- มีปฏิสัมพันธ์และสัมพันธ์กับผู้อื่นระหว่างเวลาว่างเป็นไปตามเป้าหมายทางนันทนจิต



องค์ประกอบนันทจิตศึกษา  
สำหรับบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

## การนำเข้า กระบวนการและผลลัพธ์ ของส่วนประกอบย่อยนันทนจิตศึกษา

การนำเข้า Input	กระบวนการ Process	ผลลัพธ์ Out-put
<p>บุคคล ได้รับฝึกฝนในการศึกษา ค่านันทนจิต</p>	<p>การรับรู้นันทนจิต</p>	<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เข้าใจนันทนจิตในฐานะของเวลาว่าง</li> <li>- ระบุความหลากหลายของประสบการณ์นันทนจิต</li> <li>- อธิบายความสัมพันธ์ของนันทนจิตต่อชีวิตของตนเอง</li> <li>- เชื่อมโยนันทนจิตต่อการใช้ชีวิต</li> <li>- เชื่อมโยงความสัมพันธ์ของนันทนจิตต่อคุณภาพชีวิต</li> <li>- ชี้แจงความสัมพันธ์ของนันทนจิตต่อโครงสร้างของสังคม</li> <li>- บุคคลผู้ซึ่งเป็นผู้พึงพอใจกับนันทนจิตที่สนใจและชอบขำของนันทนจิต</li> <li>- ทำตามแรงปรารถนา</li> <li>- ระบุความคาดหวังนันทนจิตที่เป็นไปได้จริงสำหรับตนเอง</li> <li>- เล่าประสบการณ์นันทนจิตที่สอดคล้องกับคุณค่าของตนเอง</li> <li>- สามารถปรับสภาพของประสบการณ์นันทนจิตให้สอดคล้องกับความคาดหวัง ความสนใจและความสามารถ</li> </ul>
<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้นันทนจิตคืออะไร</li> <li>- สามารถระบุความหลากหลายของประสบการณ์นันทนจิต</li> </ul>	<p>การรับรู้นันทนจิต</p>	

การนำเข้า Input	กระบวนการ Process	ผลลัพธ์ Out-put
<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้ว่านั่นทนจิตคืออะไร</li> <li>- สามารถระบุความหลากหลายของประสบการณ์นั่นทนจิต</li> </ul>	<p>ทักษะนั่นทนจิต</p>	<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ศึกษากระบวนการและการวางแผนนั่นทนจิตและประสบการณ์นั่นทนจิต</li> <li>- สามารถแสดงทักษะพื้นฐานในกลุ่มประสบการณ์นั่นทนจิต</li> <li>- มีการพัฒนาทักษะสำหรับการเลือกประสบการณ์นั่นทนจิตด้วยตนเอง</li> </ul>
<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้ว่านั่นทนจิตคืออะไร</li> <li>- สามารถระบุความหลากหลายของประสบการณ์นั่นทนจิต</li> <li>- สามารถระบุแสดงความสนใจในนั่นทนจิต ตามสภาพของชีวิตแต่ละบุคคล</li> </ul>	<p>การตัดสินใจ</p>	<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ระบุรวบรวมและประยุกต์ข้อมูลทางนั่นทนจิตตามประสบการณ์นั่นทนจิต</li> <li>- ระบุตัวเลือกและใช้งานในการตัดสินใจที่เกี่ยวกับนั่นทนจิตและประสบการณ์นั่นทนจิต</li> <li>- ระบุผลที่เป็นไปได้ของตัวเลือกนั่นทนจิต</li> <li>- ทำการตัดสินใจนั่นทนจิตที่ไปกันได้กับการรับรู้ตนเอง</li> <li>- ประเมินการตัดสินใจนั่นทนจิต</li> </ul>
<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้ว่าอะไรคือนั่นทนจิต</li> <li>- สามารถระบุประสบการณ์นั่นทนจิตที่หลากหลาย</li> <li>- สามารถแสดงทักษะของกิจกรรมนั่นทนจิตที่</li> </ul>	<p>ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</p>	<p>บุคคลผู้ซึ่ง :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ระบุและชนิดของการสื่อสารที่ใช้คำพูดและใช้คำพูดเพื่อทำให้การซึ่งเป้าหมายนั่นทนจิต</li> <li>- ระบุ, เลือก, และใช้รูปแบบของปฏิสัมพันธ์สังคมใน</li> </ul>

การนำเข้า Input	กระบวนการ Process	ผลลัพธ์ Out-put
<ul style="list-style-type: none"> <li>หลากหลาย</li> <li>- สามารถระบุนความสนใจ ความคาดหวังและ เป้าหมายนั้นทัศนจิต</li> <li>- ประยุกต์กระบวนการ ตัดสินใจต่อนั้นทัศนจิตและ ประสบการณ์นั้นทัศนจิต</li> </ul>		<p>ประสบการณ์นั้นทัศนจิตที่ใช้</p> <p>กันได้กับการตระหนักใน</p> <p>ตนเอง</p>

### เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเป็นเด็กอีกกลุ่มหนึ่งที่ควรได้รับการช่วยเหลือให้อยู่ร่วมกับคนปกติทั่วไปในสังคมได้ตามศักยภาพของตนเองให้มากที่สุด ซึ่งในปัจจุบันรัฐบาลได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และเปิดโอกาสให้อยู่ร่วมกับเด็กปกติมากขึ้น ดังจะเห็นได้จาก การที่สำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร ดำเนินโครงการพัฒนารูปแบบการจัดการประถมศึกษา สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีระดับสติปัญญา (I.Q.) 50-70 ให้เรียนร่วมกับเด็กปกติ (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, 2530) และเริ่มเปิดรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีระดับสติปัญญา (I.Q.) 50-70 เข้าเรียนร่วมกับเด็กปกติได้ ตั้งแต่ปีการศึกษา 2534 เป็นต้นไป ซึ่งแม้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับนี้จะมีความจำกัดในการเรียนรู้ด้านวิชาการ แต่ถ้าได้รับการกระตุ้นและพัฒนาในด้านบุคลิกภาพให้เหมาะสมแล้ว ก็สามารถจะอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างปกติสุข ไม่เป็นภาระแก่ครอบครัว และสังคมมากเกินไป

สำหรับในประเทศไทยเริ่มให้ความสนใจเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเมื่อประมาณ 30 กว่าปีมานี้ เนื่องจากมีบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาไปรับการตรวจในคลินิกคนไข้นอกของโรงพยาบาลโรคจิตแต่ละแห่งมากขึ้น ในปี พ.ศ. 2500 องค์การอนามัยโลกได้ส่งผู้เชี่ยวชาญมาสำรวจบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในประเทศไทย พบว่า ประเทศไทยมีบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประมาณร้อยละ 1 (สุปราณี สนธิรัตน์, 2526) ในปี 2532 ประมาณว่าในประเทศไทยมีบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาร้อยละ 1-3 (พรสวรรค์ วสันต์, 2532)

### ก) ความหมาย

ความหมายของคำว่าบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีผู้ให้ความหมายหลายทัศนะ ดังนี้ สมาคมผู้มีความบกพร่องทางปัญญาแห่งสหรัฐอเมริกา (American Association on Mental Deficiency (AAMD)) และเฮเบอร์ (Heber, 1961) ให้คำจำกัดความว่า หมายถึง เด็กที่สมองทำงานไม่เท่ากับเด็กปกติ อย่างเด่นชัด ทำให้เกิดพฤติกรรมการปรับตัวที่ผิดปกติ และเห็นได้ชัดเจนมากในช่วงพัฒนาการ

กรอสแมน (Grossman, 1983) ให้ความหมายว่า ความบกพร่องทางสติปัญญา หมายถึง ความสามารถทางสมองและพฤติกรรมการปรับตัวต่ำกว่าระดับปกติ ซึ่งเป็นผลจากความบกพร่องในช่วงพัฒนาการบุคคล

สุชา จันทน์เอม (2531) และ คารณี ธนะภูมิ (2533) ให้ความหมายของคำว่า ความบกพร่องทางสติปัญญา ตรงกันว่า หมายถึง ภาวะที่การพัฒนาด้านจิตใจหยุดชะงัก หรือบกพร่องไม่สมบูรณ์โดยมีลักษณะสำคัญคือ ระดับสติปัญญาต่ำกว่าปกติ

สุปราณี สนธิรัตน์ (2526) ให้ความหมายว่า หมายถึง สภาวะที่มีระดับสติปัญญาด้อยหรือต่ำกว่าปกติ ซึ่งมักมีสาเหตุเกิดขึ้นในระหว่างพัฒนาการ อันมีผลให้มีความสามารถจำกัดในด้านการเรียนการปรับตัวให้เข้ากับสังคม หรือมีพัฒนาการที่ไม่สมวัย หรือทั้งสองอย่าง

กรมวิชาการ (2530) ให้ความหมายว่า หมายถึง เด็กที่มีระดับสติปัญญาโดยส่วนรวมอยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ มีความสามารถในการเรียนรู้มีพัฒนาการทางกายล่าช้า ไม่เหมาะสมกับวัย มีความสามารถจำกัดในการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมและสังคม ทำให้มีความยากลำบากในการดำเนินชีวิต

สุมิตรา เจณณวาสิน (2530) ให้ความหมายว่า หมายถึง เด็กที่ด้อยกว่าเด็กปกติในด้านการเรียนและสังคม เพราะมีเชาวน์ปัญญาต่ำ นับตั้งแต่ต่ำกว่าปกติเล็กน้อย ขนาดพอศึกษาเล่าเรียนได้บ้างจนถึงขั้นไม่สามารถสอนได้เลย พัฒนาการทางสมองของเด็กเหล่านี้ช้ากว่าปกติหรือบางรายแทบไม่มีพัฒนาการเลย

วาริ ธีระจิตร (2531) ให้ความหมายว่า หมายถึง สภาวะที่พัฒนาการของจิตใจหยุดชะงัก หรือเจริญไม่เต็มที่ แสดงลักษณะเฉพาะโดยมีระดับสติปัญญาต่ำหรือด้อยกว่าปกติ พัฒนาการทางกายล่าช้า ความสามารถในการเรียนรู้มีพัฒนาการจำกัดในการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อมและสังคม

วุฒิก รตนบัลลังก์ (2531) ให้ความหมายว่า หมายถึง คนที่มีระดับสติปัญญาต่ำกว่าปกติ ซึ่งเป็นความบกพร่องที่เกิดขึ้นในช่วงใดช่วงหนึ่งของพัฒนาการ และมีความสัมพันธ์กับความไม่สามารถปรับตัวได้ตามปกติ

กาญจนา โกศลพิศิษฐ์กุล (2532) ให้ความหมายว่า เป็นเด็กที่มีความสามารถทางสติปัญญา หรือเชาวน์ปัญญาต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย มีปัญหาในการปรับตัวอย่างเห็นได้ชัด ความบกพร่องเหล่านี้มักจะเกิดขึ้นในช่วงใดช่วงหนึ่งของแต่ละคน

จินตหรา เตะตักชัญญ์ (2532) ให้ความหมายว่า หมายถึง เด็กที่มีพัฒนาการทางสมองดีน้อยกว่าเด็กปกติ มีระดับสติปัญญาต่ำ การเรียนรู้และความสามารถในการปรับตัวรวมทั้งการตัดสินใจต่างๆ ช้า และมักผิดพลาด มีพัฒนาการที่ไม่สมวัย

เรือนแก้ว กนกพงศ์ศักดิ์ (2533) ให้ความหมายว่า หมายถึง ภาวะที่เกิดจากความผิดปกติทางสติปัญญา ซึ่งเกิดขึ้นในระยะพัฒนาการของสมองตั้งแต่บุคคลนั้นตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงอายุ 18 ปี ความผิดปกติจะปรากฏในด้านต่างๆ คือ วุฒิภาวะ การเรียนรู้ และการปรับตัวในสังคม

กล่าวโดยสรุป เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา หมายถึง เด็กที่มีพัฒนาการช้ากว่าเด็กปกติในวัยเดียวกันทุกด้าน อันเนื่องมาจากระดับสติปัญญาต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ สามารถเรียนรู้และปรับตัวได้ในระดับหนึ่งถ้าได้รับการกระตุ้นพัฒนาการอย่างต่อเนื่องและเหมาะสม

## ข) ลักษณะทางกายและพฤติกรรม

เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีลักษณะบางประการและพฤติกรรมทั่วไปแตกต่างจากเด็กปกติ พอสรุปได้ดังนี้

### 1) ด้านภาษา

สุชา จันทน์เอม (2531) ชูชีพ อ่อน โศกสูง (2527) สุมิตรา เจณณวาสิน (2530) วารี ธีระจิตร (2531) และดารณี ชนะภูมิ (2533) มีความเห็นตรงกันว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีพัฒนาการทางภาษาล่าช้า พูดไม่ชัดเจน โดยเลอร์เนอร์ และชูชีพ อ่อน โศกสูง ให้ความเห็นเพิ่มเติมอีกว่า การสื่อสารของเด็กล่าช้ากว่าอายุจริง และอายุสมองของเด็กเอง สุมิตรา เจณณวาสิน มีความเห็นว่า ปริมาณคำที่ใช้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานี้น้อย พูดเป็นคำๆ ตอบคำถามหรือปฏิบัติตามคำสั่งหลายๆ คำสั่งไม่ได้ ทำตามคำสั่งที่ยากขึ้นไม่ได้ นอกจากนี้ สุชา จันทน์เอม ยังให้ความเห็นเพิ่มเติมอีกว่า การฟังและความเข้าใจมักจะผิดๆ พลาดๆ ต้องพูดหลายๆ ครั้ง จึงจะทำความเข้าใจได้

### 2) ด้านประสาทสัมผัสและปฏิกิริยาตอบสนอง

สุชา จันทน์เอม (2525) ให้ความเห็นว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีความรู้สึกทางประสาทสัมผัสช้ามาก อิริยาบถการเคลื่อนไหวเชื่องช้า มักใช้มือไม่ค่อยคล่อง เดิน-วิ่งช้า อึดอาด ไม่มีความกระฉับกระเฉง ซึ่ง ผดุง อารยะวิญญู (2523) ได้ให้ความเห็นอีกว่า ถึงแม้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาบางประเภทจะมีร่างกายปกติไม่มีความบกพร่องทางการฟังหรือสายตา แต่ปรากฏว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในกลุ่มนี้ไม่สามารถใช้หูและตาได้ดีเท่ากับเด็กปกติ ความเห็นนี้ตรงกับผลงานวิจัยของ วุฒิกิจ รัตนบัลลังก์ (2531) คือ เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อแสง และเสียงช้ากว่าเด็กปกติ โดยให้ความคิดเห็นเพิ่มเติมว่า อาจเป็นเพราะสภาพร่างกายเคลื่อนไหวได้ช้า ความรู้สึกนึกคิดรวบรวมข่าวสารในการเลือกตัดสินใจไม่รวดเร็ว



### 3) ด้านสมาธิความสนใจ

สุชา จันทน์เอม (2531) ชูชีพ อ่อน โลกสูง (2527) คารณิ ษณะภูมิ (2533) เรือนแก้ว กนกพงศ์ศักดิ์ (2533) สุมิตรา เจณณวาสิน (2530) อมรากุล อินโอรานนท์ (2529) และผดุง อารยะวิญญู (2533) ให้ความคิดเห็นตรงกันว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีสมาธิความสนใจช่วงสั้น มีความอดกลั้นต่ำ ผดุง อารยะวิญญู (2533) ให้ความเห็นเพิ่มเติมว่าผลจากการมีความสนใจสั้นนี้เอง ทำให้เด็กเรียนได้ไม่ดี อมรากุล อินโอรานนท์ (2529) ให้ความเห็นในเรื่องนี้ว่า ถ้าสามารถยึดความสนใจของเด็กให้ยาวขึ้น จะทำให้เด็กมีโอกาสได้เรียนรู้มากขึ้น

### 4) ด้านความจำ

คารณิ ษณะภูมิ (2533) สุชา จันทน์เอม (2531) และสุมิตรา เจณณวาสิน (2530) มีความเห็นตรงกันว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความจำไม่ดี ลืมง่าย ส่วน ชูชีพ อ่อน โลกสูง (2527) ให้ความเห็นแตกต่างจากคนอื่นๆ คือ เห็นว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาขาดความสามารถในการจำระยะสั้น แต่ความจำในระยะยาวไม่ผิดปกติ แต่ไม่สามารถจัดระบบสิ่งเร้าที่จะจำได้ นอกจากนี้ยังมีการใช้กลวิธีในการเรียนและการจำแตกต่างจากเด็กปกติ

### 5) ด้านการเรียนรู้

ชูชีพ อ่อน โลกสูง (2527) ให้ความเห็นเห็นว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประเภทใดก็ตามย่อมมีปัญหาในการเรียนรู้เหมือนกัน โดยลักษณะการเรียนรู้ไม่แตกต่างจากเด็กปกติ แต่ช้ากว่า คือ การเรียนรู้ไม่แตกต่างจากเด็กปกติซึ่งมีอายุสมองเท่ากัน นอกจากนี้ยังมีความเห็นสอดคล้องกับ คารณิ ษณะภูมิ (2533) และผดุง อารยะวิญญู (2523) คือ เห็นว่ามีผลสัมฤทธิ์ทางด้านวิชาการน้อยกว่าเด็กปกติด้วยเหมือนกันอย่างชัดเจน เนื่องจากมีความสามารถในการแก้ไขปัญหานั้นน้อยมาก มีความยากลำบากในการคิดและเข้าใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในรูปของนามธรรม ส่วน สุมิตรา เจณณวาสิน (2530) เห็นว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาไม่รู้จักรตรวจสอบคำถาม อ่าน เขียน และทำเลขได้ช้าหรือไม่ได้เลย ไม่ค่อยกล้าแสดงความคิดเห็น ไม่ตอบหรือซักถามครู ถ้าไม่เข้าใจบทเรียน บางคนไม่อาจเรียนชั้นเรียนธรรมดาด้วยหลักสูตรธรรมดา หรือบางคนไม่สามารถเรียนแม้หลักสูตรพิเศษในชั้นพิเศษ

### 6) ด้านอารมณ์

สำหรับการปรับตัวด้านอารมณ์ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานั้น สุชา จันทน์เอม (2531) เห็นว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีอารมณ์เปลี่ยนแปลง ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ วารี ธีระจิตร์ (2531) และผดุง อารยะวิญญู (2523) ที่เห็นว่าเด็กมีอารมณ์อ่อนไหวง่าย ส่วน สุมิตรา เจณณวาสิน (2530) กล่าวถึง อารมณ์ และสุขภาพจิตของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาว่ามีผลมาจากการไม่สามารถเรียนให้ทันเพื่อน ทำแบบฝึกหัดไม่ได้ สอบตกเสมอ ทำให้เด็กท้อถอย เบื่อหน่าย กลายเป็นคนเก็บตัว ละเลยต่อการเรียน เหลวไหล หรือในทางตรงข้ามว่าวุ่นใจ อาจทำให้กลายเป็นเด็กเกร่ ก้าวร้าวในสายตาคู มักชอบก่อกวนชั้นและขัดขวางการทำงานของ

เพื่อนๆ เมื่อผิดหวังมากๆ การเรียนไม่มีความหมายก็พาลเกลียดโรงเรียน หนีโรงเรียน และออกจากโรงเรียนกลางคันไป

#### 7) ด้านสังคมและบุคลิกภาพ

ในด้านความสามารถทางสังคม ผดุง อารยะวิญญู (2523) และสุมิตรา เจณณวาสิน (2530) มีความคิดเห็นตรงกันว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาชอบเล่นกับเด็กที่มีอายุน้อยกว่า ไม่ชอบเล่นกับเด็กวัยเดียวกัน เพราะอายุสมองใกล้เคียงกับเด็กที่มีอายุอ่อนกว่าจึงเข้ากันได้ดี ชูชีพ อ่อนโคกสูง (2527) มีความเห็นแตกต่างจากคนอื่นว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับที่สามารถเรียนได้สามารถปรับตัวทางสังคมได้ โดยมีปัญหามากกว่าคนปกติเพียงเล็กน้อย ส่วน ดารณี ธนะภูมิ (2533) ให้ข้อสังเกตว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีความสนใจในการเล่นและสังคมต่ำกว่าเด็กปกติในวัยเดียวกัน ในด้านบุคลิกภาพนั้นเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีบุคลิกภาพที่ต้องการให้คนอื่นช่วยเหลือตลอดเวลา ขาดแรงจูงใจในการจะทำสิ่งต่างๆ ด้วยตัวเอง และเชื่อว่าตัวเองไม่สามารถควบคุมตนเองหรือสิ่งอื่นได้ ต้องให้คนอื่นคอยควบคุม สุมิตรา เจณณวาสิน ยังให้ความเห็นเพิ่มเติมจากคนอื่นๆ อีกว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาปรับตัวด้อยกว่าเด็กปกติ เข้ากับเพื่อนฝูงไม่ค่อยได้ มักถูกเข้าแหย่และถูกรังแก การปฏิบัติต่อคนอื่นบางครั้งจะดูแปลกๆ บางคนดูเกินไป หลายคนมักซึมไม่ว่องไว มีลักษณะเป็นผู้ตามอยู่เสมอ มีน้อยคนที่จะมีท่าทีที่เหมือนปกติ บางคนเพียงแต่พอฝึกสอนองให้ช่วยตัวเองได้บ้าง แต่บางคนต้องพึ่งคนอื่นตลอดชีวิต

#### 8) ด้านร่างกาย

สุมิตรา เจณณวาสิน (2530) ให้ความเห็นเกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านร่างกายว่า อาจต่ำกว่าปกติเล็กน้อย เริ่มเดินได้ พุดได้ช้ากว่าเด็กปกติ ตัวเล็ก น้ำหนักมากกว่าเด็กปกติ แต่ลักษณะเหล่านี้จะนำมาเป็นข้อตัดสินใจเฉพาะประเภทที่ลักษณะร่างกายเห็นได้ชัดเช่นประเภทดาวน์ซินโดรม (Down syndrome) ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของ กาญจนา โกศลพิศิษฐ์กุล (2532) ที่เห็นว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีการพัฒนาด้านร่างกายช้าไม่สมกับวัย ส่วน ผดุง อารยะวิญญู (2523) เห็นว่าเด็กเหล่านี้ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ดีเท่าที่ควร

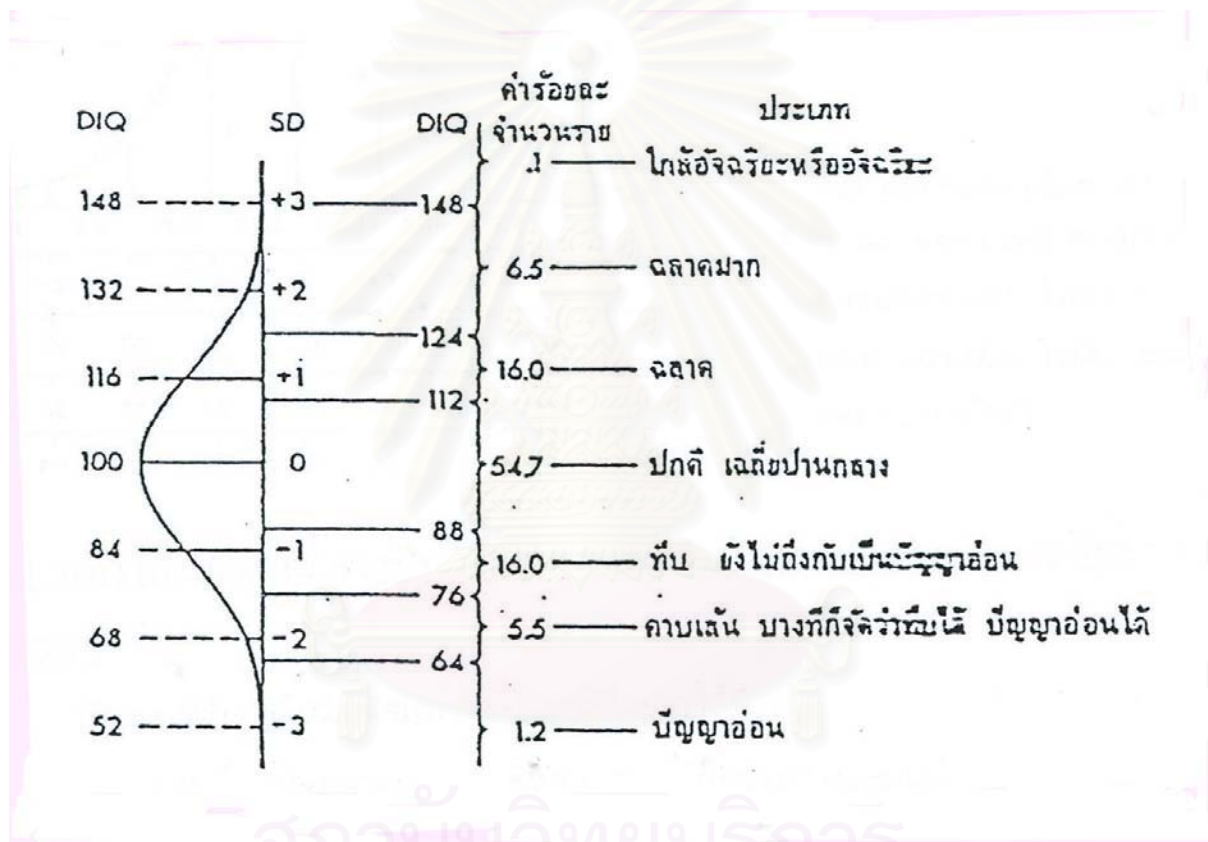
#### 9) ด้านอื่นๆ

สำหรับลักษณะอื่นๆ นั้น ผดุง อารยะวิญญู (2523) กล่าวว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ดารณี ธนะภูมิ (2533) ให้ความเห็นว่า เด็กขาดความสามารถในการแยกแยะลักษณะ มีความสามารถในการจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ต่ำกว่าปกติ มีพฤติกรรมไม่เหมาะสมเช่น เกียจคร้าน ความไม่ตั้งใจ ซึมเฉยชาหรืออยู่ไม่สุข (Hyperactive) ก้าวร้าว หรือแยกตัว สุชา จันทน์เอม (2531) ยังให้ความเห็นในด้านอื่นๆ เพิ่มเติมอีกว่า เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามักกินจุ

ง่วงและนอนเก่ง ปัสสาวะรดที่นอนบ่อยๆ ไม่รู้จักรักษาความสะอาด ทั้งส่วนรวมและส่วนตัว การตัดสินใจ มักผิดพลาดเสมอ

**ค) ประเภทของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา**

ในการจัดแบ่งระดับความสามารถทางสมอง แอน อนาสตาสี (Anne Anastasi) กล่าวว่า ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะสาขาหลายท่านและนักการศึกษาอื่นที่เกี่ยวข้องกับการประเมินระดับความสามารถทั่วไปในการจัดแบ่งประเภทของเด็กตามระดับสติปัญญาถือเอาระดับความสามารถทางสมองหรือสติปัญญา (I.Q.) มาจากแบบทดสอบของสแตนฟอร์ด-บินเน็ต (Stanford-Binet)

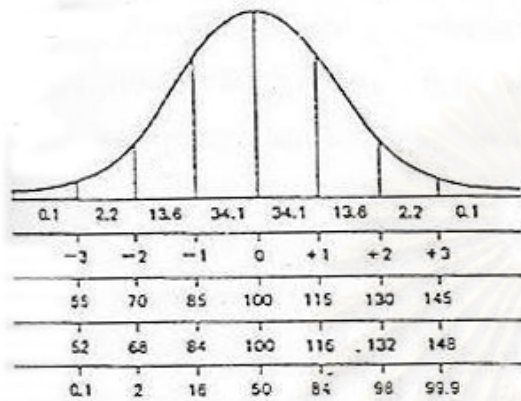


แสดงการกระจายและการจำแนกค่าไอคิวเบี่ยงเบนสำหรับมาตราสแตนฟอร์ด-บินเน็ต, (1916)

ความเบี่ยงเบนมาตรฐานตามแบบสอบมาตรฐานสแตนฟอร์ด-บินเน็ต ซึ่งมีค่ามัธยิมเลขคณิตเท่ากับ 100 และความเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 16 ดังนั้น ไอคิว 116 และ 84 จึงอยู่ที่  $\pm 16$  ตามลำดับ และไอคิว 132 และ 68 ก็อยู่ที่  $\pm .26$  ไอคิวเบี่ยงเบนของประเภทต่างๆ และเปอร์เซ็นต์ประชากรทั่วไปของแต่ละประเภท ตัวอย่างเช่น ไอคิวเบี่ยงเบนเหนือ 148 น่าจะมีเพียง 1 รายใน 1,000 ราย (0.1%) และ 6.5% ของประชากรจะอยู่ระหว่าง 124 ถึง 148 คน มากกว่าครึ่งหนึ่งเล็กน้อย (54.7%) ทำคะแนนได้ในช่วง  $\pm 0.75\%$  ของค่ามัธยิม

ตรงกับไอคิวเบี่ยงเบนระหว่าง 88-112 ได้มีการใช้ไอคิว 70 เป็นจุดแบ่งประมาณที่ความมีสติปัญญาอ่อนจนเคยชินเป็นเวลาหลายปี และคิดเฉลี่ยบุคคลปัญญาอ่อนนี้มี 1 หรือ 2% ของประชากร

ลอยด์ เอ็ม ดันน์ (Lloyd M. Dunn) ได้อ้างถึงการกระจายและการจัดอันดับระดับความสามารถทางสติปัญญาซึ่งเปรียบเทียบกราฟแสดงการกระจายเวซเลอร์และสแตนฟอร์ด-บินเน็ต (Wechsler and Stanford Binet)



พื้นที่ใต้โค้งคิดเป็นร้อยละ  
 ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
 การแบ่งระดับ ไอคิว แบบเวซเลอร์  
 การแบ่งระดับ ไอคิว แบบสแตนฟอร์ด-บินเน็ต  
 เปอร์เซนต์ไคล์

กราฟแสดงโค้ง ความน่าจะเป็น การกระจาย และร้อยละของคะแนนระดับความสามารถทางสติปัญญา<sup>1</sup> ซึ่งนักดา หิริญุรต์มี จัดแบ่งระดับสติปัญญาไว้ดังนี้

140	(ประมาณ)	จัดว่า	อัจฉริยะ (Genius)
120 – 140	(ประมาณ)	จัดว่า	ปัญญาเลิศ (Very Superior)
110 – 120	(ประมาณ)	จัดว่า	ฉลาด (Superior)
90 – 110	(ประมาณ)	จัดว่า	ปกติอยู่ในเกณฑ์เฉลี่ย (Normal Average)
80 – 90	(ประมาณ)	จัดว่า	ปัญญาทึบ (Dull Normal)
70 – 80	(ประมาณ)	จัดว่า	อาจปัญญาทึบ หรือ โง่คาบเส้น (Borderline Deficiency)
50 – 70	(ประมาณ)	จัดว่า	โง่ (Moron)
25 – 50	(ประมาณ)	จัดว่า	โง่มาก (Imbecile)
0 – 25	(ประมาณ)	จัดว่า	โง่ที่สุด (idiot) <sup>2</sup>

การแบ่งระดับสติปัญญาในแง่ของการจัดการศึกษา

110	(ประมาณ)	จัดว่า	ฉลาด (Superior)
90 – 110	(ประมาณ)	จัดว่า	ปกติ (Normal)
75 – 90	(ประมาณ)	จัดว่า	เรียนช้า (Slow Learners)
50 – 60 -75	(ประมาณ)	จัดว่า	พอเรียนได้ (Educable Mentally Retarded)

30 – 50 -60	(ประมาณ)	จัดว่า	พอฝึกได้ (Trainable Mentally Retarded)
0 – 30 - 50	(ประมาณ)	จัดว่า	ฝึกไม่ได้

จากการศึกษาค้นคว้าวิจัยของนักการศึกษาและนักจิตวิทยาจัดลำดับสติปัญญาของคนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาตามลำดับของความเป็นผู้ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามากหรือน้อยได้หลายวิธี มุลินิธิช่วยเหลือคนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในพระบรมราชินูปถัมภ์ได้จัดแบ่งเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. ความบกพร่องทางสติปัญญาขนาดน้อยหรือประเภทพอเรียนได้ ระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) 50-70
2. ความบกพร่องทางสติปัญญาขนาดปานกลางหรือประเภทพอฝึกอบรบได้ ระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) 35-49
3. ความบกพร่องทางสติปัญญามาก มีระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) 20-34
4. ความบกพร่องทางสติปัญญามากที่สุด มีระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) 20 ลงไป

เกี่ยวกับการจัดแบ่งเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประเภทพอเรียนได้ ฮูเวท เทลฟอร์ด และซอเวย์ (Huwett, Telford and Sawrey) ได้จัดแบ่งระดับสติปัญญาของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประเภทพอเรียนได้เท่ากับ 50-70 เช่นเดียวกัน

#### การจัดแบ่งและการเรียกบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

คลินิกของ อเมริกาใน ระยะแรก	Feeble Minded	Moron	Imbecile	Idiot
คลินิกของ อเมริกาใน ระยะหลัง	Mental Deficiency	Moron	Imbecile	Idiot
องค์การอนามัย โลก (W.H.O.)	Mental	Mild	Moderate	Severe
สมาคม จิตแพทย์แห่ง อเมริกา	Submormality	Mile	Moderate	Severe
คลินิกของ อังกฤษ	Amentia	Feeble Minded	Imbecile	Idiot

การจัดแบ่งและการเรียกบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

การศึกษาของอเมริกา	Mentally Retarded	Educable	Trainable	Custodial	
การศึกษาของอังกฤษ	Amentia	Educational Subnormal	Backward	-	
การจัดช่วงไอคิวของอังกฤษ	0-70	50-70	20-50	20	
การจัดช่วงไอคิวของพวกเขา	Mentally Retarded	Mild	Moderate	Severe	Profound
สมาคมนักจิตวิทยาอเมริกันของอเมริกา (AAMD.)	0-70	55-69	40-54	25-39	ต่ำกว่า 25
การจัดช่วงคะแนนมาตรฐาน (S.D.)	ต่ำกว่า -2.00	-2.01 ถึง -3.00	-3.01 ถึง -4.00	-4.01 ถึง -5.00	ต่ำกว่า 25 -5.00 ขึ้นไป

แหล่งที่มา: ฉลวย จตุกุล. แนวคิดการปฏิรูปการจัดการบริการและการปฏิบัติงานสังคมสงเคราะห์จิตเวชสำหรับบุคคลปัญญาอ่อนในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2544.

อย่างไรก็ตาม การวินิจฉัยหรือการตัดสินว่าผู้ใดมีความบกพร่องทางสติปัญญานั้นจะยึดถือค่าระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) เป็นตัวกำหนดอย่างเดียวไม่ได้ และไม่ควรรีบมั่นกับการแบ่งมากเกินไป โดยที่ไม่คำนึงถึงข้อมูลเกี่ยวกับตัวบุคคล ควรได้พิจารณาภาวะทางสังคม การปรับตัวทางอารมณ์ สภาพทางร่างกาย และสภาพแวดล้อมอื่นๆ ของแต่ละคนด้วย เนื่องจากความสามารถในการเรียนรู้ของบุคคลอาจเปลี่ยนแปลงไป หรือแม้ในเวลาเดียวกันความสามารถก็ไม่เท่ากันในด้านต่างๆ เช่น บางคนอาจเก่งมากในการเรียนรู้ทักษะเกี่ยวกับเครื่องยนต์กลไก แต่ไม่เก่งด้านภาษา บางคนอาจเล่นฟุตบอลเก่ง แต่อาจคิดเลขไม่เก่ง หรือเข้าสังคมไม่เก่ง และบางที่อายุมากขึ้นความสามารถด้านต่างๆ เหล่านี้ก็อาจเปลี่ยนแปลงไปอีก ระดับความสามารถทางสติปัญญา ซึ่งประกอบด้วยความสามารถหลายด้าน เช่น การรับรู้ การจำ ความสัมพันธ์ ความสามารถในการตอบสนอง ฯลฯ ผลการทดสอบนั้นนำมารวมกันคิดเป็นค่าตัวเลข เช่น ผู้มีระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) 60 หลายคนสามารถปรับตัวให้เข้ากับความเป็นของชีวิตประจำวันได้ดีพอสมควร บางคนมีระดับความสามารถทางสติปัญญา (IQ) 160 อาจมีชีวิตอยู่อย่างไม่มีชื่อเสียงขณะที่บางคนซึ่งมีระดับความสามารถทางสติปัญญาใกล้ 100 อาจทำประโยชน์ที่เด่นให้แก่สังคมได้

หลายอย่างเป็นต้น อย่างไรก็ตาม เนื่องจากคนส่วนใหญ่สนใจการวัดผลความสามารถในทางวิชาการของคน เป็นพื้นฐาน คะแนนที่ได้จากการทดสอบความสามารถทางสติปัญญาจึงเป็นการจัดลำดับผลการทดสอบของแต่ละบุคคลอย่างง่าย ๆ ว่าอยู่ในตำแหน่งใดเพื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มคนที่มีอายุเท่ากัน

1. พวกที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับหนักมาก (Profoundly Mentally Retarded) I.Q. 0-20 พวกนี้ส่วนใหญ่แล้วเรียนรู้ทักษะต่างๆ ไม่ได้เลย ต้องการคนดูแลและพยาบาลตลอดเวลา

- |   |   |   |
|---|---|---|
| ทักษะการเคลื่อนไหว (Motor Skills)         | - | ไม่ได้ หรือได้น้อยมาก เช่น บางรายอาจจะฝึกให้เดินหรือฝึกให้ใช้กลัมนิ้วแขนขาได้บ้าง |
| ทักษะเกี่ยวกับการพูด (Verbal Skills)      | - | ไม่ได้เลย หรืออาจจะออกเสียงได้บ้าง  |
| ทักษะการช่วยเหลือตนเอง (Self-Help Skills) | - | ไม่ได้เลย ต้องมีคนพยาบาลและดูแลตลอดเวลา   |
| ทักษะทางสังคม (Social Skills)             | - | ไม่ได้เลย   |
| ทักษะทางด้านการศึกษา (Academic Skills)    | - | ไม่ได้เลย   |
| ทักษะทางด้านอาชีพ (Vocational Skills)     | - | ไม่ได้เลย   |

2. พวกที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับหนัก (Severely Mentally Retarded) I.Q. 20-34 พวกนี้มีความสามารถในการเรียนรู้ด้านต่าง ๆ ได้น้อยมาก

- |   |   |   |
|---|---|---|
| ทักษะการเคลื่อนไหว (Motor Skills)         | - | ได้บ้าง เช่น สามารถเดินหรือฝึกให้ใช้กลัมนิ้วแขนขาได้บ้าง เพราะมักจะมีคามพิการด้านร่างกายร่วมด้วย                            |
| ทักษะเกี่ยวกับการพูด (Verbal Skills)      | - | สามารถพูดโต้ตอบและเข้าใจสื่อความหมายได้น้อยมาก  |
| ทักษะการช่วยเหลือตนเอง (Self-Help Skills) | - | ได้บ้าง เช่น ฝึกให้ช่วยตัวเองเบื้องต้นง่ายๆ หรือกิจวัตรประจำวันง่ายๆ ได้บ้าง เช่น การรับประทานอาหาร แต่ต้องมีคนดูแลตลอดเวลา |
| ทักษะทางสังคม (Social Skills)             | - | ได้น้อยมาก ต้องอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่อารักขาตลอดเวลา และต้องมีคนดูแล  |
| ทักษะทางด้านวิชาการ (Academic Skills)     | - | ไม่ได้เลย   |
| ทักษะทางด้านอาชีพ (Vocational Skills)     | - | ไม่ได้เลย   |

สำหรับที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาพวก Profound และ Severe นี้ในประเทศได้พยายามทำการสอนและฝึกอย่างจริงจัง โดยให้ครูฝึกสอนอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เด็กพวกนี้สามารถเรียนรู้ได้บ้าง เช่น ฝึกการใช้กล้ามเนื้อ แขนขา ฝึกออกเสียงพูด ฝึกฟัง และช่วยเหลือตัวเองง่ายๆ เช่นการรับประทานอาหาร การแต่งตัว และการขับถ่าย เป็นต้น

3. พวกที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปานกลาง (Moderate or trainable Mentally Retarded) I.Q. 35-49 พวกนี้สามารถที่จะฝึกอบรมให้ทักษะต่างๆ ได้พอสมควร

- |   |  |
|---|--|
| ทักษะการเคลื่อนไหว (Motor Skills)         | - สามารถทำได้ แต่ทำได้ช้า เช่น การใช้กล้ามเนื้อ แขนขา เดิน วิ่ง ปีนป่ายหรือมีความบกพร่องทางด้านร่างกายที่จำเป็นต้องได้รับการแก้ไขด้วย  |
| ทักษะเกี่ยวกับการพูด (Verbal Skills)      | - สามารถพูดและโต้ตอบง่ายๆ ได้ พูดเป็นประโยคได้และเข้าใจความหมายง่ายๆ ได้ (บางรายอาจมีความบกพร่องทางด้านการพูด เช่น พูดไม่ชัด)  |
| ทักษะการช่วยเหลือตนเอง (Self-Help Skills) | - สามารถฝึกให้ช่วยเหลือตนเองได้ เช่น กิจวัตรประจำวัน สุขอนามัยเบื้องต้นและความปลอดภัย  |
| ทักษะทางสังคม (Social Skills)             | - สามารถสอนให้รู้จักปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้บ้าง เช่น ร่วมในนันทนาการง่ายๆ ได้ อยู่ในสถานที่ที่คุ้นเคยได้ แต่ต้องมีคนคอยแนะนำและชี้ทางให้เสมอ   |
| ทักษะทางด้านวิชาการ (Academic Skills)     | - สามารถที่จะเรียน อ่าน เขียน และคิดเลขได้น้อยมาก พอที่จะอ่านเขียนคำง่ายๆ ได้บ้าง เช่น พ่อ แม่ ชื่อตัวเอง ฯลฯ สำหรับเลขก็พอที่จะนับและเขียนจำนวนง่ายๆ ได้บ้าง                                      |
| ทักษะทางด้านอาชีพ (Vocational Skills)     | - สามารถฝึกให้ทำงานง่ายๆ ได้ เช่น งานไม่ยุ่งยากหรืองานที่ไม่ต้องใช้ความละเอียดลออ เช่น ชัดไม้ด้วยกระดาษทราย บรรจุของลงกล่องหรือทำงานง่ายๆ เพราะคนปัญญาอ่อนพวกนี้ต้องมีผู้ดูแลและให้คำแนะนำตลอดเวลา |



4. พวกที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับเบา (Mild or Educable Mentally Retarded) I.Q. 50-70 พวกนี้สามารถที่จะเรียนรู้ทักษะต่างๆ ได้มากขึ้น แต่ช้ากว่าเด็กปกติ

- |   |   |
|---|---|
| ทักษะการเคลื่อนไหว (Motor Skills)         | - สามารถทำได้ดี   |
| ทักษะเกี่ยวกับการพูด (Verbal Skills)      | - สามารถโต้ตอบและเข้าใจสื่อความหมายได้ดี (มีบางรายอาจพูดไม่ชัด)   |
| ทักษะการช่วยเหลือตนเอง (Self-Help Skills) | - ทำได้ดี   |
| ทักษะทางสังคม (Social Skills)             | - สามารถสอนและแนะนำให้ทำตามสังคมได้ดี แต่ต้องการคำแนะนำและช่วยเหลือบ้างในภาวะของสิ่งแวดล้อมที่กดดันหรือตึงเครียด  |
| ทักษะทางการเรียน (Academic Skills)        | - สามารถที่จะเรียนอ่านออกเขียนได้ และสามารถเรียน อ่าน เขียน เลขได้ในระดับชั้นประถมต้น โดยจัดโปรแกรมการศึกษาพิเศษที่เหมาะสมให้                                 |
| ทักษะทางด้านอาชีพ (Vocational Skills)     | - สามารถที่จะฝึกอาชีพได้ และสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการประกอบอาชีพได้ งานที่ทำได้ไม่ต้องไม่ใช่งานที่ใช้ความละเอียดละอมากนัก และต้องการคำแนะนำเมื่อมีปัญหา |

นอกจากพวกที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาดังกล่าวแล้ว ก็มีพวกที่มีสติปัญญาต่ำกว่าปกติ คือพวกเรียนช้า ซึ่งมี I.Q. 70-84 (Borderline) และพวกปัญญาทึบ ซึ่งมี I.Q. 85-90 (Dull Normal) ซึ่งพวกนี้ก็เรียนในชั้นพิเศษสำหรับเด็กเรียนช้า

เท่าที่กล่าวมาแล้ว จะเห็นว่าเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับต่างๆ สามารถที่จะเรียนได้ น้อยกว่าเด็กปกติมาก ฉะนั้น สิ่งจำเป็นในการเรียนรู้สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่พอจะสรุปได้ก็คือ

1. การสอนที่ต้องกระทำซ้ำๆ
2. ระยะเวลาที่ใช้เวลาในการเรียนรู้นาน
3. กิจกรรมจากง่ายไปหายาก และไม่สลับซับซ้อน
4. เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาต้องเรียนรู้โดยการกระทำด้วยตัวเอง (Learning by Doing)

ง) ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับสถาบันราชานุกูล  
ประวัติความเป็นมาของสถาบันราชานุกูล

โรงพยาบาลราชานุกูล เป็นนามที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวองค์ปัจจุบันทรงพระมหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าพระราชทานให้เมื่อวันที่ 22 เมษายน 2522 เดิมชื่อว่าโรงพยาบาลปัญญาอ่อน เป็นโรงพยาบาลพิเศษเฉพาะที่ตั้งขึ้นเพื่อให้บริการแก่บุคคลปัญญาอ่อน มีฐานะเป็นกอง คือ กองโรงพยาบาลราชานุกูล กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข โรงพยาบาลราชานุกูลเริ่มก่อตั้งเมื่อวันที่ 14 กรกฎาคม 2503 และได้กระทำพิธีเปิดเป็นทางการ โดย ฯพณฯ จอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์ เมื่อวันที่ 21 มีนาคม 2505 แต่เดิมก่อนก่อตั้งโรงพยาบาลราชานุกูลนั้น ผู้ที่มีปัญญาอ่อนส่วนมากจะถูกปล่อยปละละเลยให้อยู่กับบ้าน มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่มีโอกาสได้เข้ารับการรักษาตามโรงพยาบาลจิตเวชทั่วไป บุคคลเหล่านี้มักจะเป็นปัญหาของสังคม เพราะรับผิดชอบตนเองไม่ได้ต้องเป็นภาระของครอบครัว โดยเฉพาะบิดา มารดา และญาติที่น้องที่จะต้องอุทิศเวลาในการดูแลเป็นพิเศษ ไม่มีเวลาออกทำมาหาเลี้ยงชีพ ซึ่งมีผลกระทบต่อสังคม และเศรษฐกิจของประเทศ จึงเป็นภาระที่สังคมจะต้องให้ความช่วยเหลือ และเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สมควรจะได้รับการแก้ไข โดยหาทางป้องกันบำบัดรักษา เพื่อลดจำนวนให้น้อยลง และแก้ไขฟื้นฟูสมรรถภาพให้เขาสามารถช่วยเหลือตนเองได้เป็นประโยชน์ต่อสังคมและชุมชนต่อไป ด้วยเหตุนี้เองจึงได้มีการดำเนินการจัดสร้างโรงพยาบาลราชานุกูล (โรงพยาบาลปัญญาอ่อนเดิม) ขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2503 นับว่าเป็นโรงพยาบาลพิเศษเฉพาะบุคคลปัญญาอ่อนแห่งแรกในประเทศไทย

สำหรับบุคคลในวงการแพทย์ที่เป็นผู้คิดริเริ่มโครงการจัดตั้งโรงพยาบาลสำหรับบุคคลปัญญาอ่อนคือ ศาสตราจารย์ นายแพทย์ฝน แสงสิงแก้ว ตั้งแต่ครั้งยังดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการกองโรงพยาบาลโรคจิต (กองสุขภาพจิตในปัจจุบัน) ได้เล็งเห็นว่า บุคคลประเภทนี้จะเป็นปัญหาของสังคม จึงเสนอโครงการต่อกระทรวงสาธารณสุข และสนับสนุนส่ง นายแพทย์รสขง ทักษานูชลิ ซึ่งเป็นจิตแพทย์ประจำอยู่ที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยา ไปศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับบุคคลปัญญาอ่อน ณ ประเทศอังกฤษ เมื่อปี พ.ศ. 2497 และเมื่อศาสตราจารย์ นายแพทย์ฝน แสงสิงแก้ว มาดำรงตำแหน่งรองอธิบดีกรมการแพทย์ ก็ได้สนับสนุน ให้แพทย์หญิงวันรุณี คมกฤส ผู้อำนวยการโรงพยาบาลราชานุกูล คนปัจจุบัน ซึ่งกำลังศึกษาฝึกอบรมอยู่ ณ ประเทศสหรัฐอเมริกาได้เข้าศึกษาฝึกอบรมทางด้านปัญญาอ่อนอีกผู้หนึ่ง ในระหว่างปี พ.ศ. 2501 – 2504 โดยความเห็นชอบของท่านอธิบดีกรมการแพทย์ในขณะนั้น คือ นายแพทย์สังัด เปล่งวานิช จึงนับว่าท่านทั้งสองนี้เป็นบุคคลสำคัญที่มีบทบาทมากในการจัดตั้งโรงพยาบาลสำหรับบุคคลปัญญาอ่อนขึ้น

โครงการโรงพยาบาลปัญญาอ่อน ถือเป็นโครงการพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติโครงการหนึ่งของกองโรงพยาบาลโรคจิตกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเริ่มมาตั้งแต่ พ.ศ. 2500 โดยประเทศไทย และพบว่าประเทศไทยมีจำนวนบุคคลปัญญาอ่อนประมาณ 1% ของประชากร กระทรวงสาธารณสุขจึงได้รับการอนุมัติให้บรรจุโครงการก่อตั้งโรงพยาบาลปัญญาอ่อนไว้ในแผนพัฒนาสาธารณสุขแห่งชาติฉบับที่ 1 กองโรงพยาบาลโรคจิต ต้องใช้เวลาเขียนโครงการอยู่ถึง 1 ปีเต็ม จึงได้รับงบประมาณการก่อสร้างในปี 2503 โดยมี นายแพทย์ขจร อ้นตระการ ผู้อำนวยการกองโรงพยาบาลโรคจิตในขณะนั้น และนายแพทย์รสขง ทักษานูชลิ และเคยไปศึกษาดูงานด้านปัญญาอ่อน ณ ประเทศอังกฤษ เป็นผู้ซึ่งได้รับการแต่งตั้งให้มาเป็น

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลปัญญาอ่อนเป็นผู้ดำเนินการควบคุมการก่อสร้างโรงพยาบาลปัญญาอ่อนแห่งแรกของประเทศไทย

แต่เดิมในระยะแรกมีโครงการจะจัดตั้งโรงพยาบาลแห่งนี้ที่จังหวัดนนทบุรี โดยใช้เนื้อที่ส่วนหนึ่งของโรงพยาบาลศรีรัชัญญา ประมาณ 50 ไร่ แต่เมื่อต้นปี พ.ศ. 2502 ได้เกิดโรคอหิวาตกโรคระบาดขึ้น และโรงพยาบาลโรคติดต่อ (โรงพยาบาลบาราคนราคร ในปัจจุบันเป็นของกรมอนามัย ที่รักษากันใช้อหิวาตกโรค ที่ถนนดินแดง พญาไท เป็นที่ลุ่ม มีน้ำเจิ่ง แม้แต่ในหน้าแล้ง อีกทั้งในขณะนั้นเป็นบริเวณที่อยู่อาศัยในชุมชนแออัด มีประชาชนหนาแน่นมาก ไม่เหมาะที่จะเป็นสถานที่ตั้งของโรงพยาบาลโรคติดต่อฯลฯ ท่านนายกรัฐมนตรีในขณะนั้น คือ จอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์ ได้ไปเห็นสภาพเข้าจึงมีคำสั่งให้ย้ายไปอยู่ที่อื่น กระทรวงสาธารณสุขจึงขอแลกเปลี่ยนที่ที่จะสร้างโรงพยาบาลปัญญาอ่อนจากกองโรงพยาบาลโรคจิต กรมการแพทย์ ในเนื้อที่ของโรงพยาบาลศรีรัชัญญา ให้เป็นสถานที่ก่อสร้างโรงพยาบาลโรคติดต่อแทน และให้โรงพยาบาลปัญญาอ่อนย้ายมาก่อสร้างในที่ดินของโรงพยาบาลโรคติดต่อเก่าที่ถนนดินแดง พญาไท แม้จะเป็นเนื้อที่เพียง 32 ไร่ แต่เนื่องจากการอยู่ในเขตเมืองและการคมนาคมก็สะดวกกว่าที่เดิม กรมการแพทย์จึงยินดีแลกเปลี่ยนที่ดินกับกรมอนามัย ซึ่งปัจจุบันนี้จะเห็นได้ว่าสถานที่ตั้งของโรงพยาบาลราชานุกูล นั้นตั้งอยู่ในใจกลางกรุงเทพมหานคร

การก่อสร้างโรงพยาบาลราชานุกูลได้เริ่มเมื่อปี พ.ศ. 2503 ทั้งนี้เพราะสถานที่ๆ ได้รับอนุมัติให้ก่อสร้าง คือ ที่โรงพยาบาลโรคติดต่อ เดิมที่ถนนดินแดง ซึ่งได้ย้ายไปอยู่ที่จังหวัดนนทบุรีใกล้โรงพยาบาลศรีรัชัญญา นั้น ต้องใช้เวลาก่อสร้างและเวลาขนย้าย ซึ่งกว่าจะเสร็จก็ใช้เวลาถึงเดือนมิถุนายน 2503 แล้วโรงพยาบาลราชานุกูล ได้รับมอบงานเมื่อวันที่ 15 มิถุนายน พ.ศ. 2503 และโดยที่โรงพยาบาลมีอาคารเดิมของอาคารที่พอใช้ได้อยู่ จึงได้เริ่มเปิดดำเนินการเมื่อวันที่ 14 กรกฎาคม 2503 โดยรับคนไข้รุ่นแรกจากโรงพยาบาลสมเด็จพระยา 18 ราย มาทำการบำบัดรักษา และฝึกอบรมฟื้นฟูสมรรถภาพต่อ และรับคนไข้ใหม่ชายเข้ามาอีก 25 คน ทั้งนี้เพื่อจะได้ฝึกหัดเจ้าหน้าที่ให้เข้าใจและรอบรู้ถึงวิธีปฏิบัติในการดูแลคนไข้ปัญญาอ่อน

อนึ่ง มีข้อสังเกตในการตั้งชื่อของโรงพยาบาลในขณะนั้นว่าจะตั้งอย่างไร ศาสตราจารย์ นายแพทย์ ฝน แสงสิงแก้ว ซึ่งขณะนั้นดำรงตำแหน่งรองอธิบดีกรมการแพทย์ ได้เสนอแนะว่าให้ใช้คำธรรมดา คือ คำว่า “ปัญญาอ่อน” โดยไม่ต้องใช้ศัพท์ภาษาบาลีหรือสันสกฤตให้ต้องแปลกันอีก บุคคลที่เกี่ยวข้องในขณะนั้นต่างเห็นดีด้วย จึงได้ตั้งชื่อว่าโรงพยาบาลปัญญาอ่อน ต่อมาในปี พ.ศ. 2522 นายแพทย์ยงยุทธ สัจจวานิช ท่านรัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุขเห็นว่า โรงพยาบาลปัญญาอ่อน ได้พัฒนามาจนเป็นที่รู้จักกันแพร่หลายแล้ว สมควรที่จะได้เปลี่ยนชื่อ จึงได้ขอพระราชทานนามใหม่จาก พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เพื่อเป็นสิริมงคลสืบไป และได้รับพระมหากรุณาธิคุณพระราชทานนามว่า โรงพยาบาลราชานุกูล เมื่อวันที่ 22 เมษายน 2522

## การบริการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษาของกลุ่มงานการศึกษาพิเศษ

### ประวัติความเป็นมาของกลุ่มงานการศึกษาพิเศษ

โรงพยาบาลราชานุกูล (เดิมชื่อโรงพยาบาลปัญญาอ่อน) ได้จัดให้มีชั้นเรียนพิเศษสำหรับเด็กปัญญาอ่อน ซึ่งโรงพยาบาลจำเป็นต้องจัดดำเนินการด้านการศึกษาเองเพราะยังไม่มีหน่วยงานใดจัดการศึกษาพิเศษให้แก่เด็กปัญญาอ่อนเลย ต่อมาเด็กมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น นายแพทย์รศชง ทศนาญชลี ผู้อำนวยการโรงพยาบาล ได้รวบรวมผู้มีจิตศรัทธาจัดหาทุนสร้างโรงเรียน โดยได้รับพระมหากรุณาธิคุณ จากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช โปรดเกล้าพระราชทานรายได้จากการฉายภาพยนตร์ส่วนพระองค์ ชุดเสด็จพระราชดำเนินเยี่ยมประเทศมาเลเซีย ออสเตรเลียและนิวซีแลนด์ แก่มูลนิธิช่วยคนปัญญาอ่อนในพระบรมราชูปถัมภ์ เพื่อสร้างอาคารเรียนให้แก่ เด็กปัญญาอ่อนในบริเวณ โรงพยาบาลและพระราชทานนามอาคารหลังนี้ว่า “โรงเรียนราชานุกูล” และพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระบรมราชินีนาถ ได้เสด็จพระราชดำเนินมาเปิดโรงเรียนราชานุกูล เมื่อวันที่ 5 มีนาคม 2507 จึงเป็นโรงเรียนพิเศษสำหรับเด็กปัญญาอ่อนแห่งแรกในประเทศไทย

### นโยบายของกลุ่มงานการศึกษาพิเศษ

1. ให้บริการฟื้นฟูทางการศึกษาพิเศษ อย่างมีคุณภาพมาตรฐานและมีคุณธรรม โดยให้ครอบครัวและชุมชนมีส่วนร่วม
  2. ให้บริการจัดโปรแกรมการศึกษาพิเศษเป็นรายบุคคล ร่วมกับผู้ปกครองและทีมสหวิชาชีพ ให้แก่นักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ครบ 100% ตั้งแต่ปี 2546
  3. พัฒนาครูและบุคลากรให้มีความรู้ความสามารถอย่างสม่ำเสมอ และเป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม ประพฤติปฏิบัติตามจรรยาบรรณ 9 ประการของวิชาชีพครู
  4. มีความสามัคคี ประสานสัมพันธ์ ร่วมมือร่วมใจกันฉันท์พี่น้อง ปฏิบัติภารกิจของกลุ่มงานการศึกษาพิเศษ สถาบันราชานุกูลและของกรมสุขภาพจิต อย่างมีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล
  5. มุ่งมั่นให้ผู้ให้บริการและผู้ใช้บริการ ได้รับความยุติธรรม มีความพึงพอใจและมีความสุข
- #### วิสัยทัศน์ของกลุ่มงาน

ศูนย์วิชาการด้านการฟื้นฟูทางการศึกษา สำหรับเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้ เด็กปัญญาอ่อน มุ่งมั่นพัฒนาการเรียนรู้ สู่ชุมชนอย่างมีคุณค่า

#### พันธกิจ

เผยแพร่วิชาการ บริการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษาอย่างมีมาตรฐาน พัฒนาเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้ เด็กปัญญาอ่อนสู่ชุมชน ผู้รับบริการมีส่วนร่วมและพึงพอใจ

## ขอบเขตการให้บริการดังนี้

1. ให้บริการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษาพิเศษสำหรับเด็กปัญญาอ่อนระดับตติยภูมิก่อนวัยเรียน ระดับฝึกอบรมได้และประณพิเศษระดับ 1-6
2. เผยแพร่ให้ความรู้ ให้คำปรึกษาและฝึกอบรมแก่นิสิต นักศึกษา ผู้ปกครอง บุคลากรที่เกี่ยวข้องและบุคคลทั่วไป
3. ส่งเสริมและเผยแพร่งานวิจัย ค้นคว้าในด้านการศึกษาสำหรับเด็กปัญญาอ่อนและเด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้
4. เตรียมความพร้อมเด็กปัญญาอ่อนและครอบครัวเพื่อสู่ชุมชน

## เป้าหมายและวัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ จิตใจ สังคม
2. เพื่อให้เด็กสามารถช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันได้
3. เพื่อให้สามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้
4. เพื่อฝึกทักษะในการทำงานง่ายๆ ได้
5. เพื่อให้ผู้ปกครองและชุมชน มีส่วนร่วมในการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษา
6. เพื่อเป็นแหล่งข้อมูลในการศึกษา ค้นคว้า วิจัย และให้คำแนะนำทางการศึกษาสำหรับบุคคลปัญญาอ่อน

กลุ่มงานการศึกษาพิเศษ ให้บริการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษาแก่เด็กที่มีปัญหาการเรียนรู้ เด็กปัญญาอ่อนระดับตติยภูมิ เด็กออทิสติกและเด็กซีพี(Cerebral Palsy) ให้ได้รับสิทธิโอกาสและบริการทางการศึกษาตามความสามารถและความเหมาะสมกับสภาพความพิการ ในรูปแบบของการจัดการศึกษาพิเศษ การฟื้นฟูสมรรถภาพทางการศึกษาเป็นวิธีการที่สานต่อหรือจัดควบคู่กับการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์ และเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการฟื้นฟูสมรรถภาพด้านสังคมและทางด้านอาชีพ โดยจัดการเรียนการสอนในวิชาสามัญพื้นฐาน เพื่อจะช่วยเหลือพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้านต่างๆ ที่เด็กสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งต้องจัดหลักสูตรการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับระดับความสามารถทางสติปัญญาและสภาพความต้องการของเด็กแต่ละคน จัดทำโปรแกรมการศึกษาเฉพาะบุคคล (Individual Educational Program) เพื่อช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้ มีพัฒนาการสูงสุดเต็มศักยภาพ

## การจัดการศึกษา

เป็นโรงเรียนที่จัดการศึกษาพิเศษ โดยจัดชั้นเรียนดังนี้

- ระดับอนุบาล
- ระดับประถมพิเศษ ฝึกอบรมได้ (Trainable) 1-6
- ระดับประถมพิเศษ พอเรียนได้ (Educable) 1-6
- ชั้นเรียนออทิสติก
- ชั้นเรียนซีพี (Cerebral Palsy)

## การจัดโปรแกรมพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้านต่างๆ ดังนี้

1. พัฒนาการด้านร่างกาย ฝึกการรับรู้ทางประสาทสัมผัส การใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก มัดใหญ่ กลไกเคลื่อนไหว
2. พัฒนาการด้านอารมณ์ ฝึกให้รู้จักการควบคุมอารมณ์และแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม
3. พัฒนาการด้านสังคม ฝึกทักษะการปฏิบัติตนอยู่ในระเบียบวินัยรู้หน้าที่ มีความรับผิดชอบ เคารพในสิทธิของผู้อื่น มารยาททางสังคม
4. พัฒนาการด้านจิตใจ ฝึกให้มีจริยธรรม เช่น การแบ่งปัน มีความเมตตา การให้ความช่วยเหลือ การให้อภัย
5. พัฒนาการด้านสติปัญญา การเรียนรู้วิชาพื้นฐาน ทักษะภาษาและสื่อความหมาย การงานพื้นฐานอาชีพ เป็นต้น
6. พัฒนาการด้านการช่วยเหลือตนเอง ฝึกให้ช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวัน เช่น การแต่งกายและรักษาความสะอาดของร่างกาย การช่วยงานบ้าน เป็นต้น

## สามารถช่วยเหลือเด็กให้พัฒนาได้อย่างไร

1. ก่อนอื่นควรคำนึงเสมอว่า เด็กทุกคนต้องการการยอมรับ ความรัก ความอบอุ่นและการชมเชยให้กำลังใจ
2. ควรฝึกให้เด็กเรียนรู้และทำด้วยตนเอง ในกิจวัตรประจำวัน เช่น การทำความสะอาดร่างกาย การแต่งกาย การรับประทานอาหาร การช่วยเหลืองานบ้าน
3. ช่วยเหลือเด็กรู้จักและจำชื่อสิ่งของ โดยบอกชื่อสิ่งของที่หยิบใช้ ให้ตอบคำถามสั้นๆ
4. การเป็นแบบอย่างที่ดี เด็กชอบเลียนแบบในสิ่งที่ผู้ใหญ่ทำ ดังนั้น ผู้ใหญ่ควรเป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็ก เพื่อให้เด็กทำตาม เช่น การทำความสะอาด เก็บของให้เป็นที่
5. ควรหากิจกรรมที่หลากหลายให้เด็กทำอย่างต่อเนื่อง เพราะเด็กทุกคนมักเบื่อง่าย ถ้าไม่มีอะไรทำ อาจจะทำในสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ได้
6. เด็กควรมีโอกาสเลือกในสิ่งที่ต้องการ เช่น เลือกอาหารที่ชอบ เสื้อผ้าที่ใส่

7. ควรให้เด็กทำกิจกรรมร่วมกับพี่น้องหรือคนในครอบครัว เกิดความสัมพันธ์ รู้จักการยอมรับ การแบ่งปัน รู้จักมารยาท
8. การวางกฎเกณฑ์ เด็กทุกคนจำเป็นต้องรู้กฎเกณฑ์คืออะไร กฎเกณฑ์เป็นเรื่องสำคัญมากสำหรับเด็ก
9. ท่านจะจัดการกับพฤติกรรมของเด็กได้อย่างไร การปรับพฤติกรรมสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การให้รางวัล การเพิกเฉยหรือลงโทษ การให้รางวัลหรือให้กำลังใจมักจะใช้เมื่อต้องการให้เด็กทำพฤติกรรมที่ดีซ้ำๆ ส่วนการเพิกเฉยหรือการลงโทษเป็นการหยุดเด็กไม่ให้ทำพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

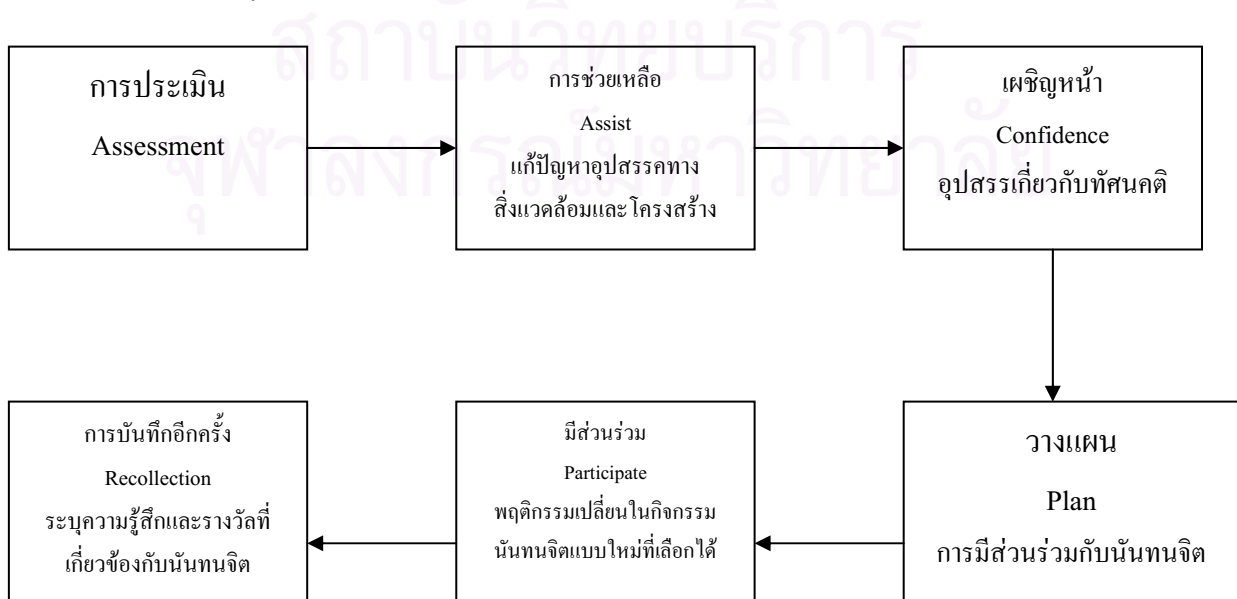
### รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ก) นันทนจิตศึกษากับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ในปี 1991 แดททิลโล และ ปีเตอร์ (Dattilo and Peter) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลของโปรแกรม

2.1.1 นันทนจิตศึกษาที่มีต่อเยาวชนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยใช้โปรแกรม นันทนจิตศึกษาที่ชื่อว่า TRAIL (Transition through Recreation and Integration for Life) หรือในชื่อภาษาไทย การส่งผ่านนันทนาการบูรณาการเพื่อชีวิต ซึ่งใช้เทคนิคการวิจัยแบบตัวอย่างเดี่ยว Single Subject Research Design เพื่อทดสอบความรู้สึกด้านบวก ทักษะทางสังคม และความสำเร็จในวัตถุประสงค์ของ โปรแกรม นันทนจิตของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง รวมถึงกับสมาชิกในครอบครัวและครู เพื่อศึกษาการรับรู้ในบรรทัดฐานทางสังคมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจากโปรแกรม นันทนจิตศึกษา ซึ่งประกอบด้วยส่วนของเนื้อหาของนันทนจิต : ความซาบซึ้งทางนันทนจิต, ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเอง, ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและแหล่งนันทนจิต ส่วนของการสนับสนุนจากครอบครัวและส่วนของการติดตามผล โดยมีระยะการทดลองขั้นที่ 1 ดูพฤติกรรมพื้นฐาน ขั้นที่ 2 ระยะทดลองนันทนจิตศึกษา และระยะที่ 3 ระยะติดตามผล ภายหลังจากทดลองเป็นเวลา 4 ภาคการศึกษา พบว่ากรณีศึกษามีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นด้านทักษะนันทนจิต

ในปี 1990 แพท โอ เดอ (Pat o'Dea) ได้ทำการวิจัยเรื่องรูปแบบนันทนจิตศึกษาสำหรับบุคคลผู้ติดยา โดยมีขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้



โดยสรุปโปรแกรมนี้มีนัยต่างๆ มากมายสำหรับการรักษาบุคคลผู้ติดยา เขาได้นำเสนอว่าโปรแกรมนี้สนับสนุนจิตศึกษาสามารถฟื้นฟูสภาพผู้ติดยาให้กลับไปสู่สภาพที่เลวร้ายกว่าเดิม พร้อมทั้งควรใช้โปรแกรมนี้แทนการบำบัดควบคู่กันไปด้วย โปรแกรมการควรให้เรียนรู้ได้เลือกกิจกรรมที่ตนเองต้องการอันจะเป็นการเพิ่มระดับการรับรู้ทางอิสรภาพ และคำปรึกษานั่นแทนจิตก็เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อรูปแบบนี้แทนจิต

ในปี 1982 ซเลี่ยน และ สจิวต์ เจย์ (Schleien and Stuart Jay) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมนี้แทนจิตศึกษารายบุคคล ด้านกิจกรรมทักษะที่เด็กพิการทางการเรียนรู้ขั้นรุนแรง เพื่อประเมินค่าผลของโปรแกรมการฝึกทางพฤติกรรมต่อการใช้เวลาว่างและธรรมชาติการเล่นของเด็กพิการทางการเรียนรู้ขั้นรุนแรง 23 คน อายุระหว่าง 9-13 ปี ซึ่งโปรแกรมการสอนประกอบไปด้วย: 1 การประเมินความสามารถทางนี้แทนจิตและระดับการเล่นของกลุ่มตัวอย่าง (เช่น ความไม่เหมาะสม การแยกตัวไม่เข้าพวก หรือความร่วมมือในการเล่น) ใช้เทคนิคการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบ partial-interval time 2 เลือกชนิดของเกมและกิจกรรมที่แสดงความร่วมมือเช่น รูปแบบ การเสริมแรงทางสังคมเพื่อการเรียนรู้ร่วมกัน เพื่อช่วยในการได้มา รักษาและนัยทั่วไปของการร่วมมือทางการเล่น โดยการออกแบบเส้นฐานแบบหลากหลายใน 2 ชั้นเรียน ผลการวิจัยพบว่า มีการเพิ่มขึ้นอย่างมากของความคิดสร้างสรรค์และการร่วมมือทางการเล่นในกลุ่มที่สอนด้วยโปรแกรมนี้แทนจิตศึกษารายบุคคล ประกอบกับการลดที่ควบคู่กันของพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและการเล่นที่แยกตัว การทำแบบสอบถามทางโทรศัพท์ ก่อน-หลัง การทดลองกับผู้ปกครองถึงความคิดเห็นด้านบรรทัดฐานทางสังคมในทักษะความร่วมมือทางนี้แทนจิตที่บ้าน ตรวจสอบความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 พบว่าเด็กมีพัฒนาการที่ดีขึ้นในการแสดงพฤติกรรมการเล่นที่เหมาะสมในรอบปีของโรงเรียน

แรนคอร์ท และ แมรี่ (Rancourt and Ann Marie) ได้ทำการวิจัยเรื่อง รูปแบบโปรแกรมนี้แทนจิตศึกษาของ มันดี และ โอดุม (Mundy and Odum) ด้านการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและความรู้ทางนี้แทนจิต ในปี 1982 เพื่อตรวจสอบผลของการใช้รูปแบบโปรแกรมนี้แทนจิตศึกษาของ มันดี และ โอดุม (Mundy and Odum) ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและความรู้ทางนี้แทนจิตของนักเรียนที่มีปัญหาเชิงชู้สาว จากมหาวิทยาลัยรัฐฟลอริดา จำนวน 104 คน โดยวิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบสุ่มเข้า 4 กลุ่ม (2 กลุ่มทดลอง และ 2 กลุ่มควบคุม) กลุ่มทดลอง เข้าร่วมโปรแกรมนี้แทนจิตศึกษา 3 ชั่วโมง ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ทั้ง 2 กลุ่มทำแบบสอบถามด้านความตระหนักในนี้แทนจิตและระดับทัศนคตินี้แทนจิต Ragheb-Beard และยังมีแบบสอบถามด้านการปฏิบัติงานอีกด้วย ในกลุ่มควบคุมทำแบบสอบถามด้านความตระหนักในนี้แทนจิต และระดับทัศนคตินี้แทนจิต Ragheb-Beard หลังการทดลอง ตัวแปรตามคือ ความรู้และทัศนคติของนี้แทนจิต ตัวแปรอิสระคือ การทดลอง ปฏิบัติการนี้แทนจิตศึกษา 3 ชั่วโมง สมมุติฐานการวิจัยถูกทดสอบด้วย Anova ความมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 กับความรู้และส่วนประกอบพฤติกรรมทัศนคติของนี้แทนจิต ผลการวิจัยพบว่า ปฏิบัติการรูปแบบโปรแกรมนี้แทนจิตศึกษาของ มันดี และ โอดุม ให้ผลอย่างมีนัยสำคัญต่อทัศนคติและความรู้ทางนี้แทนจิตของนักเรียนที่มีปัญหาเชิงชู้สาว และส่วนประกอบพฤติกรรม



ทัศนคติของนันทนจิตที่ดีขึ้น รูปแบบดังกล่าวควรมีการศึกษาเพิ่มเติมถึงศักยภาพและอำนาจของรูปแบบในระยะยาวและเปรียบเทียบกับรูปแบบอื่นๆ อีก

ต่อมาในปี 1984 วอร์ตัน และคณะ (Wharton et al.) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาผลของการใช้กิจกรรมนันทนาการและนันทนจิตสำหรับผู้ใหญ่ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและที่ปกติ โดยการสัมภาษณ์แบบเปิดและปิด ถึงลำดับความจำเป็นในนันทนจิตและนันทนาการ กับนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา และปริญญาบัณฑิต จำนวน 300 คน ทั้งในวิทยาลัยและมหาวิทยาลัย ซึ่งเรียนในหลักสูตรการศึกษาพิเศษและการศึกษาปกติ การเปรียบเทียบนั้นกระทำ 2 ประเด็นคือ กิจกรรมนันทนาการและนันทนจิต 2 ใน 3 ของกิจกรรมที่ถูกเลือกโดยกลุ่มประชากรที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานั้น ไม่เกี่ยวข้องกับความสามารถด้านการรับรู้ กิจกรรมควรเน้นความให้เกิดความร่วมมือได้หรือสนุกสนานกับกิจกรรมนันทนจิตนี้ นักการศึกษาควรเสนอกิจกรรมที่ง่ายๆ ธรรมดาๆ แก่นักเรียนผู้พิการมากกว่าที่จะเป็นกิจกรรมที่ต้องแยกตัวหรือเป็นฝ่ายถูกกระทำ (Passive) ยิ่งไปกว่านั้นบุคคลผู้พิการควรมีส่วนร่วมด้วยตัวพวกเขาเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัยและเพื่อนของเขา ที่สำคัญเท่าๆ กันคือ การเรียนรู้ในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมใช้ทักษะที่ได้รับจากการสอนและก่อความร่วมมือระหว่างบ้าน โรงเรียนและชุมชน เพื่อโปรแกรมนันทนจิตที่ประสบผลสำเร็จแก่ที่พิการ

ชาร์ลเซนา(Charlsena, 1999) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาและห้องเรียนนันทนาการที่มีต่อทักษะทางการสื่อสารและสังคม ทักษะการใช้ชีวิตในชุมชนและปัญหาทางพฤติกรรมของเด็กนักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในปี 1999 โดยใช้การออกแบบการวิจัยแบบ triangulated mixed quantitative-qualitative ตรวจสอบผลของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาและห้องเรียนนันทนจิตที่มีต่อทักษะทางการสื่อสารและสังคม ทักษะการใช้ชีวิตในชุมชนและปัญหาทางพฤติกรรมของเด็กนักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับน้อยและปานกลาง ในด้านเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบกึ่งทดลอง ทดสอบก่อนและหลังการทดลองทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มที่สุ่มมา โรงเรียนระดับชั้นประถมจำนวน 48 แห่งและนักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับน้อยและปานกลางเป็นชาย 29 คนและหญิง 19 คน กลุ่มทดลองที่ 1 จำนวน 17 คน รับการทดลองโปรแกรมนันทนจิตศึกษาเป็นเวลา 12 สัปดาห์ กลุ่มทดลองที่ 2 จำนวน 16 คนรับการทดลองห้องเรียนนันทนาการเป็นเวลา 12 สัปดาห์ และกลุ่มทดลองที่ 3 จำนวน 15 คนมิได้รับการทดลองใดๆ

ตัวแปรตามคือ ทักษะทางการสื่อสารและสังคม ทักษะการใช้ชีวิตในชุมชนและปัญหาทางพฤติกรรม ถูกวัดโดย The inventory for client and agency planning (Bruininks และคณะ, 1986) ซึ่งให้กับครูก่อนและหลังการทดลอง ข้อมูลเชิงปริมาณวิเคราะห์โดย การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว Kruskal-Wallis กับตัวแปรตาม การทดสอบเชิงคุณภาพกระทำโดยการสังเกตนักเรียนสัปดาห์ละครั้งใน 1 ชั่วโมงการทดลองและอื่นๆ อีก เช่นเดียวกับการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างกับครูและพ่อแม่ของนักเรียนภายหลังการทดลอง การวิเคราะห์ข้อมูลด้านการสังเกตใช้การจัดลำดับทางพฤติกรรมและบันทึกในแบบบันทึกสนาม และสังเกตความถี่ของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการสังเกต ผู้วิจัยได้ทำการบันทึกเสียงและจัดข้อมูลให้

สอดคล้องกับตัวแปรตามด้วย การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว Kruskal-Wallis และการสังเกตไม่พบความแตกต่างของทั้ง 3 กลุ่ม (โปรแกรมนันทนจิตศึกษา, ห้องเรียนนันทนาการ, กลุ่มทดลอง) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากช่วงก่อนการทดลองถึงหลังการทดลองในด้านทักษะทางการสื่อสารและสังคม ทักษะการใช้ชีวิตในชุมชนและปัญหาทางพฤติกรรมอย่างไรก็ตามจากข้อมูลการสัมภาษณ์ระบุว่ามีการเพิ่มขึ้นของทักษะทางการสื่อสารและสังคม และการลดลงของปัญหาทางพฤติกรรม หลังจากการทดลอง 12 สัปดาห์ทั้งในกลุ่มโปรแกรมนันทนจิตศึกษาและห้องเรียนนันทนาการ จากข้อค้นพบนี้สามารถจะระบุได้ถึง ผลลัพธ์ทางการศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษาของเด็กนักเรียนที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับน้อยและปานกลาง นั้นสามารถจะถูกระงับได้ด้วยบริบทของนันทนจิตศึกษาและห้องเรียนนันทนาการ

คอลลาร์ด (Collard, 1981) กล่าวว่า นันทนจิตศึกษาได้ช่วยบุคคลพิการให้พัฒนาทักษะทางสังคม การให้ความสำเร็จทางอารมณ์ ยกระดับการเรียนรู้ และช่วยทำให้การบูรณาการง่ายขึ้น กับคนพิการในการมีแนวโน้มสู่ชีวิตชุมชนที่ดีขึ้น เพื่อช่วยส่งเสริมความเป็นตัวตนที่แท้จริง และชีวิตที่เปี่ยมด้วยความหมาย นักเรียนต้องการหลักสูตรหลายมิติที่ให้ความสำคัญกับการรับรู้ อารมณ์ สังคม และทางกาย โดยการออกแบบนันทนจิตศึกษาโดยรวมเอาด้านต่างๆ เหล่านี้ด้วย ประโยชน์ของนันทนจิตศึกษาสามารถช่วยในการกระตุ้นนักเรียนที่จะเรียนรู้ กระตุ้นนักเรียนให้แนวโน้มที่จะส่งผ่านทักษะการเรียนรู้ในโรงเรียนสู่สภาพแวดล้อม การพัฒนาทักษะการตัดสินใจ ความสำคัญในองค์ประกอบของนันทนจิตศึกษา ที่ย่าสุดโปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่ถูกวางแผน จะให้นัยที่สำคัญต่อพฤติกรรมทั่วไปและการพัฒนาการเรียนรู้

งานวิจัยที่สนับสนุนคุณค่าและประโยชน์ของนันทนจิตในการจัดที่แตกต่างกับการคนที่มีอายุที่ต่างกันและความพิการ (เองกูลาร์, 1987, เบคินี, บูลดอร์ค และคริสคอลล, 1993, แคทิลโล และเซนตปีเตอร์ 1991, เคลลีส, 1992, ลานากาน และแคทิลโล, 1989, ซองริงค์, 1988) โปรแกรมนันทนจิตศึกษาได้ถูกค้นพบถึงประโยชน์สำหรับผู้ใหญ่ที่มีความพิการที่หลากหลาย ตัวอย่างเช่น ลานากานและแคทิลโล (1989) ได้ศึกษาผู้ใหญ่ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา 39 คน เพื่อตรวจสอบถึงผลของการใช้นันทนจิตศึกษาที่มีรูปแบบการนำไปใช้ที่ต่างกัน การทดลองมี 4 ระยะเวลาทดลอง

1. ระยะเวลา (baseline) ค้นพบกิจกรรมการมีส่วนร่วมทางนันทนาการ
2. ทดลอง (Treatment) ผู้เข้ารับการทดลองทั้งหมดได้รับโปรแกรมนันทนจิตศึกษาเหมือนกัน ครั้งหนึ่งให้แบบการนำตนเอง อีกครั้งหนึ่งให้แบบการนำประชาธิปไตย
3. กลับเข้าสู่ระยะฐาน (Return to baseline)
4. กลับเข้าการทดลองดั้งเดิม (return to the original treatment)

วิเคราะห์ความแปรปรวนสำหรับการวัดซ้ำ โดยการวิเคราะห์ภายในกลุ่ม (within-group) นันทนจิตศึกษาและระหว่างกลุ่ม (แบบการนำ) ที่ต่างกัน ผลการวิจัยพบว่าการเข้าร่วมกิจกรรมแบบนันทนจิตซึ่งเป็นการนำตนเองนั้นให้ผลการพัฒนาด้านการเข้าร่วมดีกว่าการนำแบบประชาธิปไตย

นอกจากนี้ซอริงค์ และลออีเนอร์ (Zorink and Lauiner, 1991) ได้เปรียบเทียบผลของการใช้โปรแกรมนันทนจิตศึกษากับผู้ใหญ่ที่เจ็บปวดจากการบาดเจ็บทางสมอง เขายังตรวจสอบผลของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่มีต่อทัศนคติ นันทนจิต ความพึงพอใจนันทนจิต และการรับรู้อิสรภาพในนันทนจิต ผลแสดงนัยสำคัญก่อนและหลังทดลองที่แตกต่างกันทั้ง 2 กลุ่ม ที่มีต่อด้านจิตวิทยา การศึกษา การผ่อนคลาย และมิติทางสุนทรีย์ของความพึงพอใจนันทนจิตเพิ่มมากขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ซอริงค์ (Zorink, 1988) สํารวจผลของการใช้โปรแกรมนันทนจิตศึกษาระยะสั้นที่ให้คุณค่า ต่อเยาวชนอายุ 14-27 ที่มีปัญหาเกี่ยวกับกระดูกสันหลัง The Leisure Diagnostic Battery Long Form Version A (วิทท์ และ เอวลิส, 1981) ถูกใช้เก็บข้อมูลก่อนการทดสอบและหลังการทดสอบจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเข้ารับการทดลองโปรแกรมนันทนจิตศึกษา 6 สัปดาห์ ข้อค้นพบบอกว่าบุคคลมีความพึงพอใจนันทนจิต เขารับรู้ถึงอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ มีความรู้ที่หลากหลายถึงความคาดหวังในการเข้าไปมีส่วนร่วมร่วมกับกิจกรรมนันทนจิตและประสบการณ์นันทนาการทางกายภาพและสังคมที่ชื่นชอบ

ยิ่งไปกว่านั้น ซิลล์ และแมน (Searlee and Mahon, 1993) ได้ทดสอบผลของโปรแกรมนันทนจิตที่มีต่อการรับรู้ด้านการควบคุมทางนันทนจิต การรับรู้ความสามารถทางนันทนจิต และการนับถือตนเองในกลุ่มผู้สูงอายุวัยที่ป่วย 44 คน ในโรงเรียนเป็นเวลา 3 เดือน เข้ารับการแทรกแซง กลุ่มตัวอย่างถูกสุ่มมาเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ในกลุ่มทดลองได้รับโปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่เกิดขึ้น 1 ชั่วโมง/สัปดาห์ เป็นเวลา 8 สัปดาห์ ทั้ง 2 กลุ่ม ใช้แบบทดสอบ Perceived Leisure Control Scale (Witt and Ellis, 1987) Perceived Leisure Competence Scale (Witt and Ellis, 1981) และ Self Esteems Scale (โรเซนเบิร์ก, 1965) ก่อนและ 3 เดือน หลังโปรแกรมนันทนจิตศึกษา ผลของการวิเคราะห์โคแวนเรียนซ์ ในการรับรู้ความสามารถทางนันทนจิตที่พัฒนาขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอย่างไรก็ตาม ข้อค้นพบสำหรับนันทนจิตด้านการควบคุมและการนับถือในตนเองไม่มีนัยสำคัญที่เปลี่ยนแปลง

เช่นเดียวกับ ซเลี่ยน, เคอร์แมน และเออร์แมน (Schleien, Kurman, and Erman, 1981) ได้ออกแบบโปรแกรมนันทนจิตสำหรับการบริการที่บ้านแก่บุคคลบกพร่องทางสติปัญญาระดับน้อยและปานกลาง และทำการประเมินโปรแกรมกับ ผู้ชาย 3 คนผู้หญิง 3 คนมีส่วนร่วมในโปรแกรมระยะ 1 ของโปรแกรม คือ ขั้นระยะฐาน ซึ่งมีการสังเกตเพื่อหาด้านรายการแสดงนันทนจิตของผู้เข้ารับการทดลอง ระยะ 2 เป็นสัปดาห์การให้คำปรึกษาทางนันทนจิต การฝึกเสริมแรง และแนะนำวัสดุทางนันทนาการใหม่ ระยะ 3 วางเงื่อนไขการกลับไปสู่ระยะฐาน ซึ่งให้คำปรึกษาและการฝึกเสริมแรงที่เป็นการไม่ต่อเนื่องอย่างชั่วคราว การสอบถูกให้กลับเข้าตำแหน่งเดิมในระยะ 4 ผลระบุถึงการเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญในพฤติกรรมทางนันทนจิตที่มีคุณภาพสูง ระหว่างผู้เข้าร่วมเมื่อได้รับการให้คำปรึกษา เสริมแรงและแสดงวัสดุใหม่ที่ได้รับการแนะนำ รวมทั้งมีการลดพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม ผู้วิจัยได้สรุปว่าโปรแกรมนันทนจิตศึกษาได้ทำให้ผู้เข้ารับการทดลองมีทักษะนันทนจิตที่เหมาะสมกับวัยและช่วยลดประเภทของพฤติกรรมทางสังคมที่ไม่เหมาะสม

เบดินี บุลล็อก และดริสโคล (Bedini, Bullock and Driscoll,1993) ได้ทำการตรวจสอบการ สอนนันทนจิตศึกษา ในระบบโรงเรียนรัฐบาล ว่ามีผลอย่างมีนัยสำคัญต่อความสำเร็จของนักเรียนที่ บกพร่องทางสติปัญญาจากวัยมัธยมถึงวัยผู้ใหญ่ในด้านการศึกษาทดลองก่อนและหลังในกลุ่มควบคุมและ เลือกร้อยละ 5 ในการทดลองเชิงคุณภาพผดคยการศึกษาการสังเกตในโรงเรียน ที่บ้าน และการวัดทางชุมชน เช่นเดียวกับการสัมภาษณ์นักเรียน ผู้ปกครองหรือผู้ให้การดูแล ครู และผู้ใช้นันทนจิตศึกษา ผลระบุว่าผล ของการมีส่วนร่วมในรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา มีการเปลี่ยนแปลงทางบวกในทั้งพฤติกรรมและ ทักษะ เช่น ความตระหนักทางนันทนจิต การคิดริเริ่มกิจกรรม การมีส่วนร่วม และความซาบซึ้งทาง นันทนจิตในนักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรมนันทนจิตศึกษา นักเรียนผู้เข้าร่วมในมีความเข้าใจที่เพิ่มขึ้น ด้าน คุณค่าของนันทนจิตและเพิ่มขีดความสามารถ ที่จะระบุกิจกรรมที่ตนเองชอบและสร้างสรรค์นันทนจิต

ทั้งนี้คุณค่าของนันทนจิตศึกษาที่ได้รับการศึกษาโดยแองกูลาร์ (Angular,1987) ได้ทำการวัดผล ของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาระยะสั้นที่มีต่อทัศนคติของผู้ใหญ่ที่ชอบกระทำผิดกฎหมาย ผู้วิจัยวัดทัศนคติ ของกลุ่มตัวอย่างที่มีต่อแนวคิดของการทำผิดกฎหมาย (เช่น การขโมยของในห้างสรรพสินค้า การหนีเรียน) กลุ่มตัวอย่างถูกเลือกอย่างสุ่ม เข้ากลุ่มทดลองและควบคุมและทดสอบก่อน-หลังการทดลอง โดยมาตรวัด ทัศนคติวัยผู้ใหญ่ (Adolescent Attitudes Scale) ผลแสดงถึงการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระหว่างผู้เข้าร่วมโปรแกรมนันทนจิตศึกษาและผู้มิได้เข้าร่วมต่อทัศนคติในกิจกรรมที่ผิดกฎหมาย

นอกจากนี้ ชบีเยียน, เซอร์โท และมุสชิโน (Chbeian, Surtho, and Muschino, 1984) ได้ ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอายุ 16 ปี พุดไม่ได้ เป็นชายที่มีความพิการรุนแรง เพื่อตรวจสอบความสามารถในการ เรียนรู้นันทนจิตและทักษะที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิต เพื่อใช้ในบทบาทหน้าที่ของกีฬาโบว์ลิ่งร่วมกับเพื่อน บ้าน กลุ่มตัวอย่างถูกสอนให้ริเริ่มและลำดับเหตุการณ์ในกีฬาโบว์ลิ่งอย่างอิสระ (เช่น ลูกที่ปลอดภัย รองเท้า การโยน และการเล่น) สิ่งของเดิม สิ่งของขบเคี้ยวจากตู้หยอดเหรียญอัตโนมัติในสาธาณูปกรณ์ที่มีให้ ผู้วิจัยใช้การออกแบบระยะฐานที่หลากหลายเพื่อตรวจสอบการ ได้เข้าร่วมเล่น โบว์ลิ่ง 6 สัปดาห์ ข้อมูลแสดง ถึงความสำเร็จของนักเรียนในการส่งผ่านทักษะนันทนจิตที่จำเป็นทั้งในสิ่งแวดล้อมอื่นๆ และวัสดุอื่นด้วย และเขาสามารถเข้าร่วมทีมการแข่งขันกีฬาโบว์ลิ่งในโรงเรียนได้

ไม่ใช่งานวิจัยทั้งหมดนี้ เสนอคุณภาพของการตรวจสอบผลกระทบของนันทนจิตศึกษาด้าน บวกเท่านั้น การศึกษาโดยแอนเดอร์สัน และเอลเลน (Anderson and Allen,1985) ถึงผลกระทบ 9 สัปดาห์ ของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาต่อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมและปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของผู้ใหญ่บกพร่องทาง สติปัญญา 40 คน ที่อาศัยในสถาบันก็มิได้ให้ผลต่อตัวแปรในทางบวก แสดงถึงนันทนจิตศึกษามีผลกับการมี ส่วนร่วมกิจกรรมในทางบวกเท่านั้น ไม่มีผล ผู้ป่วยนอก ผลระบุว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในการทดสอบตอนหลังด้านทัศนคติ นันทนจิตหรือการนับถือ ตนเอง

เมื่อไม่นานมานี้ วิลเลียมส์และแดททิลโล (William and Dattilo,1997) ได้ใช้กลุ่มตัวอย่างเดี่ยว ระยะฐานที่หลากหลายผ่านผู้เข้าร่วมทดสอบ 8 สัปดาห์ใน โปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่มีต่อการกำหนดด้วย ตนเอง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และผลด้านบวกระหว่างเวลาว่างของผู้ใหญ่ที่บกพร่องทางสติปัญญา ผลระบุ

ว่าผู้เข้าร่วมมีผลกระทบด้านบวกในระดับที่สูงกว่าที่ระยะติดตามผลมากกว่าขั้นระยะฐาน อย่างไรก็ตาม โปรแกรมนันทนจิตศึกษาก็มีผลกระทบน้อยกว่าการกำหนดด้วยตนเองหลังปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

นอกจากนี้ ดูนน์และวิลไฮท์ (Dunn and Wilhite 1997) ทดสอบผลของ 8 สัปดาห์ใน โปรแกรมนันทนจิตศึกษาต่อการมีส่วนร่วมในนันทนจิตและกับสุขภาพจิตทางจิตวิทยา (ความเบื่อหน่าย ความเครียด ความเครียด) ของ 2 หญิงชราผู้ซึ่งอาศัยอยู่ในบ้านแต่ยังคงต้องการการสนับสนุนจากบ้านของพวกเขา ผู้วิจัยได้วิจัยแบบเดี่ยว เส้นฐานหลากหลาย ถึงแม้ว่าการเข้าร่วมทางนันทนจิตของผู้เข้าร่วมจะให้ผลด้านบวกโดยโปรแกรมนันทนจิตศึกษาในรูปแบบของระยะเวลาและความถี่ของผู้เข้าร่วมนันทนจิต การวัดความเบื่อหน่าย ความเครียด และความเครียด ก็ยังคงไม่มีผลที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ โดยโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

### ข) การพัฒนารูปแบบ

ประเสริฐ กิติรัตน์ตระกูล (2532) ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบการสร้างจิตสำนึกในการพัฒนาชุมชนในชนบท ซึ่งการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 4 ขั้นตอน คือ 1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับการพัฒนาชุมชนและการสร้างจิตสำนึกเพื่อนำมาพัฒนารูปแบบ 2. ยกร่างรูปแบบและการปรับปรุงรูปแบบก่อนการทดลองใช้ 3. ทดลองใช้รูปแบบในสถานการณ์จริงของชุมชนอีสาน 1 ชุมชน และ 4. ประเมินผลเพื่อปรับปรุงรูปแบบหลังการทดลองใช้ จากการวิจัยพบว่า กระบวนการของรูปแบบมีส่วนทำให้กลุ่มเป้าหมายมีความกล้าคิดและคิดเป็น

สุจิตรา ศรีนวล (2533) ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบการสอนอ่านภาษาไทย เพื่อความเข้าใจโดยใช้กลวิธีการอ่าน – การคิด สำหรับนักเรียน โรงเรียนประถมศึกษา การวิจัยแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน คือ

1. เป็นการพัฒนารูปแบบการสอนและเอกสารประกอบรูปแบบการสอน และ 2. เป็นการทดลองใช้รูปแบบการสอนและเอกสารประกอบรูปแบบการสอน โดยสร้างเนื้อหา บทอ่าน หน่วยการเรียนรู้ การวัดผลและประเมินผลการเรียนรู้ เอกสารประกอบรูปแบบการสอนมี 3 เล่ม คือ 1. คำแนะนำการใช้รูปแบบ 2. ผลการเรียนรู้ในหน่วยการเรียนรู้ 3. คำแนะนำการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ เมื่อนำรูปแบบการสอนไปทดลองใช้พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความเข้าใจในการอ่านและความตระหนักรู้เกี่ยวกับการอ่านของตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 นอกจากนี้ นักเรียนกลุ่มทดลองซึ่งได้รับการสอนด้วยรูปแบบการสอนส่วนใหญ่ชอบแบบกิจกรรมการเรียนการสอน ชอบบทอ่านและคิดว่าสามารถนำกลวิธีการอ่านที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

นวลจิตต์ เขาวงกตพิงศ์ (2534) ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาารูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นทักษะปฏิบัติสำหรับครูวิชาชีพ การวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน คือ 1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2. พัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอน และ 3. เป็นการทดลองใช้รูปแบบการจัดการเรียนการสอน รูปแบบที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 7 องค์ประกอบ คือ 1. ความสำคัญและความเป็นมา 2. วัตถุประสงค์ 3. ขอบเขตของรูปแบบฯ 4. ความเชื่อพื้นฐาน 5. หลักการของรูปแบบฯ 6. ลักษณะของรูปแบบ 7. กระบวนการจัดการเรียนการสอนของรูปแบบฯ ประกอบด้วยกระบวนการที่สำคัญคือ การสอนทักษะปฏิบัติ 3 ลักษณะ ได้แก่ การสอนทฤษฎีก่อนปฏิบัติ การสอนปฏิบัติก่อนทฤษฎีและการสอนทฤษฎีและปฏิบัติไปพร้อมๆ กัน

ทำให้รูปแบบมีความยืดหยุ่นและใช้ได้ครอบคลุมกับการสอนทักษะปฏิบัติในสายวิชาชีพสายต่างๆ จากการทดลองใช้รูปแบบปรากฏผลว่า รูปแบบนี้มีคุณภาพและประสิทธิภาพตรงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ทุกประการ กล่าวคือ มีความตรงตามเนื้อหา ผู้เรียนประสบผลสำเร็จในการเรียนรู้ด้านทักษะพิสัย รวมทั้งพุทธิพิสัย และจิตพิสัยตามเกณฑ์ ที่กำหนด ครูมีความพึงพอใจในการใช้รูปแบบฯ และผู้เรียนมีความพึงพอใจที่ได้เรียนตามรูปแบบฯ นี้ด้วย

ศรินทร วิริยะสิรินันท์ (2534) ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนา รูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบเรียนร่วมสำหรับเด็กพิการก่อนวัยเรียน กระบวนการวิจัยมี 4 ขั้นตอน คือ 1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2. พัฒนารูปแบบฉบับร่าง 3. ทดลองใช้รูปแบบ : กรณีศึกษา และ 4. แก้ไขปรับปรุงรูปแบบทดลองใช้พบว่า รูปแบบการสอนที่พัฒนาขึ้นสามารถใช้ได้จริง ค่าเฉลี่ยของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาภาษาอังกฤษหลังเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และยังพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติต่อการเรียนภาษาอังกฤษของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เพ็ญพิศุทธิ์ เนกมานุรักษ์ (2536) ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนา รูปแบบพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณ สำหรับนักศึกษาครุ 3 ระยะ โดยใช้แบบสอบการคิดอย่างมีวิจารณญาณก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองที่ใช้รูปแบบพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณ มีคะแนนเฉลี่ยของการคิดอย่างมีวิจารณญาณหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง และนักศึกษากลุ่มดังกล่าวมีคะแนนเฉลี่ยของการคิดอย่างมีวิจารณญาณสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ใช้สอนตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งไม่พบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของการคิดอย่างมีวิจารณญาณภายหลังการทดลองกับระยะติดตามผลของนักศึกษากลุ่มทดลองที่ใช้รูปแบบพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากการที่ได้ศึกษาวรรณกรรม และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนารูปแบบ โปรแกรม นันทนจิตศึกษาแล้ว ผู้วิจัยจึงได้ทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์โดยยึดกระบวนการนันทนาการบำบัด (Therapeutic Recreation Process) ของออสติน (Austin, 1999) ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นการรวบรวมข้อมูล (Assessment) จากการบันทึกข้อมูล และการสังเกตพฤติกรรมผู้เข้ารับบริการ
2. ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการ โครงการ (Planning) โดยมีการกำหนดวัตถุประสงค์ จุดมุ่งหมาย รวมถึงยุทธวิธีในการแก้ไขปัญหา พิจารณาจุดแข็งของผู้เข้ารับบริการ ตลอดจนคัดสรรกิจกรรมที่เหมาะสม และ แผนการประเมิน
3. ขั้นการนำโครงการไปใช้ (Implementation) ซึ่งเป็นการดำเนินงานให้โครงการที่ตั้งไว้บรรลุ เป้าหมายของผู้เข้ารับบริการ
4. ขั้นการประเมินติดตามผลโครงการ (Evaluation) เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลความเปลี่ยนแปลง ของผู้เข้ารับบริการ

หลังจากนั้นผู้วิจัยได้นำเสนอเป็นรูปแบบโปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาได้ดังนี้

1. รูปแบบ โปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประกอบด้วย
  - 1.1 ขั้นการรวบรวมข้อมูล  
เป็นขั้นตอนการประเมินผลทางพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต
  - 1.2 ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการ โครงการ  
เป็นขั้นตอนการสรุปพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต
  - 1.3 ขั้นการนำโครงการไปใช้  
เป็นขั้นตอนการนำรูปแบบโปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทาง สติปัญญาและหลักสูตร ไปจัดดำเนินการ
  - 1.4 ขั้นการประเมินติดตามผล  
เป็นขั้นตอนการการสังเกตวัดผลพัฒนาการของกรณีศึกษาและติดตามผลโครงการร่วมกับ ประเมินผลทางโทรศัพท์ (Follow up) ด้วย
2. รายละเอียดของรูปแบบ โปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
  - 2.1 ขั้นการรวบรวมข้อมูลเป็นขั้นตอนการประเมินผลทางพฤติกรรมและประสบการณ์ทาง นันทนจิตด้วยแบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตศึกษา ประกอบด้วย
    1. ความซาบซึ้งทางนันทนจิต
      - 1.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันทนเล่น

- 1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทางนันทนจิต
- 1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉันทัน
- 1.4 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวัน
- 1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆบ้านของฉันทัน
- 1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต
- 1.7 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
- 1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนจิต
- 1.9 แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต
- 1.10 แบบวัดประสบการณ์นันทนจิตของฉันทัน
- 1.11 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต

## 2. การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต

- 2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันทันชอบทำ
- 2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
- 2.3 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต
- 2.4 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน
- 2.5 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต

## 3. ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

- 3.1 แบบวัดความมีอิสระส่วนตนทางนันทนจิต
- 3.2 แบบสำรวจตารางเวลา
- 3.3 แบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต
- 3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิของตนเองคำถามชุด

## 4. การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต

- 4.1 แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
- 4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้
- 4.3 แบบวัดสังเกตพฤติกรรมรับรู้องค์ประกอบเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการ
- 4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ
- 4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมเข้าร่วมกิจกรรมในครอบครัว



5. ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

- 5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร
- 5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านสิ่งพิมพ์
- 5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์
- 5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ
- 5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร

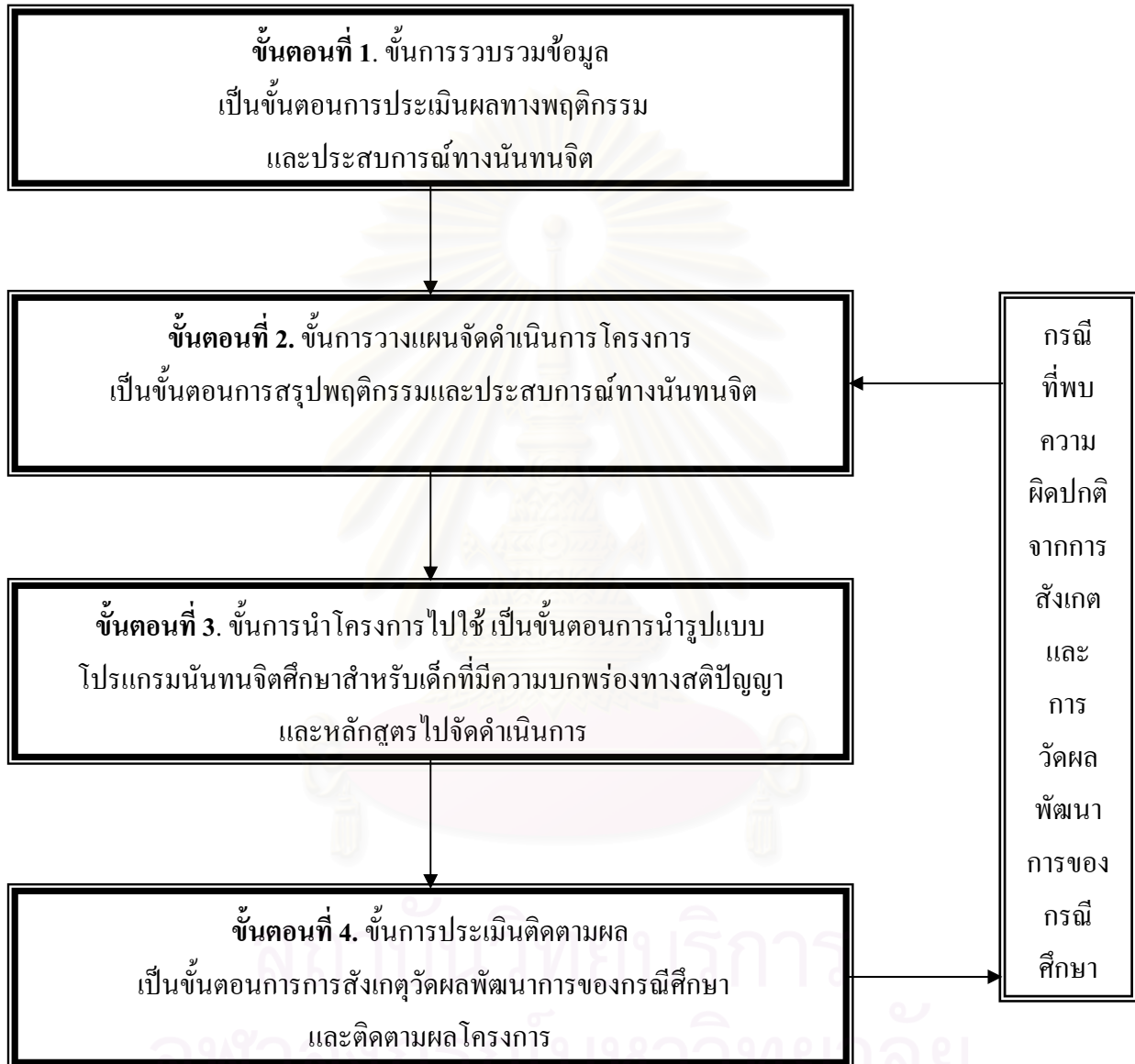
6. ทัศนคติทางสังคม

- 6.1 แบบวัดทัศนคติทางสังคม
- 6.2 แบบสังเกตพฤติกรรมทัศนคติทางสังคม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รูปแบบของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา  
(A Leisure Education Program Model for Children with Mental Retardation)



### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนาแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยมีขั้นตอนการวิจัยประกอบด้วย 2 ขั้นตอนและแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

#### ขั้นตอนที่ 1 ขั้นการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย

ในขั้นการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย ผู้วิจัยจะดำเนินการดังนี้

1.1 ศึกษาวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และโปรแกรมนันทนจิตศึกษาจากตำรา เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องอัน ได้แก่

- 1.1.1 พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542
- 1.1.2 กฎบัตรนันทนจิต (Charter for Leisure)
- 1.1.3 ความหมาย แนวคิด ความเป็นมาและความจำเป็นของนันทนจิตศึกษา
- 1.1.4 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อัน ได้แก่
  - ความหมายและความรู้เรื่องภาวะความบกพร่องทางสติปัญญาด้านความสำคัญ การสอนและการพัฒนา
  - ปฏิญญาว่าด้วยสิทธิคนพิการ ไทย
  - ร่างแผนแม่บทงานป้องกันและแก้ไขภาวะปัญญาอ่อนแห่งชาติ พ.ศ. 2540-2544
  - การสอนบุคคลที่มีภาวะความบกพร่องทางสติปัญญา
  - งานวิจัยเกี่ยวกับการสอนและการพัฒนาเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
- 1.1.5 งานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

นำเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดแนวคิดในการวิจัยมาทำการวิเคราะห์เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบ โครงสร้างและรายการสำคัญของรูปแบบ โปรแกรม นันทนจิตศึกษา

1.2 ศึกษาและวิเคราะห์โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจากทฤษฎีของ แดทธิโล, มันดี และ โอคุม (Dattilo, Mundy, and Odum)

1.3 นำกรอบแนวคิดที่ได้ไปทำการสัมภาษณ์ (Interview) นักนันทนาการ นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยาพัฒนาการ นักสังคมสงเคราะห์ ผู้ปกครอง

1.4 นำผลที่ได้จาก 1.3 มาทำการสังเคราะห์ให้ได้กรอบโครงสร้างและรายการสำคัญ จัดร่างรูปแบบ นำรูปแบบไปหาคุณภาพโดยการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) ด้วยการหาค่าดัชนีความ สอดคล้อง (Item Objective Congruence, I.O.C.) ระหว่างเนื่อหานั้นนันทนจิตศึกษาและเกณฑ์การประเมิน กับ จุดประสงค์ และกิจกรรมการเรียนรู้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 7 ท่านดังนี้

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มยุรี สุภวิบูลย์  
อาจารย์ประจำภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา  
มหาวิทยาลัยศรีนคินทรวิโรฒ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านนันทนาการสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษ
2. อาจารย์ นพดล จิรบุญดิลก  
คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา  
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านนันทนาการสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษ
3. ดร. สาธิต ประจัญบาน  
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา  
มหาวิทยาลัยศรีนคินทรวิโรฒ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านนันทนาการสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษ
4. อาจารย์ สุจิตรา ศรีสุโร  
พยาบาลวิชาชีพ 8 วช. สถาบันราชานุกูล  
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการศึกษาพิเศษ
5. อาจารย์ ศิริพร สุวรรณทศ  
นักวิชาการสาธารณสุข 9 (นักสังคมสงเคราะห์) สถาบันราชานุกูล  
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านสังคมสงเคราะห์
6. อาจารย์ ชนิสา เวชวิรุฬห์  
นักจิตวิทยา 8 ว. สถาบันราชานุกูล  
ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยา
7. คุณ สามารถ แดงดีเลิศ  
บิดาของกรณีศึกษา ผู้ร่วมให้คำปรึกษาการดำเนิน โครงการและติดตามผล

โดยใช้สูตรในการคำนวณ ดังนี้ (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2544)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ

I.O.C. (Item Objective Congruence) หมายถึง ดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื่อหานั้นนันทนจิตศึกษาและเกณฑ์การประเมิน กับจุดประสงค์ และกิจกรรมการเรียนรู้ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

- R หมายถึง คะแนนผลการตัดสินเกณฑ์การประเมินของผู้ทรงคุณวุฒิ
- 1 เมื่อแน่ใจว่า หลักสูตรและเครื่องมือนั้นไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์
  - 0 เมื่อไม่แน่ใจว่า หลักสูตรและเครื่องมือนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์
  - +1 เมื่อแน่ใจว่า หลักสูตรและเครื่องมือนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์
- N หมายถึง จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิ

เมื่อนำผลคะแนนจากผู้ทรงคุณวุฒิมาคำนวณโดยใช้สูตร I.O.C. แล้ว ข้อที่มีคะแนนต่ำกว่า 0.5 ต้องนำมาแก้ไขปรับปรุงใหม่ (โดยผู้วิจัยใช้สัญลักษณ์ \*\*\*\*\* ซึ่งได้แสดงไว้ในภาคผนวก ข)

1.5 ทำการพัฒนาเครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและแบบสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ ร่างหลักสูตรนันทนาการศึกษาคู่่มือการใช้รูปแบบ โปรแกรม นันทนาการ สำหรับการดำเนินการในชั้นตอนที่ 2

1.6 ทำการค้นหาคกรณีศึกษา (Single case study subject) ซึ่งการได้มาซึ่งกรณีศึกษามีรายละเอียด ดังนี้

ผู้วิจัยได้ใช้เวลาประมาณ 2 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 ในการติดตามอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่นำนิสิตที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชานันทนาการสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษและรายวิชานันทนาการบำบัดไปศึกษาคุณงาน ณ สถาบันราชานุกูล ซึ่งเป็นสถาบันที่มีฝ่ายการศึกษาสำหรับเด็กกลุ่มที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยเฉพาะ มีการดูแลอย่างเป็นระบบในเรื่องพัฒนาการของเด็ก และเป็นหน่วยงานของรัฐที่ได้รับการสนับสนุนและความช่วยเหลือจากรัฐ โดยผู้วิจัยได้ทำการสังเกต สัมภาษณ์ และติดตามดูพฤติกรรมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับพอเรียนได้ (Educable) เกรด 6 ทั้งเพศชายและเพศหญิง ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการของเด็ก ตลอดจนความสามารถในการให้ความร่วมมือของผู้ปกครองและผู้ดูแล ในการเข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรม นันทนาการสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ด้วย เพื่อนำมาเป็นกรณีศึกษา จนกระทั่ง ในเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2549 ผู้วิจัยจึงได้กรณีศึกษาที่เป็นเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง (Moderate Grade) อยู่ในกลุ่มอาการ ดาวน์ซินโดรม (Down syndrome) เพศชาย อายุ 18 ปี มีระดับของสุนทรียภาพในชีวิต อันหมายถึงความสามารถในการประกอบกิจกรรมนันทนาการได้ตามที่ตนเองชอบ เช่น เล่นฟุตบอล ดนตรี ศิลปะ เป็นผู้ที่มีความตระหนักรู้ในสิ่งที่ตนเองมีความถนัดและไม่ถนัด มีความเป็นผู้นำในกลุ่ม เป็นที่รักใคร่ของเพื่อน และบุคคลที่เกี่ยวข้อง มีความสามารถในการอ่านและเขียน ดังเอกสารรายงานเกี่ยวกับประวัติ และรายงานผลการทดสอบทางการแพทย์ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดนามเรียกขานของกรณีศึกษาผู้นี้ว่า “A.D.” ดังนี้ (สถาบันราชานุกูล, 2548)

ทดสอบภาคภาษา (Verbal parts) สามารถตอบคำถามง่ายๆ ได้บ้าง แต่ในข้อคำถามที่ตอบไม่ได้มีท่าทีกังวลโดยเอามือประสานกันไว้บนโต๊ะและนั่งเงียบไปนาน ส่วนการทดสอบภาคการ

กระทำ(Performance parts) เข้าใจและปฏิบัติตามคำสั่งในการทำกิจกรรมการทดสอบได้บ้าง กิจกรรมใดที่มีความซับซ้อนจะพยายามลองฝึกลองดูเพื่อแก้ไขปัญหาแต่ยังเรียนรู้ได้น้อย

### ผลการทดสอบ

#### จาก Wechsler's Adult Intelligence Scale (WAIS)

Verbal IQ = 47

Performance IQ = 45

Full Scale IQ = 43

มีระดับสติปัญญาอยู่ในเกณฑ์ ปัญญาอ่อนระดับปานกลาง

(MR; Moderate Grade)

#### ทดสอบภาคภาษา (Verbal parts)

ความรู้ทั่วไปที่ได้จากชั้นเรียนทำได้ในระดับที่ไม่ซับซ้อน แต่ยังไม่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้เนื่องจากข้อด้านการสร้างความคิดเชิงนามธรรม การรับรู้จำนวนและตัวเลข ความใส่ใจและสมาธิจากการฟังทำได้น้อย

#### ทดสอบภาคการกระทำ (Performance parts)

สามารถประมวลผลการทำงานจากภาพรวมโดยใช้ความจำระยะยาวได้บ้าง ทักษะการตีความหมายทางสังคม และสังเกตรายละเอียดปลีกย่อยจากภาพทำได้ในระดับที่ไม่ซับซ้อน การทำงานเคลื่อนไหวประสานกันระหว่างมือกับตาทำได้ค่อนข้างช้า (Eye-hand Coordination)

#### จุดเด่น-ข้อที่พบ

ผู้เข้ารับการทดสอบจำความรู้ทั่วไปที่ได้จากชั้นเรียนและประมวลผลการทำงานจากภาพรวมโดยใช้ความจำระยะยาวได้บ้าง ทักษะการตีความหมายทางสังคมและสังเกตรายละเอียดปลีกย่อยจากภาพทำได้ในระดับที่ไม่ซับซ้อน ข้อด้านการสร้างความคิดรวบยอดเชิงนามธรรมและประสานกันระหว่างมือกับตา

#### แบบวัดวุฒิภาวะทางสังคมของวินด์แลนด์ (Vindland Social Maturity Scale)

อายุจริง 17.8

อายุพัฒนาการ 8

วุฒิภาวะทางสังคม 45 เท่ากับเกณฑ์ระดับปัญญาอ่อนปานกลาง

ผู้รับการทดสอบสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ในด้านการรับประทานอาหาร การแต่งกาย การทำความสะอาดร่างกายโดยรวมทั้งการอาบน้ำ ล้างมือ ล้างหน้าและทำความสะอาดหลังขับถ่าย ด้านการช่วยเหลืองานบ้านเช่น ล้างจาน รดน้ำต้นไม้ เก็บผ้าเข้าตู้ สามารถรับผิดชอบงานเป็นกิจวัตร และไม่ต้องเตือน แต่เนื่องจากทางบ้านมีทหารรับใช้บางครั้งจึงงานทำงานบางอย่างให้ ด้านการเข้าสังคมสามารถเข้ากลุ่มเพื่อนๆ ได้ดี ด้านการเขียนสามารถเขียนชื่อตัวเองและเขียนตามคำบอกได้

-ความเชื่อมั่นในตนเองน้อย (Low Self-confidence)

-ต้องการส่งเสริมแรงทางบวก (Need Positive Reinforcement)

ผู้เข้ารับการศึกษาสามารถเรียนรู้จากภาพในการประมวลผลตีความหมายและสังเกต รายละเอียดปลีกย่อยได้บ้าง ดังนั้นควรเน้นสื่อการสอนจากจุดเด่นดังกล่าวควบคู่กับการให้กิจกรรม ที่มีโอกาสประสบความสำเร็จพร้อมให้การส่งเสริมแรงทางบวกเพิ่มขึ้นเพื่อเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง

กรณีศึกษาดังกล่าว ถือเป็นกรณีศึกษาแบบไม่เป็นไปตามปกติ (Atypical Case) (Wikipedia, 2007) ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานข้อมูลของกรณีศึกษา (Information- Oriented) ตามแนวทางชนิดของกรณีศึกษาของ พ็อพเพอร์ (Popper, 1994 อ้างถึงใน Wikipedia, 2007) แบบระบุนความแปลกแยก (Falsification) ลักษณะ “แกะดำในฝูงแกะขาว” ซึ่งผลจากการศึกษาในกรณีศึกษาดังกล่าว จะนำไปอ้างอิง (Generalization) ได้ในเชิงทฤษฎี (Theory)

## ขั้นตอนที่ 2 ขั้นการพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

ขั้นการพัฒนาแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาจะมีการดำเนินการเป็น 4 ขั้นตอนย่อยดังนี้

2.1 ขั้นการรวบรวมข้อมูล (Assessment) จากการบันทึกข้อมูล และการสังเกตพฤติกรรมผู้เข้ารับบริการจากแบบวัดความสามารถและแบบสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิต

2.1.1 สังเกตพฤติกรรมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

2.1.2 ประวัติส่วนบุคคลของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

2.2. ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการ โครงการ เป็นขั้นตอนการสรุปพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต (Planning) โดยการกำหนดลำดับความสำคัญ วัตถุประสงค์ ยุทธวิธีและการประเมินรวมทั้งสร้างคู่มือการใช้โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผ่านกิจกรรมนันทนาการ

2.3 ขั้นการนำโครงการไปใช้เป็นขั้นตอนการนำรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและหลักสูตรไปจัดดำเนินการ (Implementation) โดยการดำเนินการตามขั้นตอนต่างๆ เป็นระยะเวลาเวลา 12 สัปดาห์ ๓ ๓ วันๆ ละ 2 ชั่วโมง ประกอบด้วยเนื้อหา ดังนี้

2.3.1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต (Leisure Appreciation)

2.3.2 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต (Awareness of Self in Leisure)

2.3.3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต (Self-Determination in Leisure)

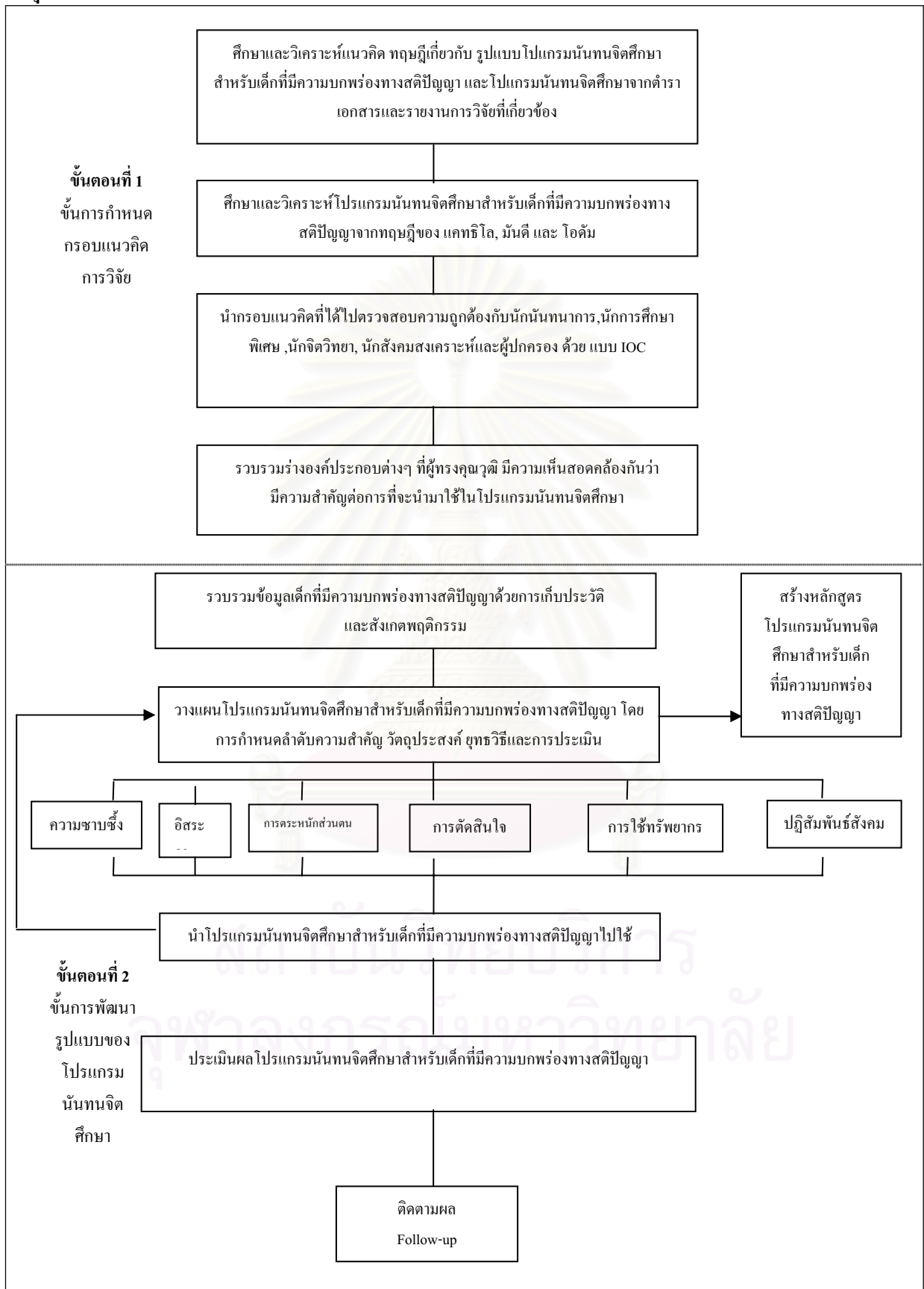
2.3.4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต (Making Decisions Regarding Leisure Participation)

2.3.5 ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต (Knowledge and Utilization of Resources Facilitating Leisure)

2.3.6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction)

2.4 ขั้นการประเมินติดตามผล เป็นขั้นตอนการการสังเกตวัดผลพัฒนาการของกรณีศึกษาและติดตามผลโครงการร่วมกับประเมินผลทางโทรศัพท์ (Follow up) ด้วย

# สรุปขั้นตอนการดำเนินการวิจัย





## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาของผู้ทรงคุณวุฒิ
2. แบบตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาของผู้ทรงคุณวุฒิ
3. หลักสูตรโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
4. แบบวัดวัดความสามารถของผู้เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาประกอบด้วยแบบวัดความสามารถจำนวน 22 แบบ แบบสังเกตพฤติกรรม 12 แบบ และแบบสำรวจจำนวน 1 แบบ รวมทั้งสิ้น 35 แบบ

## การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มิได้มีการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงสถิติ เนื่องจากเป็นกรณีศึกษา (Case study single subject) เป็นการนำข้อมูลที่ได้จากการวัดผลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง 12 สัปดาห์มารายงานผลทั้งในเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ และเสนอผลการวิเคราะห์ในรูปแบบความเรียงและรูปตาราง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวรรณคดีและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง พัฒนารูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาขึ้นมา แล้วได้นำรูปแบบ โปรแกรมที่พัฒนาขึ้นมาไปใช้กับกรณีศึกษา (Single case study subject) ที่เป็นผู้ที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง (Moderate Grade) กลุ่มอาการ ดาวน์ซินโดรม(Down syndrome) เพศชาย อายุ 18 ปี อันเป็นการได้มาซึ่งกรณีศึกษาอย่างมีจุดมุ่งหมาย (Purposive Sampling) เป็นการวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดี่ยว Single-Subject research design โดยทำการทดลอง เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ มีการทดสอบก่อน-หลังเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และการสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาทางนันทนจิต 6 ด้าน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอ ดังนี้

#### 1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านต่างๆ ของเนื้อหา นันทนจิตศึกษา

1.1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต (Leisure Appreciation)

1.2 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต (Awareness of Self in Leisure)

1.3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต (Self-determination in Leisure)

1.4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต

(Making Decisions regarding Leisure participation)

1.5 ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต

(Knowledge and Utilization of resources facilitating Leisure)

1.6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction)

## 2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลไปตามลำดับดังต่อไปนี้

### 1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้านต่างๆ ของเนื้อหาบันทึกจิตศึกษา

#### 1.1 ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต (Leisure Appreciation)

ความซาบซึ้งทางนันทนิจิตเป็นหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ซึ่งต้องการให้ A.D. สามารถจดจำและเข้าใจถึงความหมายของนันทนิจิตสามารถประกอบกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง ตลอดจนการปฏิบัติตนเป็นผู้ที่รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีวัตถุประสงค์ของหน่วยการเรียนรู้ดังนี้

1. A.D. สามารถบอกคำสำคัญของความหมายนันทนิจิตอันได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ เวลาว่าง เลือกอย่างอิสระ และแรงงูใจภายใน
  2. A.D. ไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง โดยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเอง เช่น หลังเลิกเรียน เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้วเดินไปจัดสวนด้วยตนเอง
  3. A.D. สามารถบอกได้ว่าในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนิจิต เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า สนามเด็กเล่น สนามฟุตบอล แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กับเด็กคนอื่นได้ด้วยตนเอง
  4. A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิตได้ครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม
  5. A.D. เข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิต มีปฏิสัมพันธ์ พุดคุยกับเพื่อนขณะทำกิจกรรม เคารพกฎกติกาที่วางไว้ และไม่แสดงอาการอ่อนเพลียมากเกินไปจากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิต
  6. A.D. สามารถบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนิจิตได้ 6 ด้าน อันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทศคติทางสังคม สุขภาพ และทักษะ
  7. A.D. สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนิจิตได้
- เมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนิจิตเป็นระยะเวลา 8 ชั่วโมง A.D. สามารถบอกคำสำคัญของความหมายนันทนิจิต คือ คำว่า เล่น เวลาว่าง เลือกเอง ชอบ สนุก ดีขึ้น (การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างอันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระและแรงงูใจภายในเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต) ได้และทุกครั้งที่ยื่นคำว่า “นันทนิจิต” ไว้บนกระดานหลังจากที่ผู้วิจัยสอน โดยแยกคำบนกระดานเป็นตัวอ่านดังนี้ “**นันท-นะ-นิจิต**” A.D. จะพูดต่อท้ายเสมอว่า “นันทนิจิต เล่น, เวลาว่าง, เลือกเอง, ชอบ, สนุก, ดีขึ้น” และจะปรบมือให้ตัวเอง แสดงท่าทางภูมิใจที่พูดได้ แล้วบอกว่า “ไม่ยาก” และจากการพุดคุยกับผู้ปกครอง กล่าวว่า A.D. มักเลียนแบบพฤติกรรมกรรมการสอนของผู้วิจัยทุกครั้งหลังจากที่ผู้วิจัยได้กลับไปแล้ว เขาจะเลื่อนกระดาน

ออกมาแล้วเขียนคำว่า “นันทนจิต เล่น เวลาว่าง เลิกเอง ชอบ สนุก ดีขึ้น” พร้อมกับส่งเสียงพูดคนเดียว

**“น้อง A.D. ชอบทำตามที่คุณแม่สอน เขาจะชอบเขียนและปั้นพืชม้าคนเดียว แต่ก็ดีครับจะได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และฝึกการเขียนของเขาด้วย”**

ซึ่งนับเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมในข้อที่ 1 (A.D. บอกคำสำคัญของความหมายนันทนจิตได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ เวลาว่าง เลิกเอง อย่างอิสระ แรงจูงใจภายใน) ไม่เพียงแต่รู้ถึงความหมายของนันทนจิตเท่านั้น ในด้านความเข้าใจ A.D. สามารถสะท้อนถึงความรู้ของตนเองออกมาสู่การปฏิบัติที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 (A.D. ไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างโดยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเอง เช่น หลังเลิกเรียน เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้ว เดินไปจัดสวนด้วยตนเอง) จากการสังเกตพฤติกรรม โดยการทำงานร่วมกันระหว่างผู้วิจัยและผู้ปกครองของ A.D. พบว่า ในตารางกิจวัตรประจำวันของเขามีช่วงเวลาว่าง 10.00 น. ถึง 15.00 น. ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาจะไปกับการนอนดูทีวีเพียงอย่างเดียว ขาดแรงกระตุ้น และการส่งเสริมใดๆ ทั้งจากตนเอง และผู้ปกครอง

**“ถ้าไม่มีใครอยู่บ้าน น้อง A.D. จะนอนดูมวยปล้ำตรงโซฟาหนังแหละคะ บางครั้งก็หลับไปเลย แต่ถ้าเขาเบื่อๆ ก็จะเดินไปเดินมาแค่นั้น รอน้องกว่าจะกลับก็ 5 โมงเย็น”** แม่ A.D. กล่าว

เมื่อได้รับบริการในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ของหลักสูตรนันทนจิตศึกษา A.D. ได้กำหนดตารางเวลาของตนเองใหม่โดยให้ช่วงเวลาว่างของเขาคือ 10.00 น. – 15.00 น. นั้น มีกิจกรรมนันทนาการทุกวัน ตามความต้องการของเขา โดยการเลือกจากสมุดภาพกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งสามารถทำได้ด้วยตนเองที่บ้านหรือบริเวณใกล้เคียงที่สามารถเข้าถึงและดูแลตนเองได้ เช่น การร้องเพลง ทำสวน ให้อาหารปลา อาบน้ำสุนัข เล่นดนตรี วาดภาพ ชี้อวัยวะ กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้หาก A.D. ต้องการผู้มีส่วนร่วมเขาจะเรียกให้ทหารรับใช้ที่บ้านมาเล่นด้วย และจะกำหนดกิจกรรมในตารางด้วยตนเอง ถ้าเขาทำตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ได้ ผู้ปกครองจะกลับมาให้ดาวที่ช่องกิจกรรมนั้น แต่หากมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น ก็จะอธิบายเหตุผล ซึ่ง A.D. มักเลือกกิจกรรมที่ไม่ซ้ำกันในแต่ละวัน ทำให้เขาไม่รู้สึกเบื่อหรือแสดงอาการเฉื่อยชาเวลาอยู่บ้าน

**“ตารางกิจกรรมนี้คงทำให้น้อง A.D. นำหนักลดลงได้ (หัวเราะ) เพราะเขาจะชอบเวลาที่คุณแม่พ่อกลับมาให้ดาวเขา แต่ไม่มีนะครับที่เขาไม่ทำ เพราะครูแม่มาทุกวันด้วย แต่ถ้าเขาทำเสมอๆ ผมว่าคงจะชินไปเอง ทีนี้บางทีน้องๆ กลับมาชวนเล่นฟุตบอล น้อง A.D. จะบอกว่าไม่เอาแล้วเปลี่ยนๆ เล่นแล้ว เขาก็จะได้ทำกิจกรรมที่คุณครูแนะนำได้หลากหลายมากขึ้น”**

นอกจากนี้นันทนจิตศึกษายังให้ความสำคัญกับการสนับสนุนจากผู้ปกครองในฐานะผู้คอยให้ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกความต้องการของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีได้จำกัดอยู่เพียงในบ้านเท่านั้น บริเวณชุมชน ซอยบ้าน มีสถานที่ท่องเที่ยว และเรียนรู้มากมาย ซึ่งจะทำให้ A.D. ได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลาย หลังเข้า

รับบริการในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 A.D. สามารถบอกได้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนาการรอบๆ บ้านของเขา ดังนี้

**“ในชุมชน A.D. ไปเที่ยว เขาเดิน พาต้า โลดส์ บิกชี เซ็นทรัล แมคโคร ทีโอทอย วัดพระแก้ว สะพานพระราม 8 สวนสาธารณะ สนามฟุตบอล สระว่ายน้ำ”**

และในครั้งต่อไปเมื่อผู้วิจัยพูดคำว่า “ชุมชน” A.D. จะบอกสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนาการ ต่างๆ เหล่านี้ และมักจะชวนผู้ปกครองไปเที่ยวในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์เสมอ

**“ตอนนี้อ้าววันไหนผมกับคุณแม่เขาอยู่บ้าน และน้องอยู่ด้วย จะพูดชวนทั้งวันนะครับว่า คุณพ่อ ไปนั่นไปนี่ กันไหม ผมก็อ้าววันไหนว่างก็ไป แต่ถ้าไม่ว่างก็บอกเขานัดกันใหม่เขาก็โอเค อย่างเมื่อเสาร์ที่แล้วนี่ไปวันสวนแก้วกันมา เขาก็พูดในรถกับผมตลอดเลยครับว่า ชุมชน ชุมชน ผมก็ถามว่า อะไร เขาบอกว่า ครูแจ๊คบอก”**

การแสดงพฤติกรรมดังกล่าวเป็นการบ่งบอกถึงความเข้าใจว่าในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองนั้นมี สถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนาการต่างๆ แล้ว A.D. สามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ได้ด้วยตนเอง (วัตถุประสงค์ที่ 3) การรับรู้ถึงประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการจะเป็นพื้นฐานในการ กำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมของ A.D. เขาสามารถบอกถึงประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรม ทางนันทนาการได้ครบทั้ง 4 ด้าน จากบัตรคำและบัตรภาพ ร่างกาย สถิติปัญญา อารมณ์ สังคม เมื่อผู้วิจัยหยิบ บัตรคำและภาพร่างกาย A.D. จะทำท่ายกแขนโชว์กล้ามเนื้อแล้วพูดคำว่า “แข็งแรงครับ” บัตรคำและภาพ สถิติปัญญา A.D. จะพูดว่า “ดีขึ้น” หรือพูดว่า “สมองดีขึ้น” บัตรคำและภาพ อารมณ์ A.D. จะพูดว่า “ดีขึ้น” พร้อมทำท่ายิ้ม และบัตรคำและภาพ สังคม A.D. จะพูดว่า “เพื่อน” และผู้วิจัยให้ A.D. ยกตัวอย่าง กิจกรรมนันทนาการที่เขาชอบให้สอดคล้องกับประโยชน์ที่ได้รับอย่างชัดเจน A.D. สามารถตอบได้ดังนี้ บัตรคำ ร่างกาย “เล่นปิงปอง” อารมณ์ “ระบายสี” สถิติปัญญา “เล่นเกมมวยปล้ำ” สังคม “งานปาร์ตี้” และ จากการพูดคุยกับผู้ปกครองพบว่า A.D. สามารถตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการ ในขณะที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว

**“วันนั้นผมถามเขา คือเราไปเที่ยวหัวหินด้วยกันครับ แล้วก็ไปปิ่นเขากัน พักที่บ้านชายทะเล ผมถามว่า “น้อง A.D. ปิ่นเขาเนียเหนื่อยไหม” เขาตอบผมว่า “เหนื่อยครับ” ผมถามต่อว่า “แล้ว ร่างกายเป็นยังไง” เขาว่า “แข็งแรง” คุณแม่นั่งอยู่ข้างเขายิ้มเลยครับว่าน้อง A.D. เก่ง ตอนเช้าเขา ไปเล่นน้ำทะเลกับน้องๆ ผมเห็นหน้าเขามีความสุขจริงๆ ครับ เขายิ้มและหัวเราะชอบใจที่ก่อกเจดีย์ ทลายด้วยกัน ผมถามเขาแล้วว่าสนุกมั๊ย เขาตอบว่า “สนุกครับ” และเข้ามากอดผม ผมว่าตรงนี้น่าจะ ตอบคำถามครูแจ๊คได้หมดเลยนะครับ เพราะนั่นคือ อารมณ์เขาต้องดีแน่ จากการทำกิจกรรมทาง สังคมร่วมกับน้องๆ ซึ่งจะช่วยให้สมองเขาปลอดโปร่งมากขึ้น”**

ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 4 (A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการได้ครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย สถิติปัญญา อารมณ์ สังคม) ในวัตถุประสงค์ที่ 5 (A.D. เข้าร่วม

กิจกรรมทางนันทนจิต มีปฏิสัมพันธ์ พูดคุยกับเพื่อนขณะทำกิจกรรมเคารพกฎกติกาที่วางไว้ และไม่แสดงอาการอ่อนเพลียมากเกินไป จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต) A.D. เล่นปิงปองกับผู้วิจัยเป็นระยะเวลา 30 นาที ตลอดการทำกิจกรรม เขายิ้ม หัวเราะชอบใจอย่างสนุกสนานและมักกระโดดโลดเต้น A.D. จะถามผู้วิจัยทุกครั้งที่มีการได้-เสียแต่ว่า เขาและผู้วิจัยได้แต้มเท่าไร นอกจากนี้ยังสอนให้ผู้วิจัยตีลูกหลังมือ (Back hand) ความสามารถของ A.D. ในการตีปิงปองเมื่อเทียบกับเด็กในกลุ่มเดียวกัน ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ดี เพราะเขาเป็นตัวแทนโรงเรียนในการแข่งขันกีฬาปิงปองด้วย ในขณะที่มีการตีปิงปอง เขาเคลื่อนไหวร่างกายด้วยความกระฉับกระเฉง และแสดงความเชื่อมั่นในการตีลูกทุกครั้งด้วยการส่งเสียงดัง **“ตีได้แล้ว ครูแจ๊คเสียว!”** เมื่อตนเองตีเสียแต้ม A.D. ไม่แสดงอาการหงุดหงิดหรือไม่พอใจ แต่จะพูดแทน เช่น เมื่อเสิร์ฟไม่ได้ เขาจะลองใหม่ หากทำแล้วไม่ได้อีก จะโยนลูกให้ผู้วิจัย เสิร์ฟแทนและพูดว่า **“ไม่ได้”** โตะปิงปองจะมีเส้นขอบสีขาวซึ่งหากตีโดนจะถือว่าออก A.D. สามารถปฏิบัติตามและเคารพกฎกติกาอย่างง่ายได้ **“ครูแจ๊คอย่าโดนเส้นขาว โดนแล้วออก แพ้”** เมื่อเล่นไปได้สักกระยะหนึ่ง เขาพูดว่า **“ครูแจ๊คอีก 2 ลูกพอแล้ว เหนื่อย”** แสดงให้เห็นว่าเขาทราบถึงข้อจำกัดของตนเองในความสามารถของร่างกายและสามารถสื่อสารให้คนรอบข้างทราบได้ อุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต เป็นอีกเนื้อหาหนึ่งที่ผู้วิจัยได้ให้ความรู้แก่ A.D. ในการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา รวมถึงแนวทางการแก้ปัญหาในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ในวัตถุประสงค์ที่ 6 และ 7 (A.D. สามารถบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตได้ 4 ด้าน คือ เงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพและทักษะ, A.D. สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตได้) ผู้วิจัยและผู้ปกครองร่วมกันเฝ้าติดตามพฤติกรรมในวัตถุประสงค์ที่ 6 และ 7 ด้วยกัน จากการจัดสถานการณ์ขึ้นอย่างหลากหลาย และได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองถึงผลที่เกิดขึ้นดังนี้

อุปสรรคทางการเงิน : A.D. ต้องการซื้อเข็มขัดมวยปล้ำ

**“ผม (คุณพ่อ A.D.) ถามเขาว่า น้อง A.D. อยากได้เข็มขัดมวยปล้ำอันใหม่ไหม เขาบอกผมว่าใช่ ผมเลยพาเขาไปที่พาด้า แล้วเขาเลือกมา 1 อัน ราคา 1,225 บาท ผมก็บอกเขาว่าราคานี้นะ เรามีเงินกันพอรีเปล่า เขาตอบผมว่ายังไม่มี ผมเลยถามเขาว่าจะทำยังไง ตอนนั้นเขายังไม่ตอบผม ได้แต่มองเข็มขัดอย่างเดียว ผมเลยพาเขาเดินไปที่อื่นแล้วก็กลับบ้านกันมา พอถึงบ้านเขาขึ้นไปหยิบกล่องตั้งค์เขามา ผมกับคุณแม่เขาก็ยิ้ม แล้วถามน้อง A.D. ว่า มีแล้วรีไรง เขาบอกว่ามีครับ ผมเลยมานั่งนับดูได้ประมาณ 300 บาท ก็เลยถามอีกครั้งว่า เรามีอุปสรรคด้านใดเขาบอกว่า **“เงินครับ”** ผมก็เลยถามเขาว่าทำยังไง เขาบอกว่า **“ไปกดตั้งค์เอา”** ผมกับคุณแม่ก็ขำกันใหญ่”**

ทั้งนี้การแสดงผลพฤติกรรมดังกล่าว แสดงให้เห็นถึงการรับรู้และเข้าใจในอุปสรรคและทางการแก้ไขของ A.D. โดยยังมีสถานการณ์อีกดังนี้

อุปสรรคทางด้านเวลา : A.D. อยากไป makro กับพ่อ

“วันนั้นผมเห็นตารางกิจกรรมของเขา วันเสาร์บ่ายมั่งครับ เขาเขียนว่า แมคโคร ผมก็ไปบอกเขาว่า คุณพ่อต้องไปประชุมนะ คงไปไม่ได้ ทำยังไงกันดี เขาบอกผมว่า ไปวันอื่น” (จัดเวลาใหม่)

อุปสรรคทางด้านการเตรียมพร้อมใช้ : A.D. เล่นฟุตบอลที่บ้าน

“เราจะเล่นฟุตบอลกันที่บ้าน ทีนี้น้องคนเล็กเขาชอบเตะลูกฟุตบอลโดนคอมไฟอยู่เรื่อย ผมเลยต้องทำโกลด์ใหม่ แต่ยังไม่มียุปกรณ์ ผมถามน้อง A.D. ว่า จะทำยังไง เขาตอบว่า “ไปหาซื้อใหม่”

อุปสรรคทางด้านสุขภาพ : ถ้าน้องของ A.D. ไม่สบาย

“ผมถามเขาว่า อันนี้เราจะไปว่ายน้ำกัน แต่ถ้าน้องของ A.D. ไม่สบายจะทำอย่างไร เขาตอบว่า “ต้องกินยา ไปหาหมอ”

อุปสรรคทางด้านทักษะ : A.D. เสรีฟลูกปิงปองไม่ได้

“จากที่คุณครูมาแล้วให้ผมฟัง ผมก็เลยถามเขาว่า น้อง A.D. เสรีฟลูกปิงปองไม่ได้หรือครับ เขาพยักหน้า ผมถามเขาว่าวันนี้นะเราทำอะไรกันดีกับอุปกรณ์ปิงปองนี้ เขาตอบผมว่า “ฝึกครับ”

จากการแสดงพฤติกรรมดังกล่าวที่แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการในด้านความชอบซึ่งมีต่อนันทนาการและการทำกิจกรรมนันทนาการจากการสังเกตร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและผู้วิจัย ผลที่ได้สอดคล้องกับพัฒนาการของคะแนนในเชิงปริมาณของ A.D. ซึ่งทำได้อยู่ในระดับดีมากทุกด้านของเนื้อหาที่ 1 ซึ่งจะเป็นพื้นฐานต่อพัฒนาการในเนื้อหาทางนันทนาการต่อไป

## 1.2 การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนาการ (Awareness of Self in Leisure)

การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนาการ เป็นการตระหนักรู้ในตนเองที่มีต่อความชอบและการให้เหตุผลในกิจกรรมทางนันทนาการ เชื่อมโยงปัจจัยที่ส่งผลต่อความชอบในกิจกรรมทางนันทนาการจากอดีตสู่ปัจจุบัน และกิจกรรมที่ต้องการทำในอนาคตได้ A.D. ใช้ระยะเวลาการเข้ารับบริการ 10 ชั่วโมงของหลักสูตรนันทนาการศึกษาในหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 โดยมีวัตถุประสงค์การเรียนรู้ดังนี้

1. A.D. สามารถบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้ 10 อย่าง
2. A.D. สามารถบอกเหตุผลว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้นได้
3. A.D. สามารถเลือกแผนการปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตรงกับสถานการณ์ อันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ
4. A.D. สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อย่างมีความสุขและแสดง ความประทับใจต่อสิ่งของของตนเอง
5. A.D. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบในปัจจุบันได้อย่างสนุกสนาน
6. A.D. สามารถบอกถึงกิจกรรมนันทนาการซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ต้องการทำในอนาคต 10 อย่าง

พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการตระหนักส่วนตนทางนันทนจิตของ A.D. เป็นพฤติกรรมขั้นพื้นฐานที่สำคัญในการสร้างอิสรภาพทางความคิด และการเลือกกิจกรรมตามความต้องการของตนเองให้สอดคล้องกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

**“ผมจะเปิดหนังสือพจนานุกรมให้ห้อง A.D. เขาดูประจำครับ แล้วจะสอนให้เขาดูภาพประเภทกีฬา เครื่องบินทหาร เขาก็จะบอกได้ว่าเป็นอะไร”**

พ่อของ A.D. ให้สัมภาษณ์กับผู้วิจัยก่อนหลักสูตรนันทนจิตศึกษาจะเริ่มขึ้น ซึ่งนับเป็นการกระตุ้นทางความคิดในความหลากหลายของสิ่งบันเทิงที่มีอยู่รอบๆ ตัว A.D. แต่หากมีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนถึงกิจกรรมนันทนาการที่สามารถปฏิบัติได้จริงและอยู่ในความสนใจของ A.D. จะมีประโยชน์มากขึ้น ผู้วิจัยได้ให้ความรู้ในกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายจากสมุดภาพกิจกรรม และให้ A.D. เลือกกิจกรรมนันทนาการที่เขาสนใจและอยากทำ มี 15 กิจกรรมดังนี้ วาดรูป วิ่ง ปีนเขา เดิน ร้องเพลง ดูหนัง ซี่จักรยาน ดนตรี งานปาร์ตี้ ฟุตบอล ปิงปอง เทนนิส ตีกอล์ฟ อ่านหนังสือ ว่ายน้ำ เมื่อผู้วิจัยถามเขาว่ากิจกรรมใดที่เคยทำแล้วชอบให้เลือก 10 กิจกรรม A.D. สามารถเลือกกิจกรรมได้ดังนี้ ตีกอล์ฟ ว่ายน้ำ ฟุตบอล มวยปล้ำ ปีนเขา ร้องเพลง ดูหนัง งานปาร์ตี้ ปิงปอง และวาดรูป **“ครูแอ็ค A.D. ชอบทำสนุก”** A.D. พูด พร้อมแสดงใบหน้ายิ้ม ยกแขนสองข้างขึ้น แกว่งไปมาด้วยความกระตือรือร้น และหัวเราะเสียงดัง

**“เขาจะมีสมุดของเขาเล่มหนึ่งเขียนเบอร์โทรแล้วก็ชื่อของเพื่อนๆ บางคนก็มีที่อยู่ด้วยคะ ที่นี้คุณแม่เห็นตรงนี้ (รายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. บันทึกในสมุด)ก็ถามว่าห้อง A.D. นี้อะไร เขาก็บอกว่า“กิจกรรมของ A.D. ชอบครับแม่”คุณแม่เห็นก็ว่านี่ที่เขาเล่นประจำนี่”**

การแสดงพฤติกรรมดังกล่าวของ A.D. นับว่าสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อ 1 (A.D. สามารถบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้ 10 อย่าง) นอกจากนี้ความสำคัญในการให้เหตุผลที่มีต่อความชอบในกิจกรรมนันทนาการ เป็นอีกหนึ่งวัตถุประสงค์ที่ A.D. ได้เรียนรู้ โดยอาศัยประสบการณ์พื้นฐานจากหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ในวัตถุประสงค์ที่ 4 สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา การให้เหตุผลที่ซับซ้อนและการขาดตัวเลือกในเหตุผลเป็นสิ่งที่อยู่นอกเหนือความสามารถของเขาโดยธรรมชาติ ดังนั้นผู้วิจัยได้ปรึกษากับนักจิตวิทยาและนักการศึกษาพิเศษถึงการแสดงผลของการให้เหตุผลของ A.D. ว่าควรจะมีการสอนและกระบวนการให้ความรู้อย่างไร ซึ่งผู้เชี่ยวชาญทั้ง 2 ท่านได้ให้แนวคิดถึงการสร้างทางเลือกของเหตุผลให้สอดคล้องกับประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นๆ มาเป็นคำตอบ ผู้วิจัยจึงได้เสนอทางเลือกของเหตุผลว่าเหตุใด A.D. จึงชอบกิจกรรมนั้นที่นอกเหนือจากความชอบและความสนุก ว่ายังมีเหตุผลในมิติของประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทั้งในด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม อีกด้วย ซึ่งเหตุผลเหล่านี้เมื่อ A.D. ทำแล้วพบว่าได้ประโยชน์ด้านใดจริงจึงให้เขียนบันทึกเอาไว้ เช่น เมื่อเขาเล่นปิงปอง ผู้วิจัยถามว่า เล่นแล้วได้ประโยชน์อะไรให้หยิบแผ่นภาพสัญลักษณ์ขึ้นมา เขาหยิบรูปคน แล้วพูดว่า “แข็งแรง” รูปสิริষะ พูดว่า “สมองดีขึ้น” และหยิบภาพการแสดงทักยะ แล้วพูดว่า “เก่ง” เมื่อได้ประโยชน์ต่างๆ เหล่านี้ ผู้วิจัยจึงอธิบายกับ A.D. ว่า นี่คือเหตุผลว่าทำไม A.D. จึงชอบการเล่นปิงปอง



“ตอนนั้นคุณแม่ก็ถามว่า ทำไมน้อง A.D. จึงชอบร้องเพลง เขาบอกว่า “สนุกและอารมณ์ดีขึ้น” คุณแม่ของ A.D. ให้สัมภาษณ์กับผู้วิจัย นอกจากนั้นคุณแม่ก็ยังได้เล่าถึงการกลับไปซื้อเข็มขัดมวยปล้ำให้ผู้วิจัยฟังต่อดังนี้

“พอเขาเก็บเงินได้ ซึ่งเราก็ให้เขาเก็บจากเงินเดือนของเขา ผมให้ล่วงหน้าไปก่อน 2 เดือนก็ 2 พัน พอดีครับ ไปถึงร้านผมก็ถามเขาตามที่คุณครูแนะนำว่า ทำไมชอบเข็มขัดมวยปล้ำ ตอนแรก เขาก็อ้อๆ เพราะมีพนักงานขายยืนอยู่ด้วย เขาได้แต่ยิ้มเพราะกำลังจะได้ของ พอเราไปนั่งฟาสฟูสท์ กันผมก็ถามเขาใหม่ เขาบอกว่า “ชอบ” และ “ร่างกายแข็งแรง” ผมก็สงสัยว่าทำไมน้อง A.D. ซื้อ เข็มขัดแล้วร่างกายแข็งแรง เขาบอก “แข็งแรงแบบดิเอท (ชื่อนักมวยปล้ำที่โปรดของ A.D.)” แล้วยัง มีอีกหลายอย่างที่คุณครู เวลาผมขับรถหนึ่งไปกับเขา เมื่อก่อนเวลาถามอะไรเขาจะตอบว่า “ไม่รู้” “ไม่เอา” ไว้ก่อนทุกเรื่อง ไม่รู้ทำไม แต่เดี๋ยวนี้คงเป็นเพราะผมถามใช้คำว่า “เหตุผล” และ “เพราะอะไร” อยู่เรื่อยและจากการที่ได้คุณครูกระตุ้น เขาเลยตอบได้ บางทีช้าหน่อยแต่ก็ตอบผมว่าอย่างนี้ ดีครับ ดูเขาพูดอะไรมีน้ำหนักมากขึ้น”

การเลือกทำกิจกรรมนั้นทนทานตามความต้องการของตนเอง จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะส่งผลถึงการดำเนินไปของกิจกรรมนั้นว่าจะเป็นไปได้ในทิศทางใด เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ควรมีความรู้และแสดงถึงการตระหนักในปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการ ซึ่งประกอบด้วย ด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ ผู้วิจัยเฝ้าติดตามพฤติกรรมของ A.D. โดยความร่วมมือของผู้ปกครองในสถานการณ์การไปท่องเที่ยวต่างประเทศ ด้วยกันระหว่างพ่อของ A.D. และ A.D. “เรามานั่งดูเวลาด้วยกันครับพอดีผมว่างช่วงศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ เลยไปมาเลเชียวกัน เขาก็ไปเขียนที่ตารางเวลาของเขาว่า “เที่ยวมาเลเชียว” ผมก็ว่านี่ปัจจัยด้านเวลา เขาทราบแล้วว่าเรามี เวลาว่าง ตรงกัน ส่วนเสื้อผ้านี้เขาจัดเองครับ คือ เอามาพับวางไว้ว่าจะใส่ชุดไหน แล้วมีอุปกรณ์ อะไร ข้าวของเครื่องใช้ส่วนตัว เขาจะเอามาวางไว้ แล้วให้คุณแม่จัดลงกระเป๋าให้ (ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าเป็น ความเหมาะสมพร้อมใช้ที่ A.D. ทราบ) เงินนี้เขาไม่ได้รับในกระเป๋าของเขา เขาจะรู้ว่าไม่มีเงินอยู่หรือไม่ แต่แค่ทราบนะครับ ไม่รู้จำนวนว่าเท่าไร แต่ต้องมีไม่มีนี่เขาจะขอ แสดงว่า เขารู้ว่านี่สำคัญ แล้วไปไหนนี้ เขาต้องมีป้ายหรือแผ่นกระดาษบอกข้อมูลของตัวเอง ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ ชื่อ นามสกุล อะไรอย่างนี้อยู่ด้วย (ทักษะทางสังคม ซึ่งจะส่งผลต่อความเข้าใจของบุคคลรอบข้างก็มีต่อ A.D., ผู้วิจัย) ส่วนเรื่องสุขภาพนี้ เขารู้มากขึ้นครับว่าร่างกายต้องแข็งแรง จึงไปไหนทำอะไรได้สะดวก เขารู้ว่าต้องกินนม และออกกำลังกายพักผ่อนให้เพียงพอ เพื่อจะได้มีพลังงานในการทำกิจกรรม ซึ่งเขารู้ครับว่าปัจจัยทางสุขภาพนี้สำคัญ พอวันที่ เราไปถึงสนามบินกัน เขาดูแลตัวเองได้ครับ จัดการกับกระเป๋าและของของตัวเอง ใช้ห้องน้ำ รู้ว่าต้องนั่งคอย ตรงไหน และเข้าห้องเช็กระเป๋าช่วงไหน คุณพ่อก็บอกเขาว่า น้อง A.D. มีทักษะในการใช้สนามบินนะ เขาก็ยิ้มครับ” ทั้งนี้ผู้ปกครองยังได้บันทึกภาพถ่ายการไปเที่ยวครั้งนี้มาให้กับผู้วิจัยด้วย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการ พัฒนาพฤติกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 3 (A.D. สามารถเลือกแผนการ์ด ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ

เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตรงกับสถานการณ์อันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ทัศนคติทางสังคม สุขภาพ และทักษะ)

การตระหนักรู้ในตนเองทางนันทนจิต ยังคำนึงถึง ความประทับใจของเหตุการณ์ที่ A.D. เคยทำในอดีตแล้วเกิดความประทับใจในกิจกรรมทางนันทนาการ การทำกิจกรรมในปัจจุบันอย่างสนุกสนาน และมองไปถึงกิจกรรมนันทนาการที่เขาต้องการทำในอนาคต ตามวัตถุประสงค์ 4, 5 และ 6 (A.D. สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของอื่นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้อย่างมีความสุขและแสดงความประทับใจต่อสิ่งของชิ้นต่างๆ ของตน, A.D. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบในปัจจุบันได้อย่างสนุกสนาน, A.D. สามารถบอกถึงกิจกรรมนันทนาการซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ต้องการทำในอนาคต 10 อย่าง) การรื้อฟื้นความจำโดยการใช้การเล่าเรื่อง ถึงความประทับใจในอดีตที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมนันทนาการของ A.D. จะช่วยให้เขาตระหนักและเห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการมากขึ้นว่าทำให้เขาสนุกสนาน มีเพื่อนมากมาย ตลอดจนประโยชน์ในหลายๆ ด้าน เขาแสดงความตั้งใจด้วยการจับมือผู้วิจัยแล้วบอกว่า **“ครูแจ๊ค เดียวอาภาพมาให้ดู”** หลังจากที่ผู้วิจัยได้ขอให้เขาเล่าเรื่องราวอะไรก็ได้ในอดีตของเขา A.D. หยิบอัลบั้มภาพถ่าย ซึ่งเป็นการไปแข่งขันกีฬาเปตองเป็นตัวแทนของโรงเรียน พร้อมทั้งขึ้นไปหยิบเหรียญรางวัลที่ได้มา 3 เหรียญ คือ 2 เหรียญเงิน และ 1 เหรียญทองแดง ผู้วิจัยถามว่านี่ไปแข่งอะไรมา เขาเล่าว่า **“ไปแข่งเปตองมา มีเพื่อนไปด้วย 3 คน”** ในขณะที่มีการเล่าเรื่อง A.D. แสดงท่าทางประกอบพร้อมกับสะกิดผู้วิจัยเสมอเพื่อแสดงความสนใจ ผู้วิจัยถามว่า สนุกไหม **“สนุกครับ ต้องซ้อม ไปตอนเช้า พอไปส่ง มี...(ชื่อเพื่อนของ A.D.)...ไปด้วย”** และชี้ให้ผู้รูปของเพื่อน ผู้วิจัยถามว่าตอนนี้ยังเล่นเปตองอยู่ไหม เขาตอบว่า **“ไม่เล่นแล้ว”** A.D. สะกิดให้ผู้วิจัยดูภาพตอนไปอยู่ค่ายพักแรมกับเพื่อนๆ และผู้ปกครอง สรุปความได้ว่า เป็นการไปอยู่ค่ายต่างจังหวัด เพื่อให้ผู้ปกครองและเด็กได้ใช้ชีวิตร่วมกัน โดยมีกิจกรรมนันทนาการต่างๆ เป็นสื่อกลาง เขาและพ่อได้วาดรูปและปั้นกระดานต้นไม้ด้วยกัน A.D. แสดงสีหน้ายิ้มพร้อมหัวเราะ เมื่อพูดถึงพ่อของเขากับการทำกิจกรรม พฤติกรรมการเล่าเรื่องในอดีตที่เกี่ยวข้องกับความประทับใจในกิจกรรมนันทนาการของ A.D. เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ 4

กิจกรรมนันทนาการที่ A.D. ทำในปัจจุบัน A.D. บอกผู้วิจัยว่าเขาขี่จักรยาน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เลือกเอง A.D. จัดเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ ด้วยตัวเอง จักรยาน หมวก และที่สูบลม เขาเข็นจักรยานออกมาแล้วบอกผู้วิจัยว่า **“ครูแจ๊คไปร่อนบ้าน”** ผู้วิจัยจึงเดินไปร่อนที่บ้าน A.D. ปรากฏกายด้วยชุดที่ทะมัดทะแมงใส่หมวกกันน็อคสีแดง เข็นจักรยานออกมาพร้อมที่สูบลม A.D. แสดงท่าทางมั่นใจในท่าทางการขี่จักรยานของเขา พร้อมยกสองมือ แสดงสัญลักษณ์ชัยชนะ (Victory) กับผู้วิจัย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความภูมิใจและความชอบในสิ่งที่เขากำลังทำอยู่ A.D. ขี่จักรยานประมาณ 20 นาที ก็ขอพักเหนื่อย ผู้วิจัยถามว่าเมื่อไหร่เขาตอบว่า **“ไม่เมื่อไหร่”** สนุกและแสดงสีหน้ายิ้ม เป็นที่น่าสังเกตว่า เมื่อจักรยานยางแบนผู้วิจัยจะเข้าไปช่วยเหลือ แต่ A.D. ขอทำเอง เมื่อทำไม่ได้ ผู้วิจัยจึงเข้าไปช่วยสูบให้ แสดงให้เห็นถึงความต้องการในการดูแลและประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. เลือกเองได้อย่างแท้จริง มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่

5 “ตอนนี้สิ่งที่เขาทำต้องสนุกและมีประโยชน์ครับ ผมเห็นเขาหัวเราะ มีความสุขเวลาทำกิจกรรมใดก็ได้แล้วก็ตามเขาอยู่เรื่อยครับว่ามีประโยชน์ใหม่ เขาก็จะบอกว่า “สนุก” ประโยชน์ก็ ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม” ผู้ปกครอง A.D. กล่าวเสริม

การมีความฝันและความหวังย่อมสร้างแรงบันดาลใจให้กับทุกคนไม่เว้นแม้กระทั่งเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา นอกเหนือจากที่การตระหนักรู้ในตนเองทางนั้นทัศนคติ จะให้ความสำคัญกับรากฐานของอดีต และการกระทำในปัจจุบันแล้วยังให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาคาดหวังถึงการกระทำในอนาคตจากการวางแผนอย่างมีหลักเกณฑ์ถึงความเป็นไปได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทัศนคติต่างๆ ของตนเอง ผู้วิจัยได้ให้ความรู้เรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทัศนคติแก่ A.D. ในวัตถุประสงค์ที่ 3 ของหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 แล้วจึงนำปัจจัยดังกล่าวให้ A.D. ได้พิจารณาถึงความเป็นไปได้ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้คอยช่วยเหลือ ซึ่งในครั้งแรก A.D. เลือกกิจกรรมซึ่งเขาได้วางแผนว่าจะทำไว้ในตารางเวลาของตนเองดังนี้ ตีกอล์ฟ ฟุตบอล ปิงปอง จักรยาน ดูทีวี ให้อาหารปลา ทำสวน ร้องเพลง ไปโลดสไลด์ เล่นเกม ทุกกิจกรรมผู้วิจัยให้เขาคำนึงถึงความเป็นไปได้จากเวลา เงิน ทักษะ และสุขภาพ ซึ่งพบว่ามีความเป็นไปได้ เพราะเป็นกิจกรรมที่ระบุในตารางเวลา มีเพียงบางกิจกรรมที่อาจเปลี่ยนแปลงได้ เพราะต้องขึ้นอยู่กับสมาชิกในครอบครัวด้วย เช่นการไปโลดสไลด์ แต่อย่างไรก็ตาม A.D. สามารถแสดงความสอดคล้องกันระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเป็นไปได้ในการประกอบกิจกรรมจากแผนภาพ เช่น การตีกอล์ฟ เมื่อผู้วิจัยยกแผนภาพเวลา เขาบอกว่า “เวลาว่างมี” เงิน “ไม่ใช่” ทักษะ เขาตอบว่า “ทำได้” สุขภาพ เขาตอบว่า “แข็งแรง”

ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การตระหนักส่วนตนทางนั้นทัศนคติทำให้ A.D. เกิดลักษณะและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนั้นทัศนคติ จากความร่วมมือกันระหว่างหลักสูตรนั้นทัศนคติศึกษา ผู้วิจัย และผู้ปกครอง เพื่อให้ A.D. ได้มีพื้นฐานที่ดีในมิติของตนเองกับการเป็นผู้ที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทัศนคติในเวลาว่างจากแรงจูงใจภายในและอิสรภาพของตนเอง เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

### 1.3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนั้นทัศนคติ (Self-determination in Leisure)

ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนั้นทัศนคติ คือ การกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนั้นทัศนคติให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายนั้นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยความรู้ขั้นพื้นฐานในการกำหนดจุดมุ่งหมายทางนั้นทัศนคติ จากหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 (ความซาบซึ้งทางนั้นทัศนคติ) ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 4 (A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนั้นทัศนคติได้ครบทั้ง 4 ด้าน ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม) ทั้งนี้การกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นเรื่องของเอกกัตบุคล A.D. จึงต้องเรียนรู้ถึงความสามารถที่สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง รวมถึงการใช้ความพยายามในการบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยมีวัตถุประสงค์การเรียนรู้ดังนี้

1. A.D. สามารถแสดงระดับของสัมฤทธิ์ผลได้ตรงความรู้สึกรู้สึกของตนเอง

2. A.D. แสดงความรู้ในเรื่องความสำคัญของการพัฒนาส่วนบุคคลที่สัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
3. A.D. สามารถบอกองค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างอันได้แก่ การแสดงทักษะ การทราบถึงแหล่งทางนันทนิจิต การรักษาสุขภาพและการเริ่มทำ
4. A.D. สามารถบอกถึงการแสดงความชอบที่เหมาะสมอันได้แก่ สื่อสารถึงความชอบ ให้เหตุผล แสดงสิทธิและการทำตามโอกาส
5. ผู้ปกครองสามารถบอกถึงสิทธิที่มนุษย์พึงมี 9 ด้าน

A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนิจิตเป็นระยะเวลา 8 ชั่วโมง สำหรับวัตถุประสงค์ที่ 1 (A.D. สามารถแสดงระดับของสัมฤทธิ์ผลได้ตรงความรู้สึกรู้สึกของตนเอง) เขาสามารถสร้างเป้าหมายก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแต่ละครั้งได้ เพื่อร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ หรือสังคม

**“เขาบอกอยากได้กล่อง เข้ามหาหมบบอก “พ่อครับอยากได้” เขารีบไปที่ภาพชุดกล่อง ผมดูราคาถือว่าหลายหมื่นนะลูก A.D. จะเอาไปทำไม เขาบอกว่า “ซื้อมาเพื่อตีสนุก ร้องเพลง” พ่อ A.D. กล่าว**

การระบุเป้าหมายของ A.D. แม้จะมีได้บอกอย่างชัดเจนว่าต้องการกล่องไปเพื่อประโยชน์ด้านใดเป็นพิเศษ การสื่อสารด้วยคำพูดว่า “ตี” “สนุก” และ “ร้องเพลง” มีความสอดคล้องกับเป้าหมายในเชิงสังคม อารมณ์ และร่างกาย ซึ่งนักจิตวิทยาได้กล่าวกับกับผู้วิจัยในขณะที่ดูพฤติกรรมของ A.D. จากการบันทึกภาพเคลื่อนไหวในการทำกิจกรรมการเล่นดนตรีของเขาว่า

**“การแสดงพฤติกรรมนั่งจดจ่ออยู่กับสิ่งที่เขาทำ สามารถจับจังหวะกล่องได้ และยิ้มอย่างมีความสุข ก็น่าจะบ่งบอกถึงการบรรลุจุดมุ่งหมายที่เขาทำไว้แล้ว พฤติกรรมเช่นนี้ควรจะรักษาให้คงอยู่เสมอ”**

การทำกิจกรรมในชั้นเรียน เพื่อสอนให้ A.D. ได้สร้างเป้าหมายและแสดงผลลัพธ์นั้น ผู้วิจัยจัดสถานการณ์ของกิจกรรมขึ้นตามความต้องการของเขาพร้อมทั้งให้ตั้งเป้าหมาย โดยมีแผ่นกระดาษเขียนคำสำคัญ “ร่างกาย, สติปัญญา, อารมณ์, สังคม” เป็นข้อชี้แนะเมื่อทำกิจกรรมเสร็จจะทำแบบวัดผลลัพธ์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม ในสถานการณ์จริงผู้วิจัยและผู้ปกครองร่วมกันสังเกตพฤติกรรมและใช้การสอบถามอย่างไม่เป็นทางการด้วยปากเปล่า เช่น “ทำแล้วเป็นยังไงบ้างครับ” หรือการแสดงออกทางหน้าตา ท่าทาง ซึ่งเป็นไปตามที่นักจิตวิทยาได้ให้คำแนะนำข้างต้นแล้ว

**“เขาก็เล่นของเขาแหละครับ (ตีกล่อง) แต่ผมจะมีตารางบอกไว้ว่าช่วงบ่ายวันเสาร์ อาทิตย์ หรือหลัง 5 โมงเย็นของทุกวันนี่เขาจะเล่นไม่ได้ เพราะบ้านอื่น (ในบริเวณบ้านของ A.D. ประกอบด้วยบ้าน 5 หลัง ซึ่งเป็นญาติกันทั้งหมด) กลับมาเสียงจะดังรบกวนเขา ถ้าคุณพ่ออยู่ เขาจะ**

**ขวนร้องเพลง ผมร้องเขาตีกลอง เขาจับจังหวะได้ครับ ก็เรียนรู้เขาเองแหละครับ ชอบเพลงคารา  
บาวกับเบิร์ต (A.D. แสดงอาการเขินอาย เอนตัวอิงไหล่พ่อ) ไซ้หมอลูก (พ่อหันไปถาม A.D.)”**

จากการสังเกตพฤติกรรมและสัมภาษณ์ถึงการตั้งเป้าหมายและผลลัพธ์ที่เกี่ยวข้องกับความมี  
อิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต พบว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสอดคล้องกันกับ  
วัตถุประสงค์ที่ 1 ตลอดจนสามารถพัฒนาความสามารถของตนเองในการตีกลอง จับจังหวะเสียงเพลงได้  
ด้วยตนเองจากการฝึกฝน โดยการสังเกตพฤติกรรมจากผู้วิจัยและการให้คำยืนยันจากคำสัมภาษณ์ของ  
ผู้ปกครอง พฤติกรรมการพัฒนาตนเองสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 2 (A.D. แสดงความรู้ในเรื่อง  
ความสำคัญของการพัฒนาส่วนบุคคลที่สัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง)

นันทนจิต คือ ความรับผิดชอบของแต่ละบุคคลในการจัดการกับเวลาว่างของตนเองให้เกิด  
ประโยชน์สูงสุดเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้งไม่เพียงแต่นำตนเองเข้าไปมี  
ส่วนร่วมในกิจกรรมเท่านั้น แต่ยังคงทราบถึงความรับผิดชอบในคำว่าจะหน้าที่ สุขภาพ ทักษะ สถานที่ และ  
การลงมือทำ ในที่นี้คำว่าจะหน้าที่แสดงให้เห็นถึงความสำคัญที่เราต้องทำกิจกรรมในเวลาว่าง ต้องการสื่อสาร  
ให้ A.D. ได้เข้าใจถึง “ความสำคัญ” **“ตามตารางที่คุณครูให้เราทำในแต่ละวันเขาทำหมดครับ ไม่มีเปลี่ยน  
เขาชอบครับ และรู้ว่าต้องดูแลตัวเองให้ดี เข้านอนตรงเวลา รู้ว่าถ้าเจ็บตรงไหนก็บอกคุณแม่เขา”** พ่อ A.D.  
กล่าว “ครูแจ้งวันนี้ A.D. เจ็บเท้า แต่หายแล้ว” A.D. กล่าว ความรับผิดชอบที่มีต่อสุขภาพของตนเองจะทำให้  
เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมตามที่ตนเองต้องการได้ นอกจากนี้ความรับผิดชอบในด้านทักษะที่ต้องฝึกฝน  
ให้ได้ในระดับที่สามารถเข้าร่วมกับผู้อื่นได้เป็นสิ่งจำเป็นเช่นเดียวกัน

**“เขาขอไปเรียนเทนนิสเองครับ ผมมีหน้าที่ไปรับ-ส่ง เขา ครูหน่อย (ครูที่โรงเรียนของ  
A.D.) ช่วยสอนให้ บอกว่า เขาพัฒนาได้ ตอนแรกนี่ไม่เป็นเลยครับ เขาสอนตั้งแต่การจับไม้ ทำทาง  
การตี กฎ กติกาอย่างง่าย เช่น เส้นนอก การได้แต้ม เสียแต้ม แต่เขาจะนับแต้มไม่เป็น พอเรียนเสร็จ  
A.D. ก็จะมาวัดคุณพ่อ คุณแม่ และก็น้องๆ บางทีเล่าจนเราต้องบอก A.D. พอได้แล้ว พวกเราารู้แล้ว  
(คุณพ่อยิ้ม) ตอนที่เขาล่นปิงปอง แล้วไปแข่งเป็นตัวแทนโรงเรียนที่ต้องไปฝึกแต่เช้าทุกวัน เขาก็จะ  
รู้ครับ ตื่นเอง คือ กระตือรือร้นนะครับ ผมก็ซื้อโต๊ะปิงปองให้เขามาเล่นที่บ้านจะได้ฝึกเองเมื่ออยาก  
ฝึก”** คุณพ่อ A.D. กล่าว

**“เขาจะมีระเบียบค่ะ รู้ว่าจะไรควรอยู่ตรงไหน ใครทำอะไรไม่เรียบร้อยเขาจะบอกให้เก็บข้าว  
ของนี่อีกค่ะ เป็นเพราะเราฝึกเขาด้วย และยังครูบอกว่าต้องจัดการสถานที่ให้ดี เขาก็บอกน้องทุกวัน  
เล่าให้ฟังในรถ คุณครูลองดูหลังบ้านซิรอกทำต้องเรียงสือนั้นนะคะ ใครทำผิดเดียวไปจัดใหม่  
(ผู้วิจัยสังเกตการณ์ว่างรองทำเป็นระเบียบ แลวดตามแนวนอน) เขาก็จะรู้ว่าอะไรอยู่ตรงไหน ไซ้ของ  
เสร็จก็เก็บ”** คุณแม่ A.D. กล่าว

ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมของ A.D. เมื่อเขาร้องเพลงเสร็จ แผ่นซีดี และไมโครโฟนพร้อมสายจะ  
ถูกพันเก็บไว้อย่างเรียบร้อยในลิ้นชัก จึงเป็นการแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบที่มีต่อสถานที่

ส่วนในความรับผิดชอบในการ “เริ่มทำ” กิจกรรมนั้น A.D. ปฏิบัติทุกวันตามตารางกิจกรรมของตนเองด้วยความสนุกสนาน แม้ว่ามีผู้วิจัยคอยกระตุ้นเช่นในวันเสาร์-อาทิตย์ “เขาไม่ค่อยชอบอยู่เฉยๆ ครับ เลยชอบที่ครูมีกิจกรรมให้เขาทำ ลงมือทำด้วยตัวเองไม่เบื่อครับ” พ่อ A.D. กล่าว

ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนั้นทัศนคติต้องอาศัยการแสดงความรักที่เหมาะสมเป็นองค์ประกอบสำคัญเพื่อการสื่อสารกับบุคคลรอบข้างถึงเป้าหมายและความต้องการของตนเองอย่างมีหลักการและเหตุผล ซึ่งประกอบด้วยการสื่อสารถึงความชอบ การให้เหตุผล การแสดงสิทธิและการทำตามโอกาส หลังเข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้แล้ว A.D. สามารถบอกในสิ่งที่ตนเองต้องการทำกับพ่อและแม่ของเขาได้ “จุดอ่อนของเด็กเราก็คือ เขาจะพูดไม่ค่อยชัด คือ ลิ่นเขาใหญ่ ด้วยสระ หากไม่ได้รับการฝึกฝนให้พูดแบบตรงเป่าตรงประเด็นอธิบายกันลำบาก” นักจิตวิทยากล่าว “น้อง A.D. บอกได้ครับว่าเขาต้องการเล่นอะไร คือ อาจเป็นเพราะเขามีตัวเลือกมากขึ้น แล้วก็ตารางด้วย แล้วถ้าเขาอยากได้อะไรอย่างนี้ครับ (ผู้ปกครองหยิบแผ่นพับโฆษณาสินค้าของห้างสรรพสินค้าขายส่งแห่งหนึ่งออกมาให้ผู้วิจัยดู) เขาก็จะชี้เลย “พ่อ A.D. อยากได้เฮลิคอปเตอร์” ก็บอกให้เขาช่วยพ่อเก็บเงิน เขาก็ว่า “ครับ” คือ สื่อแบบที่เราเข้าใจได้ไม่ต้องอธิบายมาก ผมว่าดีกว่าครับ” พ่อ A.D. กล่าว เมื่อ A.D. สามารถบอกถึงความต้องการของเขากับบุคคลใกล้ชิดได้แล้ว การให้เหตุผลเป็นสิ่งสนับสนุนคำพูดของเขาให้มีน้ำหนักและสะท้อนถึงความเป็นตัวตนของเขาได้มากยิ่งขึ้น “ส่วนเรื่องเหตุผลนี้เขาก็ให้ได้ในระดับหนึ่งครับ นอกจากนี้ที่คุณครูสอนคือเมื่อก่อนนี้ถามอะไร เขาจะส่ายหน้าบอกไม่รู้ไม่เอา ไว้ก่อน ตอนนี้เปลี่ยนแปลงครับ เขาพยายามคิดก่อน เราให้เวลาเขาในการตอบครับ อย่าง เฮลิคอปเตอร์วันนี้ ถามว่าเขาอยากได้เพราะอะไร เขาบอกพ่อว่า จะเอามาต่อเล่น ก็ส่วนหนึ่งของชอบต่อโน่นตัวนี้อยู่แล้วผมเลยซื้อให้เขา แต่มีบ้างครับที่บางครั้งถามแล้วไม่ตอบอาจเพราะขี้เกียจหรืออะไรผมไม่ทราบ แต่ก็ดีขึ้นครับผมว่านะ” พ่อ A.D. กล่าว

“ปกติการให้เหตุผลสำหรับเด็กเราเป็นเรื่องไม่ง่ายนะ ต้องให้ทางเลือกเขาอีกที เช่น ถ้าให้เขาเลือกขนม เขาหยิบลิ้นแฉง ถามว่าทำไม บางคนไม่รู้ แต่บางคนตอบได้หากครูถามนำ เช่น เพราะอร่อย หรือ สีสวย อย่างนี้ตอบได้” นักจิตวิทยากล่าว

สำหรับการแสดงสิทธินั้นผู้วิจัยต้องการให้ A.D. มีจุดยืนของตนเองอย่างถูกต้อง เพื่อการไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ A.D. สามารถปฏิเสธพูดว่า “ไม่ครับ” ในกิจกรรมที่ตนเองไม่ต้องการทำได้ “ก่อนหน้านี้มีอะไรเขาก็ ครับอย่างเดียว พอเราให้ตัวเลือกเขาคือเมื่อเสนอแล้วเราถามว่า เอาหรือไม่เอา เขาบอกครับไม่เอา วันนั้นคุณพ่อจะไปเล่นบอลกับน้องๆ หน้าบ้าน ถาม A.D. ว่า จะไปเล่นกับคุณพ่อไหม ไปหรือไม่ไป เขาบอกว่าไม่ไป มารู้ทีหลังว่าไปดักขอเบอร์คนข้างบ้านกับทหารเขา” พ่อ A.D. กล่าว

สิทธิที่จะเปลี่ยนใจของผู้ปกครองของ A.D. อธิบายถึงพฤติกรรมเปลี่ยนใจ ซึ่งใช้ปัจจัยด้านความสามารถทางร่างกายของ A.D. เป็นตัวชี้วัดดังนี้ “ไปหิวหิณด้วยกันคะ ตอนปิ่นเขาขึ้นไปข้างบนมีให้เลือก 2 ทาง คือ ทางธรรมดา กับทางที่ลาดชัน พ่อกับน้องๆ เขาก็ปิ่นขึ้นทางลาดๆ เพราะมันสนุก A.D. เขาก็อยากปิ่นมั้ง แม้ก็ไม่ไหวบอกว่าเดี๋ยวรออยู่ข้างล่าง เขาก็ปิ่นไป พอสักพักหนึ่งแม่เห็นน้อง A.D. เดินกลับลง

มาก็ทำอะไรเขาบอกว่า “ไม่ไหว เหนื่อยแล้ว” แม่ก็ว่าฉันรออยู่ข้างล่างเดี๋ยวพ่อมารับ เขาก็รอฉันอยู่ข้างล่าง แล้วก็ป็นขึ้นทางธรรมดาแทน” แม่ A.D. กล่าว การเกิดพฤติกรรมดังกล่าวขึ้นหลังจากที่ A.D. ได้เข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3 วัตถุประสงค์ที่ 4 ถือเป็นพัฒนาการพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ ซึ่งเกิดจากความร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครองและผู้วิจัยในมิติของการเป็นผู้คอยสนับสนุน และกระตุ้นกระบวนการความคิดของ A.D.

วัตถุประสงค์ที่ 5 (ผู้ปกครองสามารถบอกถึงสิทธิที่มนุษย์พึงมี 9 ด้าน ผู้วิจัยได้ให้ข้อมูลกับผู้ปกครองถึงสิทธิที่ A.D. มีในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของเขา เพื่อเป็นการรองรับความรู้ของ A.D. ที่มีอยู่แล้ว เมื่อเขาพูดว่า “ไม่ครับ” และ “เปลี่ยนใจ” ผู้ปกครองควรทราบถึงความต้องการนั้นและสนองตอบด้วยความเข้าใจ ผู้ปกครองสามารถอธิบายสิทธิขั้นพื้นฐาน 9 ด้านได้ดังนี้

1. ทำความดี คือ การที่เขาทำกิจกรรมนันทนาการก็ไม่มีใครเดือดร้อน รวมถึงตัวเขาเองด้วย
2. ได้รับความเคารพ คือ นื่องๆ รวมถึงเพื่อนเขาและพ่อแม่ควรทำกับเขาอย่างสุภาพ
3. กล่าวหาว่า “ไม่” คือ ถ้าเขาไม่ชอบไม่อยากทำก็พูดว่า “ไม่”
4. แสดงความรู้สึก คือ เขามีสิทธิที่จะแสดงความรู้สึกได้ เช่น สนุก ชอบ หัวเราะเสียงดัง ยิ้ม หรือแม้กระทั่งอารมณ์โกรธ และไม่พอใจ แต่พ่อแม่ต้องคอยระวังให้อยู่ในกรอบ
5. การขอในสิ่งที่ต้องการ คือ เขาอยากได้อะไร ทำอะไรเขามีสิทธิบอกเราได้ แต่เราควรพิจารณาถึงความเหมาะสมในการสนองตอบ
6. เปลี่ยนใจ เขามีสิทธิเปลี่ยนใจได้หากเขาทำแล้วไม่ชอบ หรือไม่สนุก (ผู้วิจัยกล่าวเสริมถึงการให้ความพยายามก่อนการตัดสินใจด้วย)
7. ได้รับในสิ่งที่จ่าย คือ เมื่อเราจ่ายเงินไปตามราคาของเขา ควรจะได้สิ่งที่ต้องการกลับมา
8. อยู่คนเดียว คือ เขามีสิทธิที่จะอยู่คนเดียวเมื่อต้องการ
9. มีสิทธิ คือ มีสิทธิที่จะมีสิทธิตามข้อ 1-8

การเกิดขึ้นของพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการของ A.D. นั้น นอกจากจะได้รับความรู้ประกอบกิจกรรมนันทนาการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาลแล้ว ความร่วมมือจากผู้ปกครอง นับเป็นส่วนช่วยให้การเรียนรู้นอกชั้นเรียนสามารถเกิดขึ้นได้ในสถานการณ์ของชีวิตจริง ซึ่งจะช่วยให้ A.D. จดจำในสิ่งที่เรียนรู้มาได้ดียิ่งขึ้น เพื่อเป็นพื้นฐานของการพัฒนาความรู้ในหน่วยการเรียนรู้ต่อไป

## 1.4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต (Making Decisions regarding Leisure Participation)

การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต เป็นการให้ผู้เข้ารับบริการสามารถตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของการคิดพิจารณาจากจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น หากต้องการให้เกิดประโยชน์ต่อความแข็งแรงของร่างกาย ควรเลือกกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา A.D. จึงต้องมีความสามารถในการตั้งจุดมุ่งหมาย ซึ่งได้รับความรู้และการฝึกปฏิบัติมาในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนิจิตแล้ว ประกอบกับการมีกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ ที่ตนเองรู้จักมากขึ้น เพื่อจะสามารถเลือกกิจกรรมได้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมาย นอกจากนี้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต ยังให้ความรู้แก่ A.D. ถึงสิ่งที่จำเป็นต่อการบรรลุจุดมุ่งหมายที่เขาได้ตั้งไว้ เพื่อเป็นการเสริมแรงทางบวกที่มีต่อการตัดสินใจ หมายถึง เมื่อเขาตัดสินใจเลือกที่จะเข้าร่วมกิจกรรมใดแล้วก็สามารถทำได้ตามนั้น การตัดสินใจต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้ปกครองด้วย เพื่อการนำเสนอกิจกรรมทางนันทนาการที่ A.D. ต้องการให้สอดคล้องกับลักษณะภายในและภายนอกของเขา เช่น การที่ A.D. มีลักษณะชอบเคลื่อนไหวไม่อยู่นิ่ง หากผู้ปกครองทราบลักษณะดังกล่าว การจัดกิจกรรมที่นำเสนอก็ควรเป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหว กีฬา ดนตรี เป็นต้น ผู้วิจัยให้ความสำคัญกับหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิตด้วยการกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้สำคัญ 5 ประการดังนี้

1. ผู้ปกครองและ A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างส่วนบุคคลได้
2. A.D. สามารถระบุกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้จากการเลือกภาพ
3. A.D. สามารถระบุสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิตอันได้แก่ ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลา บุคคลที่ทำการกิจกรรมด้วย
4. ผู้ปกครองและ A.D. สามารถบอกถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิตอันได้แก่ ความรู้สึกและอารมณ์ ทักษะทางสติปัญญา สมรรถนะทางกายและทักษะทางสังคมได้
5. ผู้ปกครองและ A.D. สามารถบอกแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิต อันได้แก่ การเงินส่วนบุคคล การเป็นเจ้าของในเชิงกายภาพ บุคคล และครอบครัวและเพื่อน



A.D. เข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต เป็นระยะเวลา 10 ชั่วโมง สำหรับวัตถุประสงค์ที่ 1 (ผู้ปกครองและ A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วม กิจกรรมในเวลาว่างส่วนบุคคลได้) หลังเข้ารับบริการ ผู้ปกครองและ A.D. สามารถกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแต่ละครั้งได้ ในตารางการทำกิจกรรมของ A.D. แต่ละช่วงจะเขียนบอก วัตถุประสงค์ของกิจกรรม โดยผู้ปกครองของ A.D. เช่น ร็อง เล่นดนตรี ผู้ปกครองเขียนว่า “อารมณ์” เป็นต้น เมื่อผู้วิจัยเล่าถึงการเสริมพลังป้องกันของ A.D. ให้ผู้ปกครองฟังว่า เขาไม่สามารถเสริมข้ามเน็ตได้ ในวันหยุด ต่อมา พ่อได้เล่าให้ผู้วิจัยฟังดังนี้ “ผมก็มานั่งดูเอกสารที่ครูให้ผม (ข้อแนะนำในกระบวนการเพื่อการระบุ จุดมุ่งหมาย) ก็บอกเขาว่าวันนี้เรามาตีป้องกัน แต่เราจะเสริมกันเยอะๆ (ผู้ปกครองต้องการฝึกทักษะในการเสริมอย่างง่ายให้ A.D.) ผมก็เขียนให้เขาดูบนกระดานว่า “A.D. จะเสริมให้ข้ามเน็ต 5 ครั้ง ในการเสริม 10 ครั้ง” เขาก็บอกว่าครับ วันนั้นเราก็ฝึกเสริมกันแต่ก็ไม่เครียด เพราะน้องเขามาเล่นด้วย เหมือนเล่นด้วยกันมากกว่า เขาก็ทำได้ครับ เสริมได้แต่ต้องเล่นกับน้องเขา กับผมไม่ค่อยเข้ากัน พอทำได้เราก็ให้ดาว และปรบมือให้ เขาจะชอบเวลามีคนดูครับ เหมือนกับให้แรงเสริมเขา ก็มีเอามาใช้ในชีวิตประจำด้วยครับ เขากับน้องอย่างเช่นเราจะออกไปข้างนอกกันแต่เขาต้องเปลี่ยนน้ำตู้ปลา ก่อน ผมก็จะบอกว่า เปลี่ยนเสร็จก่อน 3 โมงเราจะไปเที่ยวกัน 2 ที่ แบบนี้เขาก็จะช่วยกันรีบทำ” การระบุจุดมุ่งหมายในการทำกิจกรรม จะช่วยให้ กิจกรรมนั้นมีความหมายและมีทิศทางที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้นทำให้ A.D. รู้ว่า เขาทำสำเร็จแล้วหรือยัง ถ้าทำได้ จะสร้างความภูมิใจและความต้องการในการทำกิจกรรมนั้นในครั้งต่อไป

สมุฏภาพกิจกรรมนันทนาการสอนให้ A.D. รู้ถึงความหลากหลายของกิจกรรมนันทนาการที่มีอยู่และทำให้เขาสามารถเลือกกิจกรรมที่ตนเองต้องการตลอดจนการเพิ่มพูนประสบการณ์ทางนันทนจิตของตนเองด้วย ความหลากหลายของกิจกรรมนันทนาการส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกอย่างมีคุณภาพ

“เขาจะมีกระเป๋าดัดตัวตลอด เข้าๆ จะถือเอามาวางและเปิดดูโน้ตดนตรี เขียนหนังสือของเขาเอง มีสมุฏภาพที่คุณครูให้ด้วย เขาก็จะเปิดแล้วชี้โน้ตเปียโนเขา เต้น ร้องเพลง วาดรูป วัง อะไรของเขา แล้วก็เรามีแผ่นพับของสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ เก็บไว้ เขาก็จะเอาขึ้นมาดูแล้วก็พูดถึงที่นั้นไปเรื่อย อย่างนี้ (ผู้ปกครองหยิบแผ่นพับ เกาะ Zentosa ประเทศสิงคโปร์ให้ผู้วิจัยดู) อันนี้เขาก็จะเล่าได้ว่าไปที่ไหนที่ไหนมาบ้าง เดี่ยวเขาก็จะมาถาม แม่ไปอีกเมื่อไหร่ คุณแม่ก็บอก กาฟู (ชื่อป่าของ A.D.) ยังไม่มาไปไม่ได้ เขาเริ่มมากขึ้นคะ ว่าทำอะไรได้ เล่นอะไรได้ บางทีคุณแม่ก็นึกโน้ต A.D. รู้ด้วยหรือ เมื่อวันอาทิตย์ตอนเช้า เขามานั่งร้องเพลงตรงนี้คนเดียว ชวนน้องเขาไม่มา เขาก็ขึ้นไปเล่นเกมสเก็ต ข้างบนที่นี้ชวนน้องน้องไปคะ (ผู้ปกครอง A.D. ยิ้ม) แม่ A.D. กล่าว

พฤติกรรมที่แสดงออกถึงการรับรู้ในกิจกรรมนันทนาการที่มากขึ้นด้วยการพูด และบอกเล่าให้ผู้อื่นฟัง ซึ่งเป็นการแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 2

สิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตอันเป็นผลมาจากการตัดสินใจซึ่งประกอบด้วย ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์ เครื่องมือ เวลา และบุคคลที่ทำกิจกรรมด้วย A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรู้และความเข้าใจในเรื่องดังกล่าว ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งสังเกตได้จากการถามตอบระหว่างผู้วิจัยและผู้ปกครอง และ A.D. สำหรับทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เมื่อผู้วิจัยให้ A.D. ตัดสินใจเลือกกิจกรรมนันทนาการจากสมมุติภาพ เขาเลือกการตีปิงปอง ผู้วิจัยเสนอให้เขาทำกิจกรรมหัตถกรรมปั้นแจกัน A.D. ปฏิเสธ เลือกการทำกิจกรรม ผู้วิจัยถามว่าทำไม เขาสามารถตอบได้ว่า ทำไม่ได้ ผู้วิจัยถามต่อไปว่า เราต้องการสิ่งใดในการทำกิจกรรม A.D. ตอบว่า ทักษะ ซึ่งหมายถึงทักษะที่ต้องการเบื้องต้นนั่นเอง ต่อมาผู้วิจัยขอให้ A.D. เล่าให้ฟังถึงการเตรียมตัวเดินทางไปเที่ยวต่างประเทศของเขาในอีกไม่กี่สัปดาห์ข้างหน้า เขาเล่าว่า **“พ่อต้องไปเข้าเลยตี 5 แม่จัดกระเป๋าให้ A.D. เอาเสื้อผ้ามาวางไว้มีตุ๊กตอม ขนมหัสดูหล่อ แล้วก็คล้องด้วย”** ผู้วิจัยถามว่า แล้วใครซื้อตัวเครื่องบินให้ A.D. บอกว่า **“พ่อซื้อ พ่อไปซื้อ”** ผู้วิจัยถามต่อว่า **“ต้องใช้อะไรซื้อ”** เขาตอบว่า เงิน

**“เราตัดสินใจร่วมกันว่าจะเลี้ยงปลาตู้ ผมก็ชวนเขาไปข้างนอกจะไปซื้ออุปกรณ์มาเลี้ยงกัน ระหว่างทางก็ถามเขาว่า “น้อง A.D. เราจะเลี้ยงปลาตู้ ต้องช่วยคุณพ่อเปลี่ยนน้ำให้ปลา นะ เขาก็บอกว่าครับ ผมก็ถามเขาว่า เขาจะเลี้ยงปลา ต้องมีอะไรบ้างลูก เขาตอบผมว่า ตู้ กับ น้ำ ก็น่าจะเป็นอุปกรณ์และเครื่องมือที่จำเป็นต้องรู้ก่อนทำกิจกรรมแบบที่ครูแจ๊คสอน แต่เรื่องนี้แม่เขาก็ว่า ถ้าเลี้ยงแล้วต้องดูแลกันเองนะ A.D. กับน้องก็ดูแลกันเอง บางทีช่วยคุณพ่อเปลี่ยนน้ำตู้ปลา เอาหินมาซัด มันก็ยุ่งครับ แต่ที่เราจะได้มีกิจกรรมทำด้วยกัน”** พ่อ A.D. กล่าว

นอกจากนี้ เวลายังเป็นสิ่งที่จำเป็นอีกประการหนึ่งที่ A.D. รับรู้ เขาสามารถบอกได้ว่าการไปท่องเที่ยวต่างประเทศกับครอบครัวต้องมีเวลาว่าง ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า **“ไปเที่ยวด้วยกันได้ แบบนี้แสดงว่ามีสิ่งใดที่ตรงกัน”** A.D. ตอบว่า **“เวลาว่าง”** การจัดการเวลาของ A.D. เป็นอีกหนึ่งพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงการให้ความสำคัญกับเวลาก่อนการทำกิจกรรมนันทนาการของเขา เวลาว่างเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อกิจกรรมนันทนาการของเขา **“เวลาว่างของ A.D. เอาไว้ทำอะไรครับ”** ผู้วิจัยถาม **“ทำกิจกรรมนันทนจิต เล่น เวลาว่างเลือกเอง ชอบ สนุก ดีขึ้น”** การทำกิจกรรมนันทนาการบ่อยครั้งต้องทำมากกว่า 1 คน เพื่อความสนุกสนานและการมีปฏิสัมพันธ์ ดังนั้นบุคคลที่ทำกิจกรรมด้วยก็เป็นอีกหนึ่งความจำเป็นที่ A.D. จำนึ่งถึง **“A.D. เล่นปิงปองคนเดียวได้ไหมครับ”** ผู้วิจัยถาม **“ไม่ได้ A.D. เล่นกับน้อง”** เล่นเกมสัปดาห์คนเดียวได้ไหมครับ **“ไม่ได้”**

ครับ” A.D. ตอบผู้วิจัย “เข้าๆ เขาทำอะไรข้างล่างเสร็จก็จะชวนน้องเขาขึ้นไปเล่นเกมสักค อยู่ข้างบนสนุกกัน เย็นๆ ก็ชวนกันเล่นฟุตบอล วันไหนน้องกลับบ้านเย็นหน่อยก็จะมาช่วยแม่ มาคุยกับแม่ เขารู้คะว่าอยู่กับใครแล้วสนุก คุยกับเขาได้ หรือถ้าไม่มีใครอยู่เลย เขาก็ไปชวนทหารมาเล่นด้วยกัน” แม่ A.D. กล่าว พฤติกรรมต่างๆ เหล่านี้เป็นการแสดงออกที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 3

ลักษณะหรือนิสัยส่วนตัวเป็นแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่ A.D. และผู้ปกครองควรทราบ เพราะการรู้ถึงความต้องการและลักษณะของตนเองจะช่วยให้การตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการเป็นไปอย่างมีคุณภาพ เช่น หาก A.D. ชอบอยู่คนเดียวเงียบๆ กิจกรรมที่ผู้ปกครอง ควรนำเสนอ เขาก็ควรจะเป็นกิจกรรมที่เน้นการพัฒนาอารมณ์สุข และสุนทรียศาสตร์ เช่น ดนตรี การอ่านนิทาน “เขาชอบกิจกรรมที่ต้องเคลื่อนไหว เดินไปเดินมา มากกว่าการวาดภาพ หรือนั่งทำอะไรนานๆ ค่ะ, เขาจะชอบมากครับมวยปล้ำนี้ ยิ่งตอนดูทำท่าตามไปด้วย เขาจะมีความสุข หัวเราะลั่น ซึ่งต้องเป็นเวลาไม่ค่อยมีคนอยู่ครับ ผมก็ให้เขาเล่นฟุตบอล ชีจักรยาน บางทีวันเสาร์ อาทิตย์ก็พาไปว่ายน้ำ เขาอ้วนด้วยต้องลดแล้วก็เลยต้องใช้กิจกรรมที่เป็นการเคลื่อนไหวมากๆ หน่อย แต่ตรงนี้เขาชอบอยู่แล้วครับไม่แง” ผู้ปกครอง A.D. กล่าว

ความพร้อมและ โอกาสที่อำนวยความสะดวกต่อการพิจารณาตัดสินใจเลือกกิจกรรมนันทนาการของ A.D. เป็นอีกหนึ่งวัตถุประสงค์ของหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่คำนึงการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีความคล้ายกับวัตถุประสงค์ที่ 3 เพียงแต่วัตถุประสงค์นี้จะเป็นการตัดสินใจร่วมกันระหว่างผู้ปกครอง และ A.D. มีเกณฑ์การพิจารณาปัจจัยภายนอกดังนี้ เงิน สิ่งของที่มีอยู่ เพื่อนและครอบครัว

**“ตอนที่เรามาวางแผนร่วมกันก่อนไปที่หัวหินก็มานั่งคุยกันครับ คิดว่าเรื่องเงินนี้มีอยู่แล้วเตรียม ไร่ ที่พัก รถต้องเตรียมให้พร้อม (ก่อนหน้านี้ A.D. พูดกับผู้วิจัยว่า พ่อเอารถไปซ่อมล้อไม่ดีเปลี่ยนใหม่) อย่างวันก่อนผมก็เอารถไปเช็ค กระเป๋าต่างๆ นี่เขาเตรียมกันเอง คุณแม่จัดลงกระเป๋าโปรแกรมการเดินทาง ที่ต้องไปช่วงนี้เพราะคุณแม่เขาว่างพอดี ลูกอีก 2 คนก็ว่างตรงกันด้วย คือเวลาตรงกัน ก็สัก 3 วันได้ A.D. เขาก็ดีใจ เตรียมจัดกระเป๋าของเขา เขาอะไรไปเล่นบ้าง ผมก็ดูนิดหน่อย”** ผู้ปกครอง A.D. กล่าว

การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนาการเป็นพฤติกรรมที่จะบ่งบอกถึงคุณภาพในการเลือกกิจกรรมของ A.D. ซึ่งนับเป็นหัวใจของนันทนาการ คือ เลือกอย่างมีอิสรภาพ ตามความต้องการของตนเอง และเลือกอย่างมีคุณภาพตามความเหมาะสมกับปัจจัยที่ตนเองมีอยู่ การมีส่วนร่วมของผู้ปกครอง จะช่วยให้การตัดสินใจดังกล่าวมีความเป็นไปได้มากยิ่งขึ้น เพราะรับทราบถึงหลักการและการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนความต้องการของ A.D. เพื่อประโยชน์ต่อการเข้าไปใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการประเภทต่างๆ ซึ่งจะกล่าวในหน่วยการเรียนรู้ต่อไปอีกด้วย

## 1.5 ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต (Knowledge and Utilization of resources Facilitating Leisure)

การเข้าถึงแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตได้ A.D. จำเป็นต้องมีความรู้ที่เกี่ยวข้องกับแหล่งทรัพยากร เช่น เอกสาร แผ่นพับหรือแม้แต่มัคคุเทศก์ซึ่งเป็นแหล่งข้อมูล ตลอดจนสามารถใช้ประโยชน์จากความรู้ได้ในสถานการณ์จริงหลังเข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้แล้ว เพื่อให้การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. ต้องการเป็นไปอย่างมีคุณภาพด้วยความสามารถในการใช้ประโยชน์จากแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต ผู้วิจัยจึงกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ 6 ชั่วโมง ดังนี้

1. A.D. สามารถบอกข้อมูลที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิต ได้แก่ ค่าเช่า ค่าธรรมเนียมผู้ใช้ ค่าขนส่ง ค่าเช่า ค่าอาหาร ค่าอุปกรณ์ เสื้อผ้า
2. A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตอันได้แก่ หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ได้
3. A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจิตได้ เช่น การโทรศัพท์
4. ผู้ปกครองและ A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางองค์กรเพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจิต ได้แก่ รัฐบาล อาสาสมัคร โรงเรียน องค์กรทางศาสนา ธุรกิจเอกชน

หลังจากที่ A.D. ได้รับความรู้ในวัตถุประสงค์ที่ 1 ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต สามารถนำความรู้ดังกล่าวไปใช้ในสถานการณ์จริงจากการเข้าใช้บริการสนามบิณสูวรรณภูมิ ผู้ปกครองได้บันทึกภาพถ่ายและเล่าเหตุการณ์ให้ผู้วิจัยฟังถึงพฤติกรรมของ A.D. ดังนี้

“กำหนดการคือเราจะไปวันเสาร์ครับ เครื่องออกตอนเช้า เขาก็เตรียมตัวตั้งแต่วันพุธ วันพฤหัสบดี นั้นแหละครับ เอาเสื้อผ้ามาวางไว้ แล้วคุณแม่จัดลงกระเป๋าให้ เราก็นั่งแท็กซี่กันไป ทีนี้ผมถามเขาว่า รู้ไหมต้องมีอะไร (ตบไปที่กระเป๋าทางแกง) A.D. ตอบ เงิน ผมถามในกระเป๋ามีอะไรบ้าง เขาบอก เสื้อผ้า ขนม แล้วก็ เงินครับ ระหว่างทางเขาก็จะคุยไปเรื่อยครับ ชวนดู ไม่ยอมหลับ พอไปถึงสนามบิณเขาดูแลตัวเองได้ครับ เราพยายามให้เขาทำเอง ดูแลกระเป๋า เข้าแถวตรวจหนังสือเดินทาง ต้องให้ทำเอง พอเราเตรียมเงินให้เขา เขาจะถามครับว่า “ทำไม” ผมก็บอกว่า เอาไว้จ่ายชองนี้ (ค่าภาษีสนามบิณ) (เป็นค่าธรรมเนียมการเข้าใช้สถานที่) ระหว่างนั่งรอขึ้นเครื่อง ผมก็ถามเขาว่า สนามบิณมีเปิด-ปิดใหม่ เขาบอกไม่มี (เป็นข้อมูลที่ผู้วิจัยได้บอก A.D. ไว้ก่อนหน้า) ผมให้เงินติดตัวเขาไว้ เพื่อฉุกเฉินอะไรก็มีข้อมูลส่วนตัวเขาอยู่ในกระเป๋าด้วย ทำทางเขาทะมัดทะแมงทีเดียวครับเวลานั้น (ผู้ปกครองแสดงภาพถ่ายขณะเข้าใช้สนามบิณของ A.D. ให้ผู้วิจัยดู เขาแต่งกายด้วยเสื้อเชิ้ตสีเหลือง กางเกงยีน สะพายกระเป๋า และมีกระเป๋าอีก 1 ใบ ตัดผมเรียบร้อยยื่นถ่ายภาพขณะรอเข้าตรวจหนังสือเดินทาง) ตอนเครื่องบินจะขึ้นที่เขาเอาลูกอมมาอมไว้ หูจะได้ไม้อื้อ คุณแม่

*เขาสั่งไว้ เขาก็ทำตาม จำได้ ผมให้นั่งริมหน้าต่าง จะได้ดูข้างนอก เขาก็ชอบ ยังถ่ายภาพมาเลยครับ กล้องของเขานี่ถ่ายได้ เขาถ่ายภาพได้ บันทึกเอง อย่างภาพนี้ เขาถ่ายให้ผม (A.D. ถ่ายภาพพ่อของเขาขณะนั่งอยู่บนเครื่องบิน)”*

การแสดงออกทางพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้ประโยชน์จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิต ซึ่งในที่นี้เป็นสนามบินนั้น A.D. สามารถเข้าใจและดูแลตนเองได้ในระดับความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ซึ่งถือเป็นพัฒนาการที่ดี

นอกจากสถานที่แล้วการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกในเรื่องเอกสาร แผ่นพับและการใช้โทรศัพท์เป็นช่องทางสำคัญที่จะทำให้ A.D. เข้าถึงแหล่งทรัพยากรต่างๆ ได้ หลังเข้ารับบริการในวัตถุประสงค์ที่ 2 (A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตอันได้แก่หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ได้) และ 3 (A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจิตได้ เช่น การโทรศัพท์) แล้ว ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของ A.D. ดังนี้ A.D. นั่งลงบนโซฟา และหยิบแผ่นพับของสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ ออกมาด้วยตนเองและพูดคุยกับผู้วิจัย (A.D. หยิบแผ่นพับเกาะ Zentosa ประเทศสิงคโปร์) “ครูเจ็คนี่ A.D. ไปเที่ยวกับ แม่ พ่อ คาฟู (อาของ A.D.) และอีกหลายคนที A.D. เอ้ย ชื่อออกมา) **ตรงนี้ A.D. เล่นน้ำ โทสนุก เสียเงินค่าเข้าด้วย แต่ A.D. ไม่เสีย แต่แม่ไม่ซื้ออาหารไม่ซื้อ แม่บอกแพง คาฟูเอาไปเอง**” ในแผ่นพับผู้วิจัยชี้ข้อมูลที่แสดงอยู่ให้ A.D. ดูและตอบคำถามในช่องทาง ซึ่งมีลักษณะการเขียนที่อ่านง่าย คือ 10.00 AM -5.00 PM A.D. สามารถตอบได้ว่านี่คือลักษณะของเวลาเปิดปิด แต่บอกไม่ได้ในเชิงตัวเลขบอกเวลา

*“เรื่องเวลาเด็กเรานี่บอกได้ไม่ชัดเจนถ้าเป็นเช้า สาย เย็น หรืออายุโรงเรียนนี้ 11 โมง นี่บอกได้รู้ เพราะเป็นเวลากินข้าว แต่ถ้าให้ละเอียด แบบที่เราู้กันนี้บ่าย 3 โมงครึ่ง – 5 โมงเย็น 9 โมงเช้า อะไรแบบนี้ เขาพูดได้คะ แต่ไม่รับรู้ในแง่ความเป็นจริง”* นักจิตวิทยาให้ข้อมูลกับผู้วิจัยเพิ่มเติมเมื่อได้ดูการบันทึกภาพเคลื่อนไหวของ A.D. ขณะดูแผ่นพับผู้วิจัยชี้ไปที่สัญลักษณ์รูปถ้วยและขนมปังเบอร์เกอร์ในแผ่นพับ ซึ่งมีอยู่เป็นจุดๆ ในแผนที่ของลานน้ำแห่งนี้ เขาสามารถตอบได้ว่า นี่คือ จุดขายอาหาร **“ครูเจ็คนี่ A.D. เอากางเกงว่ายน้ำไปเองด้วย”** ผู้วิจัยถาม เข้าว่าต้องไปเช่ากางเกงว่ายน้ำหรือเปล่า นอกจากการใช้แผ่นพับข้อมูลการท่องเที่ยวแล้ว A.D. ยังสามารถใช้ตารางโปรแกรมทีวีของ UBC ได้ เขาสามารถระบุเวลาการแข่งขันมวยปล้ำ และหนังที่ตนเองชอบได้เนื่องจากเป็นรายการที่ชอบและดูเป็นประจำคือ ประมาณ บ่าย 2 โมง A.D. ชี้ให้ผู้วิจัยดูตารางในหนังสือ ซึ่งทางสถานีส่งมาให้ การเกิดพฤติกรรมการใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารของ A.D. หลังเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 2 ของหน่วยการเรียนรู้ที่ 5

ในวัตถุประสงค์ที่ 3 A.D. สามารถใช้โทรศัพท์ติดต่อกับบุคคลได้ ตามขั้นตอนอย่างง่าย คือ การกล่าวทักทาย ถามในสิ่งที่ต้องการและกล่าวขอบคุณ ผู้วิจัยได้ทำการบันทึกภาพเคลื่อนไหวในการใช้

โทรศัพท์ระหว่าง A.D. กับคู่สนทนาปลายสายเป็นอาจารย์ที่โรงเรียนของเขาในการสอบถามเรื่องโรงเรียนสอนดนตรีที่อาจารย์กำลังจะเปิดและเขาต้องการไปเรียนดังนี้ (ผู้วิจัยไม่สามารถบันทึกคำสนทนาของกลุ่มสายได้ เพราะเป็นการใช้โทรศัพท์มือถือและซุกหูฟัง)

A.D. : ฮัลโหล สวัสดีครับครูอ้อย

ครูอ้อย : .....

A.D. : คิดถึงครูอ้อยครับ

ครูอ้อย : .....

A.D. : ไปมาเลยครับ

(ครูอ้อยถามเรื่องการเดินทางไปที่ของ A.D. ซึ่งได้ทราบข้อมูลดังกล่าวจากผู้วิจัย)

ครูอ้อย : .....

A.D. : ครูอ้อยครับ A.D. ไปเรียนกลอง

ครูอ้อย : .....

A.D. : ยังไม่เรียนครับ ไม่มี

ครูอ้อย : .....

A.D. : ครับ คิดถึงครับ

ครูอ้อย : .....

A.D. : ครับ สวัสดีครับครูอ้อย

A.D. แสดงสีหน้ายิ้มดีใจจนหน้าแดง บอกกับผู้วิจัยว่าได้คุยกับครูอ้อยแล้ว ผู้วิจัยถาม A.D. ว่าจะไปเรียนตีกลองกับครูอ้อยเมื่อไหร่ เขาตอบว่า “ไม่เรียนครับ ครูอ้อยไม่มา” ซึ่งหมายถึง คุณครูยังไม่เปิดโรงเรียนนั่นเอง โดยผู้วิจัยได้ข้อมูลก่อนแล้วจากครูอ้อยในการนัดหมายกันล่วงหน้าก่อนการโทรศัพท์ของ A.D. “โทรศัพท์นี้เขาใช้ได้ที่อยู่แล้วใครโทรมา A.D. รีบวิ่งไปรับก่อน คุณได้รู้เรื่องอะไรไว้ได้ แต่ตอนนี้เขาอาจจะมีข้อมูลการสอบถามเพิ่มมากขึ้นจากที่คุณครูบอก” คุณแม่ A.D. กล่าวเพิ่ม

ในวัตถุประสงค์ที่ 4 แหล่งทรัพยากรทางองค์กรนับเป็นอีกช่องทางหนึ่งที่จะทำให้ A.D. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายขึ้น ผู้วิจัยให้ความรู้แก่ผู้ปกครองในด้านแหล่งทรัพยากรขององค์กรว่าประกอบด้วยแหล่งทรัพยากรของรัฐบาล เช่น พิพิธภัณฑ์ สวนสาธารณะ อาสาสมัคร เช่น YMCA YWCA วัด ห้างสรรพสินค้า เอกชน หรือแม้แต่ในโรงเรียน ซึ่งผู้ปกครองได้ใช้เวลาว่างพา A.D. ไปเข้าร่วมกิจกรรมในองค์กรต่างๆ เหล่านี้ อาทิ ห้างสรรพสินค้า (เอกชน) สวนสาธารณะ (รัฐบาล) ค่ายอาสาสมัครเยาวชน การเยี่ยมชมโบราณสถานต่างๆ ดังปรากฏในการบันทึกภาพนี้ ทั้งนี้การเข้าถึงแหล่งทรัพยากรทางองค์กรต่างๆ นั้น ผู้ปกครองพยายามให้ A.D. ได้ใช้และดูแลตนเองได้ “ไปทุกที่ เราจะปล่อยเขาให้อิสระเต็มที่อยากทำอะไรทำ เราคอยดูห่างๆ ไม่อายครับ เขาต้องเรียนรู้ เพราะเราไม่ได้อยู่กับเขาตลอดเวลา” พ่อ A.D. กล่าว

การใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิตส่งเสริมให้ A.D. สามารถเข้าถึงแหล่งทรัพยากรนั้นๆ ได้ด้วยตนเอง ซึ่งการเลือกและการตัดสินใจต่างๆ นั้น เกิดขึ้นได้จากความรู้ที่ได้รับจากการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาและความร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครองและผู้วิจัยจึงก่อให้เกิด

ผลพฤติกรรมขึ้นมาได้ อย่างไรก็ตามในหน่วยการเรียนรู้ต่อไป (ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม) จะทำให้ A.D. มีทักษะการสื่อสารตลอดจนสามารถจัดการกับระดับความสัมพันธ์ของเขากับบุคคลรอบข้างได้ เพื่อให้การเข้าร่วมกิจกรรม นั้นทนทานมีความสุขและเป็นประโยชน์มากขึ้น

## 1.6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction)

ในหน่วยการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งนับเป็นหน่วยการเรียนรู้สุดท้ายของ A.D. ใช้ระยะเวลารวม 6 ชั่วโมง สอนให้ A.D. ทราบถึงการสื่อสารที่ต้องประกอบด้วย ผู้ส่งสารและผู้รับสาร ให้รู้จักการสื่อสารแบบ 2 ทาง มีการตอบโต้กัน การสื่อสารด้วยภาษา หรือ วจนภาษา และการสื่อสารด้วยท่าทาง หรือสัญลักษณ์ โดยไม่ใช้คำพูด เรียกว่า อวจนภาษา เพื่อให้เขาสามารถสื่อสารถึงความต้องการของตนเองกับบุคคลรอบข้างเข้าใจได้ ทั้งนี้ในการใช้แบบวัดก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา A.D. สามารถทำคะแนนปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอยู่ในระดับดีมาก ตลอดจนการสังเกตพฤติกรรมของ A.D. พบว่า A.D. สามารถริเริ่มในการสร้างปฏิสัมพันธ์ด้วยการชวนผู้อื่นพูดคุยได้ การสื่อสารด้วยคำพูด แม้จะยังไม่ชัดเจนในบางครั้งและพูดเร็ว แต่ก็เข้าใจได้กับครูและเพื่อน แต่อย่างไรก็ตามหลักสูตรนันทนจิตได้ส่งเสริมให้ A.D. มีความเข้าใจมากขึ้นถึงการสื่อสารที่เมื่อมีผู้พูดแล้วต้องมีผู้ฟัง จึงเป็นการเพิ่มความตั้งใจในการรับข่าวสารของเขา และสร้างความพยายามในการพูดให้ช้าลงและชัดเจนมากขึ้น รวมถึงการสื่อสารโดยใช้ท่าทางประกอบซึ่งมีวัตถุประสงค์การเรียนรู้ดังนี้

1. A.D. สามารถแสดงถึงกระบวนการสื่อสารที่มีผู้รับสารและส่งสารได้
2. A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมทางวจนภาษาด้วยการพูดได้
3. A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมทางอวจนภาษาด้วยท่าทางได้

สำหรับวัตถุประสงค์ที่ 1 (A.D. สามารถแสดงถึงกระบวนการสื่อสารที่มีผู้รับสารและส่งสารได้) เมื่อเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้ว ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารของ A.D. ในด้านผู้ส่งสารและผู้รับสาร ผู้ปกครองให้ข้อมูลกับผู้วิจัยถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของ A.D. ดังนี้

“เขาเป็นคนพูดเก่งอยู่แล้วครับคุณครู ไปไหนนี่เราไม่ห่วงเพราะเขารู้จักคุย แต่ว่าเดิมนี่เขาจะพูดของเขาคนเดียวไปเรื่อยๆ คือบางทีเราก็ไม่ค่อยได้ฟังหรือบางครั้งฟังไม่ทัน เดิมนี่เขาสะกิดครับ คือ เหมือนกับบอกว่าให้ฟังหน่อย แล้วก็พูดช้าลง คือเรารู้ปัญหาของเขาตรงนี้แล้ว แต่เมื่อก่อนก็ปล่อย” พ่อ A.D. กล่าว “เขาพูดเร็วค่ะ แต่ก็ดีกว่าเด็กทั่วไป เพราะตอนเด็คนี่แม่ใช้นิ้วนิ้ววดลิ้นเขาทุกวัน เด็กดาวน์นี่ลิ้นใหญ่ค่ะ สรีระเขาเป็นอย่างนี้เอง เราก็ต้องบริหารเขาแต่เด็ก” แม่ A.D. กล่าว “น้องเขาจะฟังรู้เรื่องที่สุด (หมายถึงน้องของ A.D.) สื่อกันได้แต่ตอนนี้แม่ก็จะบอก A.D. พูดซ้ำๆ ซ้ำแม่ฟังไม่ทัน เขาก็จะพูดใหม่ค่ะ”

สำหรับผู้วิจัยถือเป็นการปรับพฤติกรรมการพูดเร็วของ A.D. โดยการสนองตอบต่อการสื่อสารของผู้ฟัง (ผู้ปกครอง) ของ A.D. ว่าต้องการให้ทบทวนคำพูดใหม่อีกครั้ง ซึ่ง A.D. ก็ทำตามนั้น การที่ผู้ปกครองทราบถึงปัญหาการพูดเร็วทำให้การปรับพฤติกรรมเป็นไปในทิศทางที่ตรงประเด็น นอกจากนี้ การสื่อสารด้วยคำพูดที่ชัดเจนยังสื่อสารถึงสิ่งที่ A.D. คิดออกมาให้ผู้อื่นทราบ หลังการเข้ารับบริการผู้วิจัยได้สมมติสถานการณ์ การช้อนกุนเชียงของน้อง A.D. โดยให้น้องของ A.D. นำกุนเชียงไปช้อนไว้ในที่ซึ่งคาดว่าจะหายากและให้ A.D. ทราบด้วย ซึ่งได้นำกุนเชียงไปช้อนไว้ในห้องครัวในตู้ลอยติดเพดาน ตัวที่ 3 นับจากซ้ายมือและวางอยู่ในแก้วน้ำใบสีขาว เมื่อทราบที่ช้อน A.D. ต้องมาบอกที่ช้อนกุนเชียงกับผู้วิจัยดังนี้ “**ครูแอ็ค อยู่ในครัว มานี้**” (A.D. ช้อนกุนเชียงเข้าไปในครัว) และชี้ไปที่ตู้ลอยซึ่งแขวนอยู่ชั้นบน ซึ่งมี 2 มุม คือ แผลงด้านหน้าและแผลงด้านขวามือ เมื่อหันหน้าเข้าครัว ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า “ไม่ให้ชี้ว่าอยู่ตรงไหนแต่ให้บอกแทน A.D. บอกผู้วิจัยอีกดังนี้ **“อยู่ตรงหน้าครูแอ็ค”**” ผู้วิจัยเปิดตู้ด้านบนริมขวาสุดแต่ไม่พบสิ่งใด A.D. บอกว่า **“ไม่ใช่ อันนั้น อันนั้น”** ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า **“ตรงไหน ตรงกลาง หรือริม”** A.D. ตอบได้ว่า **“ตรงกลาง”** ผู้วิจัยเปิดตู้ตรงกลางพบแก้ววางอยู่ประมาณ 10 ใบ **“ตรงไหนครับกุนเชียงอยู่ไหน”** ผู้วิจัยถาม **“ในแก้ว”** A.D. ตอบ **“ใบไหนละครับ เยอะไปหมดเลย”** ผู้วิจัยถาม **“สีขาว”** A.D. ตอบ ผู้วิจัยหยิบแก้วใบสีขาวขึ้นมาจึงพบกุนเชียงที่หายไป การสื่อสารอย่างมีจุดมุ่งหมายในการค้นหาของที่สูญหายไปนี้ A.D. สามารถทำได้รวดเร็ว

นอกจากการสื่อสารด้วยคำพูดแล้วการสื่อสารด้วยภาษาท่าทางก็เป็นอีกหนึ่งรูปแบบการสื่อสารที่ A.D. ได้เรียนรู้ในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา สำหรับ A.D. การใช้การสื่อสารด้วยอวัจนภาษานั้น เขาจะใช้ประกอบการสื่อสารแบบวัจนภาษา ส่วนมากในชีวิตประจำวันดังคำให้สัมภาษณ์ของผู้ปกครอง “เวลาเขาบอกหรือเล่าอะไรให้ผมฟังจะยกมือไปด้วย เขาติดอยู่แล้วครับ ผมว่าดีทำให้เวลาเราฟังแล้วไม่เบื่อ เขาพูดคุยกับเพื่อนๆ นี่สังเกตได้ครับจะมีท่าทางประกอบ (ผู้วิจัยสังเกตได้จากการบันทึกภาพการสนทนาร่วมกันของ A.D. และเพื่อนของเขา) สร้างความเข้าใจไปพร้อมๆ กัน เมื่อก่อนเขาจะชอบสะกิดครับ แต่ตอนนี้ถ้าเราหันหน้าไปมองเขาและพยักหน้าหรือพูดตอบเขาจะไม่ค่อยสะกิด (A.D. เรียนรู้จากพฤติกรรมที่บ่งบอกว่าตั้งใจฟังคือ พยักหน้าและหันมามอง) ซึ่งเป็นการแสดงพฤติกรรมที่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ 3

การวิเคราะห์ข้อมูลในเชิงคุณภาพของพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาทางนันทนจิต 6 ด้าน แสดงถึงการเกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของ A.D. ซึ่งได้จากการสัมภาษณ์ผู้ปกครอง ครูและนักจิตวิทยา ร่วมกับการสังเกตพฤติกรรมของผู้วิจัย อย่างไรก็ตามการวิเคราะห์ข้อมูลในเชิงปริมาณกับผลคะแนนที่ได้จากแบบวัดทางนันทนจิตก่อนและหลังเข้ารับ บริการจะแสดงให้เห็นถึงความสามารถของ A.D. ที่มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้นในตอนที่ 2



## 2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียงดังต่อไปนี้

### ตารางที่ 1 คะแนนแบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น

ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1. ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต		
1.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น	6	16

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถตอบรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเคยเข้าร่วมได้ คะแนนอยู่ในระดับดี ซึ่งสามารถแบ่งตามหมวดหมู่ได้ดังนี้ 1. เกมกีฬา (วิ่ง, ออกกำลังกาย) 2. เต้นรำ และกิจกรรมเข้าจังหวะ (เต้น) 3. ละคร (ดูหนัง) 4. กลุ่มสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์ (งานเลี้ยง) 5. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา (เที่ยวป่า)

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถตอบรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเคยเข้าร่วมเพิ่มขึ้นเป็น 16 คะแนน อยู่ในระดับดีมาก ซึ่งสามารถแบ่งตามประเภทของกิจกรรมนันทนาการได้ดังนี้ 1. เกมกีฬา (วิ่ง, ขี่จักรยาน, ปิงปอง) 2. เต้นรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ (เต้น) 3. ละคร (ซีดีหนัง, ละคร) 4. กลุ่มสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์ (งานปาร์ตี้) 5. การท่องเที่ยวทัศนศึกษา (เที่ยวป่า) 6. ศิลปหัตถกรรม (วาดรูป) 7. ดนตรีและร้องเพลง (ร้องเพลง, ตีกลอง) 8. นันทนาการกลางแจ้ง (ปีนเขา) 9. นันทนาการวรรณกรรม (ห้องสมุด) 10. งานอดิเรก (ทำอาหาร) 11. นันทนาการพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ (นวดหลัง)

ตารางที่ 2 คะแนนแบบวัดแรงงใจภายในทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.2 แบบวัดแรงงใจภายในทางนันทนจิต	13	14

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีแรงงใจภายในทางนันทนจิต 13 คะแนน อยู่ในระดับดีมาก

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. ยังคงสามารถรักษาระดับแรงงใจภายในทางนันทนจิตให้อยู่ในระดับดีมากได้ด้วย 14 คะแนน ซึ่ง A.D. รับรู้ในเรื่องความสนุกจากการเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น 1 คะแนน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 3 คะแนนแบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน  
ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนาการ

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียน	13	14

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาศาหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีการรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 13 คะแนน อยู่ในระดับดีมาก

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาศาหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. ยังคงสามารถรักษาระดับการรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการให้อยู่ในระดับดีมากได้ด้วย 14 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถรับรู้ได้ดีขึ้นว่าในช่วงเวลาหลังอาหารค่ำเขาก็สามารถทำกิจกรรมนันทนาการได้เป็นการดูทีวี

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 4 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวัน  
ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวัน	2	3

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีการทำกิจกรรมนันทนาการในชีวิตปกติอยู่ในระดับน้อย

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีการทำกิจกรรมนันทนาการในชีวิตปกติอยู่ในระดับมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 5 คะแนนแบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆ บ้านของฉัน  
ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิต รอบๆ บ้านของฉัน	2	8

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. รับรู้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณชุมชนบ้านของตนเอง 2 คะแนน อยู่ในระดับดี ซึ่ง A.D. สามารถตอบได้ดังนี้ ห้าง, สวนสัตว์

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. รับรู้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณชุมชนบ้านของตนเองเพิ่มขึ้นเป็น 3 คะแนน อยู่ในระดับดีมาก ซึ่ง A.D. สามารถตอบได้ดังนี้ วัดพระแก้ว, เขาดิน, ถนนพระราม 8, เซ็นทรัล, แม็คโคร, สวนสาธารณะ, โลตัส, พาต้า

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 6 คะแนนแบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต	1	5

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตของตนเอง 1 คะแนน อยู่ในระดับน้อย ซึ่ง A.D. สามารถตอบได้ในด้านทักษะเท่านั้น

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตของตนเองเพิ่มขึ้นเป็น 5 คะแนน อยู่ในระดับดีมาก ซึ่ง A.D. สามารถตอบได้ในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และทักษะ

ตารางที่ 7 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	4	6

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับดีมาก และสามารถรักษาระดับการแสดงพฤติกรรมเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้ในช่วงหลังเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาด้วยคะแนน 6 คะแนน

ตารางที่ 8 คะแนน แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนจิต  
ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนจิต	2	6

จากตารางที่ 8 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถบอกถึงอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตอยู่ในระดับน้อย 2 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถบอกได้เพียงคำว่า การเงิน และเพื่อน

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถบอกถึงอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถบอกได้ 6 ด้าน ดังนี้ เงิน เวลา เพื่อน สุขภาพ ทักษะ สถานที่

ตารางที่ 9 คะแนนแบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต  
ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.9 แบบวัดความสามารถในการเอาชนะ อุปสรรคทางนันทนจิต	1	6

จากตารางที่ 9 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถบอกแนวทางแก้ปัญหาในด้านการเงินได้

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถบอกแนวทางแก้ปัญหาในด้านการเงิน เวลา สถานที่ สุขภาพ ทักษะ และเพื่อน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 10 คะแนนแบบวัดประสพการณ์นันทนจิตของฉันทน์ ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.10แบบวัดประสพการณ์นันทนจิตของฉันทน์	3	7

จากตารางที่ 10 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเองใน 1 สัปดาห์ได้อยู่ในระดับน้อย 3 คะแนน

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเองใน 1 สัปดาห์ได้อยู่ในระดับดีมาก 7 คะแนน โดยปรากฏความหลากหลายของกิจกรรม

ตารางที่ 11 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต  
ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
1.11 แบบสังเกตพฤติกรรมการเอาชนะ อุปสรรคทางนันทนจิต	3	6

จากตารางที่ 11 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับดี 3 คะแนน ซึ่ง A.D. แสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ทักษะ และการเงิน

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ทักษะ เงิน เวลา เพื่อนและสถานที่ได้

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 12 คะแนนแบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ชื่นชอบทำ

ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
2. การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต		
2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ชื่นชอบทำ	10	10

จากตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมกับเหตุผลอยู่ในระดับดีมาก

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมกับเหตุผลยังคงอยู่ในระดับดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 13 คะแนนแบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ  
ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ	4	6

จากตารางที่ 13 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 4 คะแนน อยู่ในระดับดี ซึ่ง A.D. สามารถรับรู้ในด้านการเงิน ทักษะคิดทางสังคม เวลา และสุขภาพ

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถรับรู้ปัจจัยในด้าน เงิน ทักษะคิดทางสังคม เวลา สุขภาพ สถานที่ และทักษะ

ตารางที่ 14 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต  
ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนาการ

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการในอดีต	1	6

จากตารางที่ 14 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตอยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่งปรากฏการพูดถึงเรื่องสถานที่เท่านั้น

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่งปรากฏการพูดถึงเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการเงิน เวลา ทัศนคติทางสังคม สุขภาพ สถานที่ และทักษะ

ตารางที่ 15 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน  
ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน	4	6

จากตารางที่ 15 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบันอยู่ในระดับดี 4 คะแนน ซึ่งปรากฏการพูดถึงเรื่องเงิน ทัศนคติทางสังคม สถานที่ และทักษะ

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบันอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่งปรากฏการพูดถึงเรื่องเงิน ทัศนคติทางสังคม สถานที่ ทักษะ เวลา และสุขภาพ

ตารางที่ 16 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต  
ในหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการในอนาคต	1	6

จากตารางที่ 16 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคตอยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่งปรากฏการพูดถึงเรื่องเวลาเท่านั้น

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคตอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่งปรากฏการพูดถึงเรื่องเงิน ทัศนคติทางสังคม เวลา สุขภาพ สถานที่ และทักษะ

ตารางที่ 17 คะแนนแบบวัดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต	1	5
3.1 แบบวัดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต		

จากตารางที่ 17 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของตนเอง อยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่ง A.D. รับรู้ได้เพียงความสนุกเท่านั้น

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของตนเอง อยู่ในระดับดีมาก 5 คะแนน ซึ่ง A.D. รับรู้ถึงประโยชน์ในด้านความสนุก ผ่อนคลาย ตื่นเต้น และแข็งแรง



### ตารางที่ 18 คะแนนแบบสำรวจตารางเวลา

ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
3.2 แบบสำรวจตารางเวลา	0	2

จากตารางที่ 18 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มิได้มีการกำหนดตารางเวลาของตนเอง

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีการกำหนดตารางเวลารายสัปดาห์ของตนเองและปฏิบัติตาม

### ตารางที่ 19 คะแนนแบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต

ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
3.3 แบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต	11	14

จากตารางที่ 19 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงความพึงพอใจทางนันทนจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับดี 11 คะแนน ซึ่ง A.D. แสดงความพึงพอใจในด้านความน่าสนใจและประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงความพึงพอใจทางนันทนจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับดีมาก 14 คะแนน ซึ่ง A.D. แสดงความพึงพอใจในด้านความน่าสนใจและประโยชน์ที่ได้เพื่อนและความน่าสนใจของกิจกรรม

ตารางที่ 20 คะแนนแบบวัดการแสดงสิทธิของตนเอง (คำถามชุด)

ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิของตนเอง (คำถามชุด)	3	7

จากตารางที่ 20 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถแสดงสิทธิของตนเองอยู่ในระดับดี 3 คะแนน

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถแสดงสิทธิของตนเองอยู่ในระดับดีมาก 7 คะแนน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 21 คะแนนแบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
4. การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต		
4.1 แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง	1	4

จากตารางที่ 21 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของตนเองอยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถระบุได้เพียงด้านร่างกายเท่านั้น

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของตนเองอยู่ในระดับดีมาก 4 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถระบุได้ด้านร่างกาย ทักษะ อารมณ์ และสังคม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 22 คะแนนแบบวัดการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
4.2 แบบวัดการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้	3	4

จากตารางที่ 22 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ในระดับดี 3 คะแนน

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ในระดับดีมาก 4 คะแนน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 23 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	3	5

จากตารางที่ 23 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับดี 3 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถรู้ในด้านการเงิน ทักษะ และอุปกรณ์

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับดีมาก 5 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถรับรู้ในด้านการเงิน บุคคล เวลา ทักษะ และอุปกรณ์

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

#### ตารางที่ 24 คะแนนแบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ

ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ	2	2

จากตารางที่ 24 แสดงให้เห็นว่า ทั้งก่อนและหลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ครอบครัวของ A.D. มีกระบวนการสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

#### ตารางที่ 25 คะแนนแบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว

ในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว	2	2

จากตารางที่ 25 แสดงให้เห็นว่า ทั้งก่อนและหลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ครอบครัวของ A.D. มีการประกอบกิจกรรมนันทนาการร่วมกัน

ตารางที่ 26 คะแนนแบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร

ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร

ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
5. ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่ง ทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต		
5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทาง นันทนาการด้านเอกสาร	4	6

จากตารางที่ 26 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารอยู่ในระดับดีมาก 4 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถบอกข้อมูลด้านตารางโปรแกรม วิธีการทั่วไป อาหาร และอุปกรณ์

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารอยู่ในระดับดีมาก 6 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถให้ข้อมูลเพิ่มเติมในด้านค่าธรรมเนียมและเสื้อผ้า

## ตารางที่ 27 คะแนนแบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์

ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร

ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทาง นันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์	2	4

จากตารางที่ 27 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์อยู่ในระดับน้อย 2 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถระบุได้เพียง ป่า และต่างประเทศ (สถานที่ท่องเที่ยว)

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์อยู่ในระดับดีมาก 4 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถระบุได้สวนน้ำ สนามบิน ห้างสมุด และสวนสาธารณะ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ตารางที่ 28 คะแนนแบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์

ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร

ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทาง นันทนาการด้านมนุษย์	1	4

จากตารางที่ 28 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์อยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถทำได้เพียงการเริ่มสนทนา

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์อยู่ในระดับดีมาก 4 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถทำได้เพียงการเริ่มสนทนา ถามถึงรอบหนึ่ง ราคาตั๋ว สินค้า ข้อมูล กล่าวอำลา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตารางที่ 29** คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ

ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร

ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำ กิจกรรมนันทนาการ	3	6

จากตารางที่ 29 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ครอบครั้ว A.D. มีพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับน้อย 3 คะแนน ซึ่งครอบครั้วของ A.D. พุดเกี่ยวกับ การเดินทาง วิธีการไป และอาหาร

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ครอบครั้ว A.D. มีพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับดีมาก 5 คะแนน ซึ่งครอบครั้วของ A.D. พุดเกี่ยวกับค่าธรรมเนียม และตารางเวลาเพิ่มเติม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ตารางที่ 30 คะแนนแบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร

ในหน่วยการเรียนรู้ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากร

ที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร	1	4

จากตารางที่ 30 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตอยู่ในระดับน้อย 1 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถรับรู้ได้เพียงสถานที่ท่องเที่ยว

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. สามารถรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตอยู่ในระดับดีมาก 4 คะแนน ซึ่ง A.D. สามารถรับรู้เกี่ยวกับโทรศัพท์ หนังสือ แผ่นพับ และคน

### ตารางที่ 31 คะแนนแบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ในหน่วยการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
6. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม		
6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	21	21

จากตารางที่ 31 แสดงให้เห็นว่า ทั้งก่อนและหลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอยู่ในระดับดีมาก 21 คะแนน โดยเฉพาะการทำความรู้จักกับผู้อื่น การบอกในสิ่งที่ตนเองต้องการและการรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

ตารางที่ 32 คะแนนแบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ในหน่วยการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

ตัวแปร	ก่อนการทดลอง (คะแนน)	หลังการทดลอง (คะแนน)
6.2 แบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	3	4

จากตารางที่ 32 แสดงให้เห็นว่า ก่อนการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมการมีปฏิสัมพันธ์อยู่ในระดับดี 3 คะแนน ซึ่ง A.D. ยังแสดงอาการถอยห่างผู้วิจัย

หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. แสดงพฤติกรรมการมีปฏิสัมพันธ์อยู่ในระดับดีมาก 4 คะแนน ซึ่ง A.D. พัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้วิจัยมากขึ้น

## สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยมี กรณีศึกษา หรือ A.D. ซึ่งเป็นเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ระดับปานกลาง กลุ่มอาการดาวน์ซินโดรม เพศชาย 1 คน อายุ 18 ปี เข้าร่วมในการทดลองในการใช้รูปแบบโปรแกรม นันทนจิตศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยมีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

1. แบบตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาของผู้ทรงคุณวุฒิ
2. แบบตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทาง สติปัญญาของผู้ทรงคุณวุฒิ
3. หลักสูตร โปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
4. แบบวัดพัฒนาการของกรณีศึกษาซึ่งประกอบด้วยแบบวัดความสามารถจำนวน 22 แบบ แบบสังเกตพฤติกรรม 12 แบบ และแบบสำรวจจำนวน 1 แบบ รวมทั้งสิ้น 35 แบบ

ในการดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับขั้นตอนการวิจัยไว้เป็น 2 ขั้นตอน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### ขั้นตอนที่ 1 ขั้นตอนการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย

ในขั้นตอนการกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

1.1 ศึกษาวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับรูปแบบ โปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา และ โปรแกรม นันทนจิตศึกษาจากตำรา เอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง อัน ได้แก่

- 1.1.1 พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542
- 1.1.2 กฎบัตรนันทนจิต (Charter for Leisure)
- 1.1.3 ความหมาย แนวคิด ความเป็นมาและความจำเป็นของนันทนจิตศึกษา
- 1.1.4 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อัน ได้แก่

- ความหมายและความรู้เรื่องภาวะความบกพร่องทางสติปัญญาด้านความสำคัญ การสอนและการพัฒนา
- ปฏิญญาว่าด้วยสิทธิคนพิการไทย
- ร่างแผนแม่บทงานป้องกันและแก้ไขภาวะปัญญาอ่อนแห่งชาติ พ.ศ.2544-2540 .
- การสอนบุคคลที่มีภาวะความบกพร่องทางสติปัญญา
- งานวิจัยเกี่ยวกับการสอนและการพัฒนาเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

#### 1.1.5 งานวิจัยที่เกี่ยวกับรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

นำเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดแนวคิดในการวิจัยมาทำการวิเคราะห์เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบโครงสร้างและรายการสำคัญของรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

1.2 ศึกษาและวิเคราะห์โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจากทฤษฎีของ แดททิลโล ,มันดี และ โอคัม

1.3 นำกรอบแนวคิดที่ได้ไปสัมภาษณ์ (Interviews) นักนันทนาการ นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยา พัฒนาการ นักสังคมสงเคราะห์ ผู้ปกครอง

1.4 นำผลที่ได้จาก 1.3มาทำการสังเคราะห์ให้ได้กรอบโครงสร้างและรายการสำคัญ จัดร่างรูปแบบนำรูปแบบไปหาคุณภาพเพื่อศึกษาหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (I.O.C.) ทำการพัฒนาเครื่องมือวัดพัฒนาการของเด็ก และร่างคู่มือการใช้รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา เพื่อการดำเนินการในขั้นตอนที่ 2 ต่อไป

#### ขั้นตอนที่ 2 ขั้นการพัฒนาารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

ในขั้นการพัฒนาารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา มีการดำเนินการเป็น 5 ขั้นตอนย่อย ดังนี้

2.1 ขั้นการรวบรวมข้อมูล (Assessment) เป็นขั้นตอนการวัด สังเกตและสำรวจเพื่อประเมินพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต โดยใช้แบบวัดความสามารถ แบบสังเกตและแบบสำรวจพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตศึกษา

2.2 ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการ โครงการ (Planning) เป็นขั้นตอนการสรุปพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต โดยการกำหนดลำดับความสำคัญ วัตถุประสงค์ ยุทธวิธี และการประเมินรวมทั้ง การสร้างคู่มือการใช้โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาโดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการ เช่น การเล่นกีฬา ดนตรี ศิลปะ และการท่องเที่ยว ภายใต้เนื้อหาต่างๆ ดังนี้

2.1.1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต (Leisure Appreciation)

2.1.2 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต (Awareness of Self in Leisure)

2.1.3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต

(Self-Determination in Leisure)

#### 2.1.4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต

(Making Decisions Regarding Leisure Participation)

#### 2.1.5 ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

(Knowledge and Utilization of Resources Facilitating Leisure)

#### 2.1.6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction)

2.3 ขั้นการนำโครงการไปใช้ (Implementation) เป็นขั้นตอนการนำรูปแบบโปรแกรม นันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและหลักสูตรไปจัดดำเนินการ

2.4 ขั้นการประเมินติดตามผล (Evaluation) เป็นขั้นตอนการวัดพัฒนาการของกรณีศึกษาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และมีการติดตามประเมินผลโครงการทางโทรศัพท์ (Follow up)

หลังจากนั้น ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากผลการวัดพัฒนาการของ A.D. มาเสนอ โดยมีได้มีการวิเคราะห์ ข้อมูลทางสถิติ เนื่องจากการวิจัยแบบกรณีศึกษา ไม่มีการเปรียบเทียบ เป็นการนำข้อมูลที่ได้จากการ วัดพัฒนาการระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง เป็นระยะเวลา 12 สัปดาห์ มารายงานผลทั้งในเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ

ผลการวิจัยปรากฏว่า

#### 1. การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนิจิตศึกษา

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาวิเคราะห์สังเคราะห์ในงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัย ได้ดำเนินการค้นคว้าและสรุปได้เป็นรูปแบบโปรแกรมนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทาง สติปัญหาดังนี้

1. รูปแบบโปรแกรมนันทนิจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ประกอบด้วย

##### 1.1.1 ขั้นการรวบรวมข้อมูล

เป็นขั้นตอนการประเมินผลทางพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนิจิต

##### 1.1.2 ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการโครงการ

เป็นขั้นตอนการสรุปพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนิจิต

##### 1.1.3 ขั้นการนำโครงการไปใช้

เป็นขั้นตอนการนำรูปแบบโปรแกรมนันทนิจิตศึกษา

สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและหลักสูตรไปจัดดำเนินการ

##### 1.1.4 ขั้นการประเมินติดตามผล

เป็นขั้นตอนการการสังเกตวัดพัฒนาการของกรณีศึกษา

และติดตามผลโครงการร่วมกับประเมินผลทางโทรศัพท์

2. รายละเอียดของรูปแบบโปรแกรมทัศนศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ขั้นการรวบรวมข้อมูล เป็นขั้นตอนการวัดประเมินผลพฤติกรรมและประสบการณ์ทางทัศนศึกษาด้วยแบบวัดความสามารถ แบบสังเกตและแบบสำรวจพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับทัศนศึกษาประกอบด้วย

1.) ความซาบซึ้งทางทัศนศึกษา

- 1.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น
- 1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทางทัศนศึกษา
- 1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉัน
- 1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวัน
- 1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางทัศนศึกษารอบๆบ้านของฉัน
- 1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางทัศนศึกษา
- 1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
- 1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางทัศนศึกษา
- 1.9 แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางทัศนศึกษา
- 1.10 แบบวัดประสบการณ์ทัศนศึกษาของฉัน
- 1.11 แบบสังเกตพฤติกรรมการเอาชนะอุปสรรคทางทัศนศึกษา

2.) การตระหนักส่วนตนทางทัศนศึกษา

- 2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันชอบทำ
- 2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
- 2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต
- 2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน

ปัจจุบัน

- 2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน

อนาคต

3.) ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางทัศนศึกษา

- 3.1 แบบวัดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางทัศนศึกษา
- 3.2 แบบสำรวจตารางเวลา
- 3.3 แบบวัดความพึงพอใจทางทัศนศึกษา
- 3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิของตนเองคำถามชุด



#### 4.) การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจ

4.1 แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับ

#### จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ

4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

#### ในครอบครัว

#### 5.) ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทาง

#### นันทนิจ

5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร

5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านสิ่งพิมพ์

5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์

5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ

5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร

#### 6.) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

6.2 แบบสังเกตพฤติกรรม

## 2. ผลการนำรูปแบบโปรแกรมนันทนิจศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาไปใช้

2.1 ความซาบซึ้งทางนันทนิจ (Leisure Appreciation) ความซาบซึ้งทางนันทนิจเป็นหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ซึ่งต้องการให้ A.D. สามารถจดจำและเข้าใจถึงความหมายของนันทนิจสามารถประกอบกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง ตลอดจนการปฏิบัติตนเป็นผู้ที่รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในหน่วยการเรียนรู้ความซาบซึ้งทางนันทนิจเป็นระยะเวลา 8 ชั่วโมง A.D. สามารถบอกคำสำคัญของความหมายนันทนิจ คือ คำว่า เล่น เวลาว่าง เลิกเอง ชอบ สนุก ดีขึ้น )การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างอันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระและแรงจูงใจภายในเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต (ได้และทุกครั้งทีเขียนคำว่า “นันทนิจ” ไว้บนกระดานหลังจากที่ผู้วิจัยสอน โดยแยกคำบนกระดาน ดังนี้ “นันท-นะ-นิจ” A.D. จะพูดต่อท้ายเสมอว่า “นันทนิจ เล่น ,เวลาว่าง, เลิกเอง ,ชอบ ,สนุก ,ดีขึ้น” และจะปรบมือให้ตัวเอง แสดงท่าทางภูมิใจที่พูดได้ แล้วบอกว่า “ไม่ยาก” และจากการพูดคุยกับผู้ปกครอง จะบอกว่า A.D. มักเขียนแบบพฤติกรรมการสอนของผู้วิจัยทุกครั้งหลังจากที่ผู้วิจัยได้กลับไปแล้ว เขาจะเลื่อนกระดานออกมาแล้วเขียนคำว่า “นันทนิจ เล่น เวลาว่าง เลิกเอง ชอบ สนุก ดีขึ้น” พร้อมกับส่งเสียงพูดคนเดียว “ น้อง A.D. ชอบทำตามทีครูแจ้สอน เขาจะชอบเขียนและบ่นพิมพ์คนเดียว แต่ก็ดีรับจะ

ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์และฝึกการเขียนของเขาด้วย” ซึ่งนับเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึง วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมในข้อที่ ) 1A.D. บอกคำสำคัญของความหมายนั้นทันทีได้แก่ กิจกรรม นันทนาการ เวลาว่าง เลือกเอง อย่างอิสระ แรงจูงใจภายใน (ไม่เพียงแต่รู้ถึงความหมายของนันทนาการเท่านั้น ในด้านความเข้าใจ A.D. สามารถสะท้อนถึงความรู้ของตนเองออกมาสู่การปฏิบัติที่สอดคล้องกับ วัตถุประสงค์ข้อที่ 2(A.D. ไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างโดยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเอง เช่น หลังเลิกเรียน เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้ว เดินไปจัดสวนด้วยตนเอง (จากการสังเกตพฤติกรรม โดยการ ทำงานร่วมกันระหว่างผู้วิจัยและผู้ปกครองของ A.D. พบว่า ในตารางกิจวัตรประจำวันของเขามีสัปดาห์ เวลาว่าง 10.00น .ถึง 15.00น .ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาจะใช้ไปกับการนอนดูทีวีเพียงอย่าง เดียว ขาดแรงกระตุ้น และการส่งเสริมใดๆ ทั้งจากตนเอง และผู้ปกครอง “ถ้าไม่มีใครอยู่บ้าน น้อง A.D. จะ นอนดูมวยปล้ำตรงโซฟาหนึ่งแหละละ บางครั้งก็หลับไปเลย แต่ถ้าเขาเบื่อๆ ก็จะเดินไปเดินมาแค่นั้น รอห้อง กว่าจะกลับก็ 5 โมงเย็น” แม่ A.D. กล่าว เมื่อได้รับบริการในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ของหลักสูตรนันทนาการ ศึกษา A.D. ได้กำหนดตารางเวลาของตนเองใหม่โดยให้ช่วงเวลาว่างของเขาคือ 10.00น .- 15.00 น .นั้น มี กิจกรรมนันทนาการทุกวัน ตามความต้องการของเขา โดยการเลือกจากสมุดภาพกิจกรรมนันทนาการ ซึ่ง สามารถทำได้ด้วยตนเองที่บ้านหรือบริเวณใกล้เคียงที่สามารถเข้าถึงและดูแลตนเองได้ เช่น การร้องเพลง ทำ สวน ให้อาหารปลา อาบน้ำสุนัข เล่นดนตรี วาดภาพ จักรยาน กิจกรรมต่างๆ เหล่านี้หาก A.D. ต้องการผู้มีส่วน ร่วมเขาจะเรียกให้ทหารรับใช้ที่บ้านมาเล่นด้วย และจะกำหนดกิจกรรมในตารางด้วยตนเอง ถ้าเขาทำ ตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ได้ผู้ปกครองจะกลับมาให้ดาวที่ช่อกิจกรรมนั้น แต่หากมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น ก็จะอธิบายเหตุผล ซึ่ง A.D. มักเลือกกิจกรรมที่ไม่ซ้ำกันในแต่ละวัน ทำให้เขาไม่รู้สึกรำคาญหรือแสดงอาการ เฉื่อยชาเวลาอยู่บ้าน “ตารางกิจกรรมนี้คงทำให้น้อง A.D. นำหนักลดลงได้” หัวเราะ (เพราะเขาจะชอบเวลาที่ คุณพ่อกลับมาให้ดาวเขา แต่ไม่มีนะครับที่เขาไม่ทำ เพราะครูแจ๊คมาทุกวันด้วย แต่ถ้าเขาทำเสมอๆ ผมว่าคง จะชินไปเอง ทีนี้บางทีน้องๆ กลับมาชวนเล่นฟุตบอล น้อง A.D. จะบอกว่าไม่เอาแล้วเปลี่ยนๆ เล่นแล้ว เขาก็ จะได้ทำกิจกรรมที่คุณครูแนะนำได้หลากหลายมากขึ้น”

นอกจากนี้นันทนาการศึกษายังให้ความสำคัญกับการสนับสนุนจากผู้ปกครองในฐานะผู้คอยให้ ความช่วยเหลือและอำนวยความสะดวกความต้องการของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในการ ประกอบกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีได้จำกัดอยู่เพียงในบ้านเท่านั้น บริเวณชุมชน ซอยบ้าน มีสถานที่ ท้องเที่ยว และเรียนรู้มากมาย ซึ่งจะทำให้ A.D. ได้รับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ หลากหลาย หลังเข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1A.D. สามารถบอกได้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทาง นันทนาการรอบๆ บ้านของเขาดังนี้ “ชุมชนของ A.D. ไปเที่ยว เขาเดิน พาต้า โลตัส บิ๊กซี เซ็นทรัล แมคโคร ทีโอทอย วัดพระแก้ว สะพานพระราม 8 สวนสาธารณะ สนามฟุตบอล สระว่ายน้ำ” และในครั้งต่อไปเมื่อ ผู้วิจัยพูดคำว่า “ชุมชน” A.D. จะบอกสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนาการต่างๆ เหล่านี้ และมักจะชวน ผู้ปกครอง ไปเที่ยวในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์เสมอ “ตอนนี้ถ้าวันไหนผมกับคุณแม่เขาอยู่บ้าน และน้องอยู่ด้วย จะพูดชวนทั้งวันนะครับว่า คุณพ่อไปนั่น ไปนี่ กันไหม ผมก็ถ้าวันไหนว่างก็ไป แต่ถ้าไม่ว่างก็บอกเขาวานัก

กันใหม่เขาก็โอเค อย่างเมื่อเสาร์ที่แล้วนี่ไปวันสวนแก้วกันมา เขาก็พูดในรถกับผมตลอดเลยครับว่า ชุมชนชุมชน ผมก็ถามว่า อะไร เขาบอกว่า ครูแจ๊คบอก” การแสดงพฤติกรรมดังกล่าวเป็นการบ่งบอกถึงความเข้าใจในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองนั้นมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนาการต่างๆ แล้ว A.D. สามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ได้ด้วยตนเอง วัตถุประสงค์ที่ 3 การรับรู้ถึงประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตจะเป็นพื้นฐานในการกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมของ A.D. เขาสามารถบอกถึงประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้ครบทั้ง 4 ด้าน จากบัตรคำและบัตรภาพ ร่างกาย สถิติปัญญา อารมณ์ สังคม เมื่อผู้วิจัยหยิบบัตรคำและภาพร่างกาย A.D. จะทำท่ายกแขนโชว์กล้ามเนื้อ แล้วพูดคำว่า “แข็งแรงครับ” บัตรคำและภาพ สถิติปัญญา A.D. จะพูดว่า “ดีขึ้น” หรือพูดว่า “สมองดีขึ้น” บัตรคำและภาพ อารมณ์ A.D. จะพูดว่า “ดีขึ้น” พร้อมทำท่ายิ้ม และบัตรคำและภาพ สังคม A.D. จะพูดว่า “ที่นอน” และผู้วิจัยให้ A.D. ยกตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการที่เขาชอบให้สอดคล้องกับประโยชน์ที่ได้รับอย่างชัดเจน A.D. สามารถตอบได้ดังนี้ บัตรคำ ร่างกาย “เล่นปิงปอง” อารมณ์ “ระบายสี” สถิติปัญญา “เล่นเกมมวยปล้ำ” สังคม “งานปาร์ตี้” และจากการพูดคุยกับผู้ปกครองพบว่า A.D. สามารถตอบคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ในขณะที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว “วันนั้นผมถามเขา คือเราไปเที่ยวหัวหินด้วยกันครับ แล้วก็ไปปิ่นเขากัน พักที่บ้านชายทะเล ผมถามว่า “น้อง A.D. สวมเสื้อแขนสั้นไหม” เขาตอบผมว่า “แขนสั้นครับ” ผมถามต่อว่า “แล้วร่างกายเป็นยังไง” เขาว่า “แข็งแรง” คุณแม่ที่นั่งอยู่ข้างเขายิ้มเลยครับว่าน้อง A.D. เก่ง ตอนเช้าเขาไปเล่นน้ำทะเลกับน้องๆ ผมเห็นหน้าเขามีความสุขจริงๆ ครับ เขายิ้มและหัวเราะชอบใจที่ก่อเจดีย์ทรายด้วยกัน ผมถามเขาแล้วว่าสนุกมั๊ย เขาตอบว่า “สนุกครับ” และเข้ามากอดผม ผมว่าตรงนี้น่าจะตอบคำถามครูแจ๊คได้หมดเลยนะครับ เพราะนั่นคือ อารมณ์ เขาต้องดีแน่ จากการทำกิจกรรมทางสังคมร่วมกับน้องๆ ซึ่งจะทำให้สมองเขาปลอดโปร่งมากขึ้น” จึงเป็นไปตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 4 A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้ครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย สถิติปัญญา อารมณ์ สังคม

ในวัตถุประสงค์ที่ 5 A.D. เข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต มีปฏิสัมพันธ์ พูดคุยกับเพื่อนขณะทำกิจกรรมเคารพกฎกติกาที่วางไว้ และไม่แสดงอาการอ่อนเพลียมากเกินไป จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต (A.D. เล่นปิงปองกับผู้วิจัยเป็นระยะเวลา 30 นาที ตลอดการทำกิจกรรม เขายิ้ม หัวเราะชอบใจอย่างสนุกสนานและมักกระโดดโลดเต้น A.D. จะถามผู้วิจัยทุกครั้งที่มีการได้-เสียแต้มว่า เขาและผู้วิจัยได้แต้มเท่าไร นอกจากนี้ยังสอนให้ผู้วิจัยตีลูกหลังมือ (Back hand) ความสามารถของ A.D. ในการตีปิงปองเมื่อเทียบกับเด็กในกลุ่มเดียวกัน ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ดี เพราะเขาเป็นตัวแทนโรงเรียนในการแข่งขันกีฬาปิงปองด้วย ในขณะที่มีการตีปิงปอง เขาเคลื่อนไหวร่างกายด้วยความกระฉับกระเฉง และแสดงความเชื่อมั่นในการตีลูกทุกครั้งด้วยการส่งเสียงดัง “ตีได้แล้ว ครูแจ๊คเสีย!” เมื่อตนเองตีเสียแต้ม A.D. ไม่แสดงอาการหงุดหงิดหรือไม่พอใจ แต่จะพูดแทน เช่น เมื่อเสิร์ฟไม่ได้ เขาจะลองใหม่ หากทำแล้วไม่ได้ก็อีก จะโยนลูกให้ผู้วิจัย เสิร์ฟแทนและพูดว่า “ไม่ได้” โต้ะปิงปองจะมีเส้นขอบสีขาวซึ่งหากตีโดนจะถือว่าออก A.D.

สามารถปฏิบัติตามและเคารพกฎกติกาอย่างง่ายได้ “ครูแจ้คอย่า โคนเส้นขาว โคนแล้วออก แพ้” เมื่อเล่นไปได้สักกระษะหนึ่ง เขาพูดว่า “ครูแจ้คืออีก 2 ลูกพอแล้ว เหนื่อย” แสดงให้เห็นว่าเขาทราบถึงข้อจำกัดของตนเองในความสามารถของร่างกายและสามารถสื่อสารให้คนรอบข้างทราบได้

อุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต เป็นอีกเนื้อหาหนึ่งที่ผู้วิจัยได้ให้ความรู้แก่ A.D. ในการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา รวมถึงแนวทางการแก้ปัญหาในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ในวัตถุประสงค์ที่ 6 และ 7A.D. สามารถบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตได้ 4 ด้าน คือ เงินเวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทักษะคิดทางสังคม สุขภาพและทักษะ ,A.D. สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตได้ ผู้วิจัยและผู้ปกครองร่วมมือกันเฝ้าติดตามพฤติกรรมในวัตถุประสงค์ที่ 6 และ 7ด้วยกัน จากการจัดสถานการณ์ขึ้นอย่างหลากหลาย และได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองถึงผลที่เกิดขึ้นดังนี้

อุปสรรคทางการเงิน : A.D. ต้องการซื้อเข็มขัดมวยปล้ำ

“ผมถามเขาว่า น้อง A.D. อยากได้เข็มขัดมวยปล้ำอันใหม่ใช่ไหม เขาบอกผมว่าใช่ ผมเลยพาเขาไปที่พาด้า แล้วเขาเลือกมา 1อัน ราคา 1,225บาท ผมก็บอกเขาว่าราคาเท่านี้ละ เรามีเงินกันพอรีเปล่า เขาตอบผมว่ายังไม่มี ผมเลยถามเขาว่าจะทำยังไง ตอนนั้นเขายังไม่ตอบผม ได้แต่มองเข็มขัดอย่างเดียว ผมเลยพาเขาเดินไปที่อื่นแล้วก็กลับบ้านกันมา พอถึงบ้านเขาขึ้นไปหยิบกล่องตั้งค์เขามา ผมกับคุณแม่เขาก็ยิ้มแล้วถามน้อง A.D. ว่า มีแล้วหรือไง เขาบอกว่ามีครับ ผมเลยมานั่งนับดูได้ประมาณ 300บาท ก็เลยถามอีกครั้งว่า เรามีอุปสรรคด้านใดเขาบอกว่า “เงินครับ” ผมก็เลยถามเขาว่าทำยังไง เขาบอกว่า “ไปกดตั้งค์เอา” ผมกับคุณแม่ก็ขำกันใหญ่” ทั้งนี้การแสดงพฤติกรรมดังกล่าว แสดงให้เห็นถึงการรับรู้และเข้าใจในอุปสรรคและทางการแก้ไขของ A.D. โดยยังมีสถานการณ์อีกดังนี้

อุปสรรคทางด้านเวลา : A.D. อยากไป makro กับพ่อ

“วันนั้นผมเห็นตารางกิจกรรมของเขา วันเสาร์บ่ายมั้งครับ เขาเขียนว่า แมคโคร ผมก็ไปบอกเขาว่า คุณพ่อต้องไปราชนูรี คงไปไม่ได้ ทำยังไงกันดี เขาบอกผมว่า “ไปวันอื่น” (จัดเวลาใหม่)

อุปสรรคทางการเตรียมพร้อมใช้ : A.D. เล่นฟุตบอลที่บ้าน

“เราจะเล่นฟุตบอลกันที่บ้าน ทีนี้น้องคนเล็กเขาชอบเตะลูกฟุตบอล โคน โคมไฟอยู่เรื่อย ผมเลยต้องทำโกลด์ใหม่ แต่ยังไม่มียุปกรณ์ ผมถามน้อง A.D. ว่า จะทำยังไง เขาตอบว่า “ไปหาซื้อใหม่”

อุปสรรคทางด้านสุขภาพ : ถ้าน้องของ A.D. ไม่สบาย

“ผมถามเขาว่า อันนี้เราจะไปว่ายน้ำกัน แต่ถ้าน้องของ A.D. ไม่สบายจะทำอย่างไร เขาตอบว่า ต้องกินยา ไปหาหมอ”

อุปสรรคทางด้านทักษะ : A.D. เสรีฟลูกปิงปองไม่ได้

“จากที่คุณครูมาเล่าให้ผมฟัง ผมก็เลยถามเขาว่า น้อง A.D. เสรีฟลูกไม่ได้หรือครับ เขาพยักหน้า ผมถามเขาว่าจันวันนี้เราทำอะไรกันดีกับอุปกรณ์ปิงปองนี้ เขาตอบผมว่า “ฝึกครับ”

จากการแสดงพฤติกรรมดังกล่าวที่แสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการในด้านความชอบซึ่งมีต่อนันทนาการและการทำกิจกรรมนันทนาการจากการสังเกตร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและผู้วิจัย ผลที่ได้สอดคล้องกับพัฒนาการของคะแนนในเชิงปริมาณของ A.D. ซึ่งทำได้อยู่ในระดับดีมากทุกด้านของเนื้อหาที่ 1 ซึ่งจะเป็นพื้นฐานต่อพัฒนาการในเนื้อหาทางนันทนาการต่อไป

2.2 การตระหนักส่วนตนทางนันทนาการ(Awareness of Self in Leisure) การตระหนักส่วนตนทางนันทนาการ เป็นการตระหนักรู้ในตนเองที่มีต่อความชอบและการให้เหตุผลในกิจกรรมทางนันทนาการเชื่อมโยงปัจจัยที่ส่งผลต่อความชอบในกิจกรรมทางนันทนาการจากอดีตสู่ปัจจุบัน และกิจกรรมที่ต้องการทำในอนาคตได้ A.D. ใช้ระยะเวลาการเข้ารับบริการ 10 ชั่วโมงของหลักสูตรนันทนาการศึกษาในหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการตระหนักส่วนตนทางนันทนาการของ A.D. เป็นพฤติกรรมขั้นพื้นฐานที่สำคัญในการสร้างอิสรภาพทางความคิด และการเลือกกิจกรรมตามความต้องการของตนเองให้สอดคล้องกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ “ผมจะเปิดหนังสือพจนานุกรมให้น้อง A.D. เขาดูประจำครับ แล้วจะสอนให้เขาดูภาพประเภทกีฬา เครื่องบินทหาร เขาก็จะบอกได้ว่าเป็นอะไร” พ่อของ A.D. ให้สัมภาษณ์กับผู้วิจัยก่อนหลักสูตรนันทนาการศึกษาจะเริ่มขึ้น ซึ่งนับเป็นการกระตุ้นทางความคิดในความหลากหลายของสิ่งบันเทิงที่มีอยู่รอบๆ ตัว A.D. แต่หากมีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนถึงกิจกรรมนันทนาการที่สามารถปฏิบัติได้จริงและอยู่ในความสนใจของ A.D. จะมีประโยชน์มากขึ้น ผู้วิจัยได้ให้ความรู้ในกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายจากสมุดภาพกิจกรรม และให้ A.D. เลือกกิจกรรมนันทนาการที่เขาสนใจและอยากทำ มี 15 กิจกรรมดังนี้ วาดรูป วัง ปืนเขา เดิน ร้องเพลง ดูหนัง ซักจักรยาน คนตีงานปาร์ตี้ ฟุตบอล ปิงปอง เทนนิส ตีกอล์ฟ อ่านหนังสือ ว่ายน้ำ เมื่อผู้วิจัยถามเขาว่ากิจกรรมใดที่เคยทำแล้วชอบให้เลือก 10 กิจกรรม A.D. สามารถเลือกกิจกรรมได้ดังนี้ ตีกอล์ฟ ว่ายน้ำ ฟุตบอล มวยปล้ำ ปืนเขา ร้องเพลง ดูหนัง งานปาร์ตี้ ปิงปอง และวาดรูป “ครูแจ๊คของ A.D. ชอบทำสนุก” A.D. พูดพร้อมแสดงใบหน้ายิ้ม ยกแขนสองข้างขึ้น แกว่งไปมาด้วยความกระตือรือร้น และหัวเราะเสียงดัง “เขาจะมีสมุดของเขาเล่มหนึ่งเขียนเบอร์โทรแล้วก็ชื่อของเพื่อนๆ บางคนก็มีที่อยู่ด้วยคะ ที่นี้คุณแม่เห็นตรงนี้” รายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. บันทึกในสมุด (ก็ถามว่าน้อง A.D. นี้อะไร เขาก็บอกว่า “กิจกรรมของ A.D. ชอบครับแม่” คุณแม่เห็นก็ว่านี่ที่เขาเล่นประจำนี่ การแสดงพฤติกรรมดังกล่าวของ A.D. นับว่าสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ข้อ 1(A.D. สามารถบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้ 10 อย่าง)

ความสำคัญในการให้เหตุผลที่มีต่อความชอบในกิจกรรมนันทนาการ เป็นอีกหนึ่งวัตถุประสงค์ที่ A.D. ได้เรียนรู้ โดยอาศัยประสบการณ์พื้นฐานจากหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ในวัตถุประสงค์ที่ 4 สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา การให้เหตุผลที่ซับซ้อนและการขาดตัวเลือกในเหตุผลเป็นสิ่งที่อยู่นอกเหนือความสามารถของเขาเองโดยธรรมชาติ ดังนั้นผู้วิจัยได้ปรึกษากับนักจิตวิทยาและนักการศึกษาพิเศษถึงการแสดงพฤติกรรมการให้เหตุผลของ A.D. ว่าควรจะมีการสอนและกระบวนการให้ความรู้อย่างไร ซึ่งผู้เชี่ยวชาญทั้ง 2 ท่านได้ให้แนวคิดถึงการสร้างทางเลือกของเหตุผลให้สอดคล้องกับประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นๆ มาเป็นคำตอบ ผู้วิจัยจึงได้เสนอทางเลือกของเหตุผลว่าเหตุใดเขา (A.D.)

จึงชอบกิจกรรมนั้นที่นอกเหนือจากความชอบและความสนุก ว่ายังมีเหตุผลในมิติของประโยชน์ที่ได้รับจาก การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นแทนการทิ้งในด้านร่างกาย สถิติปัญญา อารมณ์และสังคม อีกด้วย ซึ่งเหตุผลเหล่านี้เมื่อ A.D. ทำแล้วพบว่าได้ประโยชน์ด้านใดจริงจึงให้เขียนบันทึกเอาไว้ เช่น เมื่อเขาเล่นปิงปอง ผู้วิจัยถามว่า เล่น แล้วได้ประโยชน์อะไรให้หยิบแผ่นภาพสัญลักษณ์ขึ้นมา เขาหยิบรูปคน แล้วพูดว่า “แข็งแรง” รูปศรียะ พูดว่า “ตมอดิขึ้น” และหยิบภาพการแสดงทักษะ แล้วพูดว่า “เก่ง” เมื่อได้ประโยชน์ต่างๆ เหล่านี้ ผู้วิจัยจึง อธิบายกับ A.D. ว่า นี่คือเหตุผลว่าทำไม A.D. จึงชอบการเล่นปิงปอง “ตอนนั้นคุณแม่ก็ถามว่า ทำไมน้อง A.D. จึงชอบร้องเพลง เขาบอกว่า “สนุกและอารมณ์ดีขึ้น” คุณแม่ของ A.D. ให้สัมภาษณ์กับผู้วิจัย นอกจากนั้นคุณแม่ยังได้เล่าถึงการกลับไปซื้อเข็มขัดมวยปล้ำให้ผู้วิจัยฟังต่อดังนี้ “พอเขาเก็บเงินได้ ซึ่งเราก็ ให้เขาเก็บจากเงินเดือนของเขา ผมให้ล่วงหน้าไปก่อน 2 เดือนก็ 2 พัน พอดีครับ ไปถึงร้านผมก็ถามเขา ตามที่คุณครูแนะนำว่า ทำไมชอบเข็มขัดมวยปล้ำ ตอนแรกเขาก็อายๆ เพราะมีพนักงานขายยืนอยู่ด้วย เขาได้ แค่มัเพราะกำลังจะได้ของ พอเราไปนั่งฟาสฟูสด้วยกันผมก็ถามเขาใหม่ เขาบอกว่า “ชอบ” และ “ร่างกาย แข็งแรง” ผมก็สงสัยว่าทำไมน้อง A.D. ซื้อเข็มขัดแล้วร่างกายแข็งแรง เขาบอก “แข็งแรงแบบดิเอช” ชื่อ นักมวยปล้ำที่โปรดของ A.D.)” แล้วยังมีอีกหลายอย่างครับคุณครู เวลาผมขับรถนั่งไปกับเขา เมื่อก่อนเวลา ถามอะไรเขาจะตอบว่า “ไม่รู้” “ไม่เอา” ไว้ก่อนทุกเรื่อง ไม่รู้ทำไม แต่เดี๋ยวนี้คงเป็นเพราะผมถามใช้คำว่า “เหตุผล” และ “เพราะอะไร” อยู่เรื่อยและจากการที่ได้คุณครูกระตุ้น เขาเลยตอบได้ บางทีช้าหน่อยแต่ก็ตอบ ผมว่าอย่างนี้ คีครับ คุณเขาพูดอะไรมีน้ำหนักมากขึ้น”

การเลือกทำกิจกรรมนั้นแทนการตามความต้องการของตนเอง จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะส่งผลถึงการดำเนินไปของกิจกรรมนั้นว่าจะเป็นไปได้ในทิศทางใด เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ควรมีความรู้และแสดงถึงการตระหนักในปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นแทนการ ซึ่งประกอบด้วย ด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ ผู้วิจัยเฝ้า ติดตามพฤติกรรมของ A.D. โดยความร่วมมือของผู้ปกครองในสถานการณ์การไปท่องเที่ยวต่างประเทศ ด้วยกันระหว่างพ่อของ A.D. และ A.D. “เรามา นั่งดูเวลาด้วยกันครับพอดีผมว่างช่วงศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ เลย ไปมาเลเชียวกัน เขาก็ไปเขียนที่ตารางเวลาของเขาว่า “เที่ยวมาเลเชียว” ผมก็ว่านี่ปัจจัยด้านเวลา เขาทราบแล้ว ว่าเรามี เวลาว่าง ตรงกัน ส่วนเสื้อผ้านี้เขาจัดเองครับ คือ เอามาพับวางไว้ว่าจะใส่ชุดไหน แล้วมีอุปกรณ์อะไร ข้าวของเครื่องใช้ส่วนตัว เขาจะเอามาวางไว้ แล้วให้คุณแม่จัดลงกระเป๋าให้) ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าเป็นที่ ความเหมาะสมพร้อมใช้ที่ A.D. ทราบ (เงินนี้เขาไม่ได้รับในกระเป๋าของเขา เขาจะรู้ว่า มีเงินอยู่หรือไม่ แต่ แค่ทราบนะครับ ไม่รู้จำนวนว่าเท่าไร แต่ต้องมีไม่มึนนี่เขาจะขอ แสดงว่า เขารู้ว่านี่สำคัญ แล้วไปไหนเขา ต้องมีป้ายหรือแผ่นกระดาษบอกข้อมูลของตัวเอง ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ ชื่อ นามสกุล อะไรอย่างนี้อยู่ด้วย) ทักษะทางสังคม ซึ่งจะส่งผลต่อความเข้าใจของบุคคลรอบข้างก็มีต่อ A.D., ผู้วิจัย (ส่วนเรื่องสุขภาพนี้ เขารู้มากขึ้นครับว่าร่างกายต้องแข็งแรง จึงไปไหนทำอะไรได้สะดวก เขารู้ว่าต้องกินนม และออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ เพื่อจะได้มีพลังงานในการทำกิจกรรม ซึ่งเขารู้ครับว่าปัจจัยทางสุขภาพนี้สำคัญ พอวันที่ เราไปถึงสนามบินกัน เขาดูแลตัวเองได้ครับ จัดการกับกระเป๋าและของของตัวเอง ใช้ห้องน้ำ รู้ว่าต้องนั่งคอย

ควงไหนด และเข้าห้องเซ็กระเป๋าชวงไหนด คุณพ่อก็บอกเขาว่า น้อง A.D. มีทักษะในการใช้สนามบินนะ เขาก็ยอมรับ" ทั้งนี้ผู้ปกครองยังได้บันทึกภาพถ่ายการไปเที่ยวครั้งนี้มาให้กับผู้วิจัยด้วย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการพัฒนาพฤติกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 3 A.D. สามารถเลือกแผ่นการ์ด บิงจ๊อที่มีผลกระทบต่อการทำงานกิจกรรมนันทนาการที่ตรงกับสถานการณ์อันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ทัศนคติทางสังคม สุขภาพ และทักษะ)

การตระหนักรู้ในตนเองทางนันทนจิต ยังคำนึงถึง ความประทับใจของเหตุการณ์ที่ A.D. เคยทำในอดีตแล้วเกิดความประทับใจในกิจกรรมทางนันทนาการ การทำกิจกรรมในปัจจุบันอย่างสนุกสนาน และมองไปถึงกิจกรรมนันทนาการที่เขาต้องการทำในอนาคต ตามวัตถุประสงค์ 5, 4 และ 6 (A.D. สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของอื่นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้อย่างมีความสุขและแสดงความประทับใจต่อสิ่งของชิ้นต่างๆ ของตน ,A.D. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบในปัจจุบันได้อย่างสนุกสนาน ,A.D. สามารถบอกถึงกิจกรรมนันทนาการซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ต้องการทำในอนาคต 10 อย่าง) การรื้อฟื้นความจำโดยการเล่าเรื่อง ถึงความประทับใจในอดีตที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมนันทนาการของ A.D. จะช่วยให้เขาตระหนักและเห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการมากขึ้นว่าทำให้เขาสนุกสนาน มีเพื่อนมากมาย ตลอดจนประโยชน์ในหลายๆ ด้าน เขาแสดงความตั้งใจด้วยการจับมือผู้วิจัยแล้วบอกว่า "ครูแจ๊ค เคี้ยวเอากาพมาให้ดู" หลังจากที่ผู้วิจัยได้ขอให้เขาเล่าเรื่องราวอะไรก็ได้ในอดีตของเขา A.D. หยิบอัลบั้มภาพถ่าย ซึ่งเป็นการไปแข่งขันกีฬาฟุตบอลเป็นตัวแทนของโรงเรียน พร้อมทั้งขึ้นไปหยิบเหรียญรางวัลที่ได้มา 3 เหรียญ คือ 2 เหรียญเงิน และ 1 เหรียญทองแดง ผู้วิจัยถามว่านี่ไปแข่งอะไรมา เขาเล่าว่า "ไปแข่งเปตองมา มีเพื่อนไปด้วย 3 คน" ในขณะที่มีการเล่าเรื่อง A.D. แสดงท่าทางประกอบพร้อมกับสะกิดผู้วิจัยเสมอเพื่อแสดงความสนใจ ผู้วิจัยถามว่า สนุกไหม "สนุกครับ ต้องซ้อม ไปตอนเช้า พอไปส่ง มี)...ชื่อเพื่อนของ A.D.)...ไปด้วย" และชี้ให้ผู้รูปของเพื่อน ผู้วิจัยถามว่าตอนนี้ยังเล่นเปตองอยู่ไหม เขาตอบว่า "ไม่เล่นแล้ว" A.D. สะกิดให้ผู้วิจัยดูภาพตอนไปอยู่ค่ายพักแรมกับเพื่อนๆ และผู้ปกครอง สรุปความได้ว่า เป็นการไปอยู่ค่ายต่างจังหวัด เพื่อให้ผู้ปกครองและเด็กได้ใช้ชีวิตร่วมกันโดยมีกิจกรรมนันทนาการต่างๆ เป็นสื่อกลาง เขาและพ่อได้วาดรูปและปั้นกระถางต้นไม้ด้วยกัน A.D. แสดงสีหน้ายิ้มพร้อมหัวเราะ เมื่อพูดถึงพ่อของเขากับการทำกิจกรรม พฤติกรรมการเล่าเรื่องในอดีตที่เกี่ยวข้องกับความประทับใจในกิจกรรมนันทนาการของ A.D. เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ 4

กิจกรรมนันทนาการที่ A.D. ทำในปัจจุบัน A.D. บอกผู้วิจัยว่า เขาขี่จักรยาน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เลือกเอง A.D. จัดเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ ด้วยตัวเอง จักรยาน หมวก และที่สูบลม เขาเซ็นจักรยานออกมาแล้วบอกผู้วิจัยว่า "ครูแจ๊ค ไปร่อนที่บ้าน" ผู้วิจัยจึงเดินไปร่อนที่บ้าน A.D. ปรากฏกายด้วยชุดที่ทะมัดทะแมงใส่หมวกกันน็อกสีแดง เซ็นจักรยานออกมาพร้อมที่สูบลม A.D. แสดงท่าทางมั่นใจในท่าทางการขี่จักรยานของเขา พร้อมยกสองมือ แสดงสัญลักษณ์ชัยชนะ (Victory) กับผู้วิจัย ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความภูมิใจและความชอบในสิ่งที่เขากำลังทำอยู่ A.D. ขี่จักรยานประมาณ 20 นาที ก็ขอพักเหนื่อย ผู้วิจัยถามว่าเบื่อไหม เขา

ตอบว่า “ไม่เบื่อครับ สนุกและแสดงสีหน้ายิ้ม เป็นที่น่าสังเกตว่า เมื่อจักรยานยางแบนผู้วิจัยจะเข้าไปช่วยเหลือ แต่ A.D. ขอทำเอง เมื่อทำไม่ได้ ผู้วิจัยจึงเข้าไปช่วยสุบให้ แสดงให้เห็นถึงความต้องการในการดูแลและประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. เลือกเองได้อย่างแท้จริง มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 5 “ตอนนี้สิ่งที่เขาทำต้องสนุกและมีประโยชน์ครับ ผมเห็นเขาหัวเราะ มีความสุขเวลาทำกิจกรรมใดก็ได้” แล้วก็ตามเขาอยู่เรื่อยครับว่ามีประโยชน์ไหม เขาก็จะบอกว่า “สนุก” ประโยชน์ก็ ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม” ผู้ปกครอง A.D. กล่าวเสริม

การมีความฝันและความหวังย่อมสร้างแรงบันดาลใจให้กับทุกคนไม่ว่าวันแม้กระทั่งเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา นอกเหนือจากการตระหนักรู้ในตนเองทางนันทนจิต จะให้ความสำคัญกับรากฐานของอดีต และการกระทำในปัจจุบันแล้วยังให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาคาดหวังถึงการกระทำในอนาคตจากการวางแผนอย่างมีหลักเกณฑ์ถึงความเป็นไปได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ของตนเอง ผู้วิจัยได้ให้ความรู้เรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแก่ A.D. ในวัตถุประสงค์ที่ 3 ของหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 แล้วจึงนำปัจจัยดังกล่าวให้ A.D. ได้พิจารณาถึงความเป็นไปได้ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้คอยช่วยเหลือ ซึ่งในครั้งแรก A.D. เลือกกิจกรรมซึ่งเขาได้วางแผนว่าจะทำได้ในตารางเวลาของตนเองดังนี้ ตีกอล์ฟ ฟุตบอล ปิงปอง จักรยาน คูทิวี ให้อาหารปลา ทำสวน ร้องเพลง ไปโลดตัส เล่นเกม ทุกกิจกรรมผู้วิจัยให้เขาคำนึงถึงความเป็นไปได้จากเวลา เงิน ทักษะ และสุขภาพ ซึ่งพบว่ามีความเป็นไปได้ เพราะเป็นกิจกรรมที่ระบุในตารางเวลา มีเพียงบางกิจกรรมที่อาจเปลี่ยนแปลงได้ เพราะต้องขึ้นอยู่กับสมาชิกในครอบครัวด้วย เช่นการไปโลดตัส แต่อย่างไรก็ตาม A.D. สามารถแสดงความสอดคล้องกันระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเป็นไปได้ในการประกอบกิจกรรมจากแผนภาพ เช่น การตีกอล์ฟ เมื่อผู้วิจัยยกแผนภาพเวลา เขาบอกว่า “เวลาว่างมี” เงิน “ไม่ใช้” ทักษะ เขาตอบว่า “ทำได้” สุขภาพ เขาตอบว่า “แข็งแรง”

ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 2 การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิตทำให้ A.D. เกิดลักษณะและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิต จากความร่วมมือกันระหว่างหลักสูตรนันทนจิตศึกษา ผู้วิจัย และผู้ปกครอง เพื่อให้ A.D. ได้มีพื้นฐานที่ดีในมิติของตนเองกับการเป็นผู้ที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างจากแรงจูงใจภายในและอิสรภาพของตนเอง เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

### 2.3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต (Self-determination in Leisure)

ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต คือ การกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายนั้นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยความรู้ขั้นพื้นฐานในการกำหนดจุดมุ่งหมายทางนันทนจิต จากหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 (ความซาบซึ้งทางนันทนจิต) ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 4 (A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้ครบทั้ง 4 ด้าน ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม) ทั้งนี้การกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นเรื่องของเอกกัตบุคล A.D. จึงต้องเรียนรู้ถึงความสามารถที่สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง รวมถึง



การใช้ความพยายามในการบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตเป็นระยะเวลา 8 ชั่วโมง สำหรับวัตถุประสงค์ที่ 1 (A.D. สามารถแสดงระดับของสัมฤทธิ์ผลได้ตรงความรู้สึกของตนเอง) เขาสามารถสร้างเป้าหมายก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแต่ละครั้งได้ เพื่อร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ หรือสังคม “เขาบอกอยากได้กลอง เข้ามหาผมบอก “พ่อครับอยากได้” เขารับไปที่ภาพชุดกลอง ผมดูราคาถือว่าหลายหมื่นนะลูก A.D. จะเอาไปทำไม เขาบอกว่า “ซื้อมาเพื่อตีสนุก ร้องเพลง” พ่อ A.D. กล่าว การระบุเป้าหมายของ A.D. แม้จะมีได้บอกอย่างชัดเจนว่าต้องการกลองไปเพื่อประโยชน์ด้านใดเป็นพิเศษ การสื่อสารด้วยคำพูดว่า “ตี” “สนุก” และ “ร้องเพลง” มีความสอดคล้องกับเป้าหมายในเชิงสังคม อารมณ์ และร่างกาย ซึ่งนักจิตวิทยาได้กล่าวกับกับผู้วิจัยในขณะที่คุณพฤติกรรมของ A.D. จากการบันทึกภาพเคลื่อนไหวในการทำกิจกรรมการเล่นดนตรีของเขาว่า “การแสดงพฤติกรรมนั่งจดจ่ออยู่กับสิ่งที่เขาทำ สามารถจับจังหวะกลองได้ และยิ้มอย่างมีความสุข ก็น่าจะบ่งบอกถึงการบรรลุจุดมุ่งหมายที่เขาทำไว้แล้ว พฤติกรรมเช่นนี้ควรจะรักษาให้คงอยู่เสมอ” การทำกิจกรรมในชั้นเรียน เพื่อสอนให้ A.D. ได้สร้างเป้าหมายและแสดงผลลัพธ์นั้น ผู้วิจัยจัดสถานการณ์ของกิจกรรมขึ้นตามความต้องการของเขาพร้อมทั้งให้ตั้งเป้าหมาย โดยมีแผ่นกระดาษเขียนคำสำคัญ “ร่างกาย, สติปัญญา, อารมณ์, สังคม” เป็นข้อชี้แนะเมื่อทำกิจกรรมเสร็จจะทำแบบวัดผลลัพธ์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรม ในสถานการณ์จริงผู้วิจัยและผู้ปกครองร่วมกันสังเกตพฤติกรรมและใช้การสอบถามอย่างไม่เป็นทางการด้วยปากเปล่า เช่น “ทำแล้วเป็นยังไงบ้างครับ” หรือการแสดงออกทางหน้าตา ท่าทาง ซึ่งเป็นไปตามที่นักจิตวิทยาได้ให้คำแนะนำข้างต้นแล้ว “เขาก็เล่นของเขาแหละครับ (ตีกลอง) แต่ผมจะมีตารางบอกไว้ว่าช่วงบ่ายวันเสาร์ อาทิตย์ หรือหลัง 5 โมงเย็นของทุกวันนี้เขาจะเล่น ไม่ได้ เพราะบ้านอื่น (ในบริเวณบ้านของ A.D. ประกอบด้วยบ้าน 5 หลัง ซึ่งเป็นญาติกันทั้งหมด) กลับมาเสียงจะดังรบกวนเขา ถ้าคุณพ่ออยู่ เขาจะชวนร้องเพลง ผมร้องเขาตีกลอง เขาจับจังหวะได้ครับ ก็เรียนรู้เขาเองแหละครับ ชอบเพลงคาราบาวกับเบิร์ด (A.D. แสดงอาการเงินอาย เอนตัวอิงไหล่พ่อ) ไซ้ใหม่ลูก (พ่อหันไปถาม A.D.)” จากการสังเกตพฤติกรรมและสัมภาษณ์ถึงการตั้งเป้าหมายและผลลัพธ์ที่เกี่ยวข้องกับความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต พบว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสอดคล้องกันกับวัตถุประสงค์ที่ 1 ตลอดจนสามารถพัฒนาความสามารถของตนเองในการตีกลอง จับจังหวะเสียงเพลงได้ด้วยตนเองจากการฝึกฝน โดยการสังเกตพฤติกรรมจากผู้วิจัยและการให้คำชี้แนะจากคำสัมภาษณ์ของผู้ปกครอง พฤติกรรมการพัฒนาตนเองสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 2 (A.D. แสดงความรู้ในเรื่องความสำคัญของการพัฒนาส่วนบุคคลที่สัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง)

นันทนจิต คือ ความรับผิดชอบของแต่ละบุคคลในการจัดการกับเวลาว่างของตนเองให้เกิดประโยชน์สูงสุดเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้งไม่เพียงแต่นำตนเองเข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมเท่านั้น แต่ยังคงทราบถึงความรับผิดชอบในคำหาหน้าที่ สุขภาพ ทักษะ สถานที่ และการลงมือทำ ในที่นี้คำหาหน้าที่แสดงให้เห็นถึงความสำคัญที่เราต้องทำกิจกรรมในเวลาว่าง ต้องการสื่อสารให้ A.D. ได้เข้าใจถึง “ความสำคัญ” “ตามตารางที่คุณครูให้เขาทำในแต่ละวันเขาทำหมดครับ ไม่มีเปลี่ยน

เขาขอครบ และรู้ว่าต้องดูแลตัวเองให้ดี เข้านอนตรงเวลา รู้ว่าถ้าเจ็บตรงไหนก็บอกคุณแม่เขา” พ่อ A.D. กล่าว “ครูแจ๊ควันนี้ A.D. เจ็บเท้า แต่หายแล้ว” A.D. กล่าว ความรับผิดชอบที่มีต่อสุขภาพของตนเองจะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมตามที่ตนเองต้องการได้ นอกจากนี้ความรับผิดชอบในด้านทักษะที่ต้องฝึกฝนให้ได้ในระดับที่สามารถเข้าร่วมกับผู้อื่นได้เป็นสิ่งจำเป็นเช่นเดียวกัน “เขาขอไปเรียนเทนนิสเองครับ ผมมีหน้าที่ไปรับ-ส่ง เขา ครูหน้อย (ครูที่โรงเรียนของ A.D.) ช่วยสอนให้ บอกว่า เขาพัฒนาได้ ตอนแรกนี่ไม่เป็นเลยครับ เขาสอนตั้งแต่การจับไม้ ทำทางการตี กฎ กติกาอย่างง่าย เช่น เส้นออก การได้เต็ม เสียเต็ม แต่เขาจะนับเต็มไม่เป็น พอเรียนเสร็จ A.D. ก็จะมาอวดคุณแม่ คุณแม่ และก็น้องๆ บางทีเล่าจนเราต้องบอก A.D. พอได้แล้ว พวกเราารู้แล้ว (คุณแม่ยิ้ม) ตอนที่เขาเล่นปิงปอง แล้วไปแข่งเป็นตัวแทน โรงเรียนที่ต้องไปฝึกแต่เช้าทุกวัน เขาก็จะรู้ครับ ตื่นเอง คือ กระตือรือร้นนะครับ ผมก็ซื้อ โต๊ะปิงปองให้เขามาเล่นที่บ้านจะได้ฝึกเองเมื่ออยากฝึก” คุณพ่อ A.D. กล่าว “เขาจะมีระเบียบค่ะ รู้ว่าอะไรควรอยู่ตรงไหน ใครทำอะไร ไม่เรียบริบหรี่เขาจะบอกให้เก็บข้าวของนี่อีกค่ะ เป็นเพราะเราฝึกเขาด้วย และยิ่งครูบอกว่าต้องจัดการสถานที่ให้ดี เขาก็บอกน้องทุกวัน เล่าให้ฟังในรถ คุณครูลองดูหลังบ้านซิห้องเท้าต้องเรียงส้อย่างนั้นนะคะ ใครทำผิดเดียวไปจัดใหม่ (ผู้วิจัยสังเกตการณ์วางรองเท้าเป็นระเบียบ แถวตามแนวนอน) เขาก็จะรู้ว่าอะไรอยู่ตรงไหน ไม้ของเสร็จก็เก็บ” คุณแม่ A.D. กล่าว ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมของ A.D. เมื่อเขาร้องเพลงเสร็จ แผ่นซีดี และไมโครโฟนพร้อมสายจะถูกพันเก็บไว้อย่างเรียบร้อยในลิ้นชัก จึงเป็นการแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบที่มีต่อสถานที่ ส่วนในความรับผิดชอบในการ “เริ่มทำ” กิจกรรมนั้น A.D. ปฏิบัติทุกวันตามตารางกิจกรรมของตนเองด้วยความสนุกสนาน แม้ว่ามิได้มีผู้วิจัยคอยกระตุ้นเช่นในวันเสาร์-อาทิตย์ “เขาไม่ค่อยชอบอยู่เฉยๆ ครับ เลยชอบที่ครูมีกิจกรรมให้เขาทำ ลงมือทำด้วยตัวเอง ไม่เบื่อครับ” พ่อ A.D. กล่าว

ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนั้นทนจิตต้องอาศัยการแสดงความชอบที่เหมาะสมเป็นองค์ประกอบสำคัญเพื่อการสื่อสารกับบุคคลรอบข้างถึงเป้าหมายและความต้องการของตนเองอย่างมีหลักการและเหตุผล ซึ่งประกอบด้วยการสื่อสารถึงความชอบ การให้เหตุผล การแสดงสิทธิและการทำตามโอกาส หลังเข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้แล้ว A.D. สามารถบอกในสิ่งที่ตนเองต้องการทำกับพ่อและแม่ของเขาได้ “จุดอ่อนของเด็กเราคือ เขาจะพูดไม่ค่อยชัด คือ ลิ้นเขาใหญ่ ด้วยสระ หากไม่ได้รับการฝึกฝนให้พูดแบบตรงเป่าตรงประเด็นนี่อธิบายกันลำบาก” นักจิตวิทยากล่าว “น้อง A.D. บอกได้ครับว่าเขาต้องการเล่นอะไร คือ อาจเป็นเพราะเขามีตัวเลือกมากขึ้น แล้วก็ตารางด้วย แล้วถ้าเขาอยากได้อะไรอย่างนี้ครับ (ผู้ปกครองหยิบแผ่นพับโฆษณาสินค้าของห้างสรรพสินค้าขายส่งแห่งหนึ่งออกมาให้ผู้วิจัยดู) เขาก็จะชี้เลย “พ่อ A.D. อยากได้เฮลิคอปเตอร์” ก็บอกให้เขาช่วยพ่อเก็บเงิน เขาก็ว่า “ครับ” คือ สื่อแบบที่เราเข้าใจได้ไม่ต้องอธิบายมาก ผมว่าดีกว่าครับ” พ่อ A.D. กล่าว เมื่อ A.D. สามารถบอกถึงความต้องการของเขากับบุคคลใกล้ชิดได้แล้ว การให้เหตุผลเป็นสิ่งสนับสนุนคำพูดของเขาให้มีน้ำหนักและสะท้อนถึงความเป็นตัวตนของเขาได้มากยิ่งขึ้น “ส่วนเรื่องเหตุผลนี่เขาก็ให้ได้ในระดับหนึ่งครับ นอกจากนี้ที่คุณครูสอนคือเมื่อก่อนนี่ถามอะไร เขาจะส่ายหน้าบอกไม่รู้ ไม่เอา ไว้ก่อน ตอนนี้เปลี่ยนแปลงครับ เขาพยายามคิดก่อน เราให้เวลาเขาในการตอบครับ อย่าง เฮลิคอปเตอร์วันนี้ ถามว่าเขาอยากได้เพราะอะไร เขาบอกพ่อว่า จะเอามา

ต่อเล่น ก็ส่วนหนึ่งของชอบต่อ โน่นตัวนี้อยู่แล้วผมเลยซื้อให้เขา แต่มีบ้างครับที่บางครั้งถามแล้ว ไม่ตอบอาจ เพราะขี้เกียจหรืออะไรผมไม่ทราบ แต่ก็ขี้ขึ้นครับผมว่านะ” พ่อ A.D. กล่าว “ปกติการให้เหตุผลสำหรับเด็ก เรายังเป็นเรื่องไม่ง่ายนะ ต้องให้ทางเลือกเขาอีกที เช่น ถ้าให้เขาเลือกขนม เขาหยิบสีแดง ถามว่าทำไม บางคนไม่รู้ แต่บางคนตอบได้หากครูถามนำ เช่น เพราะอร่อย หรือ สีสวย อย่างนี้ตอบได้” นักจิตวิทยากล่าว สำหรับการแสดงสิทธินั้นผู้วิจัยต้องการให้ A.D. มีจุดยืนของตนเองอย่างถูกต้อง เพื่อการไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ A.D. สามารถปฏิเสธพูดว่า “ไม่ครับ” ในกิจกรรมที่ตนเองไม่ต้องการทำได้ “ก่อนหน้านี้นี้มีอะไรเขาก็ครับอย่างเดียว” พอเราให้ตัวเลือกเขาคือเมื่อเสนอแล้วเราถามว่า เอาหรือไม่เอา เขาบอกครับไม่เอา วันนั้นคุณแม่จะไปเล่นบอลกับน้องๆ หน้าบ้าน ถาม A.D. ว่า จะไปเล่นกับคุณแม่พ่อไหม ไปหรือไม่ไป เขาบอกว่าไม่ไป มารู้อีกทีหลังว่าไปคัดรอกขอเบอร์คนข้างบ้านกับทหารเขา” พ่อ A.D. กล่าว สิทธิที่จะเปลี่ยนใจผู้ปกครองของ A.D. อธิบายถึงพฤติกรรมเปลี่ยนใจ ซึ่งใช้ปัจจัยด้านความสามารถทางร่างกายของ A.D. เป็นตัวชี้วัด ดังนี้ “ไปหัวหินด้วยกันคะ ตอนปีนเขาขึ้นไปข้างบนมีให้เลือก 2 ทาง คือ ทางธรรมดา กับทางที่ลาดชัน พ่อกับน้องๆ เขาก็ปีนขึ้นทางลาดๆ เพราะมันสนุก A.D. เขาก็อยากปีนมั้ง แม่ก็ไม่ไหวบอกว่าเดี๋ยวรออยู่ข้างล่าง เขาก็ปีนไป พอสักพักหนึ่งแม่เห็นน้อง A.D. เดินกลับลงมาก็ขำคะ ถามว่าทำไมเขาบอกว่า “ไม่ไหวเหนื่อยแล้ว” แม่ก็ว่างั้นรออยู่ข้างล่างเดี๋ยวพ่อมารับ เขาก็รอกันอยู่ข้างล่าง แล้วก็ปีนขึ้นทางธรรมดาแทน” แม่ A.D. กล่าว การเกิดพฤติกรรมดังกล่าวขึ้นหลังจากที่ A.D. ได้เข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3 วัตถุประสงค์ที่ 4 ถือเป็นพัฒนาการพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนั้นทัศนคติ ซึ่งเกิดจากความร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครองและผู้วิจัยในมิติของการเป็นผู้คอยสนับสนุน และกระตุ้นกระบวนการความคิดของ A.D.

วัตถุประสงค์ที่ 5 (ผู้ปกครองสามารถบอกถึงสิทธิที่มนุษย์พึงมี 9 ด้าน ผู้วิจัยได้ให้ข้อมูลกับผู้ปกครองถึงสิทธิที่ A.D. มีในการประกอบกิจกรรมนั้นทัศนคติของเขา เพื่อเป็นการรองรับความรู้ของ A.D. ที่มีอยู่แล้ว เมื่อเขาพูดว่า “ไม่ครับ” และ “เปลี่ยนใจ” ผู้ปกครองควรทราบถึงความต้องการนั้นและสนองตอบด้วยความเข้าใจ ผู้ปกครองสามารถอธิบายสิทธิขั้นพื้นฐาน 9 ด้าน ได้ดังนี้

1. ทำความดี คือ การที่เขาทำกิจกรรมนั้นทัศนคติที่ไม่มีใครเดือดร้อน รวมถึงตัวเขาเองด้วย
2. ได้รับความเคารพ คือ น้องๆ รวมถึงเพื่อนเขาและพ่อแม่ควรทำกับเขาอย่างสุภาพ
3. กล่าวว่ “ไม่” คือ ถ้าเขาไม่ชอบ ไม่อยากทำก็พูดว่า “ไม่”
4. แสดงความรู้สึก คือ เขามีสิทธิที่จะแสดงความรู้สึกได้ เช่น สนุก ชอบ หัวเราะเสียงดัง ยิ้ม หรือแม้กระทั่งอารมณ์โกรธ และไม่พอใจ แต่พ่อแม่ต้องคอยระวังให้อยู่ในกรอบ
5. การขอในสิ่งที่ต้องการ คือ เขาอยากได้อะไร ทำอะไรเขามีสิทธิบอกเราได้ แต่เราควรพิจารณาถึงความเหมาะสมในการสนองตอบ
6. เปลี่ยนใจ เขามีสิทธิเปลี่ยนใจได้หากเขาทำแล้วไม่ชอบ หรือไม่สนุก (ผู้วิจัยกล่าวเสริมถึงการให้ความพยายามก่อนการตัดสินใจด้วย)
7. ได้รับในสิ่งที่จ่าย คือ เมื่อเราจ่ายเงินไปตามราคาของเขา ควรจะได้สิ่งที่ต้องการกลับมา
8. อยู่คนเดียว คือ เขามีสิทธิที่จะอยู่คนเดียวเมื่อต้องการ

#### 9. มีสิทธิ คือ มีสิทธิที่จะมีสิทธิตามข้อ 1-8

การเกิดขึ้นของพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ส่วนบุคคลทางนันทนจิตของ A.D. นั้น นอกจากจะได้รับความรู้ประกอบกิจกรรมนันทนาการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้ว ความร่วมมือจากผู้ปกครอง นับเป็นส่วนช่วยให้การเรียนรู้นอกชั้นเรียนสามารถเกิดขึ้นได้ในสถานการณ์ของชีวิตจริง ซึ่งจะทำให้ A.D. จดจำในสิ่งที่เรียนรู้มาได้ดียิ่งขึ้น เพื่อเป็นพื้นฐานของการพัฒนาความรู้ในหน่วยการเรียนรู้ต่อไป

2.4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต (Making Decisions Regarding Leisure Participation) การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต เป็นการให้ผู้เข้ารับบริการสามารถตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของการคิดพิจารณาจากจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น หากต้องการให้เกิดประโยชน์ต่อความแข็งแรงของร่างกาย ควรเลือกกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา A.D. จึงต้องมีความสามารถในการตั้งจุดมุ่งหมาย ซึ่งได้รับความรู้และการฝึกปฏิบัติมาในหน่วยการเรียนรู้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตแล้ว ประกอบกับการมีกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ ที่ตนเองรู้จักมากขึ้น เพื่อจะสามารถเลือกกิจกรรมได้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมาย นอกจากนี้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ยังให้ความรู้แก่ A.D. ถึงสิ่งที่จำเป็นต่อการบรรลุจุดมุ่งหมายที่เขาได้ตั้งไว้ เพื่อเป็นการเสริมแรงทางบวกที่มีต่อการตัดสินใจ หมายถึง เมื่อเขาตัดสินใจเลือกที่จะเข้าร่วมกิจกรรมใดแล้วก็สามารถทำได้ตามนั้น การตัดสินใจต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้ปกครองด้วย เพื่อการนำเสนอกิจกรรมทางนันทนาการที่ A.D. ต้องการให้สอดคล้องกับลักษณะภายในและภายนอกของเขา เช่น การที่ A.D. มีลักษณะชอบเคลื่อนไหวไม่อยู่นิ่ง หากผู้ปกครองทราบลักษณะดังกล่าว การจัดกิจกรรมที่นำเสนอก็ควรเป็นกิจกรรมการเคลื่อนไหว กีฬา คณิต เป็นต้น A.D. เข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิตเป็นระยะเวลา 10 ชั่วโมง สำหรับวัตถุประสงค์ที่ 1 (ผู้ปกครองและ A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างส่วนบุคคลได้) หลังเข้ารับบริการ ผู้ปกครองและ A.D. สามารถกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแต่ละครั้งได้ ในตารางการทำกิจกรรมของ A.D. แต่ละช่วงจะเขียนบอกวัตถุประสงค์ของกิจกรรม โดยผู้ปกครองของ A.D. เช่น ร้อง เล่นคณิต ผู้ปกครองเขียนว่า “อารมณ์” เป็นต้น เมื่อผู้วิจัยเล่าถึงการเสริมพลังป้องกันของ A.D. ให้ผู้ปกครองฟังว่า เขาไม่สามารถเสริมฟ้ามเนื้อได้ ในวันหยุดต่อมา พ่อได้เล่าให้ผู้วิจัยฟังดังนี้ “ผมก็นั่งดูเอกสารที่ครูให้ผม (ข้อแนะนำในกระบวนการเพื่อการระบุจุดมุ่งหมาย) ก็บอกเขาว่าวันนี้เรามาดูป้องกันกัน แต่เราจะเสริมกันเยอะๆ (ผู้ปกครองต้องการฝึกทักษะในการเสริมฟ้ามเนื้อให้ A.D.) ผมก็เขียนให้เขาดูบนกระดานว่า “A.D. จะเสริมฟ้ามเนื้อ 5 ครั้ง ในการเสริม 10 ครั้ง” เขาก็บอกว่ารับ วันนั้นเราก็ฝึกเสริมกันแต่ก็ไม่เครียด เพราะน้องเขามาเล่นด้วย เหมือนเล่นด้วยกันมากกว่า เขาก็ทำได้

ครบ เสร็จได้แต่ต้องเล่นกับน้องเขา กับผมไม่ค่อยเข้ากัน พอทำให้เราก็ให้ดาวและปรบมือให้ เขาจะชอบเวลามีคนดูครับ เหมือนกับให้แรงเสริมเขา ก็มีเอามาใช้ในชีวิตประจำด้วยครับ เขากับน้องอย่างเช่นเราจะออกไปข้างนอกกันแต่เขาต้องเปลี่ยนน้ำตู้ปลา ก่อน ผมก็จะบอกว่า เปลี่ยนเสร็จก่อน 3 โมงเราจะไปเที่ยวกัน 2 ที่แบบนี้เขาก็จะช่วยกันรีบทำ” การระบุจุดมุ่งหมายในการทำกิจกรรม จะช่วยให้กิจกรรมนั้นมีความหมาย และมีทิศทางที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้นทำให้ A.D. รู้ว่า เขาทำสำเร็จแล้วหรือยัง ถ้าทำได้จะสร้างความภูมิใจและความต้องการในการทำกิจกรรมนั้นในครั้งต่อไป

สมุคภาพกิจกรรมนั้นทนทานการสอนให้ A.D. รู้ถึงความหลากหลายของกิจกรรมนั้นทนทานการที่มีอยู่และทำให้เขาสามารถเลือกกิจกรรมที่ตนเองต้องการตลอดจนการเพิ่มพูนประสบการณ์ทางนั้นทนทานจิตของตนเองด้วย ความหลากหลายของกิจกรรมนั้นทนทานการส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกอย่างมีคุณภาพ “เขาจะมีกระเป๋าคิดตัวตลอด เข้าๆ จะถือเอามาวางและเปิดดูโน่นดูนี้ เขียนหนังสือของเขาเอง มีสมุคภาพที่คุณครูให้ด้วย เขาก็จะเปิดแล้วขึ้นนี่ป็นเขา เต็ม ร้องเพลง วาดรูป วัง อะไรของเขา แล้วก็เราจะมีแผ่นพับของสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ เก็บไว้ เขาก็จะเอาขึ้นมาดูแล้วก็พูดถึงที่นั่นไปเรื่อย อย่างนี้ (ผู้ปกครองหยิบแผ่นพับ เกาะ Zentosa ประเทศสิงคโปร์ให้ผู้วิจัยดู) อันนี้เขาก็จะเล่าได้ว่าไปที่ไหนที่ไหนมาบ้าง เดี่ยวเขาก็จะมาถาม แม่ไปอีกเมื่อไหร่ คุณแม่ก็บอก คาฟู (ชื่อป่าของ A.D.) ยังไม่มาไปไม่ได้ เขารู้มากขึ้นนะ ว่าทำอะไรได้ เล่นอะไรได้ บางทีคุณแม่ก็นึกโน้ A.D. รู้ด้วยหรือ เมื่อวันอาทิตย์ตอนเช้า เขามานั่งร้องเพลงตรงนี้คนเดียว ชวนน้องเขาไม่มา เขาก็ขึ้นไปเล่นเกมสักข้างบนที่นี้ชวนน้องน้องไปคะ (ผู้ปกครอง A.D. ยิ้ม) แม่ A.D. กล่าวพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการรับรู้ในกิจกรรมนั้นทนทานการที่มากขึ้นด้วยการพูด และบอกเล่าให้ผู้ฟัง ซึ่งเป็นการแสดงพฤติกรรมที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 2

สิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนั้นทนทานจิตอันเป็นผลมาจากการตัดสินใจซึ่งประกอบด้วย ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์ เครื่องมือ เวลา และบุคคลที่ทำกิจกรรมด้วย A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรู้และความเข้าใจในเรื่องดังกล่าว ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการ ซึ่งสังเกตได้จากการถามตอบระหว่างผู้วิจัยและผู้ปกครอง และ A.D. สำหรับทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เมื่อผู้วิจัยให้ A.D. ตัดสินใจเลือกกิจกรรมนั้นทนทานการจากสมุคภาพ เขาเลือกการตีปิงปอง ผู้วิจัยเสนอให้เขาทำกิจกรรมหัตถกรรมปั้นแจกัน A.D. ปฏิเสธ เลือกการทำกิจกรรม ผู้วิจัยถามว่าทำไม เขาสามารถตอบได้ว่า ทำไม่ได้ ผู้วิจัยถามต่อไปว่า เราต้องการสิ่งใดในการทำกิจกรรม A.D. ตอบว่า ทักษะ ซึ่งหมายถึงทักษะที่ต้องการเบื้องต้นนั่นเอง ต่อมาผู้วิจัยขอให้ A.D. เล่าให้ฟังถึงการเตรียมตัวเดินทางไปเที่ยวต่างประเทศของเขาในอีกไม่กี่สัปดาห์ข้างหน้า เขาเล่าว่า “พ่อต้องไปเช่าเลขตี 5 แม่จัดกระเป๋าให้ A.D. เอา

เสื้อดำมาวางไว้มีลูกอม ขนม ใส่ชุดหล่อ แล้วก็กล้องด้วย” ผู้วิจัยถามว่า แล้วใครซื้อตัวเครื่องบินให้ A.D. บอกว่า “พ่อซื้อ พ่อ ไปซื้อ” ผู้วิจัยถามต่อว่า “ต้องใช้อะไรซื้อ” เขาตอบว่า เงิน “เราตัดสินใจร่วมกันว่าจะเลี้ยงปลาตู้ ผมก็ชวนเขาไปข้างนอกจะไปซื้ออุปกรณ์มาเลี้ยงกัน ระหว่างทางก็ถามเขาว่า “น้อง A.D. เราจะเลี้ยงปลากัน ต้องช่วยคุณพ่อเปลี่ยนน้ำให้ปลานะ เขาก็บอกว่าครับ ผมก็ถามเขาว่า เขาจะเลี้ยงปลา ต้องมีอะไรบ้างลูก เขาตอบผมว่า ตู้ กับ น้ำ ก็น่าจะเป็นอุปกรณ์และเครื่องมือที่จำเป็นต้องรู้ก่อนทำกิจกรรมแบบที่ครูเจ็ทสอน แต่เรื่องนี้แม่เขาก็ว่า ถ้าเลี้ยงแล้วต้องดูแลกันเองนะ A.D. กับน้องก็ดูแลกันเอง บางทีช่วยคุณพ่อเปลี่ยนน้ำตู้ปลา เอาหินมาขัด มันก็ยุ่งครับ แต่ก็เราจะได้มีกิจกรรมทำด้วยกัน” พ่อ A.D. กล่าว นอกจากนี้เวลายังเป็นสิ่งที่จำเป็นอีกประการหนึ่งที่ A.D. รับรู้ เขาสามารถบอกได้ว่าการไปท่องเที่ยวต่างประเทศกับครอบครัวต้องมีเวลาว่าง ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า “ไปเที่ยวด้วยกันได้ แบบนี้แสดงว่ามีสิ่งใดที่ตรงกัน” A.D. ตอบว่า “เวลาว่าง” การจัดการเวลาของ A.D. เป็นอีกหนึ่งพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงการให้ความสำคัญกับเวลา ก่อนการทำกิจกรรมนันทนาการของเขา เวลาว่างเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อกิจกรรมนันทนาการของเขา “เวลาว่างของ A.D. เอาไว้ทำอะไรครับ” ผู้วิจัยถาม “ทำกิจกรรมนันทนาการ เล่น เวลาว่าง เลือกเอง ชอบ สนุก คีชีน” การทำกิจกรรมนันทนาการบ่อยครั้งต้องทำมากกว่า 1 คน เพื่อความสนุกสนานและการมีปฏิสัมพันธ์ ดังนั้นบุคคลที่ทำกิจกรรมด้วยก็เป็นอีกหนึ่งความจำเป็นที่ A.D. คำนี้ถึง “A.D. เล่นปิงปองคนเดียวได้ไหมครับ” ผู้วิจัยถาม “ไม่ได้ A.D. เล่นกับน้อง” เล่นเกมส่กคคนเดียวได้ไหมครับ “ไม่ได้ครับ” A.D. ตอบผู้วิจัย “เข้าๆ เขาทำอะไรข้างล่างเสร็จก็จะชวนน้องเขาขึ้นไปเล่นเกมส่กค อยู่ข้างบนสนุกกัน เย็นๆ ก็ชวนกันเล่นฟุตบอล วันไหนน้องกลับบ้านเย็นหน่อยก็จะมาช่วยแม่ มาคุยกับแม่ เขารู้ว่าจะอยู่กับใครแล้วสนุก คุยกับเขาได้ หรือถ้าไม่มีใครอยู่เลย เขาก็ไปชวนทหารมาเล่นด้วยกัน” แม่ A.D. กล่าว พฤติกรรมต่างๆ เหล่านี้เป็นการแสดงออกที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 3

ลักษณะหรือนิสัยส่วนตัวเป็นแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่ A.D. และผู้ปกครองควรทราบ เพราะการรู้ถึงความต้องการและลักษณะของตนเองจะช่วยให้การตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการเป็นไปอย่างมีคุณภาพ เช่น หาก A.D. ชอบอยู่คนเดียวเงียบๆ กิจกรรมที่ผู้ปกครอง ควรนำเสนอเขาก็ควรจะเป็นกิจกรรมที่เน้นการพัฒนาอารมณ์สุข และสุนทรียศาสตร์ เช่น ดนตรี การอ่านนิทาน “เขาชอบกิจกรรมที่ต้องเคลื่อนไหว เดิน ไปเดินมา มากกว่าการวาดภาพ หรือนั่งทำอะไรนานๆ ค่ะ, เขาจะชอบมากครับมวยปล้ำนี้ ยิ่งตอนดูทำทำตามไปด้วย เขาจะมีความสุข หัวเราะลั่น ซึ่งต้องเป็นเวลาไม่ค่อยมีคนอยู่ครับ ผมก็ให้เขาเล่นฟุตบอล ชิงกรยาน บางทีวันเสาร์ อาทิตย์ก็พาไปว่ายน้ำ เขาอ้วนด้วยต้องลดแล้วก็เลยต้องใช้กิจกรรมที่เป็นการเคลื่อนไหวมากๆ หน่อย แต่ตรงนี้เขาชอบอยู่แล้วครับ ไม่อแง” ผู้ปกครอง A.D. กล่าว

ความพร้อมและโอกาสที่อำนวยความสะดวกต่อการพิจารณาตัดสินใจเลือกกิจกรรมนันทนาการของ A.D. เป็นอีกหนึ่งวัตถุประสงค์ของหน่วยการเรียนรู้การตัดสินใจที่กำนังการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนิจิต ซึ่งมีความคล้ายกับวัตถุประสงค์ที่ 3 เพียงแต่วัตถุประสงค์นี้จะเป็นการตัดสินใจร่วมกันระหว่างผู้ปกครอง และ A.D. มีเกณฑ์การพิจารณาปัจจัยภายนอกดังนี้ เงิน สิ่งของที่มียู่ เพื่อนและครอบครัว “ตอนที่เรามาวางแผนร่วมกันก่อนไปที่หัวหินก็มานั่งคุยกันครับ คิดว่าเรื่องเงินนี้มีอยู่แล้วเตรียมไว้ที่พักรถต้องเตรียมให้พร้อม (ก่อนหน้านี้ A.D. พูดกับผู้วิจัยว่า พ่อเอารถไปซ่อมล้อไม่ดี เปลี่ยนใหม่) อย่างวันก่อนผมก็เอารถไปเช็ค กระจาต่าง ๆ นี้เขาเตรียมกันเอง คุณแม่จัดลงกระจาไป โปรแกรมการเดินทางที่ต้องไปช่วงนี้เพราะคุณแม่เขาว่างพอดี ลูกอีก 2 คนก็ว่างตรงกันด้วย คือ เวลาตรงกัน ก็สัก 3 วัน ได้ A.D. เขาก็ดีใจ เตรียมจัดกระจาของเขา เอาอะไรไปเล่นบ้าง ผมก็คิดหน่อย” ผู้ปกครอง A.D. กล่าว

การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิตเป็นพฤติกรรมที่จะบ่งบอกถึงคุณภาพในการเลือกกิจกรรมของ A.D. ซึ่งนับเป็นหัวใจของนันทนิจิต คือ เลือกอย่างมีอิสรภาพ ตามความต้องการของตนเอง และเลือกอย่างมีคุณภาพตามความเหมาะสมกับปัจจัยที่ตนเองมียู่ การมีส่วนร่วมของผู้ปกครองจะช่วยให้การตัดสินใจดังกล่าวมีความเป็นไปได้มากยิ่งขึ้น เพราะรับทราบถึงหลักการและการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนความต้องการของ A.D. เพื่อประโยชน์ต่อการเข้าไปใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตประเภทต่างๆ ซึ่งจะกล่าวในหน่วยการเรียนรู้ต่อไปอีกด้วย

2.5 ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต (Knowledge and Utilization of Resources Facilitating Leisure) การเข้าถึงแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตได้ A.D. จำเป็นต้องมีความรู้ที่เกี่ยวข้องกับแหล่งทรัพยากร เช่น เอกสาร แผ่นพับหรือแม้แต่มุคคซึ่งเป็นแหล่ง ้อมูล ตลอดจนสามารถใช้ประโยชน์จากความรู้ได้ในสถานการณ์จริงหลังเข้ารับบริการในหน่วยการเรียนรู้แล้ว เพื่อให้การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. ต้องการเป็นไปอย่างมีคุณภาพด้วยความสามารถในการใช้ประโยชน์จากแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต หลังจากที่ A.D. ได้รับความรู้ในวัตถุประสงค์ที่ 1 ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต สามารถนำความรู้ดังกล่าวไปใช้ในสถานการณ์จริงจากการเข้าใช้บริการสนามบิเนสวอร์ธภูมิ ผู้ปกครองได้บันทึกภาพถ่ายและเล่าเหตุการณ์ให้ผู้วิจัยฟังถึงพฤติกรรมของ A.D. ดังนี้ “กำหนดการคือเราจะไปวันเสาร์ครับ เครื่องออกตอนเช้า เขาก็เตรียมตัวตั้งแต่วันพุธ วันพฤหัสบดี นั้นแหละครับ เอาเสื้อผ้ามาวางไว้ แล้วคุณแม่จัดลงกระจาให้ เราก็นั่งแท็กซี่กันไป ที่นี้ผมถามเขาว่า รู้ไหมต้องมีอะไร (ตอบไปที่กระจากางเกง) A.D. ตอบ เงิน ผมถามในกระจามีอะไรบ้าง เขาออกเสื้อผ้า ขนมห แล้วก็ เงินครับ ระหว่างทางเขาก็จะคุยไปเรื่อยครับ ชวนคุย ไม่ยอมหลับ พอไปถึงสนามบิเนสวอร์ธภูมิแล้วตัวเองได้ครับ เราพยายามให้เขาทำเอง คุณแม่กระจา เข้าแถวตรวจหนังสือเดินทาง ต้องให้ทำเอง พอเราเตรียมเงินให้เขา เขาจะถามครับว่า “ทำไม” ผมก็บอกว่า เอาไว้จ่ายชองนี้ (ค่าภาษีสนามบิเนสวอร์ธภูมิ) (เป็นค่าธรรมเนียมการเข้าใช้สถานที่) ระหว่างนั่งรอขึ้นเครื่อง ผมก็ถามเขาว่า สนามบิเนสวอร์ธภูมิมีเปิด-ปิดใหม่ เขาบอก

ไม่มี (เป็นข้อมูลที่ผู้วิจัยได้บอก A.D. ไว้ก่อนหน้านี) ผมให้เงินติดตัวเขาไว้ เพื่อฉุกเฉินอะไรก็มีข้อมูล ส่วนตัวเขาอยู่ในกระเป๋าด้วย ทำทางเขาทะมัดทะแมงที่เดียวครบเวลานั้น (ผู้ปกครองแสดงภาพถ่ายขณะเข้า ใช้สนามบินของ A.D. ให้ผู้วิจัยดู เขาแต่งกายด้วยเสื้อเชิ้ตสีเหลือง กางเกงยีน สะพายกระเป๋า และมีกระเป๋า ลากอีก 1 ใบ ตัดผมเรียบร้อยยื่นถ่ายภาพขณะรอเข้าตรวจหนังสือเดินทาง) ตอนเครื่องบินจะขึ้นที่เขาเอาลูก อมมอมไว้ หูจะ ได้ไม่อื้อ คุณแม่เขาสั่งไว้ เขาก็ทำตาม จำได้ ผมให้นั่งริมหน้าต่าง จะ ได้ดูข้างนอก เขาก็ชอบ ยังถ่ายภาพมาเลยครับ กล้องของเขานี้ถ่ายได้ เขาถ่ายภาพได้ บันทึกเอง อย่างภาพนี้ เขาถ่ายให้ผม (A.D. ถ่ายภาพพ่อของเขาขณะนั่งอยู่บนเครื่องบิน) การแสดงออกทางพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้ประโยชน์ จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิต ซึ่งในที่นี้เป็นสนามบินนั้น A.D. สามารถเข้าใจและดูแลตนเองได้ใน ระดับความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ซึ่งถือเป็นพัฒนาการที่ดี

นอกจากสถานที่แล้วการใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกในเรื่องเอกสาร แผ่นพับและ การใช้โทรศัพท์เป็นช่องทางสำคัญที่จะทำให้ A.D. เข้าถึงแหล่งทรัพยากรต่างๆ ได้ หลังเข้ารับบริการใน วัตถุประสงค์ที่ 2 (A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตอันได้แก่ หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ได้) และ 3 (A.D. สามารถใช้แหล่ง ทรัพยากรมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจิตได้ เช่น การโทรศัพท์) แล้ว ผู้วิจัย สังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของ A.D. ดังนี้ A.D. นั่งลงบนโซฟา และหยิบแผ่นพับของสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ ออกมาด้วยตนเองและพูดคุยกับผู้วิจัย (A.D. หยิบแผ่นพับเกาะ Zentosa ประเทศสิงคโปร์) “ครูเจ็คนี่ A.D. ไปเที่ยวกับ แม่ พ่อ คาฟู (อาของ A.D.) และอีกหลายคนที A.D. เอ๋ ชื่อออกมา) ตรงนี้ A.D. เล่นน้ำ โท สนุก เสียเงินค่าเข้าด้วย แต่ A.D. ไม่เสีย แต่แม่ไม่ซื้ออาหารไม่ซื้อ แม่บอกแพง คาฟูเอาไปเอง” ในแผ่นพับ ผู้วิจัยชี้ข้อมูลที่แสดงอยู่ให้ A.D. ดูและตอบคำถามในช่วงเวลา ซึ่งมีลักษณะการเขียนที่อ่านง่าย คือ 10.00 AM -5.00 PM A.D. สามารถตอบได้ว่านี่คือลักษณะของเวลาเปิดปิด แต่บอกไม่ได้ในเชิงตัวเลขบอกเวลา “เรื่องเวลาเด็กเรานี้บอกได้ไม่ชัดเจนถ้าเป็นเช้า สาย เทียง เย็น หรือถ้าอยู่โรงเรียนนี้ 11 โมง นี่บอกได้รู้ เพราะ เป็นเวลากินข้าว แต่ถ้าให้ละเอียด แบบที่เราู้กันนี้บ่าย 3 โมงครึ่ง – 5 โมงเย็น 9 โมงเช้า อะไรแบบนี้ เขาพูด ได้คะ แต่ไม่รู้ในแง่ความเป็นจริง” นักจิตวิทยาให้ข้อมูลกับผู้วิจัยเพิ่มเติม เมื่อได้ดูการบันทึกภาพ เคลื่อนไหวของ A.D. ขณะดูแผ่นพับผู้วิจัยชี้ไปที่สัญลักษณ์รูปถ้วยและขนมปังเบอร์เกอร์ในแผ่นพับ ซึ่งมีอยู่ เป็นจุดๆ ในแผนที่ของลานน้ำแห่งนี้ เขาสามารถตอบได้ว่า นี่คือ จุดขายอาหาร “ครูเจ็คนี่ A.D. เอากางเกง ว่ายน้ำไปเองด้วย” ผู้วิจัยถาม เข้าว่าต้องไปเช่ากางเกงว่ายน้ำหรือเปล่า นอกจากการใช้แผ่นพับข้อมูลการ ท่องเที่ยวแล้ว A.D. ยังสามารถใช้ตารางโปรแกรมทีวีของ UBC ได้ เขาสามารถระบุเวลาการแข่งขันมวยปล้ำ และหนังสือที่ตนเองชอบได้เนื่องจากเป็นรายการที่ชอบและดูเป็นประจำคือ ประมาณบ่าย 2 โมง A.D. ชี้ให้ ผู้วิจัยดูตารางในหนังสือ ซึ่งทางสถานีส่งมาให้ การเกิดพฤติกรรมการใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารของ A.D. หลังเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนิจิตศึกษา มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ 2 ของหน่วยการ เรียนรู้ที่ 5

ในวัตถุประสงค์ที่ 3 A.D. สามารถใช้โทรศัพท์ติดต่อกับบุคคลได้ ตามขั้นตอนอย่างง่าย คือ การ กล่าวทักทาย ถาม ในสิ่งที่ต้องการและกล่าวขอบคุณ ผู้วิจัยได้ทำการบันทึกภาพเคลื่อนไหวในการใช้



โทรศัพท์ระหว่าง A.D. กับคู่สนทนาปลายสายเป็นอาจารย์ที่โรงเรียนของเขาในการสอบถามเรื่องโรงเรียน ตอนคนตรีที่อาจารย์กำลังจะเปิดและเขาต้องการไปเรียนดังนี้ (ผู้วิจัยไม่สามารถบันทึกคำสนทนาของคู่สายได้ เพราะเป็นการใช้โทรศัพท์มือถือและซุกหูฟัง)

A.D. : ฮัลโหล สวัสดีครับครูอ้อย

ครูอ้อย : .....

A.D. : คิดถึงครูอ้อยครับ

ครูอ้อย : .....

A.D. : ไปมาเลเซียบครับ

(ครูอ้อยถามเรื่องการเดินทางไปเที่ยวของ A.D. ซึ่งได้ทราบข้อมูลดังกล่าวจากผู้วิจัย)

ครูอ้อย : .....

A.D. : ครูอ้อยครับ A.D. ไปเรียนกลาง

ครูอ้อย : .....

A.D. : ยังไม่เรียนครับ ไม่มี

ครูอ้อย : .....

A.D. : ครับ คิดถึงครับ

ครูอ้อย : .....

A.D. : ครับ สวัสดีครับครูอ้อย

A.D. แสดงสีหน้ายิ้มดีใจจนหน้าแดง บอกกับผู้วิจัยว่าได้คุยกับครูอ้อยแล้ว ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า จะไปเรียนติวกลางกับครูอ้อยเมื่อไหร่ เขาตอบว่า “ไม่เรียนครับ ครูอ้อยไม่มา” ซึ่งหมายถึง คุณครูยังไม่เปิดโรงเรียนนั่นเอง โดยผู้วิจัยได้ข้อมูลก่อนแล้วจากครูอ้อยในการนัดหมายกันล่วงหน้าก่อนการโทรศัพท์ของ A.D. “โทรศัพท์นี้เขาใช้ได้อยู่แล้วคะใครโทรมา A.D. รีบวิ่งไปรับก่อน คุณได้รู้เรื่องคะ สั่งอะไรไว้ได้ แต่ตอนนี้เขาอาจจะมีข้อมูลการสอบถามเพิ่มมากขึ้นจากที่คุณครูบอก” คุณแม่ A.D. กล่าวเพิ่ม

ในวัตถุประสงค์ที่ 4 แหล่งทรัพยากรทางองค์กรนับเป็นอีกช่องทางหนึ่งที่จะทำให้ A.D. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายขึ้น ผู้วิจัยให้ความรู้แก่ผู้ปกครองในด้านแหล่งทรัพยากรขององค์กรว่าประกอบด้วยแหล่งทรัพยากรของรัฐบาล เช่น พิพิธภัณฑ์ สวนสาธารณะ อาสาสมัคร เช่น YMCA YWCA วัด ห้างสรรพสินค้า เอกชน หรือแม้แต่ในโรงเรียน ซึ่งผู้ปกครองได้ใช้เวลาว่างพา A.D. ไปเข้าร่วมกิจกรรมในองค์กรต่างๆ เหล่านี้ อาทิ ห้างสรรพสินค้า (เอกชน) สวนสาธารณะ (รัฐบาล) ค่ายอาสาสมัครเยาวชน การเยี่ยมชมโบราณสถานต่างๆ ดังปรากฏในการบันทึกภาพนิ่ง ทั้งนี้การเข้าถึงแหล่งทรัพยากรทางองค์กรต่างๆ นั้น ผู้ปกครองพยายามให้ A.D. ได้ใช้และดูแลตนเองได้ “ไปทุกที่ เราจะปล่อยให้เขาให้อิสระเต็มที่อยากทำอะไรทำ เราคอยดูห่างๆ ไม่อายครับ เขาต้องเรียนรู้ เพราะเราไม่ได้อยู่กับเขาตลอดเวลา” พ่อ A.D. กล่าว

การใช้แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิตส่งเสริมให้ A.D. สามารถเข้าถึงแหล่งทรัพยากรนั้นๆ ได้ด้วยตนเอง ซึ่งการเลือกและการตัดสินใจต่างๆ นั้น เกิดขึ้นได้จากความรู้ที่ได้รับจากการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาและความร่วมมือกันระหว่างผู้ปกครองและผู้วิจัยจึงก่อให้เกิดผลพฤติกรรมขึ้นมาได้ อย่างไรก็ตามในหน่วยการเรียนรู้ต่อไป (ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม) จะทำให้ A.D. มีทักษะการสื่อสารตลอดจนสามารถจัดการกับระดับความสัมพันธ์ของเขากับบุคคลรอบข้างได้ เพื่อให้การเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการมีความสนุกสนานและเป็นประโยชน์มากขึ้น

2.6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) ในหน่วยการเรียนรู้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งนับเป็นหน่วยการเรียนรู้สุดท้ายของ A.D. ใช้ระยะเวลารวม 6 ชั่วโมง สอนให้ A.D. ทราบถึงการสื่อสารที่ต้องประกอบด้วย ผู้ส่งสารและผู้รับสาร ให้รู้จักการสื่อสารแบบ 2 ทาง มีการตอบโต้กัน การสื่อสารด้วยภาษา หรือ วัจนภาษา และการสื่อสารด้วยท่าทาง หรือสัญลักษณ์ โดยไม่ใช้คำพูด เรียกว่า อวัจนภาษา เพื่อให้เขาสามารถสื่อสารถึงความต้องการของตนเองกับบุคคลรอบข้างเข้าใจได้ ทั้งนี้ในการใช้แบบวัดก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา A.D. สามารถทำคะแนนปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอยู่ในระดับดีมาก ตลอดจนการสังเกตพฤติกรรมของ A.D. พบว่า A.D. สามารถริเริ่มในการสร้างปฏิสัมพันธ์ด้วยการชวนผู้อื่นพูดคุยได้ การสื่อสารด้วยคำพูด แม้จะยังไม่ชัดเจนในบางครั้งและพูดเร็ว แต่ก็เข้าใจได้กับครูและเพื่อน แต่อย่างไรก็ตามหลักสูตรนันทนจิตได้ส่งเสริมให้ A.D. มีความเข้าใจมากขึ้นถึงการสื่อสารที่เมื่อมีผู้พูดแล้วต้องมีผู้ฟัง จึงเป็นการเพิ่มความตั้งใจในการรับข่าวสารของเขา และสร้างความพยายามในการพูดให้ช้าลงและชัดเจนมากขึ้น รวมถึงการสื่อสารโดยใช้ท่าทางประกอบสำหรับวัตถุประสงค์ที่ 1 (A.D. สามารถแสดงถึงกระบวนการสื่อสารที่มีผู้รับสารและส่งสารได้) เมื่อเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้ว ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้ปกครองเกี่ยวกับทักษะการสื่อสารของ A.D. ในด้านผู้ส่งสารและผู้รับสาร ผู้ปกครองให้ข้อมูลกับผู้วิจัยถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของ A.D. ดังนี้ “เขาเป็นคนพูดเก่งอยู่แล้วรับคุณครูไปไหนนี่เราไม่ห่วงเพราะเขารู้จักคุย แต่ว่าเดิมนี่เขาจะพูดของเขาคนเดียวไปเรื่อยๆ คือบางทีเราก็ก้มไม่ค่อยได้ฟังหรือบางครั้งฟังไม่ทัน เดิมนี่เขาสะกิดกริบ คือเหมือนกับบอกมาให้ฟังหน่อย แล้วก็พูดช้าลง คือเรารู้ปัญหาของเขาตรงนี้แล้ว แต่เมื่อก่อนก็ปล่อย” พ่อ A.D. กล่าว “เขาพูดเร็วคะ แต่ก็คิดว่าเด็กทั่วไป เพราะตอนเด็กนี่แม่ใช้นิ้วนิ้วคลึงเขาทุกวัน เด็กดาวนี่ลิ้นใหญ่คะ สรีระเขาเป็นอย่างนี้เอง เราก็กต้องบริหารเขาแต่เด็ก” แม่ A.D. กล่าว “น้องเขาจะฟังรู้เรื่องที่สุด (หมายถึงน้องของ A.D.) สื่อกันได้แต่ตอนนี้แม่ก็จะบอก A.D. พูดช้าๆ ซึ่แม่ฟังไม่ทัน เขาก็จะพูดใหม่คะ” สำหรับผู้วิจัยถือเป็นการปรับพฤติกรรมการพูดเร็วของ A.D. โดยการสนองตอบต่อการสื่อสารของผู้ฟัง (ผู้ปกครอง) ของ A.D. ว่าต้องการให้ทบทวนคำพูดใหม่อีกครั้ง ซึ่ง A.D. ก็ทำตามนั้น การที่ผู้ปกครองทราบถึงปัญหาการพูดเร็วทำให้การปรับพฤติกรรมเป็นไปในทิศทางที่ตรงประเด็น นอกจากนี้ การสื่อสารด้วยคำพูดที่ชัดเจนยังสื่อสารถึงสิ่งที่ A.D. คิดออกมาให้ผู้อื่นทราบ หลังการเข้ารับบริการผู้วิจัยได้สมมติสถานการณ์ การช้อนกุนเชียงของน้อง A.D. โดยให้น้องของ A.D. นำกุนเชียงไปช้อนไว้ในที่ซึ่งคาดว่าจะหายากและให้ A.D. ทราบด้วย ซึ่งได้นำกุนเชียงไปช้อนไว้ในห้องครัวในตู้ลอยคิดเพดาน ตัวที่ 3 นับจากซ้ายมือ และวางอยู่ในแก้วน้ำใบสีขาว เมื่อทราบที่ช้อน A.D. ต้องมาบอกที่ช้อนกุนเชียงกับผู้วิจัยดังนี้ “ครูแจ๊ค อยู่ในครัว มานี่” (A.D. จูงมือผู้วิจัยเข้าไปในครัว) และชี้ไปที่ตู้ลอยซึ่งเขานอยู่ชั้นบน

ซึ่งมี 2 มุม คือ แผลงด้านหน้าและแผลงด้านขวามือ เมื่อหันหน้าเข้าครัว ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า “ไม่ให้ชี้ว่าอยู่ตรงไหนแต่ให้บอกแทน A.D. บอกผู้วิจัยอีกดังนี้ “อยู่ตรงหน้าครูเจ็ด” ผู้วิจัยเปิดตู้ด้านบนริมขวาสุดแต่ไม่พบสิ่งใด A.D. บอกว่า “ไม่ใช่ อันนั้น อันโน้น” ผู้วิจัยถาม A.D. ว่า “ตรงไหน ตรงกลาง หรือริม” A.D. ตอบได้ว่า “ตรงกลาง” ผู้วิจัยเปิดตู้ตรงกลางพบแก้ววางอยู่ประมาณ 10 ใบ “ตรงไหนครับคุณเจอยู่ไหน” ผู้วิจัยถาม “ในแก้ว” A.D. ตอบ “ใบไหนละครับ เยอะไปหมดเลย” ผู้วิจัยถาม “สีขาว” A.D. ตอบ ผู้วิจัยหยิบแก้วใบสีขาวขึ้นมาจึงพบคุณเจที่หายไป การสื่อสารอย่างมีจุดมุ่งหมายในการค้นหาของที่สูญหายไปนี้ A.D. สามารถทำได้รวดเร็ว

นอกจากการสื่อสารด้วยคำพูดแล้วการสื่อสารด้วยภาษาท่าทางก็เป็นอีกหนึ่งรูปแบบการสื่อสารที่ A.D. ได้เรียนรู้ในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา สำหรับ A.D. การใช้การสื่อสารด้วยอวัจนภาษานั้น เขาจะใช้ประกอบการสื่อสารแบบวัจนภาษา ส่วนมากในชีวิตประจำวันดังคำให้สัมภาษณ์ของผู้ปกครอง “เวลาเขาบอกหรือเล่าอะไรให้ผมฟังจะยกมือไปด้วย เขาคิดอยู่แล้วครับ ผมว่าดีทำให้เวลาเราฟังแล้วไม่เบื่อ เขาพูดคุยกับเพื่อนๆ นี่สังเกตได้ครับจะมีท่าทางประกอบ (ผู้วิจัยสังเกตได้จากการบันทึกภาพการสนทนาร่วมกันของ A.D. และเพื่อนของเขา) สร้างความเข้าใจไปพร้อมๆ กัน เมื่อก่อนเขาจะชอบสะกิดครับ แต่ตอนนี้ถ้าเราหันหน้าไปมองเขาและพยักหน้าหรือพูดตอบเขาจะไม่ค่อยสะกิด (A.D. เรียนรู้จากพฤติกรรมที่บ่งบอกว่าตั้งใจฟังคือ พยักหน้าและหันมามอง) ซึ่งเป็นการแสดงพฤติกรรมที่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ 3

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. ผลของการวัดและสังเกตพฤติกรรมของ A.D. ที่เกี่ยวข้องกับน้ำหนักก่อนการเข้ารับบริการ  
ในหลักสูตรโปรแกรมน้ำหนักศึกษา

รายการ	คะแนน	การแปลความหมาย
1.ความชอบซึ่งทางน้ำหนัก		
1.1 แบบวัดกิจกรรมน้ำหนักการ ที่ตื่นเคยเล่น	6	การรับรู้ถึงความหลากหลายของกิจกรรมน้ำหนักการ อยู่ในระดับ ดี
1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทาง น้ำหนัก	13	แรงจูงใจภายในอยู่ในระดับ ดีมาก
1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำ หรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉันทัน	13	การรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมน้ำหนักการ อยู่ในระดับ ดีมาก
1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจ ประจำวัน	2	การทำกิจกรรมน้ำหนักการในชีวิตปกติอยู่ในระดับ น้อย
1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่ง ทางน้ำหนักรอบๆบ้านของฉันทัน	2	การรับรู้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางน้ำหนักบริเวณ ชุมชนบ้านของตนเองอยู่ในระดับ ดี
1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผล ทางน้ำหนัก	1	ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วม กิจกรรมทางน้ำหนักของตนเองอยู่ในระดับ น้อย
1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้า ร่วมกิจกรรมน้ำหนักการ	4	การแสดงพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมน้ำหนักการอยู่ ในระดับ ดีมาก
1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรค ทางน้ำหนัก	2	ความสามารถในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วม ทางน้ำหนักอยู่ในระดับ น้อย
1.9 แบบวัดความสามารถในการ เอาชนะอุปสรรคทางน้ำหนัก	1	ความสามารถในการแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรคทาง น้ำหนักอยู่ในระดับ น้อย
1.10 แบบวัดประสบการณ์ น้ำหนักของฉันทัน	3	ความสามารถในการกำหนดกิจกรรมน้ำหนักการ อยู่ในระดับ น้อย
1.11 แบบสังเกตพฤติกรรม การเอาชนะอุปสรรคทางน้ำหนัก	3	พฤติกรรมแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทาง น้ำหนัก อยู่ในระดับ ดีมาก

หมายเหตุ: เกณฑ์คะแนนในแต่ละแบบแสดงไว้ในภาคผนวก ก

รายการ	คะแนน	การแปลความหมาย
<b>2.การตระหนักรู้ส่วนตน</b>		
<b>ทางนันทนจิต</b>		
2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่ฉันชอบทำ	10	ความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผลอยู่ในระดับ ดีมาก
2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ	4	ความสามารถในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับ ดี
2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน อดีต	1	ความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคย เล่นในอดีตอยู่ในระดับ น้อย
2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ใน ปัจจุบัน	4	ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการในปัจจุบันอยู่ในระดับ ดี
2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน อนาคต	1	ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการที่ต้องการทำในอนาคต อยู่ในระดับ น้อย
<b>3.ความมีอิสระในการกำหนดเลือก</b>		
<b>ด้วยตนเองทางนันทนจิต</b>		
3.1 แบบวัดความมีอิสระในการ กำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต	1	ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน อยู่ระดับ น้อย
3.2 แบบสำรวจตารางเวลา	0	มิได้มีการกำหนดตารางเวลาของตนเอง
3.3 แบบวัดความพึงพอใจ ทางนันทนจิต	11	ความพึงพอใจทางนันทนจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการอยู่ในระดับ ดี
3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิ ของตนเองคำถามชุด	3	ความสามารถในการแสดงสิทธิของตนเอง อยู่ในระดับ ดี

หมายเหตุ: เกณฑ์คะแนนในแต่ละแบบแสดงไว้ในภาคผนวก ก

รายการ	คะแนน	การแปลความหมาย
<b>4.การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต</b>		
4.1แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง	1	ความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของตนเองอยู่ในระดับ น้อย
4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรม การกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้	3	การแสดงพฤติกรรม การกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้อง กับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ อยู่ในระดับ ดี
4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	3	ความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับ ดี
4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ	2	ในครอบครัวมีกระบวนการสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว	2	ในครอบครัวมีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
<b>5.ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต</b>		
5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร	4	ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารอยู่ในระดับ ดีมาก
5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์	2	ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์ อยู่ในระดับ น้อย
5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์	1	ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์อยู่ในระดับ น้อย
5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ	3	พฤติกรรมวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับน้อย
5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร	1	อยู่ในระดับน้อย
<b>6.ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b>		
6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	21	ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับ ดีมาก
6.2 แบบสังเกตพฤติกรรม	3	การแสดงพฤติกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์ อยู่ในระดับ ดี

ผลของการวัดและสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตหลังการเข้ารับบริการ  
ในหลักสูตรโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

รายการ	คะแนน	การแปลความหมาย
<b>1.ความซาบซึ้งทางนันทนจิต</b>		
1.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่เล่นคนเดียว	16	การรับรู้ถึงความหลากหลายของกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับ ดีมาก
1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทาง นันทนจิต	14	แรงจูงใจภายในอยู่ในระดับ ดีมาก
1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำ หรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉันทัน	14	การรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับ ดี
1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจ ประจำวัน	3	การทำกิจกรรมนันทนาการในชีวิตอย่างปกติอยู่ในระดับ ดีมาก
1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่ง ทางนันทนจิตรอบๆบ้านของฉันทัน	8	การรับรู้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณ ชุมชนบ้านของตนเองอยู่ในระดับ ดีมาก
1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผล ทางนันทนจิต	5	ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วม กิจกรรมทางนันทนจิตของตนเองอยู่ในระดับ ดีมาก
1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ	6	การแสดงพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ ในระดับ ดีมาก
1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรค ทางนันทนจิต	6	ความสามารถในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วม ทางนันทนจิตอยู่ในระดับ ดีมาก
1.9 แบบวัดความสามารถในการ เอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต	6	ความสามารถในการแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรคทาง นันทนจิตอยู่ในระดับ ดีมาก
1.10 แบบวัดประสบการณ์ นันทนจิตของฉันทัน	7	ความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับ ดีมาก
1.11 แบบสังเกตพฤติกรรม การเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต	6	พฤติกรรมแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทาง นันทนจิต อยู่ในระดับ ดีมาก

รายการ	คะแนน	การแปลความหมาย
<b>2.การตระหนักส่วนตน</b>		
<b>ทางนันทจิต</b>		
2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่ฉันชอบทำ	10	ความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผลอยู่ในระดับ ดีมาก
2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ	6	ความสามารถในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับ ดีมาก
2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน อดีต	6	ความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคย เล่นในอดีตอยู่ในระดับ ดีมาก
2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน ปัจจุบัน	6	ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการในปัจจุบันอยู่ในระดับ ดีมาก
2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน อนาคต	6	ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการที่ต้องการทำในอนาคต อยู่ในระดับ ดีมาก
<b>3.ความมีอิสระในการกำหนดเลือก</b>		
<b>ด้วยตนเองทางนันทจิต</b>		
3.1 แบบวัดความมีอิสระในการ กำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทจิต	5	ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน อยู่ระดับ ดีมาก
3.2 แบบสำรวจตารางเวลา	2	มีการกำหนดตารางเวลาของตนเอง
3.3 แบบวัดความพึงพอใจ ทางนันทจิต	14	ความพึงพอใจทางนันทจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการอยู่ในระดับ ดีมาก
3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิ ของตนเองคำถามชุด	7	ความสามารถในการแสดงสิทธิของตนเอง อยู่ในระดับ ดีมาก



รายการ	คะแนน	การแปลความหมาย
<b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทำ นันทนจิต</b>		
4.1 แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง	4	ความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของตนเองอยู่ในระดับ ดีมาก
4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้	4	การแสดงพฤติกรรม การกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้อง กับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ อยู่ในระดับ ดีมาก
4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	5	ความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับ ดีมาก
4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ	2	ในครอบครัวมีกระบวนการสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว	2	ในครอบครัวมีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
<b>5.ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต</b>		
5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร	6	ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารอยู่ในระดับดีมาก
5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารสิ่งพิมพ์	4	ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์ อยู่ในระดับ ดีมาก
5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์	4	ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์อยู่ในระดับ ดีมาก
5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ	6	พฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับดีมาก
5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร	4	อยู่ในระดับดีมาก
<b>6.ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b>		
6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	21	ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในระดับ ดีมาก
6.2 แบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	4	การแสดงพฤติกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์ อยู่ในระดับ ดีมาก

## อภิปรายผลการวิจัย

### การพัฒนาแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประกอบด้วย 4 ขั้นตอนคือ 1) ขั้นการรวบรวมข้อมูล เป็นขั้นตอนการประเมินผลทางพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต 2) ขั้นการวางแผนจัดดำเนินการ โครงการ เป็นขั้นตอนการสรุปพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต 3) ขั้นการนำโครงการไปใช้ เป็นขั้นตอนการนำรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและหลักสูตรไปจัดดำเนินการ ซึ่งประกอบด้วย เนื้อหาทางด้านความซาบซึ้งทางนันทนจิต (Leisure appreciation), การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต (Awareness of Self in Leisure), ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต (Self-determination in Leisure), การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต (Making Decisions regarding Leisure participation), ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต (Knowledge and Utilization of resources facilitating Leisure), ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) 4) ขั้นการประเมิน ติดตามผล เป็นขั้นตอนการสังเกต วัดผลพัฒนาการของกรณีศึกษาและติดตามผลโครงการร่วมกับการประเมินผลทางโทรศัพท์ โดยรูปแบบที่พัฒนาขึ้นผ่านความเห็นจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านนันทนาการการศึกษาพิเศษ จิตวิทยา สังคมสงเคราะห์ และผู้ดูแล หลังจากนั้นได้มีการนำข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิมาปรับปรุงแก้ไข จึงนำรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาไปใช้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในกลุ่มอาการดาว์นซินโดรม (Down Syndrome) เพศชาย อายุ 18 ปี เพื่อดูพัฒนาการของพฤติกรรมและความสามารถที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิต พบว่า จากแบบวัดแบบสังเกต 32 แบบ สามารถพัฒนาได้ดีขึ้นจนถึงระดับดีมาก 31 แบบวัด และแบบสังเกต ส่วนอีก 1 แบบวัด อยู่ในรอบดี ทั้งนี้รูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับรูปแบบนันทนจิตศึกษาของมันดี (Mundy, 1998) ซึ่งได้นำเสนอรูปแบบดังกล่าวสำหรับบุคคลพิการ ประกอบด้วย ปัจจัยนำเข้า (input) กระบวนการ (process) และผลลัพธ์ (output) สำหรับปัจจัยนำเข้าเป็นการประเมินความสามารถและทักษะเบื้องต้นในความรู้เกี่ยวกับนันทนจิต ความสามารถในการระบุกิจกรรมที่ชอบได้ เป็นต้น ในกระบวนการของมันดี ได้นำเสนอเนื้อหาทางนันทนจิตศึกษาซึ่งประกอบด้วย การตระหนักทางนันทนจิต (Leisure Awareness) การตระหนักส่วนตน (Self Awareness) ทักษะนันทนจิต (Leisure skills) การตัดสินใจ (Decisions-Making) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) ในด้านผลลัพธ์ มันดี ให้ความสำคัญกับการตอบสนองต่อผลที่ได้จากพัฒนาการประเมินจากปัจจัยนำเข้า (input) โดยรูปแบบดังกล่าวเป็นไปในทิศทางเดียวกับผู้วิจัยกล่าวคือ มีขั้นตอนประเมินผลก่อนการเข้ารับบริการ ขั้นตอนการเข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรม และขั้นตอนประเมินผลหลังเข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรม

นอกจากนี้ มันดีและ โอดัม (Mundy and Odum, 1979) ยังให้ความสำคัญกับการพัฒนาบุคคลให้มีความเข้าใจถึงโอกาส ศักยภาพ และความสนใจในกิจกรรมนันทนาการ ผ่านกระบวนการนันทนจิตศึกษาเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ทักษะซึ่งจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการมีการเข้าร่วมทางนันทนจิตที่กว้างขวางมากยิ่งขึ้น ถึงแม้ว่านันทนจิตศึกษามีความสำคัญกับคนทุกกลุ่ม แต่หลักสูตรทางนันทนจิตศึกษาจะมีความแตกต่างกันไปตามแต่ละบุคคล (Dattilo and Murphy, 1997) ด้วยความหลากหลายทางสรีระ สถิติปัญญา อารมณ์และข้อจำกัดทางสังคม ดังนั้นหลักสูตรทางนันทนจิตจะต้องมีความสอดคล้องกับความสามารถและข้อจำกัดของผู้เข้ารับบริการ แต่อย่างไรก็ตามยังคงไว้ซึ่งการพัฒนาศักยภาพ ทักษะ ความสามารถ และทัศนคติของผู้เข้ารับบริการด้วยแนวคิดองค์ประกอบของเนื้อหาหลักสูตรทางนันทนจิตที่มีความหลากหลายตามที่วิทท์, เอลลิสและนัยล์ส (Witt, Ellis, and Niles, 1984) ได้นำเสนอองค์ประกอบของรูปแบบนันทนจิตศึกษาว่าประกอบด้วย 1) การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต 2) ความซาบซึ้งทางนันทนจิต 3) ความเข้าใจถึงความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต 4) ความสามารถเพื่อการตัดสินใจที่คำนึงถึงการเข้าร่วมทางนันทนจิต 5) ความรู้และการใช้ประโยชน์แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนจิต 6) ความรู้ถึงผลของทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคม 7) ทักษะกิจกรรมนันทนาการ โดยเนื้อหาดังกล่าวจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการพัฒนาทัศนคติทางนันทนจิต ความรู้และทักษะที่มีความสอดคล้องกับโอกาสในการเกิดศักยภาพ ความพึงพอใจ และสมรรถนะทางนันทนจิต ซึ่งมีความสอดคล้องกับเนื้อหาในหลักสูตร โปรแกรมนันทนจิตที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น โดยผ่านกระบวนการตรวจสอบความสอดคล้องวัตถุประสงค์จากผู้ทรงคุณวุฒิ 7 ท่านดังนี้

การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้เกี่ยวกับความสามารถในการบอกรายชื่อของกิจกรรมนันทนาการที่ชอบได้ ตลอดจนบอกเหตุผลและปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นๆ เช่น เงิน เวลา และทักษะ นอกจากนี้ยังให้ผู้เข้ารับบริการได้คำนึงถึงการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต ปัจจุบันและกิจกรรมที่ต้องการทำในอนาคต ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดของ เอเวอร์ท และ โฮเลนฮอร์สท์ (Ewart and Hollenhorst, 1989) กล่าวว่า การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต เป็นองค์ประกอบสำคัญใน โปรแกรมนันทนจิตศึกษา เพราะจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการได้สำรวจ ค้นพบและพัฒนาความรู้เกี่ยวกับตนเองในเนื้อหาทางนันทนจิต ซึ่งควรจะบรรจุเนื้อหาความรู้ในสิ่งที่ตนเองชอบ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมนันทนาการ สามารถให้เหตุผลในการเลือกได้อย่างเหมาะสม โดยอาจคำนึงถึงการเข้าร่วมกิจกรรมในอดีตและปัจจุบัน ซึ่งสร้างความสนุกและประทับใจให้กับตนเอง นอกจากนี้การคำนึงถึงการเข้าร่วมกิจกรรมในอดีตและปัจจุบัน ซึ่งสร้างความสนุกและประทับใจให้กับตนเอง นอกจากนี้การคำนึงถึงการเข้าร่วมกิจกรรมในอดีตจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการสามารถระบุอุปสรรคสำหรับปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเขาได้ เช่น ในอดีตที่เขาไม่สนุก

กับการเล่นเปียโน เพราะเขาไม่มีทักษะที่ดี การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นในครั้งต่อไปหากเขายังต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นอย่างสนุกสนาน เขาก็ควรพัฒนาปัจจัยด้านทักษะของตนเอง ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นในอนาคต ยิ่งไปกว่านั้นความสามารถในการรู้ถึงปัจจัยดังกล่าวจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรมนั้นทัศนคติสามารถพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในการทำกิจกรรมในอนาคตของตนเอง การเรียนรู้ทัศนคติศึกษาผ่านกิจกรรมนั้นทางการยังช่วยให้ผู้เข้ารับบริการรับรู้ถึงความรู้สึกพึงพอใจในกิจกรรมนั้น หรือความล้มเหลวจากการเข้าร่วม จึงเป็นการรับรู้ผ่านประสบการณ์ตรง ตามแนวคิดของจอห์นสันและซอร์ริงค์ (Johnson and Zoerink, 1977) ที่กล่าวว่า การใช้เทคนิคการประเมินคุณค่าที่ชัดเจน (การทดลองทำจริง) จะช่วยให้บุคคลเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองได้ อันจะทำให้ตระหนักถึงคุณค่าและความสามารถของตนเอง

ตามแนวคิดของผู้วิจัยการมีระดับของการตระหนักส่วนตนทางทัศนคติอย่างพอเพียง จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมนั้นทางการตามความต้องการของผู้เข้ารับบริการ โดยการคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในการออกแบบกิจกรรมให้เหมาะสมของผู้ให้บริการเป็นสำคัญ

ความซาบซึ้งทางทัศนคติ ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้เกี่ยวกับความหมายของทัศนคติ ลักษณะพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการในเวลาว่าง ความต้องการในการรับรู้ถึงโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการในชุมชน ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการ ตลอดจนการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการอย่างสนุกสนาน ความสามารถในการระบุอุปสรรคและแก้ไขปัญหาเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการได้ ซึ่งแคพเพิล (Cappel, 1990) ได้ระบุถึงการพัฒนาด้านของความซาบซึ้งที่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติซึ่งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของบุคคลว่า ความเข้าใจแนวคิดของทัศนคติและวิถีชีวิตทางทัศนคติคือส่วนสำคัญในการพัฒนาด้านของความซาบซึ้ง ผู้วิจัยได้นำเสนอความหมายของทัศนคติว่า เป็นการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการในเวลาว่างอันเกิดจากแรงจูงใจภายในและการเลือกอย่างอิสระเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่งประกอบด้วยส่วนสำคัญคือ กิจกรรมนั้นทางการ เวลาว่าง แรงจูงใจภายใน การเลือกอย่างอิสระและคุณภาพชีวิต ซึ่งมีความสอดคล้องกับ แคทริลโลและ เมอร์ฟี (Dattilo and Merphy, 1991) ได้กล่าวถึง แนวคิดของทัศนคติว่า ประกอบด้วย 1) กิจกรรมนั้นทางการ 2) เวลาว่าง และ 3) ภาวะทางจิต นอกจากนี้ นูลิงเกอร์ (Neulinger, 1974) ได้อธิบายถึงมิติของทัศนคติว่าประกอบด้วย มิติของอิสรภาพ แรงจูงใจภายใน ซึ่งการที่บุคคลจะเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทางการควรมาจากการเลือกของตนเองมากกว่าการบีบบังคับ ซึ่งหมายถึงการให้ความสำคัญกับแรงจูงใจภายในด้วย ทัศนคติยังเป็นภาวะทางจิตที่มีความสำคัญ สำหรับนักวิชาการอย่าง แมนเนล (Mannell, 1984) ซึ่งเป็นเรื่องของเอกกัตบุคคล และมีความสอดคล้องกับการรับรู้ถึงอิสรภาพในการเลือกที่จะเข้าร่วมอย่างมีความหมาย สนุกสนาน หรือความพอใจใน

ประสบการณ์นั้น การได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างสนุกสนานและพึงพอใจที่เกิดจากการไปเข้าร่วมโดยสมัครใจและกระทำในเวลาว่างของตนเองนี่ก็เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการให้ความสำคัญกับนันทนิจของผู้เข้ารับบริการ นอกจากนี้ไอโซ-อะโฮลา และ เวตซิงเกอร์ (Iso-Ahola and Weisinger, 1990) ยังได้ส่งเสริมให้ผู้เข้ารับบริการในหลักสูตรโปรแกรมนันทนิจรู้ถึงประโยชน์ที่ตนเองได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เพื่อเป็นการตระหนักและให้ความสำคัญกับนันทนิจ ตลอดจนความสามารถในการเข้าถึงกิจกรรมนันทนาการในบริเวณชุมชนของตนเองด้วย เพื่อเพิ่มโอกาสทางนันทนิจ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ สำหรับความซาบซึ้งทางนันทนิจผู้วิจัยยังได้กำหนดให้ผู้เข้ารับบริการเรียนรู้ถึงอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองต้องการ ตลอดจนแนวทางการแก้ไขปัญหาเพื่อโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งมีความสอดคล้องกับ แดทธิโล และ เมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1991) กล่าวว่า การรับรู้ถึงอุปสรรคจะทำให้ผู้เข้ารับบริการสามารถพิจารณาตัดสินใจเลือกเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการได้ และพัฒนาศักยภาพของตนเองในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่จะเป็ผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง ซึ่งความซาบซึ้งทางนันทนิจ สามารถเรียนรู้ได้ผ่านกระบวนการกิจกรรมนันทนาการเช่นกัน

ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนิจ ผู้วิจัยได้พัฒนาวัตถุประสงค์การเรียนรู้เกี่ยวกับระดับของความมีอิสระในการกำหนดเลือกของผู้เข้ารับบริการ การให้ความสำคัญกับการตั้งจุดมุ่งหมายให้สอดคล้องกับกิจกรรมนันทนาการที่เข้าร่วม การแสดงความรับผิดชอบในตนเองที่มีต่อกิจกรรมในเวลาว่าง การแสดงความชอบที่เหมาะสมด้วยการสื่อสารอย่างมีเหตุผล รวมถึงการรู้ว่าสิทธิที่ตนเองพึงมี ซึ่ง วิทท์, เอลลิส และ นายส์ (Wilt, Ellis and Niles, 1984) ได้กล่าวว่า โปรแกรมนันทนิจศึกษาเป็นการพัฒนาการรับรู้ถึงสมรรถนะทางนันทนิจด้วยการเข้าไปมีส่วนร่วมในโปรแกรม จากการตั้งจุดมุ่งหมายและดำเนินการให้บรรลุจุดมุ่งหมายด้วยกิจกรรมนันทนาการ โดยการตั้งจุดมุ่งหมายนั้นจะต้องเกิดจากความต้องการของผู้เข้ารับบริการเอง แรงจูงใจภายใน ควบคุมได้และสามารถปฏิบัติได้จริง ซึ่งเป็นไปตามแนวทางการตั้งจุดมุ่งหมายของผู้วิจัย ดังนั้นเมื่อผู้เข้ารับบริการสามารถปฏิบัติตนได้บรรลุจุดมุ่งหมายจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น เมื่อเล่นแล้วสนุก มีการพัฒนาทักษะ ก็จะทำให้มีระดับของความมีอิสระในการกำหนดเลือกดีขึ้น ควบคู่ไปกับการพัฒนาตนเองให้มีทักษะทางนันทนิจ ดังที่ แดทธิโลและเบอร์เนทกล่าวไว้ (Dattilo and Bennett, 1985) นอกจากนี้ เดอเวลลิส (Devellis, 1977) ยังได้ให้การสนับสนุนการสร้างควมรับผิดชอบให้กับผู้เข้ารับบริการให้มีต่อนันทนิจของตนเอง เพราะจะเป็นประโยชน์หลังจากเข้ารับโปรแกรมนันทนิจศึกษาแล้ว โดยผู้วิจัยได้กำหนดให้เป็นด้านทักษะ ความรู้ในแหล่งทรัพยากร การดูแลสุขภาพและการเริ่มทำด้วยตนเอง ยังเป็นไปในทิศทางเดียวกัน เนียมคุมสกี และ

สโวโบดา (Neitupski and Svoboda, 1982) ที่ต้องการให้บริการในด้านการพัฒนาความเป็นผู้มีความคิดริเริ่ม ในการทำกิจกรรม การดูแลสุขภาพ การพัฒนาทักษะ อย่างไรก็ตามการพัฒนาความสามารถในการสื่อสาร ด้วยเหตุผลเป็นการสนับสนุนโอกาสในการทำกิจกรรมที่ตนเองต้องการได้ สำหรับในด้านสิทธิกับความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นนี้มีแนวคิดสอดคล้องกับ ลี และ โมบิลี (Lee and Mobily, 1988) ซึ่งกล่าวว่า อิสรภาพในการเข้าร่วม และในการเลือก ตลอดจนการควบคุมตนเองได้ถือเป็นสิทธิที่มนุษย์ทุกคนพึงมีและนั่นจะเป็นเหตุผลในการมีอิสระในการกำหนดเลือกส่วนตน ดังนั้นหลักสูตร โปรแกรม นันทนจิตศึกษาจึงควรพัฒนาด้านนี้แก่ผู้เข้ารับบริการ นอกจากนี้ เคลลี (Kelly, 1990) ยังให้ข้อมูลเพิ่มเติมอีกว่า ใจความสำคัญของสิทธิมนุษยชน คือ โอกาส ดังนั้น ผู้วิจัยจึงพัฒนาให้การบรรลุเป้าหมายในความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตของผู้เข้ารับบริการให้ได้รับโอกาสในการเลือกและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลาย และถือเป็นสิทธิของมนุษย์อย่างหนึ่งที่ได้รับบริการพึงได้รับ แต่อย่างไรก็ตามสิทธิด้านต่างๆ ที่ผู้วิจัยให้กับผู้เข้ารับบริการเพื่อประโยชน์ทางด้านความมีอิสระในการกำหนดเลือกทางนันทนจิตนั้นได้รับการดูแลให้อยู่ในขอบเขตของความเป็นไปได้จากผู้ดูแลด้วย

การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ผู้วิจัยได้พัฒนาวัตถุประสงค์การเรียนรู้ สำหรับผู้เข้ารับบริการเกี่ยวกับการระบุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง พัฒนาการตัดสินใจเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการ ตลอดจนระบุถึงสิ่งที่จำเป็นในการบรรลุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมจากปัจจัยภายในตนเอง และปัจจัยภายนอกได้ ตามที่ แดทธิโล และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1987) ได้กล่าวว่า ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจะเป็นผลมาจากการตัดสินใจเลือกกิจกรรมอย่างถูกต้อง ดังนั้นผู้ให้บริการจึงควรส่งเสริมทักษะในการตัดสินใจ จากการประเมินด้วยการตั้งจุดมุ่งหมาย และตัดสินใจเลือกกิจกรรมตามจุดมุ่งหมายนั้น แมคโดเวล (McDowell, 1976) กล่าวว่า การตัดสินใจที่ประสบความสำเร็จสามารถพัฒนาได้โดยการประเมินความสนใจและทัศนคติทางนันทนจิต เพื่อการระบุจุดมุ่งหมายที่เป็นจริงและตรวจสอบได้ ซึ่งพบว่ามีความสอดคล้องกับผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ให้ผู้เข้ารับบริการสามารถระบุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมของตนเองได้ นอกจากนี้ บอว์ฟาร์ด (Bouffard, 1990) ยังได้คำนึงถึงองค์ประกอบเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้เพื่อเป็นแนวทางการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ผู้เข้ารับบริการ เช่น หากต้องการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาฟุตบอลอย่างสนุกสนาน ผู้เข้ารับบริการควรจะคำนึงถึงองค์ประกอบในด้านทักษะเป็นต้น และยังมีความสอดคล้องกับการพัฒนาวัตถุประสงค์ของผู้วิจัยในการระบุสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตด้วย

การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ควรประกอบด้วยเนื้อหาในการช่วยให้บุคคลพิการสามารถจัดอุปสรรคในความไม่รู้ถึงศักยภาพของตนเองและสภาพแวดล้อมที่จะเป็นผลต่อการ

คัดสินใจ ดังที่ เมอร์ฟี (Murphy, 1975) ได้กล่าวว่า บุคคลผู้พิการหลายคนมีประสบการณ์ในอุปสรรคจากสภาพแวดล้อมและตนเองที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต ดังนั้น เนื้อหานันทนจิตศึกษาควรระบุสิ่งที่จำเป็นถึงจากบุคคลและสภาพแวดล้อม เพื่อเพิ่ม โอกาสในการบรรลุจุดมุ่งหมายอันจะเป็นผลให้การคัดสินใจมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น จากแนวคิดดังกล่าวผู้วิจัย ได้พัฒนาเป็นวัตถุประสงค์การเรียนรู้ให้ผู้เข้ารับบริการสามารถระบุแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายใน คือ ความรู้สึก อารมณ์ ทักษะทางสติปัญญา สมรรถนะทางกาย และทักษะทางสังคม ซึ่งจะเป็นองค์ประกอบเพื่อช่วยในการคัดสินใจถึงแนวทางในการทำกิจกรรมนันทนาการ เช่น เมื่อผู้เข้ารับบริการยังคงลักษณะทางความรู้สึกและอารมณ์แนวทางการคัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ก็ควรเป็นกิจกรรมประเภทสุนทรียศาสตร์เป็นต้น นอกจากนี้ยังคำนึงถึงด้านภายนอกด้วย คือ การเงิน สถานที่ บุคคลที่ผู้พิการจะทำกิจกรรมด้วยและครอบครัว องค์ประกอบต่างๆ เหล่านี้เป็นการเตรียมความพร้อมในกระบวนการคัดสินใจของผู้เข้ารับบริการ กล่าวคือ สามารถตั้งจุดมุ่งหมาย ผลที่คาดว่าจะได้รับ ตลอดจนประเมินความเป็นไปได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ให้บรรลุจุดมุ่งหมาย ซึ่งจะเป็นผลให้เกิดคุณภาพของการคัดสินใจ

ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต ผู้วิจัยได้พัฒนาวัตถุประสงค์การเรียนรู้สำหรับผู้เข้ารับบริการเกี่ยวกับความรู้และการใช้ประโยชน์จากแหล่งทรัพยากรทางเอกสาร สิ่งพิมพ์ แผ่นพับ โฆษณา สมุดโทรศัพท์และการสอบถามจากบุคคลโดยตรง ตลอดจนให้แนวทางความร่วมมือและสนับสนุนจากผู้ปกครองของผู้เข้ารับบริการ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการเพิ่มประสบการณ์ทางนันทนจิตเพิ่มเติม หลังจากทีหลักสูตร โปรแกรมนันทนจิตศึกษาเสร็จสิ้นลง ลัคกี และแซปิโร (Lucky and Shapiro, 1974) กล่าวว่า ความล้มเหลวของบุคคลผู้พิการในการปรับตัวเข้ากับความเป็นอยู่ในชุมชนอาจจะมีสาเหตุมาจากการขาดความตระหนักถึงแหล่งทรัพยากรนันทนาการและไม่สามารถใช้แหล่งทรัพยากรเหล่านั้น ได้ด้วยตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงพัฒนาให้รูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา บรรลุเนื้อหาของความรู้และการใช้ประโยชน์เกี่ยวกับแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตในด้านเอกสาร แผ่นพับแผ่นโฆษณาต่างๆ ให้กับผู้เข้ารับบริการได้จากข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการนั้น เช่น แผ่นพับของสวนสัตว์ ผู้เข้ารับบริการสามารถหาข้อมูลด้านสถานที่ตั้ง การเดินทาง กิจกรรมที่ทำได้ ค่าธรรมเนียมการเข้า ค่าที่พัก เป็นต้น ยังมีความสอดคล้องกับ แคทธิโล และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1991) ได้กล่าวว่า บุคคลผู้สนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจำเป็นต้องมีความรู้ในเรื่องกิจกรรมนั้น เช่น ค่าใช้จ่ายประเภทต่างๆ การเดินทาง ตารางกิจกรรมและสิ่งที่ต้องการเบื้องต้น ซึ่งจะเป็นการเพิ่มโอกาสให้ผู้เข้ารับบริการสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ได้ตามความต้องการของตนเอง อย่างไรก็ตามการเรียนรู้ถึงแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตที่หลากหลายจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการมีช่องทางใน

การศึกษาหาข้อมูลเพิ่มเติมได้ ผู้วิจัยจึงพัฒนาให้ความรู้เพิ่มเติมในการติดต่อสอบถามจากบุคคลผู้เกี่ยวข้องโดยตรงอีกด้วย

ความรู้ในแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตและความสามารถในการใช้ป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่เป็นพื้นฐานของอิสรภาพในลีลาชีวิตทางนันทนิจิต (Independence Leisure Lifestyle) ตามที่ปีเตอร์สัน และกันน์ ได้กล่าวไว้ (Peterson and Gunn, 1984) ผู้เข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรมนันทนิจิตศึกษาที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจึงได้รับความรู้และการค้นหาข้อมูลก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้น เช่น เล่นกับใคร เล่นได้ที่ไหน ต้องมีค่าใช้จ่ายเท่าไร ไปอย่างไร และจะเรียนรู้เพิ่มเติมได้ที่ไหน ทั้งนี้ผู้เข้ารับบริการจะได้รับความช่วยเหลือและคำแนะนำจากผู้ปกครองจนกระทั่งสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองอีกด้วย ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของริชเชอร์ (Richler, 1984) ที่กล่าวว่า ผู้เข้ารับบริการควรได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจนกระทั่งพวกเขาสามารถใช้แหล่งทรัพยากรได้อย่างอิสระและเป็นผู้เข้าร่วมด้วยตนเองได้ในชุมชน

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผู้วิจัยได้พัฒนาวัตถุประสงค์การเรียนรู้สำหรับผู้เข้ารับบริการเกี่ยวกับความสามารถในการสื่อสาร และการแสดงพฤติกรรมทางวจนภาษาและอวจนภาษาได้ ซึ่งนับเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ทั้งนี้ ฟอจท์และคณะ (Fought and Colleagues, 1983) ได้ให้การสนับสนุนว่า ปัญหาที่สำคัญในการแยกตัวออกจากสังคมของผู้พิการ และไม่มีความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นเนื่องจากขาดทักษะในปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ไม่สามารถจะเริ่มการสนทนาเพราะความรู้สึกอายและไม่มั่นใจในตนเอง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นในหลักสูตร โปรแกรมนันทนิจิตศึกษานี้มุ่งให้ผู้เข้ารับบริการที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาสามารถเริ่มการสนทนากับผู้อื่นได้ ควบคุมตนเองได้ สามารถปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ต่างๆ รู้จักให้กำลังใจและช่วยเหลือผู้อื่น หรือแม้กระทั่งร้องขอตามความต้องการของตนเองได้ โดยใช้กิจกรรมนันทนาการทั้งประเภทเดี่ยวและกลุ่มเป็นสื่อกลาง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมนันทนาการกลุ่มที่ต้องเล่นมากกว่า 2 คน อาจต้องมีการใช้อุปกรณ์ร่วมกัน มีการทำงานด้วยกันและก็พัฒนาสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลจากการติดต่อสื่อสารพูดคุยกันทั้งภาษาพูดและภาษากายหรืออวจนภาษาและอวจนภาษาที่ผู้วิจัยได้กำหนดนั้น ส่วนมีบทบาทสำคัญในการสื่อสาร ความสามารถทางภาษาของผู้เข้ารับบริการจะช่วยให้การสื่อสารมีสัมฤทธิ์ผลอย่างมีคุณภาพ มีผู้พูดและมีผู้ฟัง นอกจากนี้การสื่อสารด้วยท่าทาง การแสดงสีหน้า น้ำหนักของเสียงซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาทักษะทางสังคมของผู้เข้ารับบริการด้วย การระบุถึงพฤติกรรมที่จะนำไปสู่ความมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอย่างมีจุดมุ่งหมายตามที่ เซดซี-รุช (Chadsey-Rusch, 1989) ได้กล่าวสนับสนุนว่า การใช้ประโยชน์จากการพัฒนาพฤติกรรมอย่างมีจุดมุ่งหมายช่วยพัฒนาศักยภาพทางปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้

ทั้งนี้รูปแบบการเขียนหลักสูตร โปรแกรมนันทนิจิตของผู้วิจัยนั้นได้ปรับมาจากรูปแบบของ ปีเตอร์สันและกันน์ (Peterson and Gunn, 1984) ซึ่งประกอบด้วย 1) ชื่อเรื่อง 2) จุดมุ่งหมาย 3) วัตถุประสงค์ 4) การ



วัตถุประสงค์ 5) เนื้อหา และ 6) การอธิบายกระบวนการ สำหรับผู้วิจัยได้กำหนดให้เป็นวัตถุประสงค์ เนื้อหา กิจกรรมนันทนาการสื่อกลาง และการประเมินผลในแต่ละครั้ง ซึ่งจะนำเสนออภิปรายผลของการใช้รูปแบบ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในส่วนตัวไป

### ผลการนำรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาไปใช้

1. ขั้นการรวบรวมข้อมูล เป็นขั้นตอนการประเมินผลทางพฤติกรรมและประสบการณ์ทางนันทนจิต

ความซาบซึ้งทางนันทนจิต (Leisure Appreciation) A.D. มีพัฒนาการคะแนนจากการประเมิน 11 แบบวัดและแบบสังเกต พบว่า อยู่ในระดับดีมาก ทั้งหมด 11 แบบวัดและแบบสังเกต ในขณะที่ ก่อนเข้ารับบริการในโปรแกรมอยู่ในระดับดีมาก 4 แบบวัด ดี 2 แบบวัด และ น้อย 5 แบบวัด พฤติกรรมโดยรวม A.D. สามารถบอกคำสำคัญของความหมายนันทนจิตได้เป็นคำสำคัญดังนี้ เล่น (กิจกรรมนันทนาการ) เวลาว่าง (เวลาว่าง เลือกเอง (เลือกอย่างอิสระ) ชอบ สนุก (แรงจูงใจภายใน) คีชีน (คุณภาพชีวิต) ซึ่งสอดคล้องกับคำจำกัดความของนันทนจิต ซึ่งหมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง อันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระ และแรงจูงใจภายใน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต นอกจากนี้ อีโซ-อะโฮลา (Iso-Ahola, 1980) ได้กล่าวถึงแนวคิดในคำจำกัดความของนันทนจิตว่า ควรประกอบด้วยด้านของอิสรภาพ แรงจูงใจภายใน และการเลือกประสบการณ์ด้วยตนเอง นอกจากนี้ A.D. สามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างด้วยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเองได้ จากการสังเกตพฤติกรรมของ A.D. และสัมภาษณ์ผู้ปกครองพบว่า A.D. มีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น เตะฟุตบอล ทำสวน ร้องเพลง วาดรูป ซึ่งมีความหลากหลายมากยิ่งขึ้นและเป็นกิจกรรมที่เขากำหนดและเลือกเอง ซึ่งสอดคล้องกับ เคลลี่ (Kelly, 1982) ที่กล่าวไว้ว่า แรงจูงใจภายในเป็นปัจจัยสำคัญของนันทนจิต เพราะจะแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์กับความสนุกสนานที่จะเกิดขึ้น

จากผลการวิจัยพบว่า A.D. สามารถบอกได้ว่าในบริเวณชุมชนบ้านของเขามีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิต เช่น ศูนย์การค้า เขาดิน วัดพระแก้ว สวนสาธารณะ ซึ่งความสามารถดังกล่าวเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในการเข้าถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตในบริเวณชุมชนของตนเอง เพื่อเป็นการเพิ่ม โอกาสได้เรียนรู้เพิ่มพูนประสบการณ์และพัฒนาอารมณ์สุขของตนเองจากกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีความสอดคล้องกับ ลัคคี และ แซฟิโร (Luckey and Xhapiro, 1974) ที่กล่าวไว้ว่า การขาดความรู้ในเรื่องแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการ (สถานที่ท่องเที่ยว, ร่วมกิจกรรม) รวมถึงว่าจะใช้ได้อย่างไรนั้น จะเป็นเหตุให้ลดความสามารถของผู้พิการจึงจำเป็นต้องให้ความรู้และวิธีการเข้าถึงแหล่งทรัพยากรนั้น ในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาด้วย นอกจากนี้ A.D. ยังสามารถบอกประโยชน์จากการเข้า

ร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้ครบ 4 ด้าน ร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม เขาสามารถบอกได้ว่า เล่นป้องกันแล้วร่างกายแข็งแรง เล่นเกมกพัฒนาสมอง วาดภาพ ทำให้มีสมาธิและงานปาร์ตี้ให้เพื่อนมากมาย ซึ่งจะทำให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีความซาบซึ้ง และตระหนักรู้ในนันทนจิตมากขึ้น ตามที่ ฮาร์วีย์และสไตเนอร์ (Harvey and Steiner, 1970) ได้กล่าวไว้ว่า การให้ความรู้ในเรื่องผลลัพธ์ของกิจกรรมที่ทำในโปรแกรมนันทนจิตศึกษาจะทำให้ผู้เข้ารับบริการมีพื้นฐานที่ดีในความซาบซึ้งที่มีตัวนันทนจิต

A.D. ยังแสดงพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตอย่างมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง พุดคุยขณะทำกิจกรรม ทำตามกฎกติกาอย่างง่ายได้ การแสดงพฤติกรรมดังกล่าวนับเป็นการเพิ่มพูนประสบการณ์ความซาบซึ้งที่มีต่อนันทนจิต การเล่นแล้วเกิดความสำเร็จจะส่งผลต่อความสนุกสนาน ความประทับใจ เกิดความปลื้มปิติ อภิรมย์ผ่านการทำกิจกรรม ตามที่ สตาเลย์และมิลเลอร์ (Staley and Miller, 1970) ได้กล่าวไว้ว่า ปรัชญาของนันทนจิตเป็นนัยของสภาวะทางจิต (State of mind) ความรู้สึกปลื้มปิติอภิรมย์ด้วยตนเอง

การทราบถึงอุปสรรค และสามารถแก้ปัญหาได้จะเป็นการเพิ่มโอกาสให้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการที่เขาต้องการได้ ซึ่งแหล่งการเข้ารับบริการในโปรแกรมนันทนจิตศึกษา A.D. สามารถแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเขาได้ครบถึง 6 ด้าน (เงิน, เวลา, การเตรียมพร้อมใช้, ทักษะทางสังคม, คุณภาพ, ทักษะ) ทั้งนี้การทราบถึงอุปสรรคทางนันทนจิตยังเป็นผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาด้วย

กล่าวโดยสรุป เมื่อเข้ารับบริการ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาแล้ว เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเกิดความซาบซึ้งทางนันทนจิตด้วยการรับรู้และเรียงความหมายของนันทนจิต สามารถเข้าถึงสถานที่กิจกรรมนันทนาการได้ แสดงปฏิสัมพันธ์พุดคุยกับคนรอบข้าง ตลอดจนการทราบและเอาชนะอุปสรรคที่เกิดขึ้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

การตระหนักรู้ตนเองทางนันทนจิต (Awareness of Self in Leisure) A.D. มีพัฒนาการคะแนนจากผลการประเมิน 5 แบบวัดและแบบสังเกต พบว่าอยู่ในระดับดีมากทั้งหมด 5 แบบวัดและแบบสังเกต ในขณะที่ก่อนเข้ารับบริการใน โปรแกรมอยู่ในระดับดีมาก 1 แบบวัด ดี 2 แบบวัด และน้อย 2 แบบวัด พฤติกรรมโดยรวม A.D. สามารถบอกรายชื่อและเหตุผลของกิจกรรมนันทนาการที่เขาชอบได้เพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นการตระหนักรู้ในตนเองที่แสดงออกถึงความชอบอย่างมีเหตุผล ซึ่งมีความสอดคล้องกับ มันดี (Mundy, 1998) กล่าวว่าการให้รายละเอียดกับความสนใจและเหตุผลของกิจกรรมนันทนาการ ควรเป็นพื้นฐานที่ผู้เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาควรทราบในฐานะที่เป็นองค์ประกอบของหลักสูตร ความสามารถในการบอกรายชื่อ และเหตุผลของกิจกรรมที่ตนเองชอบได้นั้นจะเป็นการเพิ่มความสามารถในการเลือกกิจกรรมอย่างอิสระให้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาได้ด้วย

นอกจากนี้ ปัจจัยที่มีผลจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ A.D. สามารถนำไปใช้เพื่อเป็นการเพิ่มโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่เขาต้องการและใช้เป็นเครื่องมือในการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมได้เป็น A.D. สามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมว่ายน้ำกับคนในครอบครัวได้ด้วยการเตรียมชุดว่ายน้ำ แว่นตากันน้ำ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ และอบอุ่นร่างกายก่อนการลงสระ การเตรียมพร้อมก่อนเข้าร่วมกิจกรรมจากการทราบถึงปัจจัยด้านต่างๆ (เงิน เวลา ความเหมาะสม ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ผู้เชี่ยวชาญทางด้านนันทนจิตให้ความสำคัญตามที่ เดททิลโล และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1991) ได้กล่าวไว้ว่า ความเข้าใจถึงปัจจัย ซึ่งผลกระทบต่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการคือสิ่งจำเป็นซึ่งจะเป็นคำตอบว่า เราสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนั้นได้หรือไม่ อีกทั้งยังเป็นการประเมินเบื้องต้นจากปัจจัยว่าเราควรเข้าร่วมกิจกรรมนั้นในเวลาใด

สำหรับการระลึกถึงกิจกรรมที่เคยทำในอดีต A.D. สามารถเล่าเรื่องให้ฟังโดยแสดงความประทับใจในกิจกรรมได้ การตระหนักในตนเองทางนันทนจิตให้ความสำคัญกับการประกอบกิจกรรมนันทนาการอดีตด้วยเพราะจะเป็นแรงเสริมทางบอกได้ หากผู้เข้ารับบริการมีความประทับใจในกิจกรรมนั้น ในทางตรงกันข้ามกิจกรรมใดที่ทำแล้วไม่ทำให้รู้สึกประทับใจก็สามารถวิเคราะห์ว่าสาเหตุใดจากปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น ไม่มีทักษะที่ดีพอ นอกจากกิจกรรมในอดีตแล้วกิจกรรมในปัจจุบัน A.D. สามารถเข้าร่วมกิจกรรมตามที่ตนเองต้องการด้วยความสนุกสนานกระตือรือร้น และแสดงการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ตลอดจนสามารถคาดหมายกิจกรรมที่ต้องการทำในอนาคตได้ด้วยการคำนึงถึงความเป็นจริงจากปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อเข้าร่วมกิจกรรมของตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของการบรรลุวัตถุประสงค์ การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต การรับรู้ตนเองตามความเป็นจริง คือ การวิเคราะห์ตามปัจจัยซึ่งผลกระทบต่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การรับรู้ตามความสามารถและทักษะที่ตนเองมีอยู่ เป็นสิ่งที่ต้องการเป็นอย่างยิ่งในการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งมีความสอดคล้องกับ มันดีและโอดัม (Mundy and Odum, 1979) กล่าวว่า เป็นสิ่งสำคัญที่บุคคลต้องรู้ถึงสมรรถนะ ความสามารถ ราลึถึงข้อจำกัด และอุปสรรคของตนเองก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมตามความเป็นจริง เพื่อการบรรลุเป้าหมายที่ตนเองได้ตั้งไว้ ยิ่งไปกว่านั้น การตระหนักในตนเอง ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการมุ่งความสนใจสู่ตนเอง (เดียนเพ็ญ ท่องน่วม, 2534) จะทำให้บุคคลเกิดความตื่นตัวในเรื่องนั้นด้วย

ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต (Self-determination in Leisure) A.D. มีพัฒนาการคะแนนจากผลการประเมิน 4 แบบวัด พบว่าอยู่ในระดับดีมาก 4 แบบวัด ในขณะที่ก่อนเข้ารับบริการในโปรแกรมอยู่ในระดับดี 2 แบบวัด และระดับน้อย 2 แบบวัด พฤติกรรมโดยรวม A.D. สามารถแสดงระดับของสัมฤทธิ์ผลได้ตรงตามความรู้สึกรับรู้ของตนเอง ซึ่งการแสดงออกดังกล่าวเป็นผลมาจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ หากเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาสามารถแสดงพฤติกรรมได้ตรงตาม

ความรู้สึกรู้สึกของตนเองก็จะทำให้คนรอบข้างเข้าใจถึงความรู้สึกของพวกเขาได้ดียิ่งขึ้น (สถาบันราชานุกูล, 2543) ระดับของสัมฤทธิ์ผลมากน้อย ซึ่งมาจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนี้นับเป็นปัจจัยสำคัญซึ่งจะทำให้ผู้เข้าร่วมสามารถตัดสินใจได้ว่าต้องการเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อไปอย่างไร (Dattilo and Murphy, 1991)

นอกจากนี้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการยังให้ความสำคัญในการพัฒนาตนเองไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ เมื่อ A.D. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาป้องกัน ผู้ปกครองและ A.D. สามารถระบุได้ว่า A.D. ต้องการทักษะการเสริมเพิ่มเติม A.D. จึงพัฒนาตนเองด้วยการฝึกและตั้งจุดหมายในการพัฒนาถูกเสริม ซึ่งมีความสอดคล้องกับ ปีเตอร์สันและกันน์ (Peterson and Gunn, 1984) กล่าวว่า การวางแผนในการพัฒนาตนเองให้มีความสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้เป็นสิ่งที่ผู้ให้บริการโปรแกรมนันทนาการต้องเสนอให้กับผู้เข้ารับบริการ การบรรลุถึงความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการได้นั้นต้องอาศัยองค์ประกอบในด้านความรับผิดชอบของผู้เข้ารับบริการด้วย ในโปรแกรมนันทนาการศึกษาได้ให้ความรู้แก่ A.D. ถึงสิ่งที่เขาต้องปฏิบัติตนก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ คือ เรื่องของทักษะ แหล่งทางนันทนาการ สุขภาพและการลงมือทำซึ่ง A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมดังกล่าวได้ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ความรับผิดชอบส่วนบุคคล (Personal responsibility) เป็นวัตถุประสงค์ที่จะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการมีโอกาสและความเป็นไปได้ในการบรรลุจุดมุ่งหมายสัมฤทธิ์ผลของตนเองได้ และเมื่อสามารถทำได้ย่อมเป็นการเสริมแรงทางบวกให้กับผู้เข้ารับบริการ แคทธิโด และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1991) เมื่อ A.D. สามารถบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้แล้วในกิจกรรมนันทนาการที่เขาเป็นผู้เลือกเอง การแสดงความชอบที่เหมาะสมด้วยการสื่อสารและให้เหตุผลจะช่วยทำให้คนรอบข้างรับรู้และเข้าใจเขาได้มากยิ่งขึ้น การแสดงพฤติกรรมรักษาสีทริชของตนเองโดยการแสดงจุดยืนในกิจกรรมนันทนาการนั้นก็ปัจจัยส่งเสริมเช่นเดียวกัน ตามที่ วิทท์, เออลิส และนิลส์ (Witt, Ellis and Niles, 1984) ได้กล่าวสนับสนุนแนวคิดนี้ว่า อิสรภาพทางความคิดและการเลือกที่คำนึงถึงกิจกรรมที่เข้าร่วมนั้นสามารถถูกควบคุมได้โดยบุคคลหากบุคคลมีจุดยืนและสามารถแสดงท่าทีต่อบุคคลรอบข้างได้ชัดเจน

นอกจากนี้ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการสามารถจะถูกพัฒนาได้โดยการแสดงพฤติกรรมรักษาสีทริชของตนเองอีกด้วย (Eait and Billing, 1978) ผู้ปกครองสามารถให้การสนับสนุน A.D. ได้ในการแสดงออกของเขาด้วยการรับรู้ถึงสิทธิมนุษยซ์พืงมี 9 ด้าน (Fundamental rights) เช่น การเลือกอย่างมีอิสระ และสิทธิที่จะเปลี่ยนใจเมื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้นไม่ให้ผลตอบแทนด้านบวกกับเขาได้

การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต (Making Decisions regarding Leisure participation) A.D. มีพัฒนาการคะแนนจากผลการประเมิน 5 แบบวัด และแบบสังเกต พบว่าอยู่ในระดับดีมาก 5 แบบวัด และแบบสังเกต ในขณะที่ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรมอยู่ในระดับดีมาก 2 แบบวัด ดี 2 แบบวัด และน้อย 1 แบบวัด พฤติกรรมโดยรวม A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเขาในแต่ละครั้งได้ เช่น หาก A.D. ต้องการพัฒนาอารมณ์สุขของตนเอง เขาจะตัดสินใจเลือกการร้องเพลง การวาดภาพระบายสี หากต้องการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เขาจะเลือกกิจกรรมนันทนาการกลุ่มเป็นการเล่นกีฬาเป็นทีม โดยข้อมูลดังกล่าวผู้วิจัยได้จากการสังเกตพฤติกรรมและสัมภาษณ์ผู้ปกครองของ A.D. การพัฒนาทักษะการตัดสินใจสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานั้นควรให้ทางเลือกที่หลากหลายและชัดเจนเพื่อการตอบสนองการตัดสินใจที่แม่นยำของพวกเขา (สถาบันราชานุกูล, 2547) เช่นเดียวกับการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมทางนันทนิจิต การพัฒนาทักษะดังกล่าวเป็นองค์ประกอบที่สำคัญใน โปรแกรมนันทนิจิตศึกษา ด้วยการคาดหมายให้ผู้เข้ารับบริการได้บรรลุเป้าหมายในการเป็นบุคคลผู้มีอิสรภาพในการตัดสินใจ เขาจึงต้องมีเป้าหมาย จุดมุ่งหมายที่ชัดเจน แคทริโล และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1987) เมื่อ A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเขาได้แล้ว การเลือกกิจกรรมตามความชอบของเขาก็ถูกพัฒนาขึ้นเป็นความสามารถเพิ่มเติม เพื่อสร้างโอกาสในการเลือกกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้ได้ ซึ่งมีความสอดคล้องกับ เฮย์ส (Hayes, 1977) ที่ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลบางประเภทขาดทักษะการตัดสินใจที่จะสร้างวิถีชีวิต (Lifestyle) ของตนเองผ่านกระบวนการทางนันทนิจิต ดังนั้นผู้ฝึกสอนควรสอนทักษะการตัดสินใจผ่านกระบวนการทางนันทนาการคือให้รู้จักกิจกรรมและเลือกที่จะเข้าร่วมกิจกรรมตามความสนใจของตนเอง

ทั้งนี้ในกระบวนการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิตจำเป็นที่ A.D. ต้องมีความรู้เพื่อช่วยในการตัดสินใจจากปัจจัยที่เกี่ยวข้องด้วยคือ ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลา บุคคลที่ทำกิจกรรมด้วย ปัจจัยที่เกี่ยวข้องเหล่านี้เป็นเกณฑ์การประเมินเบื้องต้น ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ (McDowell, 1976) นอกจากนี้ลักษณะนิสัยส่วนตัวและความชอบของตนเองก็จะต้องมีความสอดคล้องกับการตัดสินใจเลือกการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยการคำนึงถึง ความรู้สึกและอารมณ์ ทักษะทางสติปัญญา สมรรถนะทางกาย และทักษะทางสังคม ตามที่เฮย์ส (Hayes, 1977) ได้กล่าวไว้ว่า การตัดสินใจของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับนันทนิจิต ควรมีความสอดคล้องกับคุณค่าและความปรารถนาของตนเอง (One's value and desires)

ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต (Knowledge and Utilization of resources facilitating Leisure) A.D. มีพัฒนาการคะแนนจากผลการประเมิน

รแบบวัดและแบบสังเกต พบว่าอยู่ในระดับดีมาก 4 แบบวัด คือ 1 แบบวัด และแบบสังเกต ในขณะที่ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรมอยู่ในระดับดีมาก 1 แบบวัด และน้อย 4 แบบวัด พฤติกรรมโดยรวม A.D. สามารถบอกข้อมูลที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการที่ประกอบไปด้วย ค่าธรรมเนียมเข้าใช้บริการ ค่าขนส่ง ค่าเช่า ค่าอาหาร ค่าอุปกรณ์ ค่าเสื้อผ้า ความสามารถในการบอกได้ถึงข้อมูลจากแหล่งทรัพยากรนั้น เป็นสิ่งที่จะช่วยให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความรู้และตระหนักถึงความสำคัญในแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการมากขึ้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับลัคกี้ และ แซฟิโร (Lucky and Shapiro, 1974) ที่ได้กล่าวไว้ว่า สาเหตุประการสำคัญที่ทำให้เกิดความล้มเหลวในบุคคลผู้พิการในการปรับตัวเพื่อความเป็นอยู่ในชุมชนอาจมาจากสาเหตุของการขาดความตระหนักรู้ในแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการและความไม่สามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรเหล่านั้น นอกจากการบอกข้อมูลที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการแล้ว A.D. ย่อมต้องเรียนรู้ที่จะใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนาการ อันได้แก่ หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ ซึ่งความรู้ที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางเอกสารจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการสามารถเข้าถึงแหล่งทรัพยากรและเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองต้องการได้ หลังเข้ารับบริการหรือการบริการทางนันทนาการเสร็จสิ้นลง ตามที่ โอเวอร์ส เทเลอร์ และ แอดคินส์ (Overs, Iaylor and A.D.kins, 1974) ระบุว่า ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการทำทางเลือกทางนันทนาการอาจมีสาเหตุมาจากการขาดความรู้ของบุคคลเกี่ยวกับตนเอง นันทนาการหรือแหล่งทรัพยากรทางชุมชนและการสร้างโอกาสให้กับบุคคลที่สามารถทำได้ด้วยการให้ความรู้ในแหล่งทรัพยากรทางเอกสารเช่นกัน แหล่งทรัพยากรทางมนุษย์ที่จะสามารถอำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนาการเป็นอีกช่องทางหนึ่งจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการสามารถใช้ทักษะการสื่อสารสอบถามจากผู้ให้ข้อมูล โดยตรงหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับการให้บริการทางนันทนาการนั้น พนักงานประชาสัมพันธ์ เจ้าหน้าที่ประจำองค์กรต่างๆ ซึ่งสามารถให้คำตอบกับผู้เข้ารับบริการในเรื่องที่ต้องการทราบเกี่ยวกับนันทนาการเช่น สอบถามรอบหนังสือ ค่าเช่าบริการ เป็นต้น ความรู้ของแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการและความสามารถในการใช้ประโยชน์ได้นั้นปรากฏเป็นความสำคัญในองค์ประกอบของการมีวิถีชีวิตทางนันทนาการอย่างอิสระ (Peterson and Guns, 1984) ดังนั้น แดทิลิโต และเมอร์ฟี (Dattilo and Murphy, 1987) แนะนำว่า ผู้ฝึกควรสอนผู้เข้ารับบริการไม่เพียงแต่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างไร แต่ควรบอกด้วยว่า เขาจะสามารถหาคำตอบจากคำถามที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมได้อย่างไร เช่น ไปเข้าร่วมได้ที่ไหน มีใครร่วมด้วย ค่าใช้จ่ายเท่าไร เป็นต้น นอกจากนี้โปรแกรมยังให้ความสำคัญกับความร่วมมือจากผู้ปกครองในการเป็นผู้คอยให้การสนับสนุนค้นหาแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการในชุมชน ศูนย์เยาวชน องค์กรอาสาสมัครต่างๆ เพื่อเพิ่มโอกาสในประสบการณ์ทางนันทนาการให้แก่ผู้เข้ารับบริการด้วย

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction) A.D. มีพัฒนาการคะแนนจากผลการประเมิน 2 แบบวัดและแบบสังเกต พบว่าอยู่ในระดับดีมากทั้ง 2 แบบวัด และแบบสังเกต ในขณะที่ก่อนเข้ารับบริการ ในหลักสูตรโปรแกรมอยู่ในระดับดีมาก 1 แบบวัด และดี 1 แบบสังเกต พฤติกรรมโดยรวม A.D. สามารถแสดงถึงกระบวนการสื่อสารที่มีผู้รับและผู้ส่งสารได้ คือเมื่อมีผู้พูดแล้ว A.D. จะตั้งใจฟังในการสลับกันเมื่อ A.D. เป็นฝ่ายพูดอีกฝ่ายจะให้ความสนใจในสิ่งที่เขาพูด ความสำเร็จในการสื่อสารเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับระหว่างบุคคล การสื่อสารสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา กับบุคคลรอบข้างนับว่าเป็นปัญหาที่สำคัญ เนื่องจากสรีระทางลิ้นและการไม่ได้รับการฝึกฝนอย่างถูกต้อง (สถานบันราชานุกูล, 2547) การพัฒนาทักษะและความสามารถสื่อสารในหลักสูตร โปรแกรมเน้นหนักจิตศึกษาจะช่วยให้ผู้เข้ารับบริการมีพัฒนาการของกลุ่มสังคมที่ใหญ่ขึ้นไปเรื่อยๆ โดยผ่านกิจกรรมเน้นหนักการเฉพาะด้าน ดังที่ ฟอจท์และคณะ (Fought and Colleagues, 1983) แมคอีวอยและผู้เกี่ยวข้อง (McEvoy and Associate, 1990) ได้เสนอว่า การพัฒนาทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในบุคคลผู้พิการนั้นต้องผ่านกระบวนการพัฒนาเฉพาะ ดังนั้นการพัฒนาทักษะดังกล่าวโดยการใช้สถานการณ์ทางเน้นหนักจิตและเน้นหนักการ จึงปรากฏเป็นความสำคัญ การสื่อสารทั้งทางวจนภาษา (Verbal) และอวจนภาษา (Non-verbal) ที่ผู้วิจัยได้ให้แก่ผู้เข้ารับบริการ สามารถช่วยให้การสื่อสารเกิดสัมฤทธิ์ผลได้ เนื่องจากในบางคำเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาไม่สามารถสื่อสารได้ คำที่มีความหมายซับซ้อนหรือยาก เช่น การวิ่งสลับฟันปลา ถ้ามีการแสดงท่าทางให้ดู เขาสามารถทำตามได้ การฝึกชอบทางการสื่อสารทั้งแบบที่เป็นภาษาพูดและภาษากายจึงเป็นการสร้างโอกาสให้เกิดความเข้าใจและมิตรภาพระหว่างบุคคลจากการเข้าร่วมกิจกรรมเน้นหนักการได้ ดังที่ริทเทอร์และลีวาย (Reiter and Levi, 1980) ได้กล่าวว่า การขาดซึ่งความหมายของมิตรภาพน้อยครั้งมาจากอุปสรรคทางการสื่อสารของบุคคลซึ่งนำมาสู่การแยกตัวและถอนตัวจากชุมชนและตามที่ แอสชตันแชนเฟเฟอร์ และ คลิเบอร์ (Ashton-Schaeffer and Kleiber, 1990) กล่าวว่า ทักษะทางเน้นหนักจิตสังคมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับบุคคลเพื่อกำหนดรูปแบบและคงความสัมพันธ์ในมิตรภาพไว้ ซึ่งสามารถให้ความรู้ได้ในโปรแกรมเน้นหนักจิตศึกษา นอกจากนี้ ชเรียมท์และเรย์ (Schleien and Ray, 1988) รายงานว่า ความสำเร็จของบุคคลผู้พิการในกิจกรรมเน้นหนักการอาจถูกกำหนดได้ด้วยหลายปัจจัย การมีทักษะการสื่อสารที่หลากหลายจะช่วยให้เกิดคุณภาพในงานของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและจะส่งผลให้บุคคลได้พัฒนาความหมายของสัมพันธภาพ และการสื่อสารที่เป็นกุญแจในปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งต่างก็มีบทบาททั้งการสื่อสาร วจนภาษาและอวจนภาษาทักษะการสื่อสารวจนภาษาจะทำให้ความสำเร็จที่ได้จากเน้นหนักจิตมีความเป็นไปได้มากขึ้น (Dattilo and Murphy, 1991) เช่น ความสามารถของผู้เข้ารับบริการในการสอบถาม พูดกลับ และสนทนา พฤติกรรมทางอวจนภาษาย่อมมีอิทธิพลต่อการรับรู้ในสมรรถนะทางสังคมด้วย เช่น การแสดงท่าทาง การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง ระดับของเสียง ผลจากความสามารถต่างๆ เหล่านี้อธิบาย

จะเห็นว่าจากการวัดและสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิตศึกษาในหลักสูตร โปรแกรม นันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานั้นสามารถพัฒนาความซาบซึ้งทางนันทนจิต การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต การตัดสินใจ ที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก สะดวกทางนันทนจิต และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ A.D. ได้

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

1. จากการทำวิจัยครั้งนี้ กรณีศึกษามีพัฒนาการที่ดีขึ้นจากการเข้ารับบริการในหลักสูตร โปรแกรม นันทนจิตศึกษา อย่างไรก็ตาม ในการนำรูปแบบโปรแกรม นันทนจิตศึกษาไปใช้ในครั้งต่อไป ผู้นำ โปรแกรมไปใช้ควรมีการปรับ ดัดแปลง หรือเปลี่ยนกิจกรรมนันทนาการ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก หลักและเทคนิคการสอน วิธีเข้าร่วมกิจกรรม ทักษะที่จะนำไปใช้ใน โปรแกรม และอื่นๆ ให้มีความ น่าสนใจและเหมาะสมกับความต้องการและความถนัดของผู้เข้ารับบริการแต่ละคน และควรมีการบันทึก รายละเอียดของการจัดดำเนินการ โปรแกรม นันทนจิตศึกษาที่เรียกว่า แฟ้มการจัดนันทนจิตศึกษารายบุคคล (Individualized Leisure Education Program) ไว้ในแฟ้มประวัติการศึกษารายบุคคล (Individualized Educational Program-IEP) ด้วย

2. ควรนำโปรแกรมนี้ไปใช้เพื่อส่งเสริมพัฒนาการเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ให้เป็นผู้ที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลารว่างจากการกำหนดหรือเลือกได้อย่างอิสระ และเกิด จากแรงจูงใจภายในของตนเอง เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ตลอดจนเป็นการส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว และกับบุคคลรอบข้างในชุมชน

#### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการนำโปรแกรม นันทนจิตศึกษาไปทดลองใช้กับกรณีศึกษาอื่นหรือศึกษาเป็นกลุ่ม ใน เด็กที่มีปัญหาทางพฤติกรรม เช่น เด็กออทิสติก (Autistics) หรือ กลุ่มประชากรพิเศษอื่น ๆ รวมทั้ง กลุ่มเด็ก ปกติในช่วงชั้นที่ 1 (ประถมศึกษาปีที่ 1 – ประถมศึกษาปีที่ 3) ด้วย

2. การนำโปรแกรม นันทนจิตศึกษาตามข้อที่ 1. ไปทดลองใช้ควรมีการศึกษาสมรรถภาพทาง กายที่สัมพันธ์กับสุขภาพ (Health-Related Fitness) เพื่อเปรียบเทียบผลระหว่างก่อนกับหลังการทดลอง อัน เนื่องมาจากเหตุผลที่ว่า เด็กกลุ่มพิเศษส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่ขาดการออกกำลังกาย เป็น โรคอ้วน เป็น โรคหัวใจ และ/หรือ เป็น โรคเบาหวาน

3. ควรมีการศึกษาถึงผลของโปรแกรม นันทนจิตศึกษาที่มีต่อปัจจัยที่จะมีส่วนทำให้การส่งผ่าน ของเด็กปัญญาอ่อนจากชีวิตใน โรงเรียน ไปสู่ชีวิตในวัยผู้ใหญ่ประสบความสำเร็จ



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

คณะกรรมการป้องกันและแก้ไขภาวะปัญญาอ่อนแห่งชาติ. ร่างแผนแม่บทงานป้องกันและแก้ไขภาวะ

**ปัญญาอ่อนแห่งชาติ พ.ศ. 2540-2544.** กรุงเทพมหานคร: โรงพยาบาลราชานุกูล, 2541.

ฉลวย จุติกุล. แนวคิดการปฏิรูปการจัดบริการและการปฏิบัติงานสังคมสงเคราะห์จิตเวชสำหรับบุคคล

**ปัญญาอ่อนในประเทศไทย.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2544.

ฉฐวรรณ จิตต์ทา. การพัฒนารูปแบบการให้ความรู้เกี่ยวกับอันตรายของการขายบริการทางเพศ

**สำหรับนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญ ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น วิธีเรียน**

**แบบทางไกล จังหวัดเชียงราย.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษานอก

**โรงเรียน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.**

ทศนา แจมมณีและคณะ. หลักการและรูปแบบการพัฒนาเด็กปฐมวัยตามวิถีชีวิตไทย.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.

นวลจิตต์ เขาวีรดิพงษ์. การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนที่เน้นทักษะปฏิบัติสำหรับครู

**วิชาชีพ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.**

ประพัฒน์ ลักษณ์พิสุทธิ. นันทนาการ (LEISURE): คำไทยคำใหม่, เอกสารเผยแพร่ทางวิชาการ สำนัก

**วิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.**

ประเสริฐ กิติรัตน์ตระการ. การพัฒนารูปแบบการสร้างจิตสำนึกในการพัฒนาชุมชนชนบท.

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน บัณฑิตวิทยาลัย

**จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.**

ผดุง อารยะวิญญู. การวิจัยแบบกลุ่มตัวอย่างเดียว. กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย

**ศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2546.**

พิกุล เลี้ยวศิริพงษ์. การจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็กพิการทางสติปัญญา. วารสารกองการศึกษาเพื่อ

**คนพิการ 2538.**

พิศิษฐ์ ไตรรัตน์ผดุงผล. การแสดงความสามารถทางร่างกายของเด็กปัญญาอ่อนประเภทพอเรียนได้.

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์

**มหาวิทยาลัย, 2528.**

เพ็ญพิศุทธิ์ เนคมานุรักษ์. การพัฒนารูปแบบพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณสำหรับนักศึกษาครู.

วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์

**มหาวิทยาลัย, 2536.**

- สรินทร์ วิฑะสิรินันท์. การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบเรียนร่วมสำหรับเด็กพิการ  
ก่อนวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษฎีบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. ทฤษฎีการทดสอบแบบดั้งเดิม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2544.
- สภาคณพิการทุกประเภทแห่งประเทศไทย. ปฏิญญาว่าด้วยสิทธิคนพิการไทย. จดหมายข่าวสภาคณ  
พิการทุกประเภทแห่งประเทศไทย มกราคม 2542:6-7.
- สภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-  
2549). ฝ่ายวิชาการบริษัทสกายบุ๊กส์ จำกัด 2545 : 9 สำนักพิมพ์สยามสปอร์ตซินดิเคท  
จำกัด)
- สมบัติ กาญจนกิจ. นันทนจิตสำหรับประชากรโลก, ผู้แปล, เอกสารเผยแพร่ทางวิชาการ สำนักวิชา  
วิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.
- สมบัติ กาญจนกิจ. นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2535.
- สุภาพจิต, กรม. ร่างแผนพัฒนางานสุขภาพจิตของชาติ พ.ศ. 2538-2544. กรุงเทพมหานคร: กรม  
สุขภาพจิต, 2538.
- สุจิตรา ศรีนวล. การพัฒนารูปแบบการสอนอ่านภาษาทไทยเพื่อความเข้าใจ โดยใช้กลวิธีการอ่าน การคิด  
สำหรับนักเรียนโรงเรียนประถมศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชา  
หลักสูตรและการสอน บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- อรุณี สถิตย์ภักดิ์กุล. การพัฒนารูปแบบการสอนภาษาอังกฤษสำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษา ตาม  
แนวยุทธศาสตร์การสอนภาษาผสมผสานของมาร์ทัน. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษฎีบัณฑิต,  
สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- อวยพร วาตะบุตร. ผลของการใช้รูปแบบกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างเป็นระบบในการออกแบบวิชา  
ศิลปศึกษาสำหรับเด็กปัญญาอ่อนพอเรียนได้โรงเรียนปัญญาวุดิกร. วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต, สาขาวิชาศิลปศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538.
- อารีย์ มั่นใจตน. ผลของการฝึกแอโรบิคดานซ์ที่มีต่อความสามารถของเด็กปัญญาอ่อนในการรำร่า  
เบื้องต้น ตามแผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1.  
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, ภาควิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย, 2534.

## ภาษาอังกฤษ

- Anderson, S.C., & Allen, L.R. Effects of Leisure education program on activity involvement and  
social interaction of mentally retarded persons. **Adapted physical Activity Quarterly**  
2(1985): 107-116.

- Aguilar, T.E. Effects of a Leisure Education Program on expressed attitudes of delinquent adolescents. **Therapeutic Recreation Journal** 21(1987): 43-51.
- Allen, L.R. Benefits of Leisure Attributes to community satisfaction. **Journal of Leisure Research** 22(1990): 183-196.
- Ashton-Shaeffer, C., & Stone, C.F. **Learning to play, playing to learn: Recreation as a related service–instructor’s guide**. Chapel Hill, NC: Center for Recreation and Disability Studies, 1995.
- Austin, D. R. **Therapeutic Recreation: Processes and techniques**. 4<sup>th</sup> Ed. Champaign, IL: Sagamore, 1999.
- Bedini, L. A. The status of Leisure Education: Implications for instruction and practice. **Therapeutic Recreation Journal** 24(1990): 40-49.
- Bedini, L. A., Bullock, C. C. & Driscoll, L.B. The effects of Leisure Education on factors contributing to the successful transition of students with mental retardation from school to adult life. **Therapeutic Recreation Journal** 27(1993): 70-82.
- Berger, B. G. Use of jogging and swimming as stress reduction techniques. In J. H. Humphrey (ed.), **Current selected research in the psychology and sociology of sport**. New York: AMS Press.
- Bucher, C.A., Shivers J.S., & Bucher, R.D. Leisure education and counseling. **Recreation For Today’s Society** (1984).
- Bullock, C. C. Nontraditional practice issues: Therapeutic recreation in special education. In D.M. Compton (Ed.), **Issues in therapeutic recreation: A profession in transition**. Chicago, IL: Sagamore Press, 1989.
- Bullock, C. C., & How, C. Z. A model therapeutic recreation program for the integration of persons with disabilities into the community. **Therapeutic Recreation Journal** 25(1991): 7-17.
- Bullock, C. C., & Johnson, D.E. Recreation as a related service: Therapeutic recreation in special education. In F. M. Brasile (Ed.) **Recreation therapy: Perspectives of a dynamic profession**. Ravensdale, WA: Idyll Arbor. 1997
- Bullock, C. C., Johnson, D. E., & Shelton, M. (Eds.) (In Press). **Kids in context**. Boston, MA : Hampton Press.

- Caldwell, L. L., Smith, E. A., & Weissinger, E. The relationship of leisure activities and perceived health of college students. **Society and Leisure** 15(1992): 545-556.
- Chakravorty, D., Trunnell, E., & Ellis, G. Ropes course participation and post-activity processing on transient depressed mood of hospitalized adult psychiatric patients. **Therapeutic Recreation Journal** 29(1995): 104-113.
- Chinn, K.A., & Joswiak, K. E. Leisure education and leisure counseling. **Therapeutic Recreation Journal** 15(1981): 4-7.
- Coleman, D., & Iso-Ahola, S. Leisure and health: The role of social support and self-determination. **Journal of Leisure Research** 25(1993): 111-128.
- Collard A., Leisure Education for Practice. **Education and Training of the Mentally Retarded** (1981).
- Cordes, K.A. and Ibrahim, H. **Application in recreation and leisure for today and the future.** Second Edition. New York: McGraw-Hill, 1999.
- Dattilo, J., & Barnett, L. A. Therapeutic recreation for individuals with severe handicaps : An analysis of the relationship between choice and pleasure. **Therapeutic Recreation Journal** 19(1981): 4-15.
- Dattilo, L., & Murphy, W. D. **Leisure education program planning: A systematic approach.** PA: Venture Publishing, 1991.
- Dattilo, J., & St. Peter, S. A model for including leisure education in transition services for young adults with mental retardation. **Education and Training in Mental Retardation.** 26 (1991): 420-433.
- Dunn, N.J., Wilhite, B. The Effects of a leisure education program on leisure participation and psychological well-being of two older woman who are home-centered. **Therapeutic Recreation Journal** 31(1997): 84-93.
- Ellis, G.D., & Witt, P.A. The Leisure Diagnostic Battery: Past, present and future. **Therapeutic Recreation Journal** 20(1986).
- Faught, K.K., Balleweg, B.J., Crow, R.E., Vanden Pol, R.A. An analysis of social behavior among handicapped and non handicapped preschool children. **Education and Training of the Mentally Retarded** (1983).

- Gunn, S.L., & Peterson, C.A. **Therapeutic recreation program design: Principles and procedures.** Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1978.
- Hanson, C. J., C.R. Edginton and S.R. Edginton. **Leisure programming Concepts: Trends, and professional practice.** Second Edition. Iowa: University of North Iowa, 1990.
- Hayes, G.A. Leisure education and recreation counseling. In A Epperson, P.A. Witt, & G. Hitzhusen (Eds). **Leisure counseling: An aspect of leisure education.** Springfield, IL: Charles C. Thomas., 1977.
- Henderson, K. A., & Bialeschki, M. D. **Evaluating leisure services: Making enlightened decisions.** . State College, PA: Venture, 1995.
- <http://en.wikipedia.org/wiki/Civilization>
- <http://gii2.nagaokaut.ac.jp/gii/index.php?itemid=795>
- <http://pattanathai.nesdb.go.th/PTFweb/PTFdata/index01.html>
- <http://www.cornerstonehouse.org/recreation.html>
- Iso-Ahola, S.E. **The social psychology of leisure and recreation.** Dubuque, IA: William C. Brown Co, 1990.
- Kelly, J. R.. **Leisure.** Third Edition. Boston: Allyn and Bacon, 1996.
- Kelley, M. J. The role of leisure education with family caregivers. **Journal of Physical Education, Recreation, and Dance** 63(1992): 47-56.
- Kelly, J.R. **Leisure identities and interactions.** Boston: Allen and Unwin., 1983.
- Kraus, R. **Recreation and leisure in modern society.** 4<sup>th</sup> ed. PA: Harper Collins Publishers, 1990.
- Lee, L. L., & Mobily, K.E. The NTRS philosophical position statement and a concept of three freedoms. **Journal of Expanding Horizons in Therapeutic Recreation** 3 (1988): 41-46.
- Mahon, M. J., & Bullock, C. C. An investigation of the social validity of a leisure education intervention. **Therapeutic Recreation Annual** 4(1993): 82-95.
- Mahon, M. J. & Bullock, C. C. Teaching adolescents with mild mntal retardation to make decisions in leisure through the use of self-control techniques. **Therapeutic Recreation Journal** 26(1992): 9-25.
- McDowell, C.F. **Leisure Wellness: Concepts on helping strategies.** Eugene, OR: Sun Moon Press, 1983.

Mundy, J. **Leisure education: Theory and practice.** 2th ed. Champaign, IL: Sagamore Publishing, 1998.

Mundy, J. and L. Odum. **Leisure Education: Theory and Practice.** New York: John Wiley and Sons, 1979.

National Association of State Directors of Special Education. **Educational accountability for students with disabilities.** Alexandria, VA: National Center on Educational Outcomes, 1994.

National Council on Disability. **The education of students with disabilities: Where do we stand?** Washington, DC: Author, 1989.

Neitupski, J., & Svoboda, R. Teaching a cooperative leisure skill to severely handicapped adults. **Education and Training of the Mentally Retarded**, 17.1982.

Neulinger, J. **To leisure: An introduction.** Boston, MA: Allyn and Bacon., 1981.

Peterson, C.A. Leisure lifestyle and disabled individuals. **Paper presented at Horizons West Therapeutic Recreation Symposium.** San Francisco, CA, 1981.

Rancourt., Marie., An Exploration of the relationship among substance abuse, recreation, and leisure for woman who abuse substances. **Therapeutic Recreation Journal** 25(1982): 9-18.

Schleien, S., Certo, N., & Muccino, A. Acquisition of Leisure skills by a severely handicapped adolescent : a data based instructional program. **Education and Training of the Mentally Retarded** 19(1984): 297-305.

Schleien, S., Kierna, J., & Wehhman, P. Evaluation of age appropriate leisure skill program for moderately retarded adults. **Education and Training of the Mentally Retarded** 16(1981): 13-19.

Schleien, Stuart, Ed.; Rynders, John, Ed. "**Integrated Leisure and Recreation**," IMPACT, v2 n3 Fall 1989.

Schleien, S., Tucker, M., Mustonen, T., Hyena B., Schermer, A. The effect of integration children with autism into a physical activity and recreational setting. **Therapeutic Recreation Journal** 21(1985): 52-62.

Schleien, S. J., & Larson, A. Adult leisure education for the independent use of a community recreation center. **The Journal of the Association of Persons with Severe Handicaps** 11(1987): 39-44.

- Schleien, S. J., & Stuart J., Mustonen, T., Fox, A. Effects of social play activities on the play behavior of children with autism. **Journal of Leisure Research** 22(1982): 317-328.
- Searle, M., & Mahon, M. The effects of a leisure education program on selected social psychological variables: A three month follow-up investigation. **Therapeutic Recreation Journal** 27(1993): 9-21.
- Stone, C.E. **The effectiveness of leisure education and classroom recreation participation on social and communication skills, community living skills, and problem behaviors of students with mental retardation.** Carolina: University of North Carolina, 1999.
- Stumbo, N.J., & Thomson, S.R. **Leisure Education: A manual of activities and resources.** State College, PA: Venture Publishing, 1986.
- Wanke, L. M. The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. **International Journal of Sport Psychology** 24(1993): 151-169.
- Wankel, L. M., & Berger, B. The psychological and social benefits of sport and physical activity. **Journal of Leisure Research** 22(1990): 165-182.
- Wharton et al., The effect of recreation activity and leisure for adult with mental retardation. **Therapeutic Recreation Journal** 21(1999): 2-8.
- Williams, R., & Dattilo, J. Effects of leisure education on self-determination, social interaction, and positive affect of young adults with mental retardation. **Therapeutic Recreation Journal** 31(1997): 244-258.
- Witt, P. & Ellis, G, Niles A. **The Leisure Diagnostic Battery: User's manual.** State College, PA: Venture Publishing, 1987.
- World Leisure Board of Directors. **Charter for Leisure.** World Leisure and Recreation Association, July 2000.
- [www.calvin.edu/academic/engl/holberg/leisure/cd/sde.htm](http://www.calvin.edu/academic/engl/holberg/leisure/cd/sde.htm)
- Ysseldyke, J. E., Thurlow, M. L., & Bruininks, R. H., Deno, S. L., McGrew, K. S., & Shriner, J.G **A conceptual model of educational outcomes for children and youth with disabilities** Minneapolis, MN : National Center on Educational Outcomes, 1991.
- Zoerink, D. A. Effects of a short-term leisure education program upon the leisure functioning of young people with spina bifida. **Therapeutic Recreation Journal** 22(1988): 44-52.
- Zoerink, D. A., & Lauener. K. Effects of a leisure education program on adults with traumatic brain injury. **Therapeutic Recreation Journal** 25(1991): 19-28.



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ภาคผนวก ก

### หลักสูตรโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

#### คำนำ

หลักสูตรนี้ได้จัดทำและพัฒนาขึ้นประกอบการทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา” ในระดับปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง ซึ่งให้ความสำคัญกับการเสริมสร้างศักยภาพในตนเองของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาด้วยการพัฒนาแรงจูงใจ และความสามารถในการเป็นผู้เลือกกิจกรรมนันทนาการอย่างมีอิสระ อันเป็นผลสะท้อนจากนโยบายด้านสิทธิมนุษยชนทั้งในระดับสากลและประเทศ ซึ่งต้องการให้มนุษยชาติพึงมีสิทธิที่จะพักผ่อนและใช้เวลาว่างของตนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต หากแต่กลุ่มบุคคลที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา จัดเป็นกลุ่มบุคคลพิเศษ ซึ่งมีข้อจำกัดด้านโอกาส ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จากการศึกษาค้นคว้าและวิจัยเกี่ยวกับ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา พบว่า การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต ความซาบซึ้งทางนันทนจิต การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต การใช้แหล่งทรัพยากร ความมีอิสระส่วนตนในการกำหนดเลือกทางนันทนจิต และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เป็นองค์ประกอบสำคัญที่จะทำให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น โดยใช้กิจกรรมนันทนาการที่ได้เลือกและคัดสรรแล้วว่ามีความเหมาะสมกับความสามารถและความต้องการ ตลอดจนการประเมินผลอย่างมีประสิทธิภาพกับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

อนึ่งหลักสูตร โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ซึ่งจัดเป็นส่วนหนึ่งของ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานี้เป็นหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นเฉพาะกรณีศึกษาในงานวิจัยนี้ พ่อแม่ ผู้ปกครอง ผู้ดูแลและผู้สอนสามารถนำไปใช้ปรับแก้ดัดแปลง หรือปรับใช้ได้โดยเฉพาะรูปแบบของกิจกรรมนันทนาการที่สอดคล้องกับความสนใจของผู้เข้ารับบริการในโปรแกรมทั้งในสถานศึกษาหรือในชีวิตประจำวัน อันจะนำไปสู่ประโยชน์ด้านสุนทรียภาพและคุณภาพชีวิตต่อไป

## ปรัชญาและวัตถุประสงค์ของหลักสูตร

นันทนจิตศึกษาเป็นการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้บุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง อันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระและแรงจูงใจภายในของตนเองอย่างฉลาดและมีคุณค่า เพื่อมุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยมีความสอดคล้องกับแนวทางการจัดการเรียนการสอนของกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งกิจกรรมการใช้เวลาว่างได้สอดแทรกอยู่ในกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา (กรมวิชาการ, 2544) ด้วยคุณประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งเป็นที่ยอมรับมาเป็นเวลานานหลายศตวรรษว่า สามารถสร้างและพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ในสังคม ตลอดจนการยังประโยชน์แก่ร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ อีกทั้งจากการศึกษาค้นคว้าและวิจัยทั้งกระบวนการทางวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์หลายเล่ม ยังแสดงถึงข้อประจักษ์ดังกล่าวด้วย

เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา กลุ่มประชากรที่จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาและดูแลเอาใจใส่ทั้งในระดับครอบครัว สถานศึกษา สังคมและประเทศชาติอย่างพิเศษ เพื่อให้สามารถช่วยเหลือดูแลตนเองได้และเข้าสู่อารมณ์เป็นประชากรที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ซึ่งโดยหลักการแล้วจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากครอบครัวและสถานศึกษา หลักสูตรนันทนจิตศึกษามีความพยายามที่จะจัดหลักสูตรให้เหมาะสมกับศักยภาพและความต้องการของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาแต่ละคน ด้วยการนำกิจกรรมนันทนาการเป็นสื่อกลางในการเชื่อมโยงระหว่างปัจจัยในด้านข้อจำกัดต่างๆ ของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อาทิเช่น ข้อจำกัดทางด้านร่างกาย ความสามารถในการสื่อสาร กับรูปแบบการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาใช้เวลาว่างอย่างฉลาดและมีคุณค่าโดยมีวัตถุประสงค์ของหลักสูตรดังนี้

1. เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความความซบเซาซึ่งทางนันทนจิต
2. เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความสามารถในการตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต
3. เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต
4. เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความสามารถในการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต
5. เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต
6. เพื่อให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความสามารถในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

**สัปดาห์ที่ 1 (ชั่วโมงเรียนที่ 1-3)**  
**หน่วยการเรียนรู้ : ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต**  
**(LEISURE APPRECIATION)**  
**ชั่วโมงเรียนที่ 1**

**วัตถุประสงค์**

1. A.D.บอกคำสำคัญของความหมายนันทนิจิตอันได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ เวลาว่าง เลือกอย่างอิสระ และแรงงูใจภายใน
2. A.D.ไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างโดยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเอง เช่น หลังเลิกเรียน เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้วเดิน ไปจัดสวนด้วยตนเอง

**เนื้อหา**

นันทนิจิต หมายถึง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง อันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระ และเกิดจากแรงงูใจภายในของตนเอง ทำให้เกิดการพัฒนาคุณภาพของชีวิต

**กิจกรรม ร้องเพลงร่วมกัน**

1. ผู้นำเปิดเทปเพลงสนุกสนานและร้องเพลงร่วมกับ A.D. ตามเทปเพลงที่เปิด
2. เมื่อเปิดเพลงไปได้ช่วงเวลาหนึ่ง ผู้นำให้สัญญาณเพลงหยุดและให้ A.D. บอกชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองรู้จัก
3. ให้A.D.เล่าถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบ
4. เมื่อได้มีโอกาสพูดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบแล้วนำเข้าสู่คำถามท้ายเรื่องดังนี้
  - 4.1 A.D.เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเวลาใด  
(เวลาว่าง)
  - 4.2 ใครเป็นผู้เลือกกิจกรรมนันทนาการ  
(ตนเอง)
  - 4.3 ชอบกิจกรรมนันทนาการที่เลือกเองหรือไม่ เพราะเหตุใด
  - 4.4 ทำแล้วได้อะไร

**สื่อการสอน**

1. เทปเพลงสนุกสนาน
2. แผ่นโปรสเตอร์สี่ดิสแสดงภาพที่หมายถึงคำสำคัญของคำว่า
  - กิจกรรมนันทนาการ (ภาพกิจกรรมนันทนาการ)

- เวลาว่าง (ภาพแสดงรูปนาฬิกา)
- เลือกลง
- ชอบ
- สนุก (ภาพแสดงความสุขสนาน)
- ดีขึ้น แสดงถึงคุณภาพชีวิตด้านต่างๆ

### การประเมิน

1. บอกคำสำคัญของความหมายนั้นนันทนจิต ได้อย่างน้อย 1 ใน 4 ของคำสำคัญ
2. แสดงพฤติกรรมกรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างโดยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเอง เช่น หลังเลิกเรียน เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้วเดิน ไปจัดสวนด้วยตนเอง

### สถานที่

ทำกิจกรรมในห้องเรียน

สังเกตพฤติกรรมในการใช้ชีวิตตามปกติ

### สรุป

นันทนจิต หรือการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ (เล่นหรือกิจกรรม)ในเวลาว่าง อันเกิดจากการเลือกอย่างอิสระ (เลือกเอง)และเกิดจากแรงจูงใจภายในของตนเอง (ชอบ สนุก) ทำให้เกิดการพัฒนาคูณภาพของชีวิต (ดีขึ้น)

## ชั่วโมงเรียนที่ 2

### วัตถุประสงค์

A.D.สามารถบอกได้ว่าในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิต เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า สนามเด็กเล่น สนามฟุตบอล แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่น ได้ด้วยตนเอง

### เนื้อหา

การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตทำให้เราสามารถสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้คนรอบข้าง และในบางครั้งก็ขยายวงกว้างไปสู่ผู้คนอีกมากมาย ตลอดจนการปรับตัวเข้าหากัน โดยใช้กิจกรรมนันทนาการเป็นสื่อกลาง เช่น เมื่อเราเล่นฟุตบอลกับเพื่อน ทำให้รู้จักเพื่อนมากขึ้นถึงนิสัย ความชอบและยังเป็นจุดเริ่มต้นในการขยายวงกว้างออกไปถึงความสัมพันธ์ ก่อให้เกิดเป็นหน่วยของสังคมขึ้นมา นอกจากนี้

## กิจกรรม

วาดภาพบ้านของ A.D. และให้เขามีส่วนร่วมด้วยการช่วยกันวาดและถามว่าจะให้ในบ้านมีสิ่งใดบ้าง ทำวงกลมรอบๆ ภาพบ้านของ ให้เขาบอกว่า ในบริเวณชุมชนของเขานั้น เขาจะไปที่ไหน หรือมีที่ไหนที่เขาจะไปได้บ้าง หรือผู้ปกครองพาออกไปเที่ยวชุมชนใกล้บ้านที่มีสถานที่สำหรับนันทนาการ เช่น วัด โรงเรียน ห้างสรรพสินค้า สนามเด็กเล่น สนามฟุตบอล ศูนย์เยาวชน เป็นต้น แล้วเสนอแนะกิจกรรมซึ่งสามารถทำได้หรือซักถามพูดคุยกันถึงความสนใจของเด็กหรือกำหนดโปรแกรมกันว่าจะมาที่นี่อีกครั้งในวันใดมีการทำกิจกรรมนันทนาการร่วมกันกับเด็กคนอื่นในบริเวณที่เข้าร่วมกิจกรรม

## สื่อการสอน

กระดาษ

## การประเมิน

สามารถบอกได้ว่าในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนาการให้ได้มากที่สุด แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กับเด็กคนอื่น ได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน

## สถานที่

บริเวณชุมชนใกล้บ้านหรือที่คุ้นเคย

## สรุป

เราได้ทราบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้เราสามารถสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้คนรอบข้างได้โดยใช้กิจกรรมนันทนาการเป็นสื่อกลาง ซึ่งเราสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้จากสถานที่ทางกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ที่มีอยู่รอบๆ ชุมชนของเรา

## ชั่วโมงเรียนที่ 3

## วัตถุประสงค์

1. A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการได้ครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม
2. A.D. เข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการ มีปฏิสัมพันธ์ พูดคุยกับเพื่อนขณะทำกิจกรรม เคารพกฎกติกาที่วางไว้ และไม่แสดงอาการอ่อนเพลียมากเกินไปจากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการ

## เนื้อหา

ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมทางนันทนจิต คือ ผลที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิต แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ สังคม อารมณ์ สติปัญญา ร่างกาย

ในทางสังคมนั้นการเข้าร่วมทางนันทนจิตจะทำให้ผู้เข้าร่วมรู้ถึงการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และอาจเรียนรู้ถึงการเป็นผู้นำในกลุ่มได้ พัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองจากความสามารถในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วสามารถทำได้

ในทางอารมณ์นั้นผู้เข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตจะได้รับความสุข ความพึงพอใจ ได้ปลดปล่อยความตึงเครียด ความวิตกกังวลต่างๆ เช่น เมื่อสามารถเตะลูกฟุตบอลเข้าประตูได้แล้วมีความสุข ได้ปลดปล่อยอารมณ์ต่างๆ

ในทางสติปัญญานั้นผู้เข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้เรียนรู้กฎกติกาใหม่แสดงความพยายามที่จะประสบผลสำเร็จ และบอกได้ว่าแหล่งทรัพยากรสำคัญเป็นสนามฟุตบอลอยู่ที่ใด หรือแม้กระทั่งการประยุกต์เครื่องมือ อุปกรณ์หรือกฎกติกาต่างๆ

สุดท้ายในทางร่างกายนั้น นับเป็นประโยชน์ต่อระบบไหลเวียนโลหิต การพัฒนามัดกล้ามเนื้อเพิ่มความแข็งแรงของร่างกาย ความทนทาน ความยืดหยุ่น ความคล่องตัวตลอดจนการควบคุมน้ำหนักจากการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬา การออกกำลังกายประเภทต่างๆ

## เนื้อหา (สำหรับผู้ปกครอง)

ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมทางนันทนจิตนับเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ปกครองควรรับทราบและตระหนักถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นแก่เด็กในความดูแลของท่านแบ่งได้เป็น 4 ด้าน : สังคม อารมณ์ สติปัญญา และร่างกาย

**ด้านสังคม** หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งการมีส่วนร่วมทางนันทนจิตสามารถช่วยในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม ตัวอย่างของประโยชน์ทางสังคมที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างมีดังนี้ :

1. ความสามารถในการทำงานในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
2. ความสามารถในการเป็นผู้นำในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
3. ความสามารถในการคำนึงถึงความสนใจของกลุ่ม
4. พัฒนาความเชื่อมั่นในการทำงานที่ยากได้
5. โอกาสที่จะได้พบเพื่อนใหม่
6. โอกาสที่จะได้รับและได้คำนึงถึงเพื่อนร่วมงาน
7. โอกาสในการพัฒนาการเคารพและความเข้าใจที่มีต่อผู้อื่น

8. พัฒนาความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย

นำเสนอข้อมูลประโยชน์ทางสังคมของการเข้าร่วมนันทนจิตเขียนคำสำคัญต่อไปนี้บนกระดาน

- สร้างจุดมุ่งหมาย	- การยอมรับ
- ความเป็นผู้นำ	- การคิดถึงผู้อื่น
- ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม	- การนับถือ
- ความเชื่อมั่น	
- เพื่อนใหม่	

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางสังคมอีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
2. เด็กในความดูแลของท่านมีทักษะทางสังคม เช่น การเริ่มสนทนา การช่วยเหลือและการพูดคุยกับผู้อื่นหรือไม่
3. ประโยชน์ทางสังคมที่ท่านได้ทราบ ท่านคาดหวังว่าเด็กของท่านจะได้รับจากการเข้ารับบริการหลักสูตรนันทนจิตศึกษาหรือไม่

**ด้านอารมณ์** ตัวอย่างของประโยชน์ในด้านอารมณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างมีดังนี้

1. ความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิต
2. ความพึงพอใจในการทำสิ่งที่ดี
3. ความรู้สึกของรางวัลที่ได้จากการช่วยเหลือบุคคลอื่น
4. ปลดปล่อยความตึงเครียดและความวิตกกังวล
5. ความรู้สึกของการยอมรับนับถือตนเองจากความสำเร็จ
6. ความซาบซึ้งในความงามของธรรมชาติ
7. ความพึงพอใจในความพยายามของการสร้างสรรค์
8. โอกาสที่จะได้แสดงตัวตน
9. ความพึงพอใจหลังจากที่ได้ออกกำลังกาย

นำเสนอข้อมูลประโยชน์ในด้านอารมณ์แสดงรายการประโยชน์ด้านอารมณ์ดังต่อไปนี้

- ความสุข	- ความซาบซึ้ง
- ความพึงพอใจ	- สร้างสรรค์
- รางวัล	- การแสดงออก
- ปลดปล่อยความตึงเครียด	- ความประทับใจ
- ความสำเร็จ	

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางอารมณ์อีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
2. ท่านคิดว่าเด็กของท่านแสดงอารมณ์ใดจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
3. นันทนจิตได้ให้โอกาสที่ดีที่สุดแก่เด็กของท่านในการรู้สึกถึงอารมณ์ที่ชอบใช้หรือไม่  
ทำไม หรือทำไมไม่
4. เด็กของท่านอารมณ์ดีจากการเข้าร่วมทางนันทนจิตใช้หรือไม่ หากไม่ทำไม

ด้านสติปัญญา ซึ่งถูกใช้เพื่อเรียนรู้ จดจำและแก้ปัญหา ประโยชน์ทางด้านสติปัญญาที่ได้รับจากการเข้าร่วมนันทนจิตมีดังนี้ :

1. เรียนรู้กฎกติกาของกิจกรรมใหม่
2. แสดงความมุ่งมั่นในการทำงานที่ยากให้ประสบความสำเร็จ
3. เรียนรู้ที่จะระบุและทำการใช้แหล่งทรัพยากรทางชุมชนที่หลากหลาย
4. ประยุกต์แนวคิดในการเรียนรู้เกี่ยวกับนันทนจิตเพื่อด้านอื่นๆ ของชีวิต
5. โอกาสในการตั้งจุดมุ่งหมายและกำหนดถึงความสำเร็จที่ดีที่สุดของตนเอง
6. โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ต้องการตัดสินใจด้วยเวลาอย่างรวดเร็ว
7. เรียนรู้ที่จะใช้และประยุกต์กลวิธีในกิจกรรมที่หลากหลาย

นำเสนอข้อมูลเรื่องประโยชน์ในด้านสติปัญญาแสดงรายการประโยชน์บนกระดานดังนี้

- เรียนรู้กฎ	- ตั้งจุดมุ่งหมาย
- ทำงานยากสำเร็จ	- การมีส่วนร่วม
- ระบุแหล่งทรัพยากร	- ประยุกต์กลวิธี
- ประยุกต์แนวคิด	



ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางสติปัญญาอีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
2. ท่านเคยได้รับประโยชน์ในด้านสติปัญญาจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างหรือไม่ หากมีคืออะไรและได้มาอย่างไร

**ด้านร่างกาย** ซึ่งอ้างถึงร่างกายและระบบ การออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพและสมรรถภาพและในหลายกรณีเราก็ได้มาจากนั้นทัศนคติ ประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติเป็นสิ่งที่สำคัญและมีความสำคัญเท่าเทียมกับประโยชน์ในด้านอื่น

ตัวอย่างของประโยชน์ในด้านร่างกายที่ได้จากการเข้าร่วมนั้นทัศนคติมีดังนี้ :

1. การเพิ่มขึ้นในประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนโลหิต
2. การพัฒนามัดกล้ามเนื้อ
3. การเพิ่มขึ้นของความแข็งแรง
4. การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตากับมือ
5. การเพิ่มขึ้นของความยืดหยุ่น
6. การพัฒนาความทนทาน
7. การเพิ่มขึ้นของความคล่องตัว
8. การพัฒนาเรื่องของการควบคุมน้ำหนัก

ประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติขึ้นอยู่กับชนิดของกิจกรรมที่เลือก ความบ่อยและระยะเวลาของการเข้าร่วม นั้นทัศนคติถือเป็นสิ่งจำเป็นและต้องพยายามที่จะต้องเข้าร่วม

นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติแสดงรายการประโยชน์บนกระดานดังนี้ :

- ระบบไหลเวียนโลหิต	- ความยืดหยุ่น
- มัดกล้ามเนื้อ	- ความทนทาน
- ความแข็งแรง	- ความคล่องตัว
- ความสัมพันธ์	- การควบคุมน้ำหนัก

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางร่างกายอีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
2. เด็กในความดูแลของท่านเคยได้รับประโยชน์ในด้านร่างกายจากนันทนจิตหรือไม่อย่างไร
3. ประโยชน์ในด้านร่างกายใดที่ตอนนี้ท่านอยากให้เด็กในความดูแลของท่านได้จากนันทนจิตมากที่สุด
4. ท่านคิดว่ากิจกรรมใดที่จะช่วยให้เด็กในความดูแลของท่านได้ประโยชน์เหล่านี้

#### สื่อการสอน

แผ่นโปสเตอร์แสดงคำสำคัญของผลลัพธ์ด้านต่างๆ

#### กิจกรรม

แบ่งเป็น 2 ทีมเล่นฟุตบอลบอลลี้นานในระยะเวลา 30 นาทีโดยผู้นำมาให้ A.D. เรียนรู้กฎกติกา มารยาทในการเล่น การให้อภัยซึ่งกันและกัน เมื่อจับแล้วหัวใจเต้นเร็วเราจึงควรออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อประโยชน์ของร่างกาย มีเหงื่อออก เมื่อเสร็จสิ้นแล้วให้ผู้นำเสนอรูปประโยชน์ที่ได้จากการเล่นกีฬาเป็น 4 ด้านแล้วให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมช่วยกันเติมคำดังนี้

สังคม

อารมณ์

สติปัญญา

ร่างกาย

#### สื่อการสอน

1. อุปกรณ์กีฬา
2. แผ่นโปสเตอร์สี่สวยงาม แสดงประโยชน์ทั้ง 4 หัวข้อ

#### การประเมิน

A.D. สามารถบอกประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้อย่างน้อย 1 ด้าน

#### สถานที่

สนามกลางแจ้ง

#### สรุป

มีประโยชน์มากมายที่ได้รับผ่านการเข้าร่วมทางนันทนจิตแต่ประโยชน์เหล่านี้มิได้เกิดขึ้นอย่างอัตโนมัติกับทุกคน บางครั้งต้องใช้ความพยายามในการได้รับประโยชน์ ซึ่งประโยชน์ของนันทนจิตมีบทบาทสำคัญต่อชีวิตของเรา

## สัปดาห์ที่ 2 (ชั่วโมงเรียนที่ 4-6)

### ชั่วโมงเรียนที่ 4

#### วัตถุประสงค์

1. A.D.สามารถบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตได้ 4 ด้านอัน ได้แก่ ด้านการเงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ
2. A.D.สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตได้

#### วัตถุประสงค์ที่ 1

A.D.สามารถบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตได้ 6 ด้าน

#### เนื้อหา

อุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต คือ สิ่งที่ขัดขวางหรือยับยั้งให้ผู้ซึ่งต้องการเข้าร่วมทางนันทนจิต ไม่สามารถมีประสบการณ์ มีความพึงพอใจ หรือรื่นรมย์ได้ด้วยเหตุผลทางการเงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ ทักษะ หรืออุปสรรคอื่นใด การรู้และเข้าใจถึงอุปสรรคดังกล่าวจะเป็นเหตุเบื้องต้นในการแก้ไขและเอาชนะอุปสรรคต่อไปได้ เพื่อเป็นการเพิ่มโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตให้ดียิ่งขึ้น

#### เนื้อหา (สำหรับผู้ปกครอง)

อธิบายเรื่องอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตในด้านต่าง ๆ

อุปสรรคคือสิ่งที่ขัดขวางเราดังนั้นอุปสรรคอาจจะหยุดเราจากประสบการณ์ทางนันทนจิตที่เราชอบทำ บางครั้งที่เราได้วางแผนหรือต้องการทำบางสิ่งแล้วเราก็ค้นพบว่าเราไม่สามารถจะเข้าร่วมกิจกรรมนั้นได้ เราอาจจะไม่สามารถมีส่วนร่วมได้ด้วยหลายเหตุผล อุปสรรคต่อประสบการณ์ความพึงพอใจและรื่นรมย์ เช่น เงิน เวลาว่าง การเตรียมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ หรืออุปสรรคอื่นๆ

#### เงิน

เงิน เป็นอุปสรรคทางนันทนจิตประการหนึ่ง กิจกรรมนันทนาการหลายอย่างต้องการเงินแต่บางอย่างก็ไม่จำเป็น ทั้งนี้การมีเงินอย่างเพียงพอจะช่วยให้เราเข้าถึงกิจกรรมต่างๆ ได้มากขึ้นเพื่อความสนุกสนาน หมายถึง เราต้องมีเงินอย่างเพียงพอเพื่อที่จะจ่ายสำหรับกิจกรรม

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. เด็กในความดูแลของท่านทราบหรือไม่ว่าเงินเป็นปัจจัยที่สำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เด็กในความดูแลของท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อไม่มีเงิน แล้วไม่สามารถร่วมทำกิจกรรมนั้นได้

3. ท่านเคยสังเกตหรือไม่ว่าบุคคลต้องเปลี่ยนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพราะบอกว่าเขาไม่มีเงินที่เพียงพอ หากเคยมันทำให้ท่านรู้สึกอย่างไร

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน เงิน แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า เงินคือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการได้)

### **เวลาว่าง**

เวลาว่างเป็นอุปสรรคที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ทุกกิจกรรมต้องการเวลาเพื่อการเข้าร่วม หากเราไม่มีเวลาเพียงพอสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เราอาจไม่ได้มีประสบการณ์ทางนันทนาการบ้อยเท่าที่เราต้องการ ยิ่งไปกว่านั้นเมื่อเรามีได้บริหารจัดการเวลาของเราอย่างดี ผลก็คือ เราอาจจะมีได้ความรู้สึกที่ดี เมื่อเรารู้สึกว่าเวลาเสียเปล่าและพลาดโอกาสในการสนุกสนานกับประสบการณ์ที่น่าพึงพอใจ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านเคยมีปัญหาในการหาเวลาอย่างเพียงพอเพื่อความสนุกสนานของตัวเองหรือไม่
2. เหตุใดท่านจึงคิดว่าท่านได้เคยมีการบริหารจัดการเวลาที่ไม่ลงตัว
3. อะไรเป็นผลของการบริหารจัดการเวลาที่ไม่ลงตัวของท่าน
4. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อการบริหารจัดการเวลาไม่เป็นไปตามที่กำหนด

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน เวลา แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า เวลาคือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการได้)

### **ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้**

ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้เป็นอุปสรรคสำหรับการเข้าร่วมทางนันทนาการ บางครั้งเราต้องที่จะเข้าร่วมในกิจกรรม แต่เราไม่สามารถทำได้เพราะเราไม่มีสาธารณูปโภคที่เหมาะสม การขนส่งที่พอเพียง เช่น รถประจำทางอาจจะมิได้วิ่งไปใกล้สวนสาธารณะที่ต้องการจะไป มันอาจจะรวมถึงความเป็นจริงที่ว่าเราต้องการเข้าร่วมในกิจกรรม แต่ไม่มีใครจัดให้ในชุมชนของเรา ยกตัวอย่างเช่น ไม่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลในชุมชนของเรา และเกี่ยวกับตารางเวลาของเราและความรับผิดชอบอื่นๆ ที่เราไม่สามารถจะจัดเวลาให้กับกิจกรรมได้อย่างพอเหมาะพอดี เช่น เพราะเราทำงานในตอนเย็น เราจึงไม่สามารถมีส่วนร่วมในโปรแกรม การเล่นเทนนิสในตอนเย็น ท่านอาจจะมีอุปสรรคทางกายภาพขัดขวางในรูปแบบของอุปสรรค ทางโครงสร้างและทางธรรมชาติ อุปสรรคทางโครงสร้างอาจจะถูกทำโดยมนุษย์ เช่น ประตูที่หนัก การไม่มีที่สำหรับรถเข็นในสระว่ายน้ำ ในขณะที่อุปสรรคทางธรรมชาติ เช่น ฝนตก น้ำท่วม ถนนลื่น อุปสรรคด้านร่างกายเช่น ความพิการ

นำเสนอข้อมูลความเหมาะสมพร้อมใช้ได้แสดงรายการต่อไปนี้บนกระดาน

- การขนส่ง	- โปรแกรม
- ตารางเวลา	- ธรรมชาติ
- สาธารณะประโยชน์	

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. มีกิจกรรมใดหรือไม่ที่ไม่ได้จัดไว้เพื่อความต้องการของเด็กในความดูแลของท่านในชุมชน
2. เหตุใดท่านจึงคิดว่ากิจกรรมนั้นไม่ได้จัดไว้ให้กับเด็กในความดูแลของท่าน
3. ท่านเคยเห็นคนที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ เพราะมันไม่ได้จัดไว้ให้พวกเขาหรือไม่
4. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อต้องการทำบางสิ่งและท่านไม่สามารถจะเข้าร่วมได้เพราะกิจกรรมไม่ได้จัดไว้ให้สำหรับท่าน

#### ทัศนคติทางสังคม

ทัศนคติทางสังคม เป็นอีกอุปสรรคหนึ่งที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตของเรา ทัศนคติที่จัดเป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิต บางครั้งบุคคลผู้ซึ่งจัดโปรแกรมพิเศษที่จะนำเราเข้าร่วมเพราะพวกเขาคิดว่า จะเป็นอันตรายต่อตัวเราเองหรือไม่มีทักษะที่ดีพอเพื่อความสนุกสนาน หรือบอกเราว่าไม่ควรเข้าร่วม หากคนจำนวนหนึ่งทำให้เรารู้สึกไม่สะดวกสบายและไม่มีใครต้อนรับเรา เรา ก็อาจหยุดทำบางสิ่งที่เราสนุกกับมันจริงๆ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ทัศนคติของผู้คนมีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กในความดูแลของท่านใช่หรือไม่
2. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อทัศนคติของผู้คนกลับมาเป็นอุปสรรคของการแสดงออกทางนันทนจิตของเด็กในความดูแลของท่าน
3. ท่านทำอะไรเพื่อแก้ไขปัญหาด้านทัศนคติทางสังคมของผู้คน

#### สุขภาพ

สุขภาพเป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต ในบางครั้งเราอาจไม่ได้มีสุขภาพที่ดีนัก การขาดซึ่งความมีความสุขอาจจะเป็นการยับยั้งการเข้าร่วมของเราในกิจกรรมนันทนาการ เพราะสุขภาพที่แย่นั้นจะทำให้ช้าหรือถ่วงหรืออาจจะเป็นข้อจำกัดในความสามารถทางกาย ยกตัวอย่างเช่น หืดหอบอาจจะยับยั้งการเข้าร่วมในกิจกรรมแอโรบิค เช่น การเดิน ยิ่งไปกว่านั้นเราอาจจะมีปัญหาเกี่ยวกับการลด

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. เด็กในความดูแลของท่านเคยมีเงื่อนไขทางสุขภาพและยับยั้งจากการเข้าร่วมทางนันทนิจหรือไม่ อย่างไร
2. กิจกรรมใดที่เด็กในความดูแลของท่านไม่สามารถเข้าร่วมสนุกได้ เมื่อมีปัญหาทางสุขภาพ
3. เด็กในความดูแลของท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อไม่สามารถเข้าร่วมได้อันเนื่องมาจากเหตุผลทางสุขภาพ
4. เงื่อนไขทางสุขภาพยังสร้างอุปสรรคให้กับเด็กในความดูแลของท่านจนปัจจุบันหรือไม่ หากใช่ คืออะไร

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน สุขภาพ แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า สุขภาพคือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนิจที่ต้องการได้)  
**ทักษะ**

การขาดทักษะก็เป็นอีกหนึ่งอุปสรรค ท่านไม่มีทักษะเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น มีบางเวลาที่ความต้องการทักษะไม่ได้ตั้งใจ แม้ว่าจะมีความพยายามอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการขาดทักษะอย่างชั่วคราวหรือถาวร หากคุณไม่มีทักษะมันก็จะสร้างอุปสรรคให้แก่คุณ เช่น หากบางคนอยากเล่นเทนนิสกับคุณ แต่คุณไม่รู้ว่าจะถือไม้อย่างไร ตีอย่างไร หรือนับแต้มอย่างไร การขาดทักษะของคุณจะยับยั้งคุณจากการใช้เวลาร่วมกับคนนั้น บางกิจกรรมจะมีทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เพื่อการเข้าร่วม ดังนั้นคุณอาจจะต้องการการสาธิตหรือแสดงระดับของสมรรถนะ เพื่อการเข้าร่วม เช่น การเล่นดนตรี คุณต้องสามารถเล่น โน้ตพื้นฐานได้ก่อนเล่นเป็นเพลง หากคุณไม่มีทักษะนั้นๆ การขาดความสามารถหลักจะเป็นอุปสรรคอย่างมากกับการเข้าร่วมทางนันทนิจ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. เด็กในความดูแลของท่านเคยถูกขอร้องให้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแต่ไม่สามารถทำได้ เพราะขาดทักษะหรือไม่ หากใช่ คือกิจกรรมอะไร
2. เด็กในความดูแลของท่านเคยหรือไม่ที่คนอื่นไม่ได้ขอร้องให้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะพวกเขาเห็นว่าเด็กในความดูแลของท่านไม่สามารถทำได้ หากเคย เมื่อไหร่

3. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อการขาดทักษะเป็นข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเด็กในความดูแลของท่าน

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน ทักษะ แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า ทักษะ คือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการได้)

#### สื่อการสอน

แผ่นโปสเตอร์แสดงคำสำคัญของอุปสรรคด้านต่างๆ

#### กิจกรรม (สำหรับเด็ก)

ผู้ปกครองพาเด็กไปศูนย์เยาวชน สนามเด็กเล่น สนามกีฬาหรือห้างสรรพสินค้าใกล้บ้านหรือชุมชน เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้ตัวอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนาการ ด้วยการพูดคุยถามตอบกันหรือให้เข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการที่หาได้ในแต่ละแห่ง เช่น หากเด็กต้องการโยนโบว์ลิ่งในห้างสรรพสินค้า แต่ผู้ปกครองให้ข้อมูลว่า จะต้องใช้เงินจำนวนมาก เรามีเงินไม่เพียงพอ นี่จัดเป็นอุปสรรคประการที่หนึ่ง เมื่อพาไปดูโปรแกรมหนังเรื่องที่ต้องการดูนั้น มีเวลาฉายรอบดึก เราไม่สามารถดูได้ เวลาที่จัดเป็นอีกหนึ่งอุปสรรค พาไปดูที่ศูนย์เยาวชนว่าที่นี่ไม่มีสนามฟุตบอลให้เราเล่นก็จัดว่าเป็นอุปสรรคในการเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ซึ่งไม่มีความพร้อม หรือเด็กอาจชอบกีฬามวยปล้ำ ให้ผู้ปกครองอธิบายว่า โดยส่วนใหญ่แล้ว ในสังคมเราไม่นิยมเล่นมวยปล้ำเหมือนการแสดงในต่างประเทศ ซึ่งถือเป็นทัศนคติทางสังคมที่เป็นอุปสรรค

ในบางครั้งเมื่อเราเจ็บป่วยไม่สบาย ไม่มีโอกาสออกมาเดินเล่นอย่างนี้ นับว่าสุขภาพอาจเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการเข้าร่วมทางนันทนาการได้ หรือหากเรามีสุขภาพที่ดี แต่ทีมฟุตบอลที่กำลังเล่นอยู่ที่ดูเก่งมาก ซึ่งอาจต้องใช้ทักษะอย่างมาก เราจึงมีโอกาสร่วมทีมนี้น้อย ดังนั้นทักษะก็ถือเป็นอีกหนึ่งอุปสรรคที่สำคัญ

#### สื่อการสอน

โปสเตอร์หรือการ์ดแสดงคำสำคัญของอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนาการ

#### การประเมิน

1. A.D.สามารถบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนาการได้อย่างน้อย 2 ด้าน
2. แสดงสีหน้าเข้าใจถึงอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นอย่างไม่รู้สึกกังวล

#### สถานที่

ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า สนามเด็กเล่น สนามกีฬา

## วัตถุประสงค์ที่ 2

A.D.สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตได้

### เนื้อหา

กลวิธีในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตคือสิ่งที่จำเป็นในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการ เราจำเป็นต้องพัฒนากลวิธีนี้ เพราะเราต้องการลดอุปสรรคที่จะทำร้ายเราให้มีความสุขและความพึงพอใจที่มากขึ้น ต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตของเรา กลวิธีในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอาจจะรวมถึงการเข้าร่วมในกิจกรรมทางนันทนจิตที่มีต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ พัฒนาทักษะการจัดการเวลา ใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตที่บ้าน เรียนรู้ทักษะที่จำเป็นเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรม และปรับประยุกต์ใช้วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็น

### เนื้อหา (สำหรับผู้ปกครอง)

การใช้กลวิธีในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต นับเป็นสิ่งที่ต้องทราบเพื่อเป็นการเพิ่มโอกาสให้เด็กในความดูแลของท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองสนใจซึ่งมีดังนี้

### เงิน

การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ไม่ต้องมีค่าใช้จ่ายเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะได้รับประโยชน์จากนันทนจิตและการเอาชนะอุปสรรคในเรื่องข้อจำกัดทางการเงิน โปรแกรมที่ไม่คิดค่าใช้จ่ายเช่น สวนสาธารณะและองค์กรทางนันทนาการ การจัดการของชุมชน ศูนย์กลางทางวัฒนธรรม หรืออื่นๆ ซึ่งเป็นของรัฐบาล สื่อซึ่งรวมถึงหนังสือพิมพ์และวิทยุก็ได้โฆษณาโปรแกรมเหล่านี้สามารถใช้เพื่อค้นหาโปรแกรมที่ไม่เสียค่าใช้จ่าย ซึ่งโปรแกรมเหล่านี้จะถูกนำเสนอของใหม่อยู่เสมอ สนุก น่าสนใจ และตื่นเต้น พอกๆ กับที่ต้องเสียค่าธรรมเนียม การขาดเงินมิได้เป็นอุปสรรคกับท่านแก้ไขไม่ได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. องค์กรใดนำเสนอันทนาการใดที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย
- ข. แหล่งใดที่ให้ค้นหากิจกรรมซึ่งไม่ต้องเสียเงิน
- ค. มีโปรแกรมที่ไม่ต้องเสียเงินที่ถูกนำเสนอตรงกับที่ท่านต้องการหรือไม่
- ง. โปรแกรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมีความน่าสนใจและน่าตื่นเต้นเช่นเดียวกับโปรแกรมอื่นหรือไม่

### เวลา

การพัฒนาประสิทธิภาพของทักษะในการจัดการเวลา คือ ท่านต้องลำดับความสำคัญความรับผิดชอบของท่านเพื่อการจัดการเวลาของท่านอย่างมีประสิทธิภาพ ท่านต้องจัดเวลาว่างไว้สำหรับ



ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. ท่านได้พัฒนาแผนการจัดการเวลาของสำหรับเวลาว่างหรือไม่
- ข. ท่านต้องใช้ระยะเวลายาวนานเท่าใดในชีวิต 1 วันของท่านก่อนที่จะมีเวลาว่าง
- ค. เกิดอะไรขึ้นเมื่อเวลาว่างได้ดูวางแผนไว้และมีเหตุการณ์เกิดขึ้นขัดขวาง

#### ความเหมาะสมพร้อมใช้

การใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจที่บ้าน คือแนวทางในการเอาชนะอุปสรรคในเรื่องการขนส่ง ความเหมาะสมพร้อมใช้ กิจกรรมทางนันทนิจหลายอย่างสามารถสนุกได้ที่บ้าน และรอบๆ บริเวณบ้านของท่าน ท่านอาจตัดสินใจใช้บริเวณบ้านของท่านหรือห้องพิเศษเป็นพื้นที่ทางนันทนาการ มั่นง่ายที่จะจัดพื้นที่สำหรับเกมและงานอดิเรกที่ท่านสนุกสนาน เพียงแค่กิจกรรมนั้นที่ท่านชอบสามารถจะทำที่บ้านได้และหากท่านมีอุปกรณ์ที่จำเป็น อาจจะมีเพื่อนบ้านของท่านที่สนใจกิจกรรมซึ่งทำในบ้านเช่นเดียวกับท่าน ให้ท่านพูดคุยกับพวกเขาบ่อยๆ เกี่ยวกับกิจกรรมที่สนใจ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. กิจกรรมนันทนาการใดที่สามารถทำที่บ้านได้
- ข. เวลาว่างสามารถสนุกที่บ้านได้หรือไม่
- ค. จะมีทางใดที่จะทำให้เพื่อนบ้านมาเข้าร่วมด้วย

#### ทักษะ

การได้ทักษะที่จำเป็นเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมจะเป็นการลดอุปสรรคในด้านทักษะ มีหลายกลวิธีในการพัฒนาทักษะเบื้องต้น โดยปราศจากการเข้าร่วมกิจกรรม เทคนิคนี้สามารถปฏิบัติได้ที่บ้านกับวิดีโอเทปกับเพื่อนหรือกับผู้สอนส่วนตัว วิดีโอเทปหรือซีดี เป็นของง่ายและสนุกที่เรียนได้ ท่านสามารถทำตามทักษะและดูหลายครั้ง เพื่อนที่ฝึกทักษะด้วยกันก็สนุกสนานในการฝึก บอกได้ว่าสิ่งใดผิดและเสนอความช่วยเหลือเมื่อท่านต้องการสามารถสอนวิธีในการพัฒนาความสามารถของท่านได้

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. การได้มาซึ่งทักษะที่จำเป็นมีประโยชน์อย่างไร
- ข. วิดีโอเทป หรือซีดี สามารถสอนให้ปรับปรุงทักษะได้อย่างไร
- ค. อะไรเป็นข้อได้เปรียบของการเรียนทักษะจากประสบการณ์คู่ของตน
- ง. ผู้สอนส่วนตัวสามารถจะช่วยให้ได้อย่างไร

## อุปกรณ์

วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นอาจจะถูกปรับหรือเปลี่ยนเพื่อพบกับความต้องการของท่าน การปรับเครื่องมือคือสิ่งที่ทำได้สำหรับกิจกรรมนันทนาการหลายอย่าง เช่นการสร้างประติมากรรมจากท่อ พีวีซี เครื่องมือที่ใหญ่หรือหนักสามารถจะถูกแทนที่ด้วยเครื่องมือเล็กหรือเบา เพื่อช่วยท่านในการเรียนรู้ทักษะ หากท่านมิได้เข้าไปถึงแหล่งทรัพยากร ท่านอาจจะติดต่อบุคคลในชุมชนเพื่อช่วยท่านในการทำอุปกรณ์เฉพาะหรือใช้เครื่องมือเสริม กฎสามารถจะถูกเปลี่ยนแปลงเพื่อให้ท่านได้เข้าร่วมในกิจกรรมนั้น คณะแนว ระยะเวลา เวลาที่จำกัด สามารถจะถูกปรับเพื่อให้พบกับความต้องการของท่าน การขาดเครื่องมือหรือกฎที่เข้มงวด จะไม่เป็นอุปสรรคต่อประสบการณ์ทางนันทนิจิตของท่าน

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. ของทดแทนสามารถถูกใช้แทนที่วัสดุที่จำเป็นได้หรือไม่
- ข. เป็นไปได้หรือที่จะทำอุปกรณ์พิเศษด้วยตัวของท่านเอง
- ค. เครื่องมืออุปกรณ์สามารถถูกปรับเพื่อความต้องการของท่านได้หรือไม่
- ง. มีทางอื่นใดที่จะดัดแปลงกิจกรรมได้อีก

## สื่อการสอน

แผ่นโปสเตอร์เกี่ยวกับคำสำคัญของกลวิธีในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนิจิต

### กิจกรรม (สำหรับเด็ก)

ในสถานการณ์เกี่ยวกับในวัตถุประสงค์ที่ 1 ผู้ปกครองอธิบายโดยใช้สัญลักษณ์ รูปเงิน รูปนาฬิกา รูปรถ รูปโยนห่วงบาสไม่ลง บนกระดานสี่ ถึงการแก้ไขปัญหาหาร่วมกันว่าหากเราไม่มีเงินพอที่จะช่วยกันเก็บสตางค์หรือเปลี่ยนกิจกรรมที่ไม่ต้องใช้เงิน เวลาที่ให้จัดการบริหารเวลา เพื่อให้ลงตัวหรือใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตที่บ้าน เล่นเกมส์หรือทำกิจกรรมที่บ้าน รู้จักเรียนรู้ทักษะหรือพัฒนาตนเองจากการฝึกฝนจากเพื่อนหรือผู้ปกครองสอนให้ หรือรู้จักประกอบวัสดุอุปกรณ์ที่บ้านเอง

## สื่อการสอน

แผ่นการ์ดแสดงสัญลักษณ์รูปเงิน นาฬิกา รถ การเตะฟุตบอล

### การประเมิน

A.D. สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนิจิตได้อย่างน้อย 2 ด้าน

### สถานการณ์ที่จัดขึ้น

ให้เด็กเลือกทำกิจกรรมที่ต้องการ แต่การเตรียมอุปกรณ์นั้นไม่พร้อม เด็กสามารถแก้ปัญหาได้อย่างไร

สถานที่

ที่บ้าน

สรุป

ก้าวแรกในการแก้ปัญหาใดๆ คือ การคำนึงถึงปัญหาที่มีอยู่ หากอุปสรรคเหล่านั้นมีต่อการเข้าร่วมของเรา ก้าวแรกคือเราต้องระบุได้ว่ามันคืออะไร เราสามารถที่จะกำจัด ลด หรือจัดการกับอุปสรรค อุปสรรคทางนั้นทัศนคติได้ชัดเจนจากเราจากการเข้าร่วม เราสามารถใช้แหล่งทรัพยากรที่หลากหลาย เพื่อช่วยในการพัฒนาวิธีการที่จะเอาชนะอุปสรรคเหล่านั้น เราจะต้องระบุเป็นลำดับแรกว่าอุปสรรคคืออะไร และเริ่มคิดหาหนทางในการเอาชนะปัญหาการพัฒนาวิธีการจะทำให้เราเข้าร่วมในกิจกรรมที่สนุกมากมายที่เราอาจคิดว่ามันเป็นไปไม่ได้

หน่วยการเรียนรู้ : การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนิจิต

(AWARENESS OF SELF IN LEISURE)

ชั่วโมงเรียนที่ 5

วัตถุประสงค์

1. A.D. สามารถบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้ 10 อย่าง
2. A.D. สามารถบอกเหตุผลว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้นได้

เนื้อหา

ทัศนคติมีผลที่สำคัญต่อการกระทำ และเป็นสิ่งที่สำคัญในการตัดสินใจที่จะเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนิจิต หรือกับใคร นานเท่าไร ค่าคาดหวังอะไรและกับปัจจัยอื่นๆอีก ถ้าเราเห็นคุณค่าของนันทนิจิต เราจะยินดีที่จะจัดการเวลาเพื่อให้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมที่เราชอบ ในทางตรงกันข้ามถ้าทัศนคติไม่มีค่าเราก็จะไม่หรือพยายามน้อยที่จะเข้าไปมีส่วนร่วมกับมัน การพัฒนาการตระหนักในตนเองจำเป็นต่อการชี้ชัดทัศนคติส่วนบุคคลที่มีต่อเวลาว่าง

กิจกรรม

ให้ A.D. ชี้กิจกรรมนันทนาการที่ชอบจากสมุดภาพพร้อมให้เหตุผล

สื่อการสอน

ภาพกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลาย เช่น กีฬา ดนตรี ศิลปะ ท่องเที่ยว เดินป่า ร้องเพลง คู่มือ

## การประเมิน

1. สามารถบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้อย่างน้อย 4 อย่าง
2. สามารถบอกเหตุผลว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้นได้

## สถานที่

บ้าน

## สรุป

เราได้ทำกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อช่วยให้เรารู้เกี่ยวกับทัศนคติของพวกเราที่มีต่อนันทนาการ ได้รู้ว่าอะไรที่พวกเราชอบและไม่ชอบ และทำไมเราจึงรู้สึกและความรู้สึกนั้นเป็นส่วนที่สำคัญที่จะทำ ให้เราเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง ความรู้นี้สามารถนำให้เราเลือกได้และช่วยให้เราใช้เวลาว่างเพื่อประโยชน์ อย่างสูงสุด

## ชั่วโมงเรียนที่ 6

### วัตถุประสงค์

A.D. สามารถเลือกแผนการพักผ่อนที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตรงกับ สถานการณ์ อัน ได้แก่ ด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ทัศนคติทางสังคม สุขภาพ และ ทักษะ

### เนื้อหา

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อันเป็นผลเนื่องมาจากการตระหนักรู้ ในตนเองซึ่งประกอบด้วย เงิน เวลาว่าง ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ทัศนคติทางสังคม สุขภาพและ ทักษะ ทั้งนี้ปัจจัยดังกล่าวเปลี่ยนแปลงไปตามแต่ละบุคคล เช่น ปัจจัยด้านการเงินของบุคคลที่มี งบประมาณอย่างเพียงพอเพื่อการท่องเที่ยวต่างประเทศอาจไม่เป็นปัญหาในการตัดสินใจเพื่อเข้าร่วม กิจกรรมแต่สำหรับอีกบุคคลอาจต้องใช้ระยะเวลาเพื่อการตัดสินใจและจัดงบประมาณ การไป ห้างสรรพสินค้าที่อยู่ไกลบ้านอาจทำให้ต้องพิจารณาถึงระยะเวลาและการเดินทางตลอดจนการจราจร ในขณะที่บุคคลซึ่งอยู่ในระแวกห้างสรรพสินค้าดังกล่าวไม่ต้องพิจารณาปัจจัยดังกล่าว แต่อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีความจำเป็นที่บุคคลควรทราบ เพื่อเป็น ประโยชน์ต่อการตัดสินใจการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ตนเองต้องการ

## เนื้อหาสำหรับผู้ปกครอง

### เงิน

เงินคือปัจจัยที่มีอิทธิพลกับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง ถึงแม้ว่าจะมีกิจกรรมนันทนาการมากมายที่ทำได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้เงิน แต่ก็อีกมากที่จะต้องใช้ หลายสิ่งรอบตัวเรานั้นจำเป็นต้องใช้เงินไปกับมัน เราอาจจะจำเป็นต้องจ่ายมันเพื่อ เช่า, ซื้ออาหารและเสื้อผ้า, ค่าขนส่ง, ค่าเรียน, ค่าประกัน, ค่ายา, ค่าทำฟัน และอื่นๆ อีกหลายอย่าง หลังจากความจำเป็นเหล่านี้ได้ถูกใช้ไปแล้ว อาจจะไม่เงินที่ยังคงเหลืออยู่สำหรับเป้าหมาย เช่น นันทนาการ ประเภทของกิจกรรมนันทนาการที่เราจะเลือก บางกิจกรรมต้องใช้เงินมาก ปานกลาง บ้างก็น้อย หรือไม่ต้องใช้เลย แตกต่างกันไป เมื่อเราคิดที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เราต้องพิจารณาว่าเรามีเงินอยู่เท่าไร และต้องจ่ายไปกับมันเท่าไรในแต่ละกิจกรรม

นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องเงิน ใช้กระดาษบันทึกสิ่งที่เราจำเป็นต้องใช้เงินจ่าย

- อาหาร
- เสื้อผ้า
- ค่าขนส่ง
- ค่าเรียนและค่าสมาชิก
- ค่าประกัน
- ดูแลสุขภาพและฟัน

### เวลา

เวลาว่างมีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม หลังจากหน้าที่ของเรานี้ที่มีกับงาน, ครอบครัว, บ้าน และภารกิจจำเป็นต่างๆ ได้ถูกกระทำเสร็จสิ้นแล้ว เวลาที่เหลืออยู่ก็เป็นเวลาที่เราจะทำสิ่งที่พึงพอใจ ก็เหมือนกับเงินที่เราจะใช้ได้อย่างอิสระ เวลาที่เราจะมีอย่างอิสระก็ยังคงมีอยู่ด้วย กิจกรรมนันทนาการบางอย่างจำเป็นต้องใช้เวลามาก เช่น ไปเที่ยวทะเลตอนสุดสัปดาห์ บางกิจกรรมก็สามารถร่วมสนุกได้ระยะเวลาสั้นๆ กิจกรรมนันทนาการส่วนใหญ่มีเวลาเป็นส่วนประกอบ ความสามารถของบุคคลเพื่อสร้างทางเลือกเกี่ยวกับกิจกรรมของพวกเขาได้รับอิทธิพลมาจากเวลาว่างที่มี และจำนวนเวลาที่ต้องใช้ในแต่ละกิจกรรม ถึงแม้ว่าคนจำนวนมากกล่าวว่า ไม่มีเวลาพอที่จะทำสิ่งที่ตนเองต้องการ หรือไม่มีเวลาที่มากพอ พวกเขาก็มีโอกาสมากมายสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมที่ไม่ต้องการเวลามาก

## ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้

ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่ทำให้การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการเกิดขึ้นได้ โอกาสในการเข้าร่วมจะต้องนำเสนอในชุมชน เช่น ท่านไม่สามารถเล่นเทนนิสได้ หากไม่มีสนามเทนนิสจัดไว้ให้ ระยะทางในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น สนามเทนนิสซึ่งอยู่ไกลที่สุดอาจต้องขึ้นรถไปไกลเป็นวันจากที่ซึ่งเราอาศัยอยู่ หรือหากสนามเทนนิสตั้งอยู่ในบริเวณชุมชน แต่เปิดแค่ตอนเช้า คนที่ทำงานในเวลาดังกล่าวก็ไม่สามารถที่จะเล่นได้ กิจกรรมจะต้องเข้าถึงคนที่ต้องการเข้าร่วม หากสนามเทนนิสในชุมชนเป็นของสโมสรเอกชนและจำกัดเฉพาะสมาชิกของพวกเขา ผู้ที่ไม่ได้เป็นสมาชิกจะหมดโอกาส สนามเทนนิสที่ตั้งโดยมีอุปสรรคทางกายภาพ ก็จะไม่เหมาะสมกับบุคคลที่อยู่ในรถเข็น หากสนามเทนนิสเปิดให้เพียงเฉพาะผู้เล่นที่มีทักษะดี ก็จะไม่เหมาะสมกับผู้เล่นหรือผู้ที่ต้องการเรียนรู้ที่จะเล่น เหล่านี้คือตัวอย่างสิ่งที่เป็นองค์ประกอบร่วมกันในการเข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะที่จะเกิดขึ้นได้

นำเสนอข้อมูลด้านความเหมาะสมพร้อมใช้ได้

- ระยะทาง
- การขนส่ง
- ตาราง
- การเป็นสมาชิก
- การเข้าถึง
- ทักษะ

## ทัศนคติทางสังคม

ทัศนคติทางสังคมเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง บางคนเข้าร่วมกิจกรรมด้วยเหตุผลเพราะเขาคิดว่าคนทั่วไปรู้สึกว่าเขาควรจะทำสิ่งนั้น เช่น เล่นเกมต่อภาพ เพราะเหมาะกับอายุของเรา ยิ่งไปกว่านั้นบางคนอาจเข้าร่วมกิจกรรมเพราะทัศนคติทางสังคม เช่น เล่นฟุตบอลเพราะผมเป็นผู้ชาย หรือไม่สร้างบ้านบนต้นไม้ เพราะฉันเป็นผู้หญิง บางครั้งมีข้อจำกัดด้วยบทบาทหน้าที่ เช่น จะใช้เวลาไปกับการทำกิจกรรมของลูกๆ มากกว่าตัวเอง ความพิการอาจจะมีอิทธิพลกับการเข้าร่วมกิจกรรมด้วย บุคคลผู้พิการอาจจะปฏิเสธโอกาสที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการที่ท้าทายเพราะเขาคิดว่าอาจส่งผลกระทบต่อความปลอดภัย หรือพวกเขาอาจไม่มีทักษะที่จำเป็น ทัศนคติทางสังคมสามารถมีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของพวกเขา

## สุขภาพ

สุขภาพ กิจกรรมนั้นทนทานการบางอย่าง แคนั่งเฉยๆ หรือไม่ต้องเคลื่อนไหวมาก แต่หลายกิจกรรมก็ต้องการผู้เข้าร่วมที่มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงพอ บุคคลสูงวัยมักเลี่ยงกิจกรรม เพราะ

## ทักษะ

ทักษะ ระดับของทักษะที่บุคคลมีกับความสุขสนานที่จะได้รับมีความสัมพันธ์กัน จากการเข้าร่วมในกิจกรรม คนซึ่งมีทักษะสูงในกิจกรรมนั้นๆ มีแนวโน้มที่จะเข้าร่วมอย่างต่อเนื่อง และสนุกกับกิจกรรม ในทางตรงกันข้ามคนซึ่งพยายามอย่างมากในการพัฒนาทักษะในกิจกรรม แต่ไม่ประสบความสำเร็จ มีแนวโน้มที่จะหยุดการเข้าร่วมในกิจกรรม เพราะมันสนุกน้อยมากหรือไม่สนุกเลย เรายังสนุกกับการเข้าร่วมกิจกรรมกับคนอื่น ซึ่งมีระดับทักษะที่ใกล้เคียงกัน ดังนั้นจึงควรมีทางเลือกหลายระดับเท่าที่จะทำได้ในกิจกรรม 1 ประเภท เช่น การแข่งขันวอลเลย์บอล ระดับ ต่ำ กลาง และสูง ทักษะในฐานะที่เป็นปัจจัยซึ่งผลกระทบต่อเข้าร่วมท่านจำเป็นต้องปรับปรุงทักษะของท่านให้เข้ากับความยากของกิจกรรม หรือปรับกิจกรรมให้เข้ากับทักษะของท่าน หมายความว่า ความพยายามจะต้องทำขึ้นอย่างสมเหตุสมผลระหว่างทักษะและกิจกรรม

## สื่อการสอน

แผ่นการ์ดซึ่งบรรจุคำสำคัญของปัจจัยที่มีผลกระทบต่อเข้าร่วมกิจกรรมนั้นบนทาบการ

## กิจกรรมสำหรับเด็ก

เล่าเรื่องเกี่ยวกับพี่น้องสองคน ซึ่งต้องการไปดูหนังในวันหยุดสุดสัปดาห์และสถานการณ์ที่เกิดขึ้น แล้วให้คิดว่ามีปัจจัยใดที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างบ้าง และให้หยิบการ์ดที่เตรียมไว้ โดยมีผู้นำหรือผู้ปกครองเป็นผู้คอยช่วยเหลือและให้คำแนะนำดังนี้

1. ปัจจัยด้านการเงิน
2. ปัจจัยด้านเวลา
3. ปัจจัยด้านการเตรียมพร้อมใช้
4. ปัจจัยด้านทัศนคติทางสังคม
5. ปัจจัยด้านสุขภาพ
6. ปัจจัยด้านทักษะ

## สื่อการสอน

แผ่นการ์ดสี่ดิสโตส บรรจุคำสำคัญหรือรูปสัญลักษณ์ของปัจจัยด้านต่างๆ

## การประเมิน

A.D.สามารถเลือกแผนการวิจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตรงกับสถานการณ์ได้อย่างน้อย 3 ด้าน

### สถานที่

ในห้อง

### สรุป

การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต้องการมากกว่าความสนใจหรือความปรารถนาที่จะเข้าร่วม มีหลายปัจจัยที่จำเป็นต้องทราบ และมีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจก่อนที่การเข้าร่วมจะเกิดขึ้น เพียงแต่สามารถระบุปัจจัยและตระหนักได้ว่ามันมีอิทธิพลที่สำคัญอย่างไรกับการเข้าร่วมที่จะเป็นกุญแจสำคัญในการตัดสินใจที่สัมพันธ์กับการร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

## สัปดาห์ที่ 3 (ชั่วโมงเรียนที่ 7-9)

### ชั่วโมงเรียนที่ 7

### วัตถุประสงค์

A.D.สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อย่างมีความสุขและแสดงความประทับใจต่อสิ่งของของตนเอง

### เนื้อหา

การเข้าร่วมนันทนาการในอดีตเป็นการให้ข้อมูลแก่เราที่สามารถช่วยให้ตระหนักถึงตัวเราและกิจกรรมในเวลาว่าง ประสบการณ์ในอดีตได้ให้ความรู้และการมีส่วนร่วมในปัจจุบันแก่พวกเรา การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีตของเราสามารถช่วยบอกเราถึงสิ่งที่ชอบและสนใจ อายุ สุขภาพ เวลาว่าง ความเหมาะสมพอดีของแหล่งนันทนาการ และระดับความสนใจ เหล่านี้อาจเป็นสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงการเข้าร่วมนันทนาการของพวกเรา

### กิจกรรม

#### ค้นหาสมบัติเก่าเข้ากล่อง

ให้ผู้นำช่วยเด็กในการค้นหาอุปกรณ์ วัสดุ หรือภาพความทรงจำของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีตที่เคยสนุกสนาน อาจดูในห้องเก็บของ ตู้เสื้อผ้า บริเวณรอบๆ บ้าน หรือสมุดภาพ เช่น ปืนพลาสติกเก่าๆ ไม้สนุกเกอร์ซึ่งไม่ได้ใช้ ไม้กระบี่กระบอง ภาพนักมวยปล้ำ หรือนักฟุตบอลซึ่ง



## สื่อการสอน

1. กล้องหรือฟ़้าปูพื้นขนาดใหญ่เพื่อเก็บของ
2. กล้องวิดีโอหรือกล้องถ่ายรูป

## การประเมิน

1. A.D.สามารถเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ได้ 3 ใน 4 ชิ้น
2. A.D.แสดงพฤติกรรมการเล่าเรื่องที่ประทับใจในสิ่งของชิ้นต่างๆ อย่างมีความสุข
3. A.D.สามารถบอกได้ว่าชอบชิ้นไหนมากที่สุด

## สถานที่

ในบริเวณที่พักอาศัย

## สรุป

การได้มองกลับ ไปถึงการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีตเป็นแนวทางที่ดีที่จะมองถึงความสนใจของเรา และเป็นวิธีการที่ใช้หาว่าเราได้ใช้เวลาไปเท่าไรกับนันทนาการ เราสามารถมองถึงสิ่งที่เปลี่ยนแปลง และความสำคัญของกิจกรรมในเวลาว่างของชีวิตเรา โดยการมองไปที่ความสนใจในอดีต

## ชั่วโมงเรียนที่ 8

### วัตถุประสงค์

A.D.สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบในปัจจุบัน ได้อย่างสนุกสนาน

### เนื้อหา

การคิดเกี่ยวกับการเข้าร่วมนันทนาการในปัจจุบันนั้นจำเป็นต้องจำกิจกรรมนันทนาการซึ่งเราเข้าร่วม แต่บางครั้งเรามีได้คิดอย่างระมัดระวังเท่าที่พวกเราควรคิด เช่น เราอาจจะคิดถึงการสะพายเป้ท่องเที่ยวว่าเป็นกิจกรรมนันทนาการที่เราได้เข้าร่วม แต่มันเกิดขึ้นเมื่อ 5 ปีมาแล้ว อย่างนี้ควรเรียกการสะพายเป้ท่องเที่ยวว่าเป็นการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบันหรือไม่ เราสามารถทำให้ง่ายด้วยการดูวันต่อวัน โดยปราศจากความรู้ว่าเวลามากน้อยเท่าไรที่เราใช้ไปกับในแต่ละกิจกรรม กับใครหรือนานเท่าไร

หลังจากนั้นให้ถามเด็กว่า ตอนนี้ชอบเล่นอะไรมากที่สุด หากมีอุปกรณ์พร้อมให้เล่นร่วมกัน ระหว่างผู้นำและเด็ก เช่น เด็กอาจบอกว่าชอบเล่นปีโป่ง หากมีอุปกรณ์พร้อมที่ให้เล่นร่วมกัน พร้อมกับถ่ายวิดีโอภาพเคลื่อนไหวหรือภาพนิ่งเก็บไว้

### สื่อการสอน

1. แผ่นโปสเตอร์แข็งขนาดใหญ่ตัดหรือวาดรูปวงกลมขนาด 24 นิ้ว เพื่อให้เขียนกิจกรรมที่ทำลงไป
2. กล้องวิดีโอหรือกล้องถ่ายรูป

### การประเมิน

เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบในปัจจุบันได้อย่างสนุกสนาน

### สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

### สรุป

การคิดอย่างรอบครอบเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบันเป็นการฝึกคิดที่มีประโยชน์ มันสามารถช่วยเราให้มุ่งไปที่ความคิดของเราที่มีต่อสิ่งที่เราทำในปัจจุบันมากกว่าสิ่งที่เราเคยทำในอดีต แบบฝึกหัดนี้จะช่วยให้ท่านมีเป้าหมายและให้พื้นฐานที่ดีในการตัดสินใจในสิ่งที่ท่านพึงทำได้

## ชั่วโมงเรียนที่ 9

### วัตถุประสงค์

A.D. สามารถบอกถึงกิจกรรมนันทนาการซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ต้องการทำในอนาคต 10 อย่าง

### เนื้อหา

การคิดเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการที่เราวางไว้ในอนาคตมิใช่เป็นเพียง ความคิดปรารถนา แต่มันจะเป็นความฝันถึงสิ่งที่เราทำได้ในอนาคต การคิดเกี่ยวกับการทำกิจกรรมในอนาคตควรจะทำให้จริง มีโอกาสในการเข้าร่วม สิ่งที่น่าสนใจในวันนี้อาจจะทำในปีหน้า มันเป็นไปได้ว่าบางกิจกรรมอาจไม่ได้ทำ เราควรจะมีทัศนคติที่ยืดหยุ่นเกี่ยวกับการเข้าร่วมนันทนาการในอนาคต บางกิจกรรมที่พึงพอใจในวันนี้อาจจะยังคงอยู่จนถึงอนาคต เช่น การเดินชมธรรมชาติ มักเป็นความสนใจระยะยาวของคนทั่วไป

## กิจกรรม

### เปิดสมุดภาพ

ผู้นำเตรียมสมุดภาพสี ซึ่งประกอบด้วยรูปภาพที่น่าสนใจเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการต่างๆ แล้วพูดคุยกับเด็กถึงสิ่งที่เขาต้องการทำในอนาคตอันใกล้นี้ สอบถามเหตุผลและความเป็นไปได้ บันทึกภาพการพูดคุยด้วยกล้องวิดีโอหรือกล้องถ่ายรูป

### สื่อการสอน

1. สมุดภาพ
2. กล้องวิดีโอหรือกล้องถ่ายรูป

### การประเมิน

1. A.D.สามารถบอกได้ถึงกิจกรรมนันทนาการซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ต้องการทำในอนาคตอย่างน้อย 3 อย่าง
2. A.D.มีความสุขเมื่อได้พูดคุยถึงความฝันของตัวเอง

### สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

### สรุป

การคิดเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคตจะทำให้เรารู้ว่าเราต้องการทำอะไร การทำนั้นมันเป็นก้าวแรก เรารู้ว่าที่ใดที่เราต้องการไป ดังนั้นเราจึงสามารถวางแผนที่จะไปได้

หน่วยการเรียนรู้ : ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนิจิต

(SELF-DETERMINATION IN LEISURE)

สัปดาห์ที่ 4 (ชั่วโมงเรียนที่ 10- 12)

ชั่วโมงเรียนที่ 10

### วัตถุประสงค์

1. A.D.สามารถแสดงระดับของความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองได้ตรงความรู้สึกของตนเอง
2. A.D. แสดงความรู้ในเรื่องความสำคัญของการพัฒนาส่วนบุคคลที่สัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

วัตถุประสงค์ที่ 1 : A.D.สามารถแสดงระดับของของความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองได้ตรงความรู้สึกของตนเอง

## เนื้อหา

การทราบบว่าเราต้องการทำอะไรในเวลาว่างนั้นเกิดขึ้นเมื่อเราได้ตระหนักถึงความมีอิสระ ส่วนตัวซึ่งหาได้จากเวลาว่าง ช่วยเราให้ตัดสินใจว่าเราจะทำอะไรในอนาคต ความสำเร็จของเราบ่อยครั้ง เกี่ยวข้องกับว่าเรารู้สึกอย่างไรกับสิ่งที่เราได้ทำและประสบการณ์ที่เราได้รับ ความสำเร็จส่วนบุคคลเป็น สิ่งที่ไม่มีใครเหมือนและไม่เหมือนใครมี มันเป็นสิ่งที่สำคัญในการคำนึงถึงความสำเร็จของตัวเองใน การได้ทำกิจกรรมในเวลาว่าง ความมีอิสระส่วนตัวนำมาซึ่งความรู้สึกภาคภูมิใจ, คุณค่าในตนเอง และ ความพึงพอใจส่วนตัว กิจกรรมในเวลาว่างได้ให้โอกาสในการมีประสบการณ์ดังกล่าว หากเราได้ ทบทวนถึงประสบการณ์ของการทำกิจกรรมในเวลาว่าง เราจะได้ตระหนักถึงความสำเร็จของเรา ความสำเร็จที่เรามีประสบการณ์นั้นเป็นแรงขับภายใน ประสบการณ์นี้มีได้จากรางวัลภายนอกหรือ แรงเสริมจากคนอื่น แต่กลับได้จากความรู้สึกภาคภูมิใจและพึงพอใจ ซึ่งเป็นแรงขับที่มาจากมีส่วนร่วม ร่วมด้วยตนเอง ความซาบซึ้งในธรรมชาติ, การนับถือจากบุคคลอื่น, ทำชีวิตให้สนุกเพื่อตนเองและผู้อื่น นี่เป็นเพียงตัวอย่างเล็กน้อยของคุณค่าที่เราสามารถคิดได้เมื่อเราได้เข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง ทั้งนี้การ ทราบบถึงเป้าหมายในการทำกิจกรรมในเวลาว่างจะเป็นประโยชน์ต่อการแก้ไขปัญหาต่างๆในชีวิตได้ ด้วยการคำนึงถึงประโยชน์ที่จะได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนันทนาการ เช่น เราวาดรูปเพื่อผ่อนคลาย ความตึงเครียด

## กิจกรรม

ผู้นำจัดกิจกรรมนันทนาการดังนี้ (หรือกิจกรรมตามที่ได้เลือกเอง)

1. ปิงปอง
2. เล่นฟุตบอล
3. อ่านหนังสือ
4. วาดรูป
5. จักรยาน

ให้เขียนกิจกรรมนันทนาการที่แตกต่างกัน 5 อย่าง ที่ได้เข้าร่วมครั้งล่าสุด ภายใต้กิจกรรมแต่ละ อย่างจะมีรายการประโยชน์ต่างๆ อยู่และให้ใส่สัญลักษณ์ ลงในช่องประโยชน์แต่ละช่อง

😊 = หมายถึง มาก 😐 หมายถึง ปานกลาง ☹️ หมายถึง น้อย

## ตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการ

ประโยชน์	กิจกรรมนันทนาการ				
	ร้องเพลง	ศิลปะ	อ่านหนังสือ	ฟุตบอล	กวาดใบไม้
ผ่อนคลาย					
เพื่อให้เก่ง					
สร้างสรรค์					
ตื่นเต้น					
พึงพอใจ					
สุขภาพ					
จิตใจ					
สนุกสนาน					

ให้มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวและภาพนิ่งในทุกกิจกรรมที่เข้าร่วม

### สื่อการสอน

1. เอกสารหรือแผ่นภาพตาราง
2. อุปกรณ์ทางนันทนาการ เช่น ไมค์ ลำโพง ลูกฟุตบอล หนังสือ ดินสอสี

### การประเมิน

A.D.สามารถแสดงระดับของสัมฤทธิ์ผลได้ตรงความรู้สึกของตนเองอย่างน้อย 4 ด้าน เมื่อดูจากกล้องวิดีโอหรือภาพถ่าย

### สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

### สรุป

ความมีอิสระส่วนตนวัดได้ด้วยคุณค่า และสุขภาวะของบุคคล เราสามารถมีประสบการณ์ที่สำเร็จในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างที่พัฒนาตนเอง และปรับปรุงคุณภาพชีวิตของเรา นันทนาการได้ให้โอกาสสำหรับการให้รางวัลตนเอง

**วัตถุประสงค์ที่ 2** แสดงความรู้ในเรื่องความสำคัญของการพัฒนาส่วนบุคคลที่สัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

### **เนื้อหา**

การพัฒนาบุคคลของพวกเขาเหล่านั้นยังช่วยเพิ่มความมีอิสระแห่งตนในนันทนาการ การเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง นันทนาการ (หรือการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง) ให้โอกาสในการพัฒนาหลายด้าน ในด้านนี้หมายถึงการพัฒนาในด้านร่างกายที่ช่วยให้ร่างกายเรามีสมรรถภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง; พัฒนาการด้านสังคมช่วยให้เรามีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน, สมาชิกในครอบครัวและเพื่อนร่วมงาน; การพัฒนาด้านจิตใจช่วยให้เราเข้าใจในสิ่งต่างๆ และพัฒนาการในด้านอารมณ์ช่วยให้เรารู้สึกดีเกี่ยวกับตัวเอง และแสดงความรู้สึกที่เราใส่ใจกับตนเอง และบุคคลอื่น พัฒนาการทางด้านร่างกาย สามารถรวมถึงทักษะทางการเคลื่อนไหว (Motor & Skills) สมรรถภาพ (Fitness) การลดแรงตึงเครียด (Stress Reduction) และการเข้าร่วมกิจกรรม (Active Participation) พัฒนาการด้านสังคมเกี่ยวเนื่องกับทักษะการสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การทำงานเป็นหมู่คณะ การแข่งขันและการช่วยเหลือผู้อื่น การพัฒนาด้านจิตใจสามารถรวมถึงการเรียนรู้ การฟัง การตอบคำถาม การคิด และการถามคำถาม การพัฒนาด้านอารมณ์มีความเกี่ยวเนื่องกับการควบคุมพฤติกรรมในทางลบ การแสดงอารมณ์ในเชิงบวก และพฤติกรรมที่มาต่อประสบการณ์ที่พึงพอใจในด้านต่างๆ เหล่านี้ (นันทนาการ) การเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างช่วยให้เรามีพัฒนาการการปรับปรุงความรู้ของตนเองเกี่ยวกับการพัฒนาส่วนบุคคลในการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง เราจะมองในที่ด้านต่างๆ ในแต่ละด้าน

### **กิจกรรม**

ผู้นำให้เด็กเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบมากที่สุด จากวัตถุประสงค์ที่ 1 แล้ววางแผนร่วมกันว่าจะปรับปรุงหรือพัฒนาให้แข่งขันได้ด้วยวิธีใด อาจมาจากการฝึกฝนทำบ่อยๆ หรือไปเรียนรู้ให้มากขึ้นหรือจดบันทึกสถิติหรือจากคำชมจากบุคคลรอบข้าง

### **สื่อการสอน**

ตารางวางแผนงาน

### **การประเมิน**

A.D.สามารถทำตามที่ตนเองวางแผนไว้ได้จริงและมีการพัฒนาเป็นรูปธรรม เช่น ทำเวลาได้ดี

### **ขั้น**

### **สถานที่**

โรงเรียนหรือบ้าน

## สรุป

ประสบการณ์ด้านพัฒนาส่วนบุคคลในนันทนจิตทั้ง 4 ด้านของการพัฒนา : ร่างกาย, จิตใจ, สังคม และอารมณ์ เราสามารถที่จะใช้การพัฒนาส่วนบุคคลในนันทนจิต เพื่อให้เรามีสัมฤทธิ์ผล หากนันทนจิตได้

## ชั่วโมงเรียนที่ 11

### วัตถุประสงค์

A.D.สามารถบอกองค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างอันได้แก่ การแสดงทักษะ การทราบถึงแหล่งทางนันทนจิต การรักษาสุขภาพและการเริ่มทำ

### เนื้อหา

การรับผิดชอบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างนั้น แต่ละบุคคลจะมีความรับผิดชอบต่อความสุขและความพึงพอใจของตนเอง ดังนั้นหากเรามีได้มีความสุขหรือสนุกกับตัวเอง เราจะต้องคำนึงว่าเราทำอะไร เราจะต้องใส่ใจความพึงพอใจของเราเอง และเราจะต้องไม่ตำหนิผู้อื่น หากเราไม่พึงพอใจ เราสามารถที่จะควบคุมนันทนจิตของเราได้ โดยการเรียนรู้เกี่ยวกับความรับผิดชอบตนเอง

หากเราเข้าร่วมในกิจกรรมมันคือความรับผิดชอบของเราที่จะเรียนรู้ทักษะที่จำเป็น เมื่อการเข้าร่วมเราสามารถพัฒนาทักษะก่อนและระหว่างการเข้าร่วม เราต้องมุ่งพัฒนาด้วยตนเอง ไม่มีใครสามารถจะทำสิ่งนี้ต่อเราได้ บุคคลอื่นอาจจะช่วยและให้คำแนะนำแต่เราจำเป็นต้องพยายามในการได้มาซึ่งทักษะ นี่คือนสิ่งที่เราต้องรับผิดชอบ

มันเป็นความรับผิดชอบของเราที่จะได้รับความรู้ในเรื่องของแหล่งทางนันทนจิต หากเราต้องการที่จะสามารถเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง เราจำเป็นต้องรู้ว่า อะไรที่จัดไว้ให้กับเรา ไม่เพียงเท่านั้น แต่เราจำเป็นต้องเรียนรู้ว่าที่ใดที่มีกิจกรรม และจะไปอย่างไร มันยังมีประโยชน์ด้วยที่จะเรียนรู้ว่าเมื่อใดความปรารถนาอยากเข้าร่วมกิจกรรมจะเกิดขึ้น”

เราจำเป็นต้องรักษาไว้ซึ่งสุขภาพที่ดีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง แน่นอนมันย่อมมีบางสิ่งซึ่งเราไม่สามารถควบคุมได้ แต่อย่างไรก็ตามหลายอย่างที่เราสามารถทำเพื่อรักษาสุขภาพเท่าที่เป็นไปได้ เราควรได้รับการพักผ่อน ดังนั้นเราจะมีพลังงานมากพอที่จะกระทำสิ่งที่นำมาซึ่งความสุขในชีวิตของเรา การรับประทานอาหารอย่างเหมาะสม และได้รับสารอาหารที่เหมาะสมเป็นอีกการกระทำหนึ่งซึ่งแสดงถึงความรับผิดชอบและสามารถที่จะนำเราไปสู่ประสบการณ์ทางนันทนจิต การ

”

เราแต่ละคนมีความรับผิดชอบที่จะริเริ่มเข้าร่วมของเราเอง หากเราปรารถนาที่จะเข้าร่วมเราต้องเป็นคนหนึ่งที่จะต้องทำ ดังนั้นเราต้องเรียนรู้ที่จะเลือกเพื่อเข้าร่วมในกิจกรรมที่เราสนุกสนาน โดยปราศจากแรงบังคับจากบุคคลอื่น ความรับผิดชอบสำหรับเราในนั้นทัศนคติ หมายถึง เราจะต้องริเริ่มบางอย่าง เราควรบอกกับผู้อื่นเมื่อเราได้คิดถึงบางสิ่งที่เราจะทำ อย่างไรก็ตามเราจะต้องรับผิดชอบต่อการเลือกของเราและกระบวนการตัดสินใจ

### กิจกรรม

ผู้นำนำรายชื่อของกิจกรรมนั้นทัศนคติในชั่วโมงเรียนที่ 9 ซึ่งเด็กต้องการทำในอนาคตมาแสดงให้เด็กดู เช่น ต้องการถ่ายภาพได้อย่างสวยงาม ให้ผู้นำนำเสนอข้อมูลความรับผิดชอบต่างๆ ที่เด็กควรจะทำเพื่อให้มีโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างนั้นๆ เช่น ต้องเรียนรู้ทักษะในการถ่ายภาพ หาภาพตัวอย่างที่ชอบและสถานที่ที่สวยงาม ต้องมีร่างกายแข็งแรง และต้องเริ่มทำเลย เมื่อเด็กได้ลงมือทำแล้วให้บันทึกภาพเคลื่อนไหวหรือภาพนิ่งไว้ เพื่อดูพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสุข

### สื่อการสอน

1. แผ่นการบรรยายสำคัญๆของความรับผิดชอบด้านต่างๆ
2. อุปกรณ์กิจกรรมนั้นทัศนคติที่เด็กต้องการ
3. กล้องวิดีโอหรือกล้องถ่ายภาพ

### การประเมิน

A.D.สามารถบอกองค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างได้อย่างน้อย 2 ด้าน

### สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

### สรุป

เรามีความรับผิดชอบส่วนบุคคลในนั้นทัศนคติความรับผิดชอบนี้ หมายถึง การตัดสินใจที่เราทำ ทักษะที่เราพัฒนาความรู้ที่เราได้รับเกี่ยวกับแหล่งทรัพยากร วิธีการที่เราจะดูแลสุขภาพทางกาย และการเข้าร่วมที่เรามีส่วนมีความสำคัญกับตนเองที่จะควบคุมชีวิตเพื่อประสบการณ์ทางนั้นทัศนคติผ่านชีวิตของเรา



## ชั่วโมงเรียนที่ 12

### วัตถุประสงค์

A.D.สามารถบอกถึงการแสดงความชอบที่เหมาะสมอันได้แก่ สื่อสารถึงความชอบ ให้เหตุผล แสดงสิทธิและการทำตามโอกาส

### เนื้อหา

เราสามารถแสดงความชอบได้ด้วยการเรียนรู้ว่าจะแสดงตนเองอย่างไรให้ได้ผลดีที่สุด การแสดงความชอบสำหรับนั้นทัศนคติมีดังนี้

เราควรแสดงรายการของกิจกรรมที่เลือกและต้องการทำ หรือรายการกิจกรรมนั้นนันทนาการที่ ศูนย์เยาวชนหรือนันทนาการต่างๆ แม้กระทั่งเรามีความชอบเราอาจจะไม่รู้ว่าจะบอกคนอื่นอย่างไร ประการแรก ท่านต้องพยายามที่จะสื่อสารถึงความชอบนี้กับคนที่เกี่ยวข้องกับเรา

เราอาจต้องการทำกิจกรรมที่มีได้จัดไว้ให้สำหรับเรา กิจกรรมนั้นอาจมิได้ถูกพิจารณาโดยผู้อื่น ในฐานะที่มันเป็นตัวเลือกของเรา หลังจากที่เราสื่อสารข้อความชอบของเราแล้ว เราสามารถสนับสนุนความชอบโดยการให้เหตุผลสำหรับความต้องการเข้าร่วม

มันคือสิทธิของเราที่จะเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการตามการเลือกของเรา ไม่ต้องคำนึงถึงความคิดเห็น หรือการตัดสินใจของใคร หากเรามีทักษะและความรู้ที่จำเป็นเพื่อการเข้าร่วมอย่างปลอดภัย เราก็ควรจะได้รับอนุญาตให้ทำ กิจกรรมต้องไม่นำมาสู่อันตรายทางสมอง หรือร่างกายกับตนเอง หรือผู้อื่น เราจำเป็นต้องแสดงสิทธิของเรา และความปรารถนาที่จะมีประสิทธิผลอย่างสูงสุด เราควรจะสื่อสารอย่างชัดเจนเกี่ยวกับความชอบของกิจกรรมในเวลาว่างต่อบุคคลในตำแหน่งที่รับผิดชอบต่อความต้องการของเราและเมื่อเราเรียนรู้ว่าจะแสดงความชอบอย่างไรต่อบุคคลอื่น ก้าวต่อมาในการแสดงออกถึงความชอบของเราคือการทำตามโอกาสที่จะให้เราเข้าร่วมประสบการณ์ทางนันทนาการของเรา

- สื่อสารถึงความชอบ
- ให้เหตุผล
- แสดงสิทธิ
- ทำตามโอกาส

## กิจกรรม

1. ให้เด็ก A.D. เล่าเรื่องราวถึงสิ่งของหรือกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบ
2. เกมต่อยาว

### ขั้นอธิบายและสาธิต

1. ผู้นำให้เด็กคิดวิธีที่จะต่อให้ยาวที่สุด โดยนำทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่ในตนเองชอบพร้อมทั้งให้เหตุผลและสิ่งของที่ผู้นำให้ไปด้วย (สิ่งที่ผู้นำห้ามนำมาต่อคือ ของมีค่า เงิน สร้อย แหวน นาฬิกา เป็นต้น)
2. ผู้นำจะให้เวลา 10 นาที
3. เมื่อครบแล้วผู้นำจะตรวจสอบว่าแถวใดต่อได้ยาวเท่าไร
4. ผู้นำให้เด็กเก็บอุปกรณ์

### ขั้นปฏิบัติกิจกรรม

1. ผู้นำให้เด็กร่วมกันคิดว่าจะนำอุปกรณ์ที่มีอยู่ในตนเองและอุปกรณ์ที่ผู้นำจัดไว้ให้จะต่อให้ยาวที่สุดได้อย่างไร (ห้ามให้เด็กนำของมีค่ามาต่อ)
2. ผู้นำให้เวลา 10 นาที เมื่อต่อเสร็จให้รีบเก็บโดยเร็ว ผู้นำจับเวลาว่าเวลาเก็บของเท่าไร
3. ผู้นำรวมคะแนนและบอกผล
4. ผู้นำให้ทีมชนะออกมาพูดถึงกิจกรรมนี้และบอกว่าเด็กได้อะไรจากการทำกิจกรรมนี้บ้าง

### ขั้นสรุปกิจกรรม

1. กิจกรรมนี้ต้องใช้ความร่วมมือกันของทุกคน เพื่อให้มีการต่อสิ่งของหรืออุปกรณ์ที่มีอยู่ให้ยาวที่สุด
2. ได้มีการเสนอความคิดเห็นของตนให้กับกลุ่มรวมว่าจะนำอุปกรณ์ที่ผู้นำให้มาทำอย่างไร จึงจะทำให้กลุ่มของตนต่อได้ยาวที่สุดในเวลาอันจำกัด
3. ได้ฝึกการตัดสินใจร่วมกันที่จะต่อสิ่งต่างๆ ที่ผู้นำไม่ได้ห้ามไว้
4. ผู้นำแนะนำว่าการทำงานร่วมกันขอให้เด็กมีความหนักแน่น ไม่ควรเสียใจเมื่อถูกเพื่อนปฏิเสธความคิดของเรา ควรยอมรับในเสียงส่วนใหญ่ ถึงแม้ว่าความคิดของเราจะไม่ใช่ที่ยอมรับ แต่ไม่ได้หมายความว่าเราไร้ความสามารถขอให้ร่วมกันทำงานและเสนอความคิดเห็นให้กับกลุ่มอยู่เสมอ เพราะจะทำให้ได้ความคิดที่หลากหลายและได้ความคิดในการทำงานที่ดีมีประสิทธิภาพ และตรงกับความต้องการของกลุ่มมากที่สุด ซึ่งจะส่งผลต่อการทำงานที่มีประสิทธิภาพของกลุ่มต่อไป

## สื่อการสอน

1. บัตรคำบอกถึงการแสดงความชอบที่เหมาะสม
2. อุปกรณ์เพื่อการต่อยาว

## การประเมิน

A.D.สามารถบอกถึงการแสดงชอบที่เหมาะสมได้อย่างน้อย 1 อย่าง

## สถานที่

ที่บ้านหรือโรงยิม

## สรุป

ความสามารถของเราในการแสดงออกถึงสิ่งที่ชอบเป็นสัมฤทธิ์ผลของสิ่งที่เราจะทำในเวลาว่าง การสื่อสารในความชอบของเรา การค้นหาเหตุผลที่สนับสนุน และการยื่นกรานถึงสิทธิของเราเพื่อสัมฤทธิ์ผลที่มากขึ้นเราจะเข้าร่วมในกิจกรรมที่ท่านสนใจตามความชอบของเราเอง

สัปดาห์ที่ 5 (ชั่วโมงเรียนที่ 13-15)

ชั่วโมงเรียนที่ 13

## วัตถุประสงค์

ผู้ปกครองสามารถบอกถึงสิทธิที่มนุษย์พึงมี 9 ด้าน

## เนื้อหา (สำหรับผู้ปกครอง)

การเรียกร้องสิทธิมีพื้นฐานอยู่ว่ามนุษย์ทุกคนมีสิทธิขั้นพื้นฐานที่สามารถจัดออกเป็น 3 ประเภท : การไม่เรียกร้องสิทธิ, การเรียกร้องสิทธิ และการก้าวร้าว

พฤติกรรมเรียกร้องสิทธิ เป็นพฤติกรรมที่ช่วยให้ท่านปฏิบัติต่อความสนใจต่อตัวท่านได้ดีที่สุดโดยปราศจากความกลัว แสดงความซื่อสัตย์ต่อเองอย่างตรงไปตรงมา และจัดการกับสิทธิส่วนบุคคลโดยยอมรับสิทธิของผู้อื่นด้วย เช่น เมื่อท่านซื้อไม้ตีกลองมาใหม่และเพื่อนอยากขอยืมไม้ตีกลองนี้ไปใช้สัก 1 อาทิตย์ เพื่อการเล่นดนตรี ท่านควรจะมีปฏิกิริยาตอบสนองของการเรียกร้องสิทธิโดยพูดว่า “ฉันเข้าใจความปรารถนาของคุณที่จะใช้ไม้ตีกลองใหม่นี้ แต่ฉันเพิ่งจะซื้อมันมา และต้องการใช้มันด้วยตัวของฉันเอง” ท่านก็ได้ตระหนักถึงทั้งสิทธิของเพื่อนท่านในการที่จะขอยืมไม้ตีกลองและสิทธิของท่านที่จะปฏิเสธ

พฤติกรรมของการไม่เรียกร้องสิทธิ เกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถคงไว้ซึ่งสมดุลย์ระหว่างสิทธิของเขาและสิทธิของผู้อื่น ตัวอย่างก่อนหน้านี้นี้ ท่านจะตอบสนองต่อการขอร้องด้วยการจัดการแบบไม่

**พฤติกรรมก้าวร้าว** เป็นลักษณะที่ 3 ของการตอบสนอง ซึ่งเป็นสิทธิขั้นพื้นฐาน ซึ่งมนุษย์ทุกคนมี และเกิดขึ้นเมื่อบุคคลก้าวล่วงถึงสิทธิของผู้อื่นในตัวอย่างเช่นเดียวกันของไม้ติกลอง ท่านอาจจะสนองตอบต่อการขอร้องของเพื่อนถึงการยืมไม้ติกลองด้วยการพูดว่า “เป็นไปได้อย่างแน่นอนหรือไม่มีทาง” ท่านกระทำกริยาก้าวร้าว เหตุเพราะท่านมิได้คำนึงถึงสิทธิของเพื่อนท่านด้วยความเคารพและสุภาพ

### **สิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์**

1. สิทธิในการกระทำสิ่งที่ส่งเสริมความดีและการยอมรับนับถือตนเองเช่นเดียวกับบุคคลอื่น หมายถึง ท่านมีสิทธิที่จะเป็นตัวของตัวเองและรู้สึกดีเกี่ยวกับตัวเองและไม่ทำอันตรายต่อบุคคลอื่น
2. สิทธิในการได้รับการนับถือ ท่านมีสิทธิที่จะได้รับการปฏิบัติอย่างสุภาพโดยบุคคลรอบข้างเช่น ครู ญาติ พนักงานของรัฐ หมอ นักบำบัดและกับบุคคลทั่วไป
3. สิทธิที่จะกล่าวว่า “ไม่” และมีได้รู้สึกผิดเกี่ยวกับมัน หลายคนไม่อยากจะกล่าวว่า “ไม่” กับบุคคลอื่นเพราะรู้สึกว่าเห็นแก่ตัว เราจะไม่สูญเสียความต้องการของตนเองและสิ่งที่เหลือหากเราเรียนรู้การเรียกร้องสิทธิรวมถึงการเรียนรู้ที่จะพูดว่า “ไม่”
4. สิทธิที่จะแสดงความรู้สึก หลายคนมักจะบอกกับตัวเองว่าเราไม่ควรรู้สึกในสิ่งที่เขาทำบางสิ่งแต่เพราะความรู้สึกและอารมณ์เป็นธรรมชาติส่วนหนึ่งของมนุษย์ ความรู้สึกจึงเป็นเหตุผลที่ยอมรับได้ที่จะมีประสบการณ์เกี่ยวกับมัน
5. สิทธิที่จะร้องขอความต้องการ ธรรมชาติส่วนหนึ่งของมนุษย์คือมีความต้องการ เมื่อท่านมิได้ร้องขอสิ่งที่ต้องการ ท่านมักจะใช้กระบวนการอื่นในการได้มาซึ่งอาจคุกคามสิทธิของผู้อื่นได้
6. สิทธิที่จะเปลี่ยนใจบนพื้นฐานของการแสดงข้อมูล
7. สิทธิที่จะได้รับในสิ่งที่เราจ่ายไป ท่านมีสิทธิที่ได้รับผลิตภัณฑ์หรือบริการที่ท่านได้จ่ายไป การได้รับสิ่งเหล่านั้นอย่างไม่สมเหตุสมผลเท่ากับว่าท่านได้ให้ผู้อื่นคุกคามต่อสิทธิของท่าน
8. สิทธิที่จะอยู่คนเดียว ซึ่งเป็นเวลาที่ปรารถนาจะอยู่กับตัวท่านเอง แม้กระทั่งเมื่อบุคคลอื่นต้องการเวลาของท่าน การเรียกร้องสิทธิหมายรวมถึงการใช้เวลาไปกับตนเองและรู้สึกดีกับเวลานั้น
9. สิทธิที่จะมีสิทธิขั้นตอนนี้แสดงถึงสิทธิทางพฤติกรรม การจัดการเรียกร้องสิทธิและสิทธิที่จะเลือกสิ่งอื่นๆ รวมถึงไม่เรียกร้องสิทธิในสถานการณ์ใดๆ

นำเสนอสิทธิขั้นพื้นฐาน ใช้กระดาษแสดงตัวอย่างของสิทธิและตัวอย่างที่เกี่ยวข้อง

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| - ทำความดี              | - เปลี่ยนใจ           |
| - ได้รับการเคารพ        | - ได้รับในสิ่งที่ง่าย |
| - กล่าวหา “ไม่”         | - อยู่คนเดียว         |
| - แสดงความรู้สึก        | - มีสิทธิ             |
| - การขอในสิ่งที่ต้องการ |                       |

### สื่อการสอน

กระดาษแสดงบัตรคำสิทธิขั้นพื้นฐาน

### การประเมิน

ผู้ปกครองสามารถบอกถึงสิทธิของตนเองได้

### สถานที่

บ้าน

### สรุป

การเรียนรู้ที่จะรักษาสิทธิ การกระทำในการเรียกร้องสิทธิเป็นวิถีทางให้ท่านได้ควบคุมชีวิตของตนเองและเป็นความรับผิดชอบ และเป็นลักษณะที่สำคัญของการมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ

หน่วยการเรียนรู้ : การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต

(MAKING DECISIONS REGARDING LEISURE PARTICIPATION)

ชั่วโมงเรียนที่ 14 :

### วัตถุประสงค์

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างส่วนบุคคลได้

### เนื้อหา

ข้อเสนอแนะในกระบวนการเพื่อการระบุจุดมุ่งหมายประกอบด้วย

ก. จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นของตนเอง ท่านควรบรรลุจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้สำหรับตัวท่านเองมากกว่าที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้โดยผู้อื่น

ข. จุดมุ่งหมายควรที่จะชัดเจน ระบุได้และเปลี่ยน

ก. จุดมุ่งหมายควรเริ่มต้นด้วยระยะสั้น จุดมุ่งหมายระยะสั้นคือสิ่งที่สามารถกระทำให้สำเร็จได้ในระยะเวลาสั้นๆ เช่น ในหลายๆ วัน หรือ 2-3 สัปดาห์ จุดมุ่งหมายระยะสั้นควรได้มาอย่างง่าย และมีคุณค่าและสามารถทำให้ท่านเกิดความมั่นใจในการก้าวเข้าสู่จุดมุ่งหมายระยะยาวและท้าทายมากยิ่งขึ้น

ง. จุดมุ่งหมายควรตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งคุณค่าของคุณธรรมและจริยธรรม

จ. จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นสิ่งที่ทำได้จริงและหามาได้ หากจุดมุ่งหมายนั้นมิได้เป็นสิ่งที่ เป็นจริงและหามาได้มันก็เป็นเพียงความฝันและจินตนาการ

ฉ. จุดมุ่งหมายจะต้องสามารถวัดได้ จุดมุ่งหมายนั้นบุคคลจะต้องรู้เมื่อเขาได้ประสบความสำเร็จในการได้รับจุดมุ่งหมายนั้นๆ แล้ว จุดมุ่งหมายควรที่จะชัดเจนสำหรับท่าน

ช. กำหนดวันที่แน่นอนสำหรับการบรรลุจุดมุ่งหมาย การกำหนดวันที่เป็นเป้าหมายเพื่อ การบรรลุจุดมุ่งหมายจะช่วยให้ท่านรักษาไว้ซึ่งความมุ่งมั่นที่จะกระทำสิ่งที่ต้องการให้บรรลุเพื่อเกิด ความรู้สึกพึงพอใจ

- จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นของท่านเอง
- จุดมุ่งหมายควรที่จะชัดเจนระบุได้และเขียนได้
- เริ่มต้นด้วยจุดมุ่งหมายระยะสั้น
- จุดมุ่งหมายควรตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งคุณค่าของ คุณธรรมและจริยธรรม
- จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นสิ่งที่ทำได้จริงและหามาได้
- จุดมุ่งหมายจะต้องสามารถวัดได้
- กำหนดวันที่แน่นอนสำหรับการบรรลุจุดมุ่งหมายที่ จำเป็น

#### จุดมุ่งหมายส่วนบุคคลมีดังนี้

จุดมุ่งหมายส่วนบุคคลเป็นสิ่งที่แตกต่างกันในแต่ละคน แต่มักจะอยู่บนพื้นฐานของความรู้สึก ต้องการที่จะปรับปรุงพัฒนา โดยทั่วไปจุดมุ่งหมายทางนั้นทัศนคติส่วนบุคคลมักถูกตั้งขึ้น เพราะเราปรารถนาที่จะมีประสบการณ์ในการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในการควบคุม บังคับ สมรรถนะ อิศรภาพ พัฒนาทักษะ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การนับถือตนเอง

การควบคุม สัมพันธ์กับการรับรู้ที่บุคคลสามารถจัดการพฤติกรรมของตนเอง เช่น เราจะไปเรียนศิลปะเพื่อไม่ให้คิดฟุ้งซ่าน

**การบังคับ** คือ สิ่งที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับแนวคิดของการควบคุมมันเป็นความรู้สึกของความเชื่อมั่นในความสามารถของบุคคลที่จะควบคุมบางสิ่งและมีอิทธิพลเหนือสถานการณ์ เช่น เราจะไปเข้าอบรมเรียนศิลปะการต่อสู้เพื่อจะได้มีเวลาสำหรับการเรียนรู้

**สมรรถนะ** คือ ลักษณะของทักษะโดยมีความสามารถที่จะทำบางสิ่งโดยคล่องแคล่วและดีในสิ่งที่ตนเองได้เลือก เช่น เราจะวิ่งทุกวันเพื่อหัวใจจะได้แข็งแรงขึ้น

**อิสรภาพ** เป็นการนำเสนอส่วนประกอบของทางเลือกที่มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น เราจะไปเที่ยวทะเลกันในวันหยุดสุดสัปดาห์

**การพัฒนาทักษะ** อ้างถึงการได้มาซึ่งการเคลื่อนไหวร่างกาย หรือความสามารถที่จะช่วยให้คนมีสุขภาพที่ดีและนำมาซึ่งความรู้สึกของความมีสมรรถนะเช่น การฝึกตีกลองทุกวันเพื่อความเก่ง

**ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม** คือ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเช่นการสนทนาระหว่างเพื่อนสนิท การสนองตอบจากบุคคลอื่น เช่น เราจะจัดงานปาร์ตี้เพื่อเชิญชวนเพื่อนๆ มาเที่ยวบ้าน

**การยอมรับนับถือตนเอง** เป็นการประเมินคุณค่าเกี่ยวกับตนเองซึ่งเกี่ยวข้องกับความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง บุคคลซึ่งมีการยอมรับนับถือตนเองเป็นอย่างดีจะเป็นผู้พร้อมซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตและรับรู้ว่าคุณเองมีสมรรถนะเช่น เมื่อเราทราบว่าเราเล่นดนตรีเก่งเราจึงอยากเล่นดนตรีให้เพื่อนฟังกันในงานปาร์ตี้

- การควบคุม
- การบังคับ
- สมรรถนะ
- อิสรภาพ
- การพัฒนาทักษะ
- ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
- การยอมรับนับถือตนเอง

## สื่อการสอน

กระดาษแสดงคำสำคัญของจุดมุ่งหมายทางนันทนจิต

## การประเมิน

ผู้ปกครองและเด็กสามารถเขียนจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตจากคำบอกเล่าของเด็กได้ เช่น น้องเอ จะพัฒนาทักษะการตีลูกปิงปองให้แม่นยำมากขึ้นในระยะเวลา 1 สัปดาห์

## สรุป

ท่านมีข้อเสนอแนะในกระบวนการของการระบุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตส่วนบุคคล การประยุกต์ใช้ข้อเสนอแนะดังกล่าวจะช่วยได้อย่างมาก ซึ่งการระบุจุดมุ่งหมายเป็นสาระสำคัญการตัดสินใจว่าท่านต้องการทำอะไรสำเร็จในระยะสั้นหรือระยะยาวในอนาคต อันจะเป็นก้าวแรกที่สำคัญในการบรรลุจุดมุ่งหมายที่สมบูรณ์

## ชั่วโมงเรียนที่ 15

## วัตถุประสงค์

A.D.สามารถระบุกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้จากการเลือกภาพ

## เนื้อหา

การระบุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตส่วนบุคคลเป็นองค์ประกอบประการแรกที่สำคัญของการตัดสินใจที่คำนึงถึงการเข้าร่วมกิจกรรมนันทน จึงมีความจำเป็นที่ต้องตรวจสอบกิจกรรมที่จะเข้าร่วมเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายนั้นๆ มีกิจกรรมมากมายที่มีอิทธิพลต่อการทำให้จุดมุ่งหมายนั้นสำเร็จ สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่ต้องตระหนัก คือ มีกิจกรรมมากกว่า 1 อย่างที่เป็นไปได้ หลังจากที่ได้กำหนดจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตที่ต้องการบรรลุแล้ว เราต้องพิจารณาถึงการเข้าร่วมกิจกรรมว่าจะมีความเป็นไปได้หรือไม่ อย่างไรก็ตามเราควรตระหนักถึงความหลากหลายของกิจกรรมจากสิ่งซึ่งระบุได้จากความปรารถนา เพื่อความสำเร็จในจุดมุ่งหมาย การคุ้นเคยกับหลายๆ กิจกรรมจะเป็นประโยชน์อย่างมาก หากต้องระบุกิจกรรมที่ชอบให้บรรลุจุดมุ่งหมายเมื่อต้องเลือกหรือปรับเปลี่ยน เช่น หากเราวางแผนว่าจะไปสวนสาธารณะในวันเสาร์ แต่อากาศกลับไม่ดี เราก็สามารถทำในสิ่งที่นำมาซึ่งความชอบและความพึงพอใจแทนเช่น กิจกรรมทางเลือก การอ่านวรรณกรรม ทำครัว ไปดูหนัง งานฝีมือ ความรู้ในกิจกรรมที่หลากหลายจะช่วยให้คุณมีทางเลือกที่สนุกสนาน



## กิจกรรม

ผู้นำให้เด็กเลือกทำกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบ วาดสมุดภาพหนังสือ แล้วให้บอกว่าการทำกิจกรรมนั้นเพื่ออะไร เช่น เลือกภาพดีกลอง เพราะสนุกดี เสียงเพราะ

## สื่อการสอน

สมุดภาพกิจกรรมนันทนาการ

## การประเมิน

A.D.สามารถระบุกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้จากการเลือกภาพ

## สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

## สรุป

การระบุกิจกรรมที่สามารถนำมาสู่การบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตส่วนบุคคลคือสิ่งสำคัญ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง ประเด็นความรู้ คือ เราควรปรับทางเลือกเมื่อเกิดความจำเป็น การรับรู้ถึงกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายจึงเป็นสิ่งจำเป็น การระบุกิจกรรมก็เป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการบรรลุจุดมุ่งหมายอันเป็นลักษณะของบุคคลผู้มีความสามารถในการเลือกด้วยเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตต่อไปในอนาคต

สัปดาห์ที่ 6 (ชั่วโมงเรียนที่ 16-18)

ชั่วโมงเรียนที่ 16

## วัตถุประสงค์

A.D.สามารถระบุสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตอัน ได้แก่ ทักษะที่ต้องการ เบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลา บุคคลที่ทำกิจกรรมด้วยด้วย

## เนื้อหา

กิจกรรมที่แตกต่างกันมีความต้องการที่ไม่เหมือนกันเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรม การมีกรอบแนวคิดจะช่วยให้มีการกำหนดสิ่งที่จำเป็นได้ง่ายขึ้น ซึ่งประกอบด้วย

1. ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น
2. เงิน
3. อุปกรณ์และเครื่องมือ
4. เวลา

## 5. บุคคลที่ทำการกิจกรรมด้วย

**ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น** คือ สิ่งที่สำคัญเมื่อต้องเลือกกิจกรรมเราจำเป็นต้องรู้ถึงทักษะที่จำเป็นต้องใช้เพื่อการเข้าร่วม นอกจากนี้ยังจำเป็นต้องรู้ถึงระดับของทักษะที่ต้องใช้ (เช่น ในการได้รับการอนุญาตให้ว่ายน้ำตามลำพังของเด็กพิการจำเป็นที่ผู้ดูแลต้องทดสอบระดับความคล่องตัวในการว่ายน้ำก่อน) ทักษะที่ต้องการเบื้องต้นยังรวมถึงความรู้ขั้นพื้นฐานหรือการมีประสบการณ์มาก่อน

**ค่าใช้จ่ายทางการเงิน** แม้ว่ากิจกรรมที่จัดไว้ให้หลายอย่างมิได้มีค่าธรรมเนียมในการเข้าร่วม แต่ก็เป็นที่น่าสังเกตว่ากิจกรรมซึ่งถูกนำเสนอบางประเภทมีการเก็บค่าธรรมเนียมในการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ บ้างก็อาจจะเกี่ยวกับค่าขนส่ง อุปกรณ์และค่าเช่าเช่นการโยนโบว์ลิ่ง เสื้อผ้า อาหาร หรือค่าความบันเทิง บางชนิดอาจเกี่ยวกับเวลาของการเข้าร่วมด้วยเช่น การเช่าห้องร้องเพลง

**อุปกรณ์และเครื่องมือที่จำเป็น** การเข้าร่วมในนันทนาการหลายอย่างต้องการ หรืออาจไม่ต้องการอุปกรณ์และเสื้อผ้าเฉพาะ (เช่น ตกปลา, โบว์ลิ่ง หรือตีกลอง ต้องการอุปกรณ์พิเศษ) หากเครื่องมือเฉพาะด้านเป็นสิ่งจำเป็นเราจะต้องใช้จ่ายหรือต้องเช่า หากไม่สามารถเช่าและซื้อได้ ยืมได้หรือไม่ การเข้าร่วมสามารถแบ่งปันอุปกรณ์ระหว่างกิจกรรมหรือแต่ละคนต้องมีเป็นของตนเอง คำถามนี้ยังรวมถึงการปรับอุปกรณ์เครื่องมือได้หรือไม่ เมื่อคิดถึงเครื่องมือ เสื้อผ้า ยังมีสิ่งที่จะต้องพิจารณาเพิ่มเติมอีกว่า เครื่องมือ เสื้อผ้านั้นจำเป็นต่อสมรรถภาพของกิจกรรม หรือเป็นการสนองความต้องการของตัวผู้เล่นเอง เช่น ต้องการความสวยงามของเสื้อผ้าหรือชุดเท้าที่ใช้ได้

**ความต้องการด้านเวลา** สำหรับการเข้าร่วมในกิจกรรมต้องพิจารณาเวลา เช่น ตารางเวลาการแข่งขันบาสเกตบอล ระยะเวลาหรือความยาวของการเข้าร่วม จะต้องมีการคำนวณเวลาของการท่องเที่ยว ใช้เวลาน้อยหรือต้องให้รายละเอียดเกี่ยวกับการวางแผนการเข้าร่วม จำเป็นต้องใช้ระยะเวลาของเวลานานหรือไม่ (ใช้เวลา 1 อาทิตย์ในการทำงานปะติสภาพสวยงาม) หรือสามารถใช้ระยะเวลาเพียงสั้นๆ (เช่น เข้าร่วมการแสดงศิลปะ) เวลาเป็นส่วนประกอบที่สำคัญของชีวิต การใช้อย่างฉลาดเป็นการคิดอย่างรอบคอบ

**บุคคลที่ทำการกิจกรรมด้วย** กิจกรรมหลายอย่างสามารถที่ได้คนเดียว แต่อีกหลายอย่างก็ต้องการผู้เข้าร่วมมากกว่า 1 คน การเข้าร่วมที่ต้องใช้คนมากกว่า 1 คน เป็นการสร้างเสริมบรรยากาศของการมีปฏิสัมพันธ์ ความสนุกและความตื่นเต้นที่สามารถเกิดขึ้นได้อีก หากกิจกรรมต้องการผู้เข้าร่วมเราจะจัดการได้อย่างไร เช่น หากต้องการจัดการเล่นฟุตบอลเป็นทีมเราจะต้องชวนเพื่อนมาเล่น เราต้องมีคู่ก่อนที่จะลงเล่นเทนนิสประเภท

## กิจกรรม

ผู้นำเสนอกิจกรรมนันทนาการกลางแจ้งที่เป็นไปได้ ให้เด็กเลือกทำ 1 อย่าง ในขณะที่ทำกิจกรรมให้สอดแทรกสอนเนื้อหาของสิ่งที่จำเป็นในการบรรลุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ โดยแสดงการ์ดซึ่งมีค่าสำคัญดังนี้

1. ทักษะ
2. เวลา
3. เงิน
4. อุปกรณ์
5. บุคคลอื่น

พร้อมทั้งบันทึกภาพขณะเข้าร่วมกิจกรรม

## สื่อการสอน

1. กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง
2. การ์ดคำ
3. กล้องวิดีโอหรือกล้องถ่ายภาพ

## การประเมิน

A.D.สามารถระบุสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตได้อย่างน้อย 2 ด้าน

## สถานที่

กลางแจ้ง

## สรุป

การกำหนดความต้องการที่จำเป็นของกิจกรรมจะช่วยให้การตัดสินใจง่ายขึ้นเพื่อการบรรลุเป้าหมายทางนันทนจิต เมื่อบุคคลได้รู้เกี่ยวกับความต้องการที่จำเป็นของกิจกรรมเขาจะมีความรู้สึกมั่นใจเกี่ยวกับการตัดสินใจของตนเอง ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

สถาบันวิจัยและพัฒนา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ชั่วโมงเรียนที่ 17

### วัตถุประสงค์

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถบอกถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตอันได้แก่ ความรู้สึกและอารมณ์ ทักษะทางสติปัญญา สมรรถนะทางกายและทักษะทางสังคมได้

### เนื้อหา

การตระหนักถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลจะช่วยในการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมทางนันทนจิต แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ภายในและภายนอก

แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในเป็นสิ่งที่เรามีอยู่แล้วในตัวหรือเป็นจุดเด่นทางด้านใดด้านหนึ่งนั่นเอง การทำกิจกรรมที่สอดคล้องกับความสนใจและพรสวรรค์ของตนเองจะช่วยให้เรามีความสุขกับกิจกรรมนั้นมากยิ่งขึ้นซึ่งสามารถแบ่งประเภทของแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในได้ดังนี้

**ความรู้สึกและอารมณ์** เราอาจจะมีพรสวรรค์และความสนใจในด้านการแสดงด้านสุนทรียภาพซึ่งสามารถช่วยให้เราแสดงออกถึงความต้องการด้วยความรู้สึกและอารมณ์ในการตัดสินใจซึ่งเราอาจจะทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปะ เช่น ละคร หรือดนตรี

**ทักษะทางสติปัญญา** ความสามารถของเราในการทำกิจกรรมที่ต้องการความสามารถทางสติปัญญา และความสนใจของตนเองในการพัฒนาทักษะทางสมอง สามารถช่วยให้ท่านตัดสินใจในกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง เช่น เราจะเล่นอักษรไขว้ ภาษาต่างประเทศ ซึ่งต้องการความรู้และคำศัพท์ใหม่ๆ

**สมรรถนะทางกาย** สามารถนำมาประยุกต์ในการเข้าร่วมกิจกรรมของเราซึ่งใช้ได้กับกีฬาหลายประเภท หากเราสนุกสนานกับการแสดงพรสวรรค์ทางกาย เราอาจจะเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นกีฬาหลายประเภท

**ทักษะทางสังคม** เราอาจจะเป็นคนที่มีความดีมีเพื่อนเยอะ ชอบทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เราอาจจะสนุกกับงานเลี้ยงและการพบปะผู้คน

มีแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลที่แตกต่างมากมายเช่น ความรู้สึกที่ท้ออาจเข้าร่วมกิจกรรมประเภทการปีนเขา อารมณ์ขันอาจชอบดูการ์ตูน ความอยากรู้อยากเห็นใหม่ๆเช่นการเลือกท่องเที่ยว

#### แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายใน

- การแสดงความรู้สึกและอารมณ์
- อารมณ์ขัน
- ทักษะทางสติปัญญา
- อยากรู้อยากเห็นใหม่ๆ
- สมรรถนะทางกาย
- ทักษะทางสังคม
- ชอบผจญภัย

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองด้วยหัวข้อต่อไปนี้

- ก. อะไรคือแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลที่เราควรทราบ
- ข. เหตุใดจึงมีความสำคัญที่ต้องเรียนรู้ถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคล
- ค. อะไรเป็นแหล่งทรัพยากรภายในเพิ่มเติม ซึ่งท่านต้องการนอกจากที่แสดงไว้

#### สื่อการสอน

การ์ดซึ่งบรรจุคำสำคัญต่างๆของแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายใน

#### การประเมิน

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถบอกแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิตได้อย่างน้อย 2 ด้าน

#### สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

#### สรุป

แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายใน คือทุนเดิมที่มีอยู่ในเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาแต่ละคนซึ่งแตกต่างกันไปตามพื้นฐานของแต่ละคน การที่ผู้ปกครองทราบถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในของเด็กในความดูแลของตนจะช่วยให้การจัดเตรียมหรือนำเสนอกิจกรรมนันทนาการให้สอดคล้องกับความต้องการของเด็ก

### ชั่วโมงเรียนที่ 18

#### วัตถุประสงค์

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถบอกแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิต อันได้แก่ การเงินส่วนบุคคล การเป็นเจ้าของในเชิงกายภาพ บุคคล และครอบครัวและเพื่อน

#### เนื้อหา

การให้กิจกรรมนันทนาการกับเด็กนั้น ผู้ปกครองนอกจากจะต้องทราบถึงแหล่งทรัพยากรภายใน แล้วแหล่งทรัพยากรภายนอกมีสำคัญด้วย แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกประกอบด้วย

การเงิน การรู้ถึงจำนวนเงินที่เรามีจะช่วยให้เราตัดสินใจถึงกิจกรรมที่จะเข้าร่วม เราจำเป็นต้องแน่ใจถึงการใช้จ่ายในกิจกรรมที่อยากทำ หากมีเงินไม่พอเราก็มีทางเลือกอื่นหรือหาเงินมาเพิ่ม

การเป็นเจ้าของทรัพย์สินสิ่งของ อาจจะทำให้เราทำกิจกรรมนันทนาการที่แตกต่างไป เช่น การมีรถของเราเองทำให้ง่ายในการที่จะไปในที่ที่เราต้องการ หากไม่มีรถเราอาจจะใช้จักรยาน อุปกรณ์กีฬาที่เรามีอาจจะเป็แหล่งทรัพยากรที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น หากเรามีความสนใจในการเล่นดนตรี การมีอุปกรณ์จะช่วยให้เราได้อย่างมาก

บุคคล ซึ่งเรารู้จักเป็นแหล่งทรัพยากรที่สามารถช่วยให้เราตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งเราจะสนุกกับมัน สมาชิกของครอบครัวเป็นประโยชน์อย่างมากเมื่อเราต้องการคุยกับใครบางคนหรือเล่นเกมที่บ้าน หากเราชอบทำกิจกรรมนอกบ้าน การไปกับเพื่อนก็สามารถช่วยให้เกิดประสบการณ์นี้ได้ เพื่อนอาจจะช่วยในเรื่องการเดินทาง การแนะนำต่างๆพูดคุยด้วยกัน เพื่อนและสมาชิกในครอบครัวสามารถทำให้กิจกรรมมีความสุขมากขึ้น

แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตภายนอก

- การเงินส่วนบุคคล
- การเป็นเจ้าของทรัพย์สินและสิ่งของ
- บุคคล
- ครอบครัวและเพื่อน

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- อะไรคือแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตส่วนบุคคลภายนอก
- เหตุใดจึงมีความสำคัญที่จะรู้ถึงแหล่งทรัพยากรภายนอก

สื่อการสอน

การ์ดคำสำคัญต่างๆเกี่ยวกับแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตภายนอก

การประเมิน

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถบอกแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตได้อย่างน้อย 1 ด้าน

สถานที่

ที่บ้าน

สรุป

เมื่อบุคคลได้พบแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่มีอยู่สำหรับตนเองเราสามารถตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมที่ต้องการได้อย่างมีประสิทธิภาพตลอดจนวางแผนสำหรับอนาคตได้ การรู้ว่าอะไรคือ

หน่วยการเรียนรู้ : ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต  
(KNOWLEDGE AND UTILIZATION OF RESOURCES FACILITATING LEISURE)

สัปดาห์ที่ 7 (ชั่วโมงเรียนที่ 19-21)

ชั่วโมงเรียนที่ 19

วัตถุประสงค์

A.D.สามารถบอกข้อมูลที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิต ได้แก่ ค่าเช่า ค่าธรรมเนียมผู้ใช้  
ค่าขนส่ง ค่าเช่า ค่าอาหาร ค่าอุปกรณ์ เสื้อผ้า

เนื้อหา

ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเข้าร่วมทางนันทนิจิตอาจจะประกอบด้วยค่าใช้จ่ายในด้านการ  
ขนส่ง เครื่องมือ ทักษะที่จำเป็น สถานที่ ชั่วโมงที่เปิด และความจำเป็นเฉพาะด้านอื่นๆ เช่น การเป็น  
สมาชิก ซึ่งในแต่ละแหล่งข้อมูลอาจให้ความรู้หรือการเตรียมการที่แตกต่างกันไป

ค่าใช้จ่ายเกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางนันทนิจิต ควรจะเป็นสิ่งแรกๆที่ผู้เข้าร่วมต้องทราบ การ  
ประเมินราคาสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมโดยทั่วไปจะอยู่ในรูปแบบของค่าเช่าหรือค่าธรรมเนียม  
ผู้ใช้บริการ เช่น การเข้าไปดูหนังในโรงหนัง หรือสระว่ายน้ำ ค่าลงสมัครแข่งขัน หรือตั๋วเข้าชมสัตว์  
ค่าเช่าหรือค่าธรรมเนียมสมาชิก บางกิจกรรมอาจจะมีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติมเกี่ยวกับค่าขนส่ง ค่าอาหาร ค่า  
เครื่องมือ ค่าเช่าอุปกรณ์และเสื้อผ้า ซึ่งอาจจะแพงมากกว่าค่าเข้าร่วมในกิจกรรมโดยตรง เมื่อเรากำหนด  
ค่าใช้จ่ายสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมได้เราก็จะสามารถเตรียมการได้อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งปัจจัยต่างๆ  
เหล่านี้จะต้องพิจารณาอย่างระมัดระวังและจะต้องอยู่บนพื้นฐานของข้อมูลปัจจุบัน อย่างไรก็ตาม  
องค์กรทางนันทนาการและสวนสาธารณะหลายกิจกรรมไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ

กิจกรรม

เสนอกิจกรรมนันทนาการนอกสถานที่ ให้เด็กเลือกเข้าร่วม 1 ชนิด หลังจากนั้นให้พาไป  
สถานที่จริง เพื่อรับทราบข้อมูลต่อไปนี้ร่วมกันจากการ์ดซึ่งผู้นำเขียนไว้

1. ค่าเช่ารับบริการ
2. ค่าขนส่ง
3. ค่าเช่าหรือซื้ออุปกรณ์

4. ค่าอาหาร
5. เสื้อผ้า

ยกตัวอย่างเช่น เมื่อเด็กเลือกกิจกรรมโยนโบว์ลิงให้ผู้นำพาไปที่สนามโบว์ลิงแล้วพูดคุยอธิบายถึง ค่าเช่า ราคา 20 บาท ค่าธรรมเนียมของเด็กไม่ต้องเสีย ค่ารถเมล์ 20 บาท ค่าเช่ารองเท้า 80 บาท ค่าอาหาร 100 บาท ค่าอุปกรณ์ไม่ต้องเสีย ค่าเสื้อผ้าไม่ต้องเสีย เป็นต้น ซึ่งในบางครั้งก็มีเขียนบอกเอาไว้ที่โฆษณาในสถานที่แล้วให้ถ่ายวิดีโอหรือภาพเก็บไว้ด้วย

### สื่อการสอน

การ์ดคำสำคัญต่างๆเกี่ยวกับสิ่งที่ควรทราบก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม, แผ่นพับโฆษณา

### การประเมิน

A.D.สามารถบอกข้อมูลที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตได้อย่างน้อย 3 ด้าน

### สถานที่

ตามที่A.D.ต้องการและมีความเป็นไปได้

### สรุป

ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิตควรอย่างยิ่งที่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาต้องทราบถึงสิ่งที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมในกิจกรรมทางนันทนจิตอันเป็นก้าวหลักที่ส่งผลให้เกิดความมีอิสระในการเลือกกิจกรรมนันทนาการของเขาและสามารถควบคุมตนเองได้เช่น เมื่อเขาอยากจะไปเที่ยวสวนน้ำหากผู้ปกครองมีแผ่นพับหรือบอกให้เขาทราบถึงสิ่งที่ควรรู้แล้วช่วยกันประเมินความเป็นไปได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นจากข้อมูลที่มีอยู่ได้จะช่วยให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่มีความรู้สึว่าเขามีความสามารถในการทำกิจกรรมได้อย่างดี

## ชั่วโมงเรียนที่ 20

### วัตถุประสงค์

1. A.D.สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิตอันได้แก่หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ได้
2. A.D.สามารถใช้แหล่งทรัพยากรมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนจิตได้ เช่นการโทรศัพท์

**วัตถุประสงค์ที่ 1** A.D.สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิตอันได้แก่ หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ได้



## เนื้อหา

สมุดโทรศัพท์เป็นแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจที่มีคุณค่าในด้านข้อมูล เบอร์โทรศัพท์ซึ่งสามารถติดต่อได้ หากไม่รู้ชื่อให้ใช้สมุดหน้าเหลืองซึ่งจะจัดหมวดหมู่และบริการของแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจไว้เช่น โรมัน ห้างสรรพสินค้า การหาผ่านสมุดหน้าเหลืองบางครั้งยาก แต่หลังจากที่คุ้นเคยแล้วมันสามารถที่ช่วยหาข้อมูลจำนวนมาก เช่น สวนสาธารณะ องค์กรทางนันทนาการ ระบายน้ำ ศูนย์เยาวชน รวมถึงสถานที่ตั้งด้วย

หนังสือพิมพ์เป็นแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจที่มีคุณค่าทางเอกสาร หนังสือพิมพ์บรรจุข้อมูลที่เป็นประโยชน์มากมาย ข้อมูลเกี่ยวกับกระบวนการการสมัครและช่วงเวลาสำหรับกิจกรรม หนังสือพิมพ์ยังมีตารางการแข่งขัน และโฆษณาโปรแกรมหนังสือ ความบันเทิงต่างๆการจัดงานทางวัฒนธรรม เหตุการณ์สำคัญ เกิดอะไรขึ้นที่ใด ราคาเท่าใดจึงมีประโยชน์ในทางปัจจุบันดังนั้นก็เชื่อได้ว่าข้อมูลจะตรง

แผ่นพับเป็นแหล่งของข้อมูลด้านเอกสารซึ่งให้ข้อมูลที่ง่ายต่อการอ่านและความเข้าใจ อาจเป็นข้อมูลของแหล่งท่องเที่ยว โปรแกรมและบริการที่นำเสนอโดยสวนสาธารณะ และองค์กรทางนันทนาการเช่นศูนย์เยาวชน YMCA, YWCA องค์กรเอกชน เช่น ศูนย์สุขภาพ ซึ่งอาจบรรยายโปรแกรมและบริการซึ่งจะให้ข้อมูลว่า 'ไปที่ไหน, ไปอย่างไร, ได้อะไร, ทำอะไร และไม่มีค่าใช้จ่ายเท่าไร' เป็นต้น

## กิจกรรม

ผู้นำให้ตัวอย่างของหนังสือพิมพ์ แผ่นพับ และสมุดโทรศัพท์ และร่วมเรียนรู้กับเด็กถึงข้อมูลที่ได้จากแหล่งทรัพยากรทางเอกสารนั้น

## สื่อการสอน

1. หนังสือพิมพ์
2. แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ
3. สมุดโทรศัพท์

## การประเมิน

A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจได้อย่างน้อย 1

อย่าง

## สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

## สรุป

ข้อมูลในด้านเอกสารมีคุณค่าอย่างมากในการเรียนรู้เกี่ยวกับโอกาสการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิตและการทำการตัดสินใจเพื่อการเข้าร่วม การรู้ถึงการใช้ข้อมูลทางเอกสารและใช้อย่างไรหลังจากที่ได้มา สามารถทำให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาฟังฟังผู้อื่นน้อยที่สุดและฟังพาตนเองได้มากขึ้น การเรียนรู้ว่ามีอะไรและให้ ประโยชน์อย่างไรเป็นความรับผิดชอบที่สำคัญ

**วัตถุประสงค์ที่ 2** A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจิตได้ เช่นการโทรศัพท์

## เนื้อหา

โดยทั่วไปมี 3 วิธีที่จะได้ข้อมูลเกี่ยวกับโอกาสสำหรับการเข้าร่วมทางนันทนิจิตจากบุคคลอื่น วิธีแรกคือการใช้โทรศัพท์ วิธีที่สองคือการเขียนจดหมาย และวิธีที่สามคือการไปหาบุคคลและสอบถามโดยตรง เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาควรรู้ว่าจะใช้แหล่งทรัพยากรทางมนุษย์อย่างไรเพื่ออำนวยความสะดวกแก่การเข้าร่วมทางนันทนิจิต

การใช้โทรศัพท์นั้นรวดเร็วและสะดวกในการหาคำตอบของคำถามและได้รับข้อมูลจากบริการทางนันทนาการจากการพูดคุยกันโดยตรงโดยปราศจากการปรากฏตัว ประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย โทรศัพท์สามารถทำให้เกิดการสื่อสารกับหลายคนในหลายพื้นที่ด้วยระยะเวลาที่สั้นซึ่งเป็นประโยชน์หลักของโทรศัพท์ เพื่อให้การใช้โทรศัพท์มีประสิทธิภาพเราต้องรู้ว่าคุยกับใครและชัดเจนในข้อมูลที่ต้องการค้นหาตามกระบวนการดังต่อไปนี้

1. ต้องทราบเบอร์โทรศัพท์ขององค์กรที่ต้องการ
2. หากเป็นไปได้ควรทราบชื่อของบุคคลที่จะคุยด้วย
3. จัดเตรียมคำถามในข้อมูลที่ต้องการค้นหา เช่น หนึ่งมีรอบกี่โมง ราคาเท่าใด สถานที่ตั้งอยู่ที่ใด และมีบริการใดให้บ้าง
4. โทรไปยังเบอร์ที่ต้องการ
5. กล่าวทักทายและซักถาม
6. การถามคำถาม หากจำเป็นให้เขียนโน้ต
7. เมื่อท่านได้รับข้อมูลทั้งหมดที่ต้องการให้กล่าวขอบคุณและกล่าวอำลาก่อนวางโทรศัพท์

เราควรพูดอย่างชัดเจนและเสียงที่ดังพอสมควร สุภาพ ไม่เคี้ยวหมากฝรั่ง กินหรือดื่มขณะคุยโทรศัพท์ ปิดหรือเบาเสียงวิทยุ โทรศัพท์ พยายามโทรศัพท์ในเวลาที่ไม่มีความเสี่ยงรบกวน หากบุคคลผู้ซึ่ง

## กิจกรรม

สมมุติสถานการณ์การโทรไปถามรอบหน้าที่จะเข้าฉาย โดยพยายามให้เด็กทำตามขั้นตอนต่างๆ ในเนื้อหา

## สื่อการสอน

โทรศัพท์

## การประเมิน

A.D.สามารถทำตามขั้นตอนและสามารถสอบถามข้อมูลรอบหน้าที่ได้ตามที่ต้องการทางโทรศัพท์

## สถานที่

โรงเรียนหรือบ้าน

## สรุป

การพัฒนาความสามารถเพื่อใช้ประโยชน์ในแหล่งทรัพยากรทางมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต คือ สิ่งที่เป็นในการแสดงความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งควรจะทำอย่างสุภาพและมีมารยาทเพื่อข้อมูลต่อการตัดสินใจอย่างชาญฉลาดเกี่ยวกับนันทนจิต

## ชั่วโมงเรียนที่ 21

## วัตถุประสงค์

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางองค์กรเพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนจิต ได้แก่ รัฐบาล อาสาสมัคร โรงเรียน องค์กรทางศาสนา ชุรกิจเอกชน

## เนื้อหา

ในชุมชนมีองค์กรหรือหน่วยงานที่หลากหลายมีเป้าหมายเบื้องต้นเพื่อให้บริการทางนันทนจิตแก่มวลชน องค์กรเหล่านี้คือแหล่งทรัพยากรที่มีคุณค่าผู้ให้บริการทางนันทนจิตที่มีอยู่ในชุมชนโดยทั่วไปอาจถูกจัดได้ดังนี้

1. รัฐบาล
2. อาสาสมัคร
3. โรงเรียน

4. องค์กรทางศาสนา

5. ธุรกิจเอกชน

องค์กรของรัฐได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาล ซึ่งได้งบประมาณมาจากภายในประเทศของเรา ได้รับการสนับสนุนโดยภาษีของรัฐ การบริการจึงให้กับบุคคลทุกประเภท บางโปรแกรมก็ถูกออกแบบมาสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษ เช่น เยาวชน ผู้สูงอายุ หรือบุคคลพิการ บ้างก็เพื่อความใส่ใจเฉพาะด้าน เช่น การแข่งขันกีฬา ศิลปะ และงานฝีมือ หรือนันทนาการกลางแจ้ง บางโปรแกรมก็เพื่อคนกลุ่มใหญ่และ บ้างก็เพื่อคนกลุ่มเล็ก เปิดทั้งปีและมีบริการทุกพื้นที่ในชุมชน ถึงแม้ว่าองค์กรจะได้รับเงินสนับสนุนโดยตรงจากรัฐบาล บ้างก็เก็บค่าธรรมเนียมจากการเข้าร่วมแต่ไม่แพง ไม่คำนึงถึงผลกำไรจึงถูกกว่า เอกชน ห้ามในการแยกและหรือต่อต้านกลุ่มบุคคลใดๆ แต่ต้องให้กับบุคคลทั่วไปรวมถึงคนยากจนและ คนพิการด้วย

ข้อมูลเกี่ยวกับโปรแกรมและบริการนี้หาได้จาก หนังสือพิมพ์ ตารางโปรแกรมข้อมูลบริการ ของหน่วยงานรัฐบาล วิทยุ เช่น สวนสาธารณะ อุทยานแห่งชาติ ค่ายลูกเสือ หรือพื้นที่นันทนาการ กลางแจ้ง

- อุทยาน
- ป่าเขา
- พื้นที่นันทนาการกลางแจ้ง
- ค่ายทหาร
- สวนสาธารณะ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. เหตุใดจึงต้องมีบริการสาธารณะ
- ข. โปรแกรมที่จัดโดยหน่วยงานของรัฐซึ่งท่านเคยเข้าร่วม
- ค. ท่านเคยเสียค่าใช้จ่ายเมื่อเข้าร่วมกิจกรรมของรัฐหรือไม่หากเคยเท่าไร
- ง. โปรแกรมที่เข้าร่วมเป็นอย่างไร
- จ. บริการที่ได้รับเป็นอย่างไร
- ฉ. โปรแกรมใดซึ่งท่านต้องการให้มีในสถานที่ของรัฐ
- ช. สิ่งใดเป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมในหน่วยงานของรัฐของท่าน

องค์กรอาสาสมัคร/การบริการเยาวชน เป็นส่วนสำคัญของโอกาสทางนันทนจิตในชุมชน เช่น YMCA, YWCA สโมสรเพื่อเยาวชนต่างๆ ซึ่งมีได้เป็นองค์กรของรัฐบาลจึงมีสิทธิเลือกจะทำอะไร และให้กับใคร ส่วนใหญ่จะมุ่งไปที่กลุ่มพิเศษ เช่น มุ่งบริการเพื่อกลุ่มประชากรเฉพาะ เช่น ลูกเสือที่จำกัดกลุ่มอายุและเพศ องค์กรอาสาสมัคร/องค์กรบริการเยาวชนจะมีผู้ฝึกสอนในโปรแกรมด้วยโดยส่วนใหญ่จะจัดให้กับผู้เริ่มต้นการเรียนรู้ องค์กรเหล่านี้ขึ้นอยู่กับการบริหาร ค่าสมาชิก ค่าธรรมเนียม การเข้าร่วมโปรแกรมและการสนับสนุนจากองค์กรใหญ่ องค์กรเหล่านี้มีความกระตือรือร้นในการให้โอกาสกิจกรรมที่หลากหลายซึ่งเสนอโปรแกรมผ่านสื่อและแผ่นพับรวมถึงทางโทรศัพท์และการไปเยี่ยมเยียนคนในชุมชน

- |                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| - YWCA                 | - สโมสรเด็กชาย     |
| - YMCA                 | - สโมสรเด็กผู้หญิง |
| - TKpark               |                    |
| - ค่ายลูกเสือ-เนตรนารี |                    |

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- องค์กรอาสาสมัครและการบริการเยาวชนใด ซึ่งอยู่ในชุมชนของท่าน
- องค์กรอาสาสมัครและการบริการเยาวชนแตกต่างจากอุทยานในเมืองและองค์กรนันทนาการของรัฐอย่างไรและเหมือนกันอย่างไร
- ท่านเคยเข้าร่วมโปรแกรมที่จัดไว้ให้โดยองค์กรเหล่านี้หรือไม่ หากเคยโปรดอธิบาย
- เราได้เรียนรู้อะไรจากโปรแกรมขององค์กรอาสาสมัครและการบริการเยาวชนนี้

ในหลายชุมชน โรงเรียนรัฐบาลเป็นผู้ให้โอกาสทางนันทนจิตและโปรแกรมนันทนาการที่มีอยู่ในโรงเรียน รวมถึงความร่วมมือระหว่างหน่วยงานของรัฐบาลทำให้เกิดสิ่งอำนวยความสะดวกทางนันทนจิต เช่น สนามกลางแจ้ง สนามเด็กเล่น โรงยิม ห้องอเนกประสงค์ บางโรงเรียนจัดโปรแกรมให้แก่ชุมชนไม่เพียงแคในวัยเรียน แต่ยังให้กับกลุ่มประชาชนทั่วไปด้วย

- |                |                      |
|----------------|----------------------|
| - สนาม         | - ห้องอเนกประสงค์    |
| - สนามเด็กเล่น | - สระว่ายน้ำ         |
| - โรงยิม       | - ร้านขายอุปกรณ์กีฬา |
| - หอประชุม     |                      |
| - ร้านค้า      |                      |

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. โรงเรียนมีบทบาทในการพัฒนาโอกาสการเข้าร่วมทางนันทนจิตในชุมชนได้อย่างไร
  - ข. มีโรงเรียนใดในชุมชนของท่านจัดการเข้าร่วมทางนันทนาการบ้าง
  - ค. โรงเรียนนั้นได้มีการจัดไว้สำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษหรือไม่
  - ง. ท่านเคยเข้าร่วมในโปรแกรมทางนันทนาการในโรงเรียนหรือไม่ หากเคยมันคืออะไร
- องค์กรทางศาสนาบางครั้งก็สนับสนุนกิจกรรมนันทนาการเช่นการจัดพิธีทางศาสนาในวัด ซึ่งมุ่งเน้นที่สัมพันธ์ภาพและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ในบางชุมชนองค์กรทางศาสนาทำงานร่วมกับองค์กรของรัฐ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. ท่านทราบถึงโปรแกรมทางนันทนจิตที่สนับสนุน โดยองค์กรทางศาสนาหรือไม่ หากทราบมีอะไรบ้าง
- ข. ท่านเคยเข้าร่วมในโปรแกรมห้างกล่าวหรือไม่ หากเคยกรุณาอธิบาย

ส่วนของการค้าและเอกชนเสนอโอกาสในการเข้าร่วมทางนันทนจิตที่กว้างขวางและหลากหลาย เพื่อเป้าหมายทางกำไร เช่น โรงหนัง โบว์ลิ่ง ภัตตาคาร สโมสรสุขภาพและสมรรถภาพ ศูนย์การค้า รีสอร์ท อุทยาน ส่วนของการค้า และธุรกิจ ใช้วิธีการที่หลากหลายในการประชาสัมพันธ์ โฆษณาผ่านหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และป้ายใหญ่ เพราะมันคือธุรกิจต้องทำกำไรและกิจกรรมต้องอยู่ในความนิยมของประชาชน

สิ่งอำนวยความสะดวกทางการค้าและเอกชน	
- โรงหนัง	- ห้าง
- โบว์ลิ่ง	- รีสอร์ท
- ภัตตาคาร	- สวนสาธารณะเอกชน
- สโมสรสุขภาพ	

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. อะไรคือตัวอย่างของการให้โอกาสทางนันทนจิตจากส่วนของการค้าและเอกชน
- ข. ประสบการณ์ครั้งสุดท้ายของท่านที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจากส่วนของการค้าและเอกชน
- ค. ท่านจะทราบได้อย่างไรว่าส่วนของการค้าและเอกชนได้จัดสิ่งใดไว้
- ง. ท่านชอบทำอะไรในกิจกรรมทางนันทนาการของส่วนของการค้าและเอกชน

## สื่อการสอน

เอกสารประกอบการสอนข้อมูลข้างต้น

## การประเมิน

ผู้ปกครองและ A.D. สามารถใช้แหล่งทรัพยากรทางองค์กรเพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจ ได้อย่างน้อย 2 ประเภท

## สถานที่

ที่บ้าน

## สรุป

ในแต่ละประเภทของผู้จัดบริการทางนันทนิจ นำเราเข้าสู่แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจที่มีในชุมชน การใช้แหล่งทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพจะต้องรู้บางสิ่งเกี่ยวกับมัน การรู้ความแตกต่างและความเหมือนที่ยังคงมีอยู่ระหว่างประเภทนี้เป็นคำแนะนำที่มีค่าเพื่อการตัดสินใจที่ฉลาด ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมทางนันทนิจในกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองต้องการ

หน่วยการเรียนรู้ : ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

(SOCIAL INTERACTION)

สัปดาห์ที่ 8 (ชั่วโมงเรียนที่ 22-24)

ชั่วโมงเรียนที่ 22

## วัตถุประสงค์

A.D.สามารถแสดงถึงกระบวนการสื่อสารที่มีผู้รับสารและผู้ส่งสารได้

## เนื้อหา

การสื่อสารเป็นกระบวนการการรับสารและการส่งสาร ในระดับของบุคคลการสื่อสารอาจจะ เป็น วจนภาษา(คำพูด)หรือวจนภาษา(ท่าทาง) การส่งสารไม่จำเป็นต้องใช้คำพูดเสมอไป การส่งสารที่ชัดเจนบ่อยครั้งถูกเข้าใจผิดซึ่งอาจมาจากการแสดงท่าทางร่างกาย การแสดงสีหน้า ตัวอย่างของการส่งข้อความ โดยปราศจากการใช้คำมีดังนี้ ยกมือและแสดงสีหน้าครุ่นคิด แสดงการส่งสารถึงความไม่เข้าใจหรือต้องการสอบถาม ยิ้มกว้างเพื่อสื่อถึงความสุข การแสดงท่าทางประกอบคำพูดเพื่อสื่อสารถึงความตั้งใจและพยายามให้ผู้รับสารเข้าใจ ยังมีอีกหลายรูปแบบของการสื่อสารแบบอวจนภาษา บางครั้ง การส่งสารอย่างไม่ชัดเจนเพราะท่าทางและการแสดงสีหน้าไม่ตรงกับสิ่งที่จะสื่อสารยกตัวอย่างเช่น

“ผมไม่โกรธ” หรือ แสดงสีหน้าบึ้งๆ และพูดว่า “ผมมีความสุข  
จริงที่ได้ทำสิ่งนี้” การส่งสารที่ไม่ชัดเจนกับผู้ฟัง มีแนวโน้มที่การสื่อสารอย่างชัดเจนจะไม่เกิดขึ้น

ยิ่งไปกว่านั้นผู้พูด (ผู้ส่งสาร) บางเวลาที่มีความผิดพลาดในการส่งข้อความที่ชัดเจน ผู้ฟัง (ผู้รับ  
สาร) บางครั้งก็ได้ยินและตีความข้อความผิดพลาด ความเข้าใจที่ผิดสามารถเกิดขึ้นได้ เมื่อผู้รับสารคิด  
ว่าเขาได้รับข้อความที่ชัดเจน แต่มีไ้ระวังในการฟังข้อความหรือการตีความ การสื่อสารที่ผิดพลาดจะ  
เป็นผลให้เกิดปัญหาของการสื่อสารอย่างมาก ยกตัวอย่างเช่น หากผู้ฟังกำลังทำบางสิ่งอยู่และมีได้ตั้งใจ  
ฟังเท่าที่ควร บางครั้งผู้ฟังก็คิดไปเองว่าพวกเขาอยู่ในสิ่งที่ผู้พูดพยายามจะบอก และก็มีได้ตั้งใจ  
หรือตรวจสอบในสิ่งที่รู้ ซึ่งบางครั้งสมมุติฐานของผู้ฟังผิดก็ผิดพลาด บางครั้งผู้รับและผู้ส่งก็ตีความของ  
คำหรือสิ่งที่พูดแตกต่างกัน เช่น พูดว่า “ผมจะกลับมาในอีกไม่กี่นาทีนี้” ผู้ฟังอาจจะตีความ “ในอีกไม่กี่  
นาที” ว่าหมายถึงน้อยกว่า 10 นาที ในขณะที่ผู้พูด หมายถึง ไม่น้อยกว่า 30 นาที ในสถานการณ์นี้  
สามารถจะเกิดการสื่อสารที่ผิดพลาดได้อย่างมาก

### กิจกรรม

ผู้นำสื่อสารถึงการรับและส่งสารอย่างถูกต้องด้วยการสมมุติสถานการณ์การคุยโทรศัพท์ซึ่ง  
นับเป็นการประยุกต์ใช้จากบทเรียนในชั่วโมงเรียนที่ 20 คือการสื่อสารด้วยโทรศัพท์ซึ่งมีการแสดงบัตร  
คำขั้นตอนการคุยโทรศัพท์ดังต่อไปนี้ 1.หาเบอร์ 2.กล่าวสวัสดิ 3.พูดคุย 4.กล่าวอำลาหรือขอบคุณ และ  
ให้เด็กเลือกกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการเข้าร่วมจากแฟ้มภาพและให้ค้นหาเบอร์และโทรไปสอบถาม  
โดยสมมุติให้ผู้นำเป็นผู้รับสาย เมื่อเด็กได้ข้อมูลมาให้ผู้นำตรวจสอบความถูกต้องด้วยการถามซ้ำอีกครั้ง  
และช่วยกันบันทึกข้อมูลลงในกระดาษเช่น เวลาที่เปิดให้บริการ ค่าบริการและข้อมูลที่เป็นอื่นๆที่เด็ก  
อยากรู้

### สื่อการสอน

บัตรคำแสดงขั้นตอนการคุยโทรศัพท์และโทรศัพท์

### การประเมิน

A.D.และผู้นำสามารถแสดงการสื่อสารที่มีความเข้าใจตรงกันจากข้อมูลที่ได้รับ

### สถานที่

บ้าน

### สรุป

การสื่อสารเป็นกระบวนการที่ต้องการความตั้งใจจากทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสาร เพื่อการสื่อสารที่  
แม่นยำ และเข้าใจได้โดยง่าย การสื่อสารสามารถเป็นได้ทั้งวจนภาษาและอวจนภาษาหรือทั้ง 2 อย่าง



## ชั่วโมงเรียนที่ 23

### วัตถุประสงค์

A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมทางวจนภาษาด้วยการพูดได้

### เนื้อหา

พฤติกรรมทางวจนภาษา คือการที่ผู้ส่งสารหรือผู้พูดเปล่งวาจาหรือคำพูดไปยังผู้รับสารหรือผู้ฟังอย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นส่วนที่สำคัญของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา การสื่อสารด้วยการใช้คำพูดเพื่อบอกถึงความต้องการของตนเองนั้นเป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้และฝึกฝนถึงกระบวนการสื่อสารที่ต้องมีทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสาร

### กิจกรรมบอกภาพที่เห็น

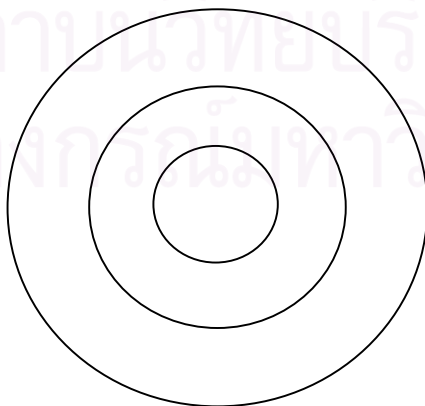
1. ผู้นำอธิบายลักษณะการเล่นเกมให้เด็กฟังว่าเราจะสื่อสารกันด้วยคำพูด โดยที่จะมีผู้พูดและผู้ฟัง

2. ผู้นำแสดงบัตรภาพวงกลมลักษณะต่างๆ ให้เด็กดู

3. ผู้นำให้เด็กบอกภาพที่เห็นแก่ผู้นำซึ่งเป็นผู้รับสารและเป็นผู้เขียนสิ่งที่ได้อินลงบนกระดาน

4. เมื่อเด็กบอกเสร็จแล้วให้ตรวจสอบความถูกต้องของภาพที่เขียนกับภาพต้นฉบับ

\*\*ไม่อนุญาตให้มีการซักถามหรือดูภาพ เตรียมกระดาษและดินสอ จัดเตรียมรูปแบบวงกลมหลายรูปแบบ เช่น มีวงกลมใหญ่อยู่ 1 วงภายในวงกลมใหญ่นี้มีวงกลมอีกวงอยู่ข้างใน และภายในวงกลมวงหนึ่งในวงใหญ่ก็มีอีกวงอยู่ข้างใน



## สื่อการสอน

แผ่นการ์ด รูปวงกลมแบบต่างๆ เช่น



## การประเมิน

A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมทางวจนภาษาด้วยการพูดได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## สถานที่

ที่บ้านหรือชั้นเรียน

## สรุป

การเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่ดีจำเป็นต้องใช้สมาธิและความพยายาม ต้องฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดในการสื่อสารซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี

## ชั่วโมงเรียนที่ 24

## วัตถุประสงค์

A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมทางอวจนภาษาด้วยท่าทางได้

## เนื้อหา

พฤติกรรมทางอวจนภาษาคือส่วนประกอบสำคัญของการสื่อสาร การสบตา การแสดงออกทางหน้าตา ท่าทาง และกิริยา ท่าทางของร่างกายและระยะห่างทางกาย การสบตามที่ดีเป็นการแสดงออกถึงความสนใจของผู้ฟัง ว่าผู้พูดกล่าวอะไร ในทางตรงกันข้ามการสบตาที่ไม่ดีเป็นการแสดงออกในเชิงลบ เช่น การคิดถึงตนเอง ไม่จริงใจ โกหก ระอาย ไม่เป็นมิตร ขาดความนับถือ หรือไม่สนใจ การแสดงออกทางหน้าตาเป็นพฤติกรรมทางอวจนภาษาในการสื่อสารที่บอกถึงการครุ่นคิดหรือเข้าใจหรือแสดงความพอใจ เสียใจได้ ในด้านท่าทางและกิริยาควรแสดงออกถึงการผ่อนคลายและความกระตือรือร้นในเวลาเดียวกัน สำหรับผู้ฟังที่มีต่อผู้พูด องค์ประกอบของท่าทางการฟังที่ดีรวมถึงการยื่นและการนั่งตัวตรง

## กิจกรรม

กิจกรรมการแสดงพฤติกรรมทางอวัจนภาษาในการสื่อความหมายของคำจะมีแผ่นกระดาษแผ่นเล็ก ๆ อยู่หลายแผ่นอยู่บนโต๊ะซึ่งกระดาษ 1 ชิ้นจะบรรจุคำซึ่งบรรจุคำอธิบายความรู้สึกหรืออารมณ์ของบุคคลให้เด็กหยิบขึ้นกระดาษและไม่ให้พูดแต่ให้ใช้การกระทำหรือการแสดงสีหน้าแทน แสดงความหมายของคำซึ่งปรากฏบนขึ้นกระดาษและให้ผู้นำเดาว่าคำๆ นั้นคืออะไร สลับกันทำระหว่างผู้สื่อสารและผู้รับสาร

อธิบายกิจกรรมเตรียมขึ้นกระดาษ ซึ่งบรรจุคำดังต่อไปนี้ “เบื่อ, สงสัย, เศร้า, ตื่นเต้น, มีความสุข ผ่อนคลาย, หรือไม่สบาย”

## สื่อการสอน

การ์ดคำซึ่งบรรจุคำต่างๆ

## การประเมิน

A.D. สามารถแสดงสีหน้าได้ตรงกับคำที่แสดงไว้

## สถานที่

ที่บ้านหรือในชั้นเรียน

## สรุป

พฤติกรรมทางอวัจนภาษาคือส่วนที่สำคัญของการสื่อสาร ซึ่งประกอบด้วย การสบตา การแสดงทางหน้าตา ท่าทาง กิริยา ท่าทางของร่างกายและระยะห่างทางกายระหว่างผู้ส่งและผู้รับ ผู้รับสามารถใช้พฤติกรรมทางอวัจนภาษาเมื่อบอกความหมายในสิ่งที่ได้แก่ผู้ส่งสารเมื่อข้อความนั้นถูกได้ยินและผ่านกระบวนการพฤติกรรมทางอวัจนภาษา การสื่อสารด้วยท่าทางสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาสมควรเป็นความหมายที่ง่ายไม่มีความซับซ้อนมาก

**ภาคผนวก ข**  
**เอกสารประกอบการสอน**

**สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 3**

**ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมทางนันทนจิต**

ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมทางนันทนจิตนับเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ปกครองควรรับทราบและตระหนักถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นแก่เด็กในความดูแลของท่านแบ่งได้เป็น 4 ด้าน : สังคม อารมณ์ สติปัญญา และร่างกาย

**ด้านสังคม** หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งการมีส่วนร่วมทางนันทนจิตสามารถช่วยในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม ตัวอย่างของประโยชน์ทางสังคมที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างมีดังนี้ :

1. ความสามารถในการทำงานในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
2. ความสามารถในการเป็นผู้นำในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
3. ความสามารถในการคำนึงถึงความสนใจของกลุ่ม
4. พัฒนาความเชื่อมั่นในการทำงานที่ยากได้
5. โอกาสที่จะได้พบเพื่อนใหม่
6. โอกาสที่จะได้รับและได้คำนึงถึงเพื่อนร่วมงาน
7. โอกาสในการพัฒนาการเคารพและความเข้าใจที่มีต่อผู้อื่น
8. พัฒนาความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางสังคมอื่นหรือไม่ หากมี คืออะไร
  2. เด็กในความดูแลของท่านมีทักษะทางสังคม เช่น การเริ่มสนทนา การช่วยเหลือและการพูดคุยกับผู้อื่นหรือไม่
  3. ประโยชน์ทางสังคมที่ท่านได้ทราบ ท่านหวังว่าเด็กของท่านจะได้รับจากการเข้ารับบริการหลักสูตรนันทนจิตศึกษาหรือไม่
  4. ท่านจะทำอะไรเพื่อให้ได้รับประโยชน์เหล่านี้
- (\* เด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับประโยชน์ในด้าน สังคม แล้ว)

**ด้านอารมณ์** ตัวอย่างของประโยชน์ในด้านอารมณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม  
ในเวลาว่างมีดังนี้

1. ความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนิจิต
2. ความพึงพอใจในการทำสิ่งที่ดี
3. ความรู้สึกของรางวัลที่ได้จากการช่วยเหลือบุคคลอื่น
4. ปลดปล่อยความตึงเครียดและความวิตกกังวล
5. ความรู้สึกของการยอมรับนับถือตนเองจากความสำเร็จ
6. ความซาบซึ้งในความงามของธรรมชาติ
7. ความพึงพอใจในความพยายามของการสร้างสรรค์
8. โอกาสที่จะได้แสดงตัวตน
9. ความพึงพอใจหลังจากที่ได้ออกกำลังกาย

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางอารมณ์อีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
  2. ท่านคิดว่าเด็กของท่านแสดงอารมณ์ใดจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
  3. นันทนิจิตได้ให้โอกาสที่ดีที่สุดแก่เด็กของท่านในการรู้สึกถึงอารมณ์ที่ชอบใช้หรือไม่
  4. การมีอารมณ์ดีที่ได้รับได้มาจากการเข้าร่วมทางนันทนิจิตใช้หรือไม่ หากไม่ทำไม
- (\* เด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับประโยชน์ในด้าน อารมณ์ แล้ว)

**ด้านสติปัญญา** ซึ่งถูกใช้เพื่อเรียนรู้ จดจำและแก้ปัญหา ประโยชน์ทางด้านสติปัญญาที่ได้รับ  
จากการเข้าร่วมนันทนิจิตมีดังนี้ :

1. เรียนรู้กฎกติกาของกิจกรรมใหม่
2. แสดงความมุ่งมั่นในการทำงานที่ยากให้ประสบความสำเร็จ
3. เรียนรู้ที่จะระบุและทำการใช้แหล่งทรัพยากรทางชุมชนที่หลากหลาย
4. ประยุกต์แนวคิดในการเรียนรู้เกี่ยวกับนันทนิจิตเพื่อด้านอื่นๆ ของชีวิต
5. โอกาสในการตั้งจุดมุ่งหมายและกำหนดถึงความสำเร็จที่ดีที่สุดของตนเอง
6. โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ต้องการตัดสินใจด้วยเวลาอย่างรวดเร็ว
7. เรียนรู้ที่จะใช้และประยุกต์กลวิธีในกิจกรรมที่หลากหลาย

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางสติปัญญาอีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
2. ท่านเคยได้รับประโยชน์ในด้านสติปัญญาจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างหรือไม่ หากมี คืออะไรและได้มาอย่างไร

(\* เด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับประโยชน์ในด้านสติปัญญา แล้ว)

**ด้านร่างกาย** ซึ่งอ้างถึงร่างกายและระบบ การออกกำลังกายเป็นสิ่งที่สำคัญต่อสุขภาพและสมรรถภาพและในหลายกรณีเราก็ได้มาจากนั้นทัศนคติ ประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติเป็นสิ่งที่สำคัญและมีความสำคัญเท่าเทียมกับประโยชน์ในด้านอื่น

ตัวอย่างของประโยชน์ในด้านร่างกายที่ได้จากการเข้าร่วมนั้นทัศนคติมีดังนี้ :

1. การเพิ่มขึ้นในประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนโลหิต
2. การพัฒนามัดกล้ามเนื้อ
3. การเพิ่มขึ้นของความแข็งแรง
4. การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตากับมือ
5. การเพิ่มขึ้นของความยืดหยุ่น
6. การพัฒนาความทนทาน
7. การเพิ่มขึ้นของความคล่องตัว
8. การพัฒนาเรื่องของการควบคุมน้ำหนัก

ประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติขึ้นอยู่กับชนิดของกิจกรรมที่เลือก ความบ่อยและระยะเวลาของการเข้าร่วม นั้นทัศนคติถือเป็นสิ่งจำเป็นและต้องพยายามที่จะต้องเข้าร่วม

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยคำถามต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางร่างกายอีกหรือไม่ หากมี คืออะไร
2. เด็กในความดูแลของท่านเคยได้รับประโยชน์ในด้านร่างกายจากนั้นทัศนคติหรือไม่อย่างไร
3. ประโยชน์ในด้านร่างกายใดที่ตอนนี้ท่านอยากให้เด็กในความดูแลของท่านได้จากนั้นทัศนคติมากที่สุด
4. ท่านคิดว่ากิจกรรมใดที่จะช่วยให้เด็กในความดูแลของท่านได้ประโยชน์เหล่านี้

(\* เด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับประโยชน์ในด้านร่างกาย แล้ว)

### ด้านสังคม

- สร้างจุดมุ่งหมาย - การยอมรับ
- ความเป็นผู้นำ - การคิดถึงผู้อื่น
- ปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม - การนับถือ
- ความเชื่อมั่น
- เพื่อนใหม่

### ด้านอารมณ์

- ความสุข - ความซาบซึ้ง
- ความพึงพอใจ - สร้างสรรค์
- รางวัล - การแสดงออก
- ปลดปล่อยความตึงเครียด - ความประทับใจ
- ความสำเร็จ

### ด้านสติปัญญา

- เรียนรู้กฎ - ตั้งจุดมุ่งหมาย
- ทำงานยากสำเร็จ - การมีส่วนร่วม
- ระบุแหล่งทรัพยากร - ประยุกต์กลวิธี
- ประยุกต์แนวคิด

### ด้านร่างกาย

- ระบบไหลเวียนโลหิต - ความยืดหยุ่น
- มัดกล้ามเนื้อ - ความทนทาน
- ความแข็งแรง - ความคล่องตัว
- ความสัมพันธ์ - การควบคุมน้ำหนัก

## สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 4

### อุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

อุปสรรคคือสิ่งที่ขัดขวางเรา ดังนั้นอุปสรรคอาจจะหยุดเราจากประสบการณ์ทางนันทนาการที่เราชอบทำ บางครั้งที่เราได้วางแผนหรือต้องการทำบางสิ่งแล้วเราก็ค้นพบว่าเราไม่สามารถจะเข้าร่วมกิจกรรมนั้นได้ เราอาจจะไม่สามารถมีส่วนร่วมได้ด้วยเหตุผล อุปสรรคต่อประสบการณ์ความพึงพอใจและรื่นรมย์ เช่น เงิน เวลาว่าง ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ หรืออุปสรรคอื่นๆ

#### เงิน

เงิน เป็นอุปสรรคทางนันทนาการประการหนึ่ง กิจกรรมนันทนาการหลายอย่างต้องการเงินแต่บางอย่างก็ไม่จำเป็น ทั้งนี้การมีเงินอย่างเพียงพอจะช่วยให้เราเข้าถึงกิจกรรมต่างๆ ได้มากขึ้นเพื่อความสนุกสนาน หมายถึง เราต้องมีเงินอย่างเพียงพอเพื่อที่จะจ่ายสำหรับกิจกรรม

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. เด็กในความดูแลของท่านทราบหรือไม่ว่าเงินเป็นปัจจัยที่สำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรม
2. เด็กในความดูแลของท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อ ไม่มีเงิน แล้วไม่สามารถร่วมทำกิจกรรมนั้นได้
3. ท่านเคยสังเกตหรือไม่ว่าบุคคลต้องเปลี่ยนการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพราะบอกว่าเขาไม่มีเงินที่เพียงพอ หากเคยมันทำให้ท่านรู้สึกอย่างไร

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน เงิน แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า เงินคือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการได้)

#### เวลาว่าง

เวลาว่างเป็นอุปสรรคที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ทุกกิจกรรมต้องการเวลาเพื่อการเข้าร่วม หากเราไม่มีเวลาเพียงพอสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เราอาจไม่ได้มีประสบการณ์ทางนันทนาการบ้อยเท่าที่เราต้องการ ยิ่งไปกว่านั้นเมื่อเราได้บริหารจัดการเวลาของเราอย่างดี ผลก็คือ เราอาจจะมีได้ความรู้สึกที่ดี เมื่อเรารู้สึกว่าเวลาเสียเปล่าและพลาดโอกาสในการสนุกสนานกับประสบการณ์ที่น่าพึงพอใจ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ท่านเคยมีปัญหาในการหาเวลาอย่างเพียงพอเพื่อความสนุกสนานของตัวเองหรือไม่
2. เหตุใดท่านจึงคิดว่าท่านได้เคยมีการบริหารจัดการเวลาที่ไม่ลงตัว
3. อะไรเป็นผลของการบริหารจัดการเวลาที่ไม่ลงตัวของท่าน



#### 4. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อการบริหารจัดการเวลาไม่เป็นไปตามที่กำหนด

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน เวลา แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า เวลาคือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนิจิตที่ต้องการได้)

#### ความเหมาะสมหรือไม่ใช้ได้

ความเหมาะสมหรือไม่ใช้เป็นอุปสรรคสำหรับการเข้าร่วมทางนันทนิจิต บางครั้งเราต้องที่จะเข้าร่วมในกิจกรรม แต่เราไม่สามารถทำได้เพราะเราไม่มีสาธารณูปโภคที่เหมาะสม การขนส่งที่พอเพียง เช่น รถประจำทางอาจจะมิได้วิ่งไปใกล้สวนสาธารณะที่ต้องการจะไป มันอาจจะรวมถึงความเป็นจริงที่ว่าเราต้องการเข้าร่วมในกิจกรรม แต่ไม่มีใครจัดให้ในชุมชนของเรา ยกตัวอย่างเช่น ไม่มีการจัดการแข่งขันฟุตบอลในชุมชนของเรา และเกี่ยวกับตารางเวลางานของเราและความรับผิดชอบอื่นๆ ที่เราไม่สามารถจะจัดเวลาให้กับกิจกรรมได้อย่างพอเหมาะพอดี เช่น เพราะเราทำงานในตอนเย็น เราจึงไม่สามารถมีส่วนร่วมใน โปรแกรม การเล่นเกมในสวนสาธารณะในตอนเย็น ท่านอาจจะมียุทธศาสตร์ทางกายภาพชัดเจนในรูปแบบของอุปสรรค ทางโครงสร้างและทางธรรมชาติ อุปสรรคทางโครงสร้างอาจจะถูกทำโดยมนุษย์ เช่น ประตูที่หนัก การไม่มีที่สำหรับรถเข็นในสระว่ายน้ำ ในขณะที่อุปสรรคทางธรรมชาติ เช่น ฝนตก น้ำท่วม ถนนลื่น อุปสรรคด้านร่างกายเช่น ความพิการ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. มีกิจกรรมใดในชุมชนหรือไม่ที่ไม่ได้จัดไว้เพื่อความต้องการของเด็กในความดูแลของท่าน
2. เหตุใดท่านจึงคิดว่ากิจกรรมนั้นมิได้จัดไว้ให้กับเด็กในความดูแลของท่าน
3. ท่านเคยเห็นคนที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ เพราะไม่ได้จัดไว้ให้พวกเขาหรือไม่
4. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อต้องการทำบางสิ่งและท่านไม่สามารถจะเข้าร่วมได้เพราะกิจกรรมมิได้จัดไว้ให้สำหรับท่าน

#### ทัศนคติทางสังคม

ทัศนคติทางสังคม เป็นอีกอุปสรรคหนึ่งที่มีต่อการเข้าร่วมทางนันทนิจิตของเรา ทัศนคติที่จัดเป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนิจิต บางครั้งบุคคลผู้ซึ่งจัด โปรแกรมพิเศษที่จะนำเราเข้าร่วมเพราะพวกเขาคิดว่า จะเป็นอันตรายต่อตัวเราเองหรือไม่มีทักษะที่ดีพอเพื่อความสนุกสนาน หรือบอกเราว่า เราไม่ได้รับการต้อนรับ หากคนจำนวนหนึ่งทำให้เรารู้สึกไม่สะดวกสบายและไม่มีใครต้อนรับเรา เราก็อาจหยุดทำบางสิ่งที่เราสนุกกับมันจริงๆ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. ทักษะคติของผู้คนมีผลกระทบต่อ การเข้าร่วมของเด็กในความดูแลของท่าน ใช่หรือไม่
2. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อทักษะคติของผู้คนกลับมาเป็นอุปสรรคของการแสดงออกทาง นันทนจิตของเด็กในความดูแลของท่าน
3. ท่านทำอะไรเพื่อแก้ไขปัญหาด้านทักษะคติทางสังคมของผู้คน

### สุขภาพ

สุขภาพเป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต ในบางครั้งเราอาจมิได้มีสุขภาพที่ดีนัก การขาดซึ่งความมีสุขภาพดีอาจจะยับยั้งการเข้าร่วมของเราในกิจกรรมนันทนาการ เพราะสุขภาพที่ไม่ดีจะช้าหรืออาจถึงขั้นของเราอาจจะเป็นข้อจำกัดในความสามารถทางกาย ยกตัวอย่างเช่น หืดหอบอาจจะยับยั้งการเข้าร่วมในกิจกรรมแอโรบิก เช่น การเดิน ยิ่งไปกว่านั้นเราอาจจะมี ความเกี่ยวข้องเนื่องกับการลดความสามารถทางสติปัญญา เช่น การรับประทานยาเมื่อเราป่วยอาจเป็นผลให้เกิดอาการมึนงง ทำให้เราไม่สามารถจะร่วมเกมที่เกี่ยวกับเราปัญญาได้ การแยกตัวทางสังคมอาจจะ เป็นจากปัญหาจากสุขภาพด้วย เช่น ความพิการซึ่งเป็นที่สังเกตได้ อาจจะ ทำให้ใครบางคนรู้สึกอึดอัด ลดโอกาสในการสนทนาอย่าง เป็นกันเอง ยิ่งไปกว่านั้นปัญหาทางสุขภาพด้านความเจ็บป่วยอย่างรุนแรง อาจจะเป็นผลให้เป็นการสร้างอุปสรรคกับเราในการมุ่งไปสู่กิจกรรมหรือการมีความสุขสนุกสนาน

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. เด็กในความดูแลของท่านเคยมีเงื่อนไขทางสุขภาพและยับยั้งจากการเข้าร่วมทางนันทนจิตหรือไม่ คืออะไร
2. กิจกรรมใดที่เด็กในความดูแลของท่านไม่สามารถเข้าร่วมสนุกได้ เมื่อมีปัญหาทางสุขภาพ
3. เด็กในความดูแลของท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อไม่สามารถเข้าร่วมได้ อันเนื่องมาจากเหตุผลทางสุขภาพ
4. เงื่อนไขทางสุขภาพยังสร้างอุปสรรคให้กับเด็กในความดูแลของท่านจนปัจจุบันหรือไม่ หากใช่ คืออะไร

(\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน สุขภาพ แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า สุขภาพคือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตที่ต้องการได้)

### ทักษะ

การขาดทักษะก็เป็นอีกหนึ่งอุปสรรค ท่านไม่มีทักษะเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น มีบางเวลาเมื่อความต้องการทักษะจะไม่ได้รับได้ตั้งใจ แม้ว่าจะมีความพยายามอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการขาดทักษะอย่างชั่วคราวหรือถาวร หากคุณไม่มีทักษะมันก็จะสร้างอุปสรรคให้แก่คุณ เช่น หากบางคนอยากเล่นเทนนิสกับคุณ แต่คุณไม่รู้ว่าจะถือไม้อย่างไร ถืออย่างไร หรือนับแต้มอย่างไร การขาดทักษะของคุณจะยับยั้งคุณจากการใช้เวลาร่วมกันกับคนนั้น บางกิจกรรมจะมีทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เพื่อการเข้าร่วม ดังนั้นคุณอาจจะต้องการการสาธิตหรือแสดงระดับของสมรรถนะ เพื่อการเข้าร่วม เช่น การเล่นดนตรี คุณต้องสามารถเล่นโน้ตพื้นฐานได้ก่อนเล่นเป็นเพลง หากคุณไม่มีทักษะนั้นๆ การขาดความสามารถหลักจะเป็นอุปสรรคอย่างมากกับการเข้าร่วมทางนั้นทันที

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองของเด็กด้วยหัวข้อต่อไปนี้

1. เด็กในความดูแลของท่านเคยถูกขอร้องให้เข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการแต่ไม่สามารถทำได้ เพราะขาดทักษะหรือไม่ หากใช่ คือกิจกรรมอะไร
  2. เด็กในความดูแลของท่านเคยหรือไม่ที่คนอื่นไม่ได้ขอร้องให้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะพวกเขาเห็นว่าเด็กในความดูแลของท่านไม่สามารถทำได้ หากเคย เมื่อไหร่
  3. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อการขาดทักษะเป็นข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการของเด็กในความดูแลของท่าน
- (\* เมื่อเด็กในความดูแลของท่านได้เรียนรู้เกี่ยวกับอุปสรรคในด้าน ทักษะ แล้วเขาจะเห็นความสำคัญว่า ทักษะ คือปัจจัยที่จะทำให้เขาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการที่ต้องการได้)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 4

### การแก้ปัญหาเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต

การใช้กลวิธีในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต นับเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองควรทราบเพื่อเป็นการเพิ่มโอกาสให้เด็กในคุณลักษณะของท่านได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองสนใจซึ่งมีดังนี้

#### เงิน

การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ไม่ต้องมีค่าใช้จ่ายเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะได้รับประโยชน์จากนันทนจิตและการเอาชนะอุปสรรคในเรื่องข้อจำกัดทางการเงิน โปรแกรมที่ไม่คิดค่าใช้จ่ายเช่น สวนสาธารณะและองค์กรทางนันทนาการ การจัดการของชุมชน ศูนย์กลางทางวัฒนธรรม หรืออื่นๆ ซึ่งเป็นของรัฐบาล สื่อซึ่งรวมถึงหนังสือพิมพ์และวิทยุก็ได้โฆษณาโปรแกรมเหล่านี้สามารถที่จะใช้เพื่อค้นหาโปรแกรมที่ไม่เสียค่าใช้จ่าย ซึ่งโปรแกรมเหล่านี้จะถูกนำเสนอของใหม่อยู่เสมอ สนุก น่าสนใจ และตื่นเต้น พอกๆ กับที่ต้องเสียค่าธรรมเนียม การขาดเงินมิได้เป็นอุปสรรคกับท่านแก้ไขไม่ได้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. องค์กรใดนำเสนอันทนาการใดที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย
- ก. แหล่งใดที่ให้ค้นหากิจกรรมซึ่งไม่ต้องเสียเงิน
- ข. มีโปรแกรมที่ไม่ต้องเสียเงินที่ถูกนำเสนอตรงกับที่ท่านต้องการหรือไม่
- ค. โปรแกรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายมีความน่าสนใจและน่าตื่นเต้นเช่นเดียวกับโปรแกรมอื่นหรือไม่

#### เวลา

การพัฒนาประสิทธิภาพของทักษะในการจัดการเวลา คือ ท่านต้องลำดับความสำคัญความรับผิดชอบของท่านเพื่อการจัดการเวลาของท่านอย่างมีประสิทธิภาพ ท่านต้องจัดเวลาว่างไว้สำหรับกิจกรรมนันทนาการ หากสถานการณ์ทำให้ตารางเวลาของท่านไม่มีเวลาว่างยาวนานนัก ให้จัดตารางใหม่เท่าที่ท่านสามารถจะทำได้ อย่างหนึ่งคือท่านต้องพัฒนาทักษะการจัดการเวลา

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. ท่านได้พัฒนาแผนการจัดการเวลาของสำหรับเวลาว่างหรือไม่
- ข. ท่านต้องใช้ระยะเวลายาวนานเท่าใดในชีวิต 1 วันของท่านก่อนที่จะมีเวลาว่าง
- ค. เกิดอะไรขึ้นเมื่อเวลาว่างได้ถูกวางแผนไว้และมีเหตุการณ์เกิดขึ้นขัดขวาง

### ความเหมาะสมพร้อมใช้

การใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจที่บ้าน คือแนวทางในการเอาชนะอุปสรรคในเรื่องการขนส่ง ความเหมาะสมพร้อมใช้ กิจกรรมทางนันทนิจหลายอย่างสามารถสนุกได้ที่บ้าน และรอบๆ บริเวณบ้านของท่าน ท่านอาจตัดสินใจใช้บริเวณบ้านของท่านหรือห้องพิเศษเป็นพื้นที่ทางนันทนาการ มันง่ายที่จะจัดพื้นที่สำหรับเกมและงานอดิเรกที่ท่านสนุกสนาน เพียงแต่กิจกรรมนั้นที่ท่านชอบสามารถจะทำที่บ้านได้และหากท่านมีอุปกรณ์ที่จำเป็น อาจจะมีเพื่อนบ้านของท่านที่สนใจกิจกรรมซึ่งทำในบ้านเช่นเดียวกับท่าน ให้ท่านพูดคุยกับพวกเขาบ่อยๆ เกี่ยวกับกิจกรรมที่สนใจ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. กิจกรรมนันทนาการใดที่สามารถทำที่บ้านได้
- ข. เวลาว่างสามารถสนุกที่บ้านได้หรือไม่
- ค. จะมีทางใดที่จะทำให้เพื่อนบ้านมาเข้าร่วมด้วย

### ทักษะ

การได้ทักษะที่จำเป็นเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมจะเป็นการลดอุปสรรคในด้านทักษะ มีหลายกลยุทธ์ในการพัฒนาทักษะเบื้องต้น โดยปราศจากการเข้าร่วมกิจกรรม เทคนิคนี้สามารถปฏิบัติได้ที่บ้านกับวิดีโอเทปกับเพื่อนหรือกับผู้สอนส่วนตัว วิดีโอเทปหรือซีดี เป็นของง่ายและสนุกที่เรียนได้ ท่านสามารถทำตามทักษะและดูหลายครั้ง เพื่อนที่ฝึกทักษะด้วยกันก็สนุกสนานในการฝึก พวกเขามีแนวโน้มเข้าใจถึงสถานะของท่าน และต้องการช่วยท่าน บอกได้ว่าสิ่งใดผิดและเสนอความช่วยเหลือเมื่อท่านต้องการสามารถสอนวิธีในการพัฒนาความสามารถของท่านได้

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. การได้มาซึ่งทักษะที่จำเป็นมีประโยชน์อย่างไร
- ข. วิดีโอเทป หรือซีดี สามารถสอนให้ปรับปรุงทักษะได้อย่างไร
- ค. อะไรเป็นข้อได้เปรียบของการเรียนทักษะจากประสบการณ์คู่ของคุณ
- ง. ผู้สอนส่วนตัวสามารถจะช่วยเหลืออย่างไร

## อุปกรณ์

วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นอาจจะถูกปรับหรือเปลี่ยนเพื่อพบกับความต้องการของท่าน การปรับเครื่องมือคือสิ่งที่ทำได้สำหรับกิจกรรมนันทนาการหลายอย่าง เช่นการสร้างประตูปูตบอลจากท่อ พีวีซี เครื่องมือที่ใหม่หรือหนักสามารถจะถูกแทนที่ด้วยเครื่องมือเล็กหรือเบา เพื่อช่วยท่านในการเรียนรู้ทักษะ หากท่านมิได้เข้าไปถึงแหล่งทรัพยากร ท่านอาจจะติดต่อบุคคลในชุมชนเพื่อช่วยท่านในการทำอุปกรณ์เฉพาะหรือใช้เครื่องมือเสริม กฎสามารถจะถูกเปลี่ยนแปลงเพื่อให้ท่านได้เข้าร่วมในกิจกรรมนั้น คะแนน ระยะทาง เวลาที่จำกัด สามารถจะถูกปรับเพื่อให้พบกับความต้องการของท่าน การขาดเครื่องมือหรือกฎที่เข้มงวด จะไม่เป็นอุปสรรคต่อประสบการณ์ทางนันทนิจิตของท่าน

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองในประเด็นต่อไปนี้

- ก. ของสำรองสามารถถูกใช้แทนที่วัสดุที่จำเป็นได้หรือไม่
- ข. เป็นไปได้หรือที่จะทำอุปกรณ์พิเศษด้วยตัวของท่านเอง
- ค. เครื่องมืออุปกรณ์สามารถถูกปรับเพื่อความต้องการของท่านได้หรือไม่
- ง. มีทางอื่นใดที่จะดัดแปลงกิจกรรมได้อีก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 6

### ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เงิน

เงินคือปัจจัยที่มีอิทธิพลกับการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง ถึงแม้ว่าจะมีกิจกรรมนันทนาการมากมายที่ทำได้ โดยไม่จำเป็นต้องใช้เงิน แต่ก็อีกมากที่จะต้องใช้จ่าย หลายสิ่งรอบตัวเรานั้นจำเป็นต้องใช้เงินไปกับมัน เราอาจจะจำเป็นต้องจ่ายมันเพื่อ เช่า, ซื้ออาหารและเสื้อผ้า, ค่าขนส่ง, ค่าเรียน, ค่าประกัน, ค่ายา, ค่าทำฟัน และอื่นๆ อีกหลายอย่าง หลังจากความจำเป็นเหล่านี้ได้ถูกใช้ไปแล้ว อาจจะไม่มียังคงเหลืออยู่สำหรับเป้าหมาย เช่น นันทนาการ ประเภทของกิจกรรมนันทนาการที่เราจะเลือก บางกิจกรรมต้องใช้เงินมาก ปานกลาง บ้างก็น้อย หรือไม่ต้องใช้เลย แตกต่างกันไป เมื่อเราคิดที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เราต้องพิจารณาว่าเรามีเงินอยู่เท่าไร และต้องจ่ายไปกับมันเท่าไรในแต่ละกิจกรรม

นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องเงิน ใช้กระดาษบันทึกสิ่งที่เราจำเป็นต้องใช้เงินจ่าย

- อาหาร
- เสื้อผ้า
- ค่าขนส่ง
- ค่าเรียนและค่าสมาชิก
- ค่าประกัน
- ดูแลสุขภาพและฟัน

### เวลา

เวลาว่างมีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม หลังจากหน้าที่ของเรามากับงาน, ครอบครัว, บ้าน และภารกิจจำเป็นต่างๆ ได้ถูกกระทำเสร็จสิ้นแล้ว เวลาที่เหลืออยู่ก็เป็นเวลาที่เราจะทำสิ่งที่พึงพอใจ ก็เหมือนกับเงินที่เราจะใช้ได้อย่างอิสระ เวลาที่เราจะมีอย่างอิสระก็ยังคงมีอยู่ด้วย กิจกรรมนันทนาการบางอย่างจำเป็นต้องใช้เวลามาก เช่น ไปเที่ยวทะเลตอนสุดสัปดาห์ บางกิจกรรมก็สามารถร่วมสนุกได้ระยะเวลาสั้นๆ กิจกรรมนันทนาการส่วนใหญ่มีเวลาเป็นส่วนประกอบ ความสามารถของบุคคลเพื่อสร้างทางเลือกเกี่ยวกับกิจกรรมของพวกเขาได้รับอิทธิพลมาจากเวลาว่างที่มี และจำนวนเวลาที่ต้องใช้ในแต่ละกิจกรรม ถึงแม้ว่าคนจำนวนมากกล่าวว่า ไม่มีเวลาพอที่จะทำสิ่งที่ตนเองต้องการ หรือไม่มีเวลาที่มากพอ พวกเขาก็มีโอกาสมากมายสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมที่ไม่ต้องการเวลามาก

### ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้

ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่ทำให้การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการเกิดขึ้นได้ โอกาสในการเข้าร่วมจะต้องนำเสนอในชุมชน เช่น ท่านไม่สามารถเล่นเทนนิสได้ หากไม่มีสนามเทนนิสจัดไว้ให้ ระยะเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น สนามเทนนิสซึ่งอยู่ไกลที่สุดอาจต้องขึ้นรถไปไกลเป็นวันจากที่ซึ่งเราอาศัยอยู่ หรือหากสนามเทนนิสตั้งอยู่ในบริเวณชุมชน แต่เปิดแค่ตอนเช้า คนที่ทำงานในเวลาดังกล่าวก็ไม่สามารถที่จะเล่นได้ กิจกรรมจะต้องเข้าถึงคนที่ต้องการเข้าร่วม หากสนามเทนนิสในชุมชนเป็นของสโมสรเอกชนและจำกัดเฉพาะสมาชิกของพวกเขา ผู้ที่ไม่ได้เป็นสมาชิกจะหมดโอกาส สนามเทนนิสก็ตั้งโดยมีอุปสรรคทางกายภาพ ก็จะไม่เหมาะสมกับบุคคลที่อยู่ในรถเข็น หากสนามเทนนิสเปิดให้เพียงเฉพาะผู้เล่นที่มีทักษะดี ก็จะไม่เหมาะสมกับผู้เล่นหรือผู้ที่ต้องการเรียนรู้ที่จะเล่น เหล่านี้คือตัวอย่างสิ่งที่เป็นองค์ประกอบร่วมกันในการเข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะที่จะเกิดขึ้นได้

นำเสนอข้อมูลด้านความเหมาะสมพร้อมใช้ได้

- ระยะเวลา
- การขนส่ง
- ตาราง
- การเป็นสมาชิก
- การเข้าถึง
- ทักษะ

### ทัศนคติทางสังคม

ทัศนคติทางสังคมเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง บางคนเข้าร่วมกิจกรรมด้วยเหตุผลเพราะเขาคิดว่าคนทั่วไปรู้สึกว่าเขาควรจะทำสิ่งนั้น เช่น เล่นเกมต่อภาพ เพราะเหมาะกับอายุของเรา ยิ่งไปกว่านั้นบางคนอาจเข้าร่วมกิจกรรมเพราะทัศนคติทางสังคม เช่น เล่นฟุตบอลเพราะผมเป็นผู้ชาย หรือไม่สร้างบ้านบนต้นไม้ เพราะฉันเป็นผู้หญิง บางครั้งมีข้อจำกัดด้วยบทบาทหน้าที่ เช่น จะใช้เวลาไปกับการทำกิจกรรมของลูกๆ มากกว่าตัวเอง ความพิการอาจจะมีอิทธิพลกับการเข้าร่วมกิจกรรมด้วย บุคคลผู้พิการอาจจะปฏิเสธ โอกาสที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการที่ท้าทายเพราะเขาคิดว่าอาจส่งผลกระทบต่อด้านความปลอดภัย หรือพวกเขาอาจไม่มีทักษะที่จำเป็น ทัศนคติทางสังคมสามารถมีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของพวกเขา



## สุขภาพ

สุขภาพ กิจกรรมนั้นทนทานบางอย่าง แต่นั่งเฉยๆ หรือไม่ต้องเคลื่อนไหวมาก แต่หลายกิจกรรมก็ต้องการผู้เข้าร่วมที่มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงพอ บุคคลสูงวัยมักเลี่ยงกิจกรรม เพราะพวกเขาารู้สึกว่าร่างกายไม่แข็งแรงพอ เช่น พวกเขาอาจรู้สึกว่าคุณเองขาดความแข็งแรงและความอ่อนตัว แม้ว่าอายุเป็นกระบวนการที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่มันก็ไม่จำเป็นต้องไปที่อายุจะเป็นอุปสรรคต่อความแข็งแรงและความอ่อนตัว โปรแกรมการออกกำลังกายมากมายสามารถช่วยเพิ่มหรือคงไว้ซึ่งความแข็งแรงและความอ่อนตัว นำเสนอข้อมูลด้านสุขภาพ จัดหาตัวอย่างที่ชัดเจนที่เกี่ยวข้องกับผู้เข้าร่วมเห็นว่าสุขภาพไม่เป็นอุปสรรคอย่างไร

## ทักษะ

ทักษะ ระดับของทักษะที่บุคคลมีกับความสนุกสนานที่จะได้รับมีความสัมพันธ์กัน จากการเข้าร่วมในกิจกรรม คนซึ่งมีทักษะสูงในกิจกรรมนั้นๆ มีแนวโน้มที่จะเข้าร่วมอย่างต่อเนื่อง และสนุกกับกิจกรรม ในทางตรงกันข้ามคนซึ่งพยายามอย่างมากในการพัฒนาทักษะในกิจกรรม แต่ไม่ประสบความสำเร็จ มีแนวโน้มที่จะหยุดการเข้าร่วมในกิจกรรม เพราะมันสนุกน้อยมากหรือไม่สนุกเลย เรายังสนุกกับการเข้าร่วมกิจกรรมกับคนอื่น ซึ่งมีระดับทักษะที่ใกล้เคียงกัน ดังนั้นจึงควรมีทางเลือกหลายระดับเท่าที่จะทำได้ในกิจกรรม 1 ประเภท เช่น การแข่งขันวอลเลย์บอล ระดับ ต่ำ กลาง และสูง ทักษะในฐานะที่เป็นปัจจัยซึ่งผลกระทบต่อการทำงานจำเป็นต้องปรับปรุงทักษะของท่านให้เข้ากับความยากของกิจกรรม หรือปรับกิจกรรมให้เข้ากับทักษะของท่าน หมายความว่า ความพยายามจะต้องทำขึ้นอย่างสมเหตุสมผลระหว่างทักษะและกิจกรรม

สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 10

ใส่สัญลักษณ์ ลงในช่องประโยชน์แต่ละช่องตามความรู้สึกของตนเอง

ประโยชน์	กิจกรรมนันทนาการ				
	ป้องกัน	ผ่อนคลาย	อ่านหนังสือ	วาดรูป	
ผ่อนคลาย					
เพื่อให้เก่ง					
สร้างสรรค์					
ตื่นเต้น					
สุขภาพ					
จิตใจ					
สนุกสนาน					

☺ = หมายถึง มาก

☹ = หมายถึง ปานกลาง

☹ = หมายถึง น้อย

### สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 13

#### การเรียกร้องสิทธิขั้นพื้นฐาน

การเรียกร้องสิทธิขั้นพื้นฐานอยู่ว่ามนุษย์ทุกคนมีสิทธิขั้นพื้นฐานที่สามารถจัดออกเป็น 3 ประเภท : การไม่เรียกร้องสิทธิ, การเรียกร้องสิทธิ และการก้าวร้าว

พฤติกรรมกรเรียกร้องสิทธิ เป็นพฤติกรรมที่ช่วยให้ท่านปฏิบัติต่อความสนใจต่อตัวท่านได้ดีที่สุดโดยปราศจากความกลัว แสดงความซื่อสัตย์ต่อเองอย่างตรงไปตรงมา และจัดการกับสิทธิส่วนบุคคล โดยยอมรับสิทธิของผู้อื่นด้วย เช่น เมื่อท่านซื้อ ไม้ตีกลองมาใหม่และเพื่อนอยากขอยืมไม้ตีกลองนี้ไปใช้สัก 1 อาทิตย์ เพื่อการเล่นดนตรี ท่านควรจะปฏิบัติตอบสนองของการเรียกร้องสิทธิโดยพูดว่า “ฉันเข้าใจความปรารถนาของคุณที่จะใช้ไม้ตีกลองใหม่นี้ แต่ฉันเพิ่งจะซื้อมันมา และต้องการใช้มันด้วยตัวของฉันเอง” ท่านก็ได้ตระหนักถึงทั้งสิทธิของเพื่อนท่าน ในการที่จะขอยืมไม้ตีกลองและสิทธิของท่านที่จะปฏิเสธ

พฤติกรรมของการไม่เรียกร้องสิทธิ เกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สามารถคงไว้ซึ่งสมดุลระหว่างสิทธิของเขาและสิทธิของผู้อื่น ตัวอย่างก่อนหน้านี้นี้ ท่านจะตอบสนองต่อการขอร้องด้วยการจัดการแบบไม่เรียกร้องสิทธิ โดยการให้ยืมไม้ตีกลองด้วยความกลัวว่าหากท่านปฏิเสธเพื่อนของท่านจะคิดว่าท่านเห็นแก่ตัว และใจแคบแล้วท่านก็วิตกกังวลว่า เพื่อนของท่านจะทำให้ไม้ตีกลองของท่านเสียหายและมันจะไม่พอดีกับมือของท่าน พฤติกรรมไม่เรียกร้องสิทธิเกิดขึ้นเมื่อบุคคลให้สิทธิของตนเองถูกจำกัดด้วยตัวของเขาเอง

พฤติกรรมก้าวร้าว เป็นลักษณะที่ 3 ของการตอบสนอง ซึ่งเป็นสิทธิขั้นพื้นฐาน ซึ่งมนุษย์ทุกคนมี และเกิดขึ้นเมื่อบุคคลก้าวล้ำถึงสิทธิของผู้อื่นในตัวอย่างเช่นเดียวกันของ ไม้ตีกลอง ท่านอาจจะสนองตอบต่อการขอร้องของเพื่อนถึงการยืมไม้ตีกลองด้วยการพูดว่า “เป็นไปไม่ได้แน่นอนหรือไม่มีทาง” ท่านกระทำกริยาก้าวร้าว เหตุเพราะท่านมิได้คำนึงถึงสิทธิของเพื่อนท่านด้วยความเคารพและสุภาพ

#### สิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์

1. สิทธิในการกระทำสิ่งที่ส่งเสริมความดีและการยอมรับนับถือตนเองเช่นเดียวกันกับบุคคลอื่น หมายถึง ท่านมีสิทธิที่จะเป็นตัวของตัวเองและรู้สึกดีเกี่ยวกับตัวเองและไม่ทำอันตรายต่อบุคคลอื่น
2. สิทธิในการได้รับการนับถือ ท่านมีสิทธิที่จะได้รับการปฏิบัติอย่างสุภาพโดยบุคคลรอบข้างเช่น ครู ญาติ พนักงานของรัฐ หมอ นักบำบัดและกับบุคคลทั่วไป

3. สิทธิที่จะกล่าวว่า “ไม่” และมีได้รู้สึกผิดเกี่ยวกับมัน หลายคนไม่อยากจะกล่าวว่า “ไม่” กับบุคคลอื่นเพราะรู้สึกว่าเป็นแก้ตัว เราจะไม่สูญเสียความต้องการของตนเองและสิ่งที่เหลือหากเราเรียนรู้การเรียกร้องสิทธิรวมถึงการเรียนรู้ที่จะพูดว่า “ไม่”

4. สิทธิที่จะแสดงความรู้สึก หลายคนมักจะบอกกับตัวเองว่าเราไม่ควรรู้สึกในสิ่งที่เขาทำบางสิ่งแต่เพราะความรู้สึกและอารมณ์เป็นธรรมชาติส่วนหนึ่งของมนุษย์ ความรู้สึกจึงเป็นเหตุผลที่ยอมรับได้ที่จะมีประสบการณ์เกี่ยวกับมัน

5. สิทธิที่จะร้องขอความต้องการ ธรรมชาติส่วนหนึ่งของมนุษย์คือมีความต้องการ เมื่อท่านมิได้ร้องขอสิ่งที่ต้องการ ท่านมักจะใช้กระบวนการอื่นในการได้มาซึ่งอาจคุกคามสิทธิของผู้อื่นได้

6. สิทธิที่จะเปลี่ยนใจบนพื้นฐานของการแสดงข้อมูล

7. สิทธิที่จะได้รับในสิ่งที่เราจ่ายไป ท่านมีสิทธิที่ได้รับผลิตภัณฑ์หรือบริการที่ท่านได้จ่ายไป การได้รับสิ่งเหล่านั้นอย่างไม่สมเหตุผลผลเท่ากับที่ท่านได้ให้ผู้อื่นคุกคามต่อสิทธิของท่าน

8. สิทธิที่จะอยู่คนเดียว ซึ่งเป็นเวลาที่ปรารถนาจะอยู่กับตัวท่านเอง แม้กระทั่งเมื่อบุคคลอื่นต้องการเวลาของท่าน การเรียกร้องสิทธิหมายถึงรวมถึงการใช้เวลาไปกับตนเองและรู้สึกดีกับเวลานั้น

9. สิทธิที่จะมีสิทธิข้อนี้แสดงถึงสิทธิทางพฤติกรรม การจัดการเรียกร้องสิทธิและสิทธิที่จะเลือกสิ่งอื่นๆ รวมถึงไม่เรียกร้องสิทธิในสถานการณ์ใดๆ

นำเสนอสิทธิขั้นพื้นฐาน ใช้กระดาษแสดงตัวอย่างของสิทธิและตัวอย่างที่เกี่ยวข้อง

- ทำความดี	- เปลี่ยนใจ
- ได้รับการเคารพ	- ได้รับในสิ่งที่จ่าย
- กล่าวว่า “ไม่”	- อยู่คนเดียว
- แสดงความรู้สึก	- มีสิทธิ
- การขอในสิ่งที่ต้องการ	

## สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 14

### การระบุจุดมุ่งหมาย

ข้อแนะนำในกระบวนการเพื่อการระบุจุดมุ่งหมายประกอบด้วย

ก. จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นของท่านเอง ท่านควรบรรลุจุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้สำหรับตัวท่านเองมากกว่าที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้โดยผู้อื่น

ข. จุดมุ่งหมายควรที่จะชัดเจน ระบุได้และเปลี่ยน

ค. จุดมุ่งหมายควรเริ่มต้นด้วยระยะสั้น จุดมุ่งหมายระยะสั้นคือสิ่งที่สามารถกระทำให้สำเร็จได้ในระยะเวลาสั้นๆ เช่น ในหลายๆ วัน หรือ 2-3 สัปดาห์ จุดมุ่งหมายระยะสั้นควรได้มาอย่างง่าย และมีคุณค่าและสามารถทำให้ท่านเกิดความมั่นใจในการก้าวเข้าสู่จุดมุ่งหมายระยะยาวและท้าทายมากยิ่งขึ้น

ง. จุดมุ่งหมายควรตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งคุณค่าของคุณธรรมและจริยธรรม

จ. จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นสิ่งที่ทำได้จริงและหามาได้ หากจุดมุ่งหมายนั้นมีได้เป็นสิ่งที่ เป็นจริงและหามาได้มันก็เป็นเพียงความฝันและจินตนาการ

ฉ. จุดมุ่งหมายจะต้องสามารถวัดได้ จุดมุ่งหมายนั้นบุคคลจะต้องรู้เมื่อเขาได้ประสบความสำเร็จ ในการได้รับจุดมุ่งหมายนั้นๆ แล้ว จุดมุ่งหมายควรที่จะชัดเจนสำหรับท่าน

ช. กำหนดวันที่แน่นอนสำหรับการบรรลุจุดมุ่งหมาย การกำหนดวันที่เป็นเป้าหมายเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายจะช่วยให้คุณรักษาไว้ซึ่งความมุ่งมั่นที่จะกระทำสิ่งที่ต้องการให้บรรลุเพื่อเกิด ความรู้สึกพึงพอใจ

- จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นของท่านเอง
- จุดมุ่งหมายควรที่จะชัดเจน ระบุได้และเขียนได้
- เริ่มต้นด้วยจุดมุ่งหมายระยะสั้น
- จุดมุ่งหมายควรตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่งคุณค่าของคุณธรรมและจริยธรรม
- จุดมุ่งหมายจะต้องเป็นสิ่งที่ทำได้จริงและหามาได้
- จุดมุ่งหมายจะต้องสามารถวัดได้
- กำหนดวันที่แน่นอนสำหรับการบรรลุจุดมุ่งหมายที่จำเป็น

### จุดมุ่งหมายส่วนบุคคลมีดังนี้

จุดมุ่งหมายส่วนบุคคลเป็นสิ่งที่แตกต่างกันในแต่ละคน แต่มักจะอยู่บนพื้นฐานของความรู้สึกต้องการที่จะปรับปรุงพัฒนา โดยทั่วไปจุดมุ่งหมายทางนั้นทัศนคติส่วนบุคคลมักถูกตั้งขึ้น เพราะเราปรารถนาที่จะมีประสบการณ์ในการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในการควบคุม บังคับ สมรรถนะ อิศรภาพ พัฒนาทักษะ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การนับถือตนเอง

การควบคุม สัมพันธ์กับการรับรู้ที่บุคคลสามารถจัดการพฤติกรรมของตนเอง เช่น เราจะไปเรียนศิลปะเพื่อไม่ให้คิดฟุ้งซ่าน

การบังคับ คือ สิ่งที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับแนวคิดของการควบคุมมันเป็นความรู้สึกของความเชื่อมั่นในความสามารถของบุคคลที่จะควบคุมบางสิ่งและมีอิทธิพลเหนือสถานการณ์ เช่น เราจะไปเข้าอบรมเรียนศิลปะการต่อสู้เพื่อจะได้มีเวลาสำหรับการเรียนรู้

สมรรถนะ คือ ลักษณะของทักษะโดยมีความสามารถที่จะทำบางสิ่งโดยคล่องแคล่วและดีในสิ่งที่ตนเองได้เลือก เช่น เราจะวิ่งทุกวันเพื่อหัวใจจะได้แข็งแรงขึ้น

อิสรภาพ เป็นการนำเสนอส่วนประกอบของทางเลือกที่มีความสัมพันธ์กับการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น เราจะไปเที่ยวทะเลกันในวันหยุดสุดสัปดาห์

การพัฒนาทักษะ อ้างถึงการ ได้มาซึ่งการเคลื่อนไหวร่างกาย หรือความสามารถที่จะช่วยให้คนมีสุขภาพที่ดีและนำมาซึ่งความรู้สึกของความมีสมรรถนะเช่น การฝึกตีกอล์ฟทุกวันเพื่อความเก่ง

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม คือ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเช่นการสนทนาระหว่างเพื่อนสนิท การสนองตอบจากบุคคลอื่น เช่น เราจะจัดงานปาร์ตี้เพื่อเชิญชวนเพื่อนๆ มาเที่ยวบ้าน

การยอมรับนับถือตนเอง เป็นการประเมินคุณค่าเกี่ยวกับตนเองซึ่งเกี่ยวข้องกับความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับความสามารถของตนเอง บุคคลซึ่งมีการยอมรับนับถือตนเองเป็นอย่างดีจะเป็นผู้พร้อมซึ่งการพัฒนาคุณภาพชีวิตและรู้ว่าตนเองมีสมรรถนะเช่น เมื่อเราทราบว่าเราเล่นดนตรีเก่งเราจึงอยากเล่นดนตรีให้เพื่อนฟังกันในงานปาร์ตี้

### จุดมุ่งหมายส่วนบุคคล

- การควบคุม
- การบังคับ
- สมรรถนะ
- อิศรภาพ
- การพัฒนาทักษะ
- ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
- การยอมรับนับถือตนเอง

#### สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 17

##### แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตส่วนบุคคล (ภายใน)

การตระหนักถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลจะช่วยในการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการเข้าร่วมทางนันทนจิต แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ภายในและภายนอก

แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในเป็นสิ่งที่เรามีอยู่แล้วในตัวหรือเป็นจุดเด่นทางด้านใดด้านหนึ่งนั่นเอง การทำกิจกรรมที่สอดคล้องกับความสนใจและพรสวรรค์ของตนเองจะช่วยให้เรามีความสุขกับกิจกรรมนั้นมากยิ่งขึ้นซึ่งสามารถแบ่งประเภทของแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในได้ดังนี้

**ความรู้สึกและอารมณ์** เราอาจจะมีพรสวรรค์และความสนใจในด้านการแสดงด้านสุนทรียภาพซึ่งสามารถช่วยให้เราแสดงออกถึงความต้องการด้วยความรู้สึกและอารมณ์ในการตัดสินใจซึ่งเราอาจจะทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศิลปะ เช่น ละคร หรือดนตรี

**ทักษะทางสติปัญญา** ความสามารถของเราในการทำกิจกรรมที่ต้องการความสามารถทางสติปัญญา และความสนใจของตนเองในการพัฒนาทักษะทางสมอง สามารถช่วยให้ท่านตัดสินใจในกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง เช่น เราจะเล่นอักษรไขว้ ภาษาต่างประเทศ ซึ่งต้องการความรู้และคำศัพท์ใหม่ๆ

**สมรรถนะทางกาย** สามารถนำมาประยุกต์ในการเข้าร่วมกิจกรรมของเราซึ่งใช้ได้กับกีฬาหลายประเภท หากเราสนุกสนานกับการแสดงพรสวรรค์ทางกาย เราอาจจะเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นกีฬาหลายประเภท

ทักษะทางสังคม เราอาจจะเป็นคนที่มีสังคมที่ดีมากมีเพื่อนเยอะ ชอบทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เราอาจจะสนุกกับงานเลี้ยงและการพบปะผู้คน

มีแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลที่แตกต่างมากมายเช่น ความรู้สึกทำทนายอาจเข้าร่วมกิจกรรมประเภทการปีนเขา อารมณ์ขันอาจชอบดูการ์ตูน ความอยากรู้อยากเห็นใหม่ๆเช่นการเลือกท่องเที่ยว

แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายใน

- การแสดงความรู้สึกและอารมณ์
- ทักษะทางสติปัญญา
- สมรรถนะทางกาย
- ทักษะทางสังคม
- ชอบผจญภัย
- อารมณ์ขัน
- อยากรู้อยากเห็นใหม่ๆ

สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 18

แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการส่วนบุคคล (ภายนอก)

การให้กิจกรรมนันทนาการกับเด็กนั้น ผู้ปกครองนอกจากจะต้องทราบถึงแหล่งทรัพยากรภายใน แล้วแหล่งทรัพยากรภายนอกมีสำคัญด้วย แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกประกอบด้วย

การเงิน การรู้ถึงจำนวนเงินที่เรามีจะช่วยให้เราตัดสินใจถึงกิจกรรมที่จะเข้าร่วม เราจำเป็นต้องแน่ใจถึงการใช้จ่ายในกิจกรรมที่อยากทำ หากมีเงินไม่พอเราก็มีทางเลือกอื่นหรือหาเงินมาเพิ่ม

การเป็นเจ้าของในทรัพย์สินสิ่งของ อาจจะทำให้เราทำกิจกรรมนันทนาการที่แตกต่างไป เช่น การมีรถของเราเองทำให้ง่ายในการที่จะไปในที่ที่เราต้องการ หากไม่มีรถเราอาจจะใช้จักรยาน อุปกรณ์กีฬาที่เรามีอาจจะเป็แหล่งทรัพยากรที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น หากเรามีความสนใจในการเล่นดนตรี การมีอุปกรณ์จะช่วยเราได้อย่างมาก

บุคคล ซึ่งเรารู้จักเป็นแหล่งทรัพยากรที่สามารถช่วยให้เราตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งเราจะสนุกกับมัน สมาชิกของครอบครัวเป็นประโยชน์อย่างมากเมื่อเราต้องการคุยกับใครบางคนหรือเล่นเกมที่บ้าน หากเราชอบทำกิจกรรมนอกบ้าน การไปกับเพื่อนก็สามารถช่วยให้เกิดประสบการณ์นี้ได้ เพื่อนอาจจะช่วยในเรื่องการเดินทาง การแนะนำต่างๆพูดคุยด้วยกัน เพื่อนและสมาชิกในครอบครัวสามารถทำให้กิจกรรมมีความสนุกมากขึ้น



### แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตภายนอก

- การเงินส่วนบุคคล
- การเป็นเจ้าของทรัพย์สินและสิ่งของ
- บุคคล
- ครอบครัวและเพื่อน

### สำหรับชั่วโมงเรียนที่ 21

#### การใช้แหล่งทรัพยากรทางองค์กร

ในชุมชนมีองค์กรหรือหน่วยงานที่หลากหลายมีเป้าหมายเบื้องต้นเพื่อให้บริการทางนันทนจิตแก่มวลชน องค์กรเหล่านี้คือแหล่งทรัพยากรที่มีคุณค่าผู้ให้บริการทางนันทนจิตที่มีอยู่ในชุมชน โดยทั่วไปอาจถูกจัดได้ดังนี้

1. รัฐบาล
2. อาสาสมัคร
3. โรงเรียน
4. องค์กรทางศาสนา
5. ธุรกิจเอกชน

**องค์กรของรัฐ** ได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาล ซึ่งได้งบประมาณมาจากภายในประเทศของเรา ได้รับการสนับสนุนโดยภาษีของรัฐ การบริการจึงให้กับบุคคลทุกประเภท บางโปรแกรมก็ถูกออกแบบมาสำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษ เช่น เยาวชน ผู้สูงอายุ หรือบุคคลพิการ บ้างก็เพื่อความใส่ใจเฉพาะด้าน เช่น การแข่งขันกีฬา ศิลปะ และงานฝีมือ หรือนันทนาการกลางแจ้ง บางโปรแกรมก็เพื่อคนกลุ่มใหญ่และ บ้างก็เพื่อคนกลุ่มเล็ก เปิดทั้งปีและมีบริการทุกพื้นที่ในชุมชน ถึงแม้ว่าองค์กรจะได้รับเงินสนับสนุนโดยตรงจากรัฐบาล บ้างก็เก็บค่าธรรมเนียมจากการเข้าร่วมแต่ไม่แพง ไม่คำนึงถึงผลกำไรจึงถูกว่า เอกชน ห้ามในการแยกและหรือต่อต้านกลุ่มบุคคลใดๆ แต่ต้องให้กับบุคคลทั่วไปรวมถึงคนยากจนและคนพิการด้วย

ข้อมูลเกี่ยวกับ โปรแกรมและบริการนี้หาได้จาก หนังสือพิมพ์ ตารางโปรแกรมข้อมูลบริการของหน่วยงานรัฐบาล วิทยู เช่น สวนสาธารณะ อุทยานแห่งชาติ ค่ายลูกเสือ หรือพื้นที่ทางนันทนาการกลางแจ้ง

- อุทยาน
- ป่าเขา
- พื้นที่นันทนาการกลางแจ้ง
- ค่ายทหาร
- สวนสาธารณะ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. เหตุใดจึงต้องมีบริการสาธารณะ
- ข. มีโปรแกรมที่จัดโดยหน่วยงานของรัฐซึ่งท่านเคยเข้าร่วม
- ค. ท่านเคยเสียค่าใช้จ่ายเมื่อเข้าร่วมกิจกรรมของรัฐหรือไม่หากเคยเท่าใด
- ง. โปรแกรมที่เข้าร่วมเป็นอย่างไร
- จ. บริการที่ได้รับเป็นอย่างไร
- ฉ. โปรแกรมใดซึ่งท่านต้องการให้มีในสถานที่ของรัฐ
- ช. สิ่งใดเป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมในหน่วยงานของรัฐของท่าน

องค์กรอาสาสมัคร/การบริการเยาวชน เป็นส่วนสำคัญของโอกาสทางนันทนจิตในชุมชน เช่น YMCA, YWCA สโมสรเพื่อเยาวชนต่างๆ ซึ่งมีได้เป็นองค์กรของรัฐบาลจึงมีสิทธิเลือกจะทำอะไรและให้กับใคร ส่วนใหญ่จะมุ่งไปที่กลุ่มพิเศษ เช่น มุ่งบริการเพื่อกลุ่มประชากรเฉพาะ เช่น ลูกเสือที่จำกัดกลุ่มอายุและเพศ องค์กรอาสาสมัคร/องค์กรบริการเยาวชนจะมีผู้ฝึกสอนในโปรแกรมด้วยโดยส่วนใหญ่จะจัดให้กับผู้เริ่มต้นการเรียนรู้ องค์กรเหล่านี้ขึ้นอยู่กับบริจจาค ค่าสมาชิก ค่าธรรมเนียมการเข้าร่วมโปรแกรมและการสนับสนุนจากองค์กรใหญ่ องค์กรเหล่านี้มีความกระตือรือร้นในการให้โอกาสกิจกรรมที่หลากหลายซึ่งเสนอโปรแกรมผ่านสื่อและแผ่นพับรวมถึงทางโทรศัพท์และการไปเยี่ยมเยียนคนในชุมชน

- |                        |                    |
|------------------------|--------------------|
| - YWCA                 | - สโมสรเด็กชาย     |
| - YMCA                 | - สโมสรเด็กผู้หญิง |
| - TKpark               |                    |
| - ค่ายลูกเสือ-เนตรนารี |                    |

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. องค์การอาสาสมัครและการบริการเยาวชนใด ซึ่งอยู่ในชุมชนของท่าน
- ข. องค์การอาสาสมัครและการบริการเยาวชนแตกต่างจากอุทยานในเมืองและองค์กรนันทนาการของรัฐอย่างไรและเหมือนกันอย่างไร
- ค. ท่านเคยเข้าร่วมโปรแกรมที่จัดไว้ให้โดยองค์กรเหล่านี้หรือไม่ หากเคยโปรดอธิบาย
- ง. เราได้เรียนรู้อะไรจากโปรแกรมขององค์การอาสาสมัครและการบริการเยาวชนนี้

ในหลายชุมชนโรงเรียนรัฐบาลเป็นผู้ให้โอกาสทางนันทนิจิตและโปรแกรมนันทนาการที่มีอยู่ในโรงเรียน รวมถึงความร่วมมือระหว่างหน่วยงานของรัฐบาลทำให้เกิดสิ่งอำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต เช่น สนามกลางแจ้ง สนามเด็กเล่น โรงยิม ห้องอเนกประสงค์ บางโรงเรียนจัดโปรแกรมให้แก่ชุมชนไม่เพียงแต่ในวัยเรียน แต่ยังให้กับกลุ่มประชาชนทั่วไปด้วย

- สนาม	- ห้องอเนกประสงค์
- สนามเด็กเล่น	- สระว่ายน้ำ
- โรงยิม	- อุปกรณ์กีฬา
- หอประชุม	- ห้องเก็บของ
- ร้านค้า	

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. โรงเรียนมีบทบาทในการพัฒนาโอกาสการเข้าร่วมทางนันทนิจิตในชุมชนได้อย่างไร
- ข. มีโรงเรียนใดในชุมชนของท่านจัดการเข้าร่วมทางนันทนาการบ้าง
- ค. โรงเรียนนั้นได้มีการจัดไว้สำหรับกลุ่มบุคคลพิเศษหรือไม่
- ง. ท่านเคยเข้าร่วมในโปรแกรมทางนันทนาการในโรงเรียนหรือไม่ หากเคยมันคืออะไร

องค์กรทางศาสนาบางครั้งก็สนับสนุนกิจกรรมนันทนาการ เช่น การจัดพิธีทางศาสนาในวัด ซึ่งมุ่งเน้นที่สัมพันธ์ภาพและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ในบางชุมชนองค์กรทางศาสนาทำงานร่วมกับองค์กรของรัฐ

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- ก. ท่านทราบถึงโปรแกรมทางนันทนิจิตที่สนับสนุนโดยองค์กรทางศาสนาหรือไม่ หากทราบมันคืออะไร

ข. ท่านเคยเข้าร่วมในโปรแกรมดังกล่าวหรือไม่ หากเคยกรุณาอธิบาย

ส่วนของการค้าและเอกชนเสนอโอกาสในการเข้าร่วมทางนันทนิจิตที่กว้างขวางและหลากหลาย เพื่อเป้าหมายทางกำไร เช่น โรงแรม โบว์ลิ่ง กอล์ฟ สระว่ายน้ำ สโมสรสุขภาพและสมรรถภาพ ศูนย์การค้า รีสอร์ท อุทยาน ส่วนของการค้า และธุรกิจ ใช้วิธีการที่หลากหลายในการประชาสัมพันธ์ โฆษณาผ่านหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และป้ายใหญ่ เพราะมันคือธุรกิจต้องทำกำไรและกิจกรรมต้องอยู่ในความนิยมของประชาชน

สิ่งอำนวยความสะดวกทางการค้าและเอกชน

- |               |               |
|---------------|---------------|
| - โรงแรม      | - ห้าง        |
| - โบว์ลิ่ง    | - รีสอร์ท     |
| - กอล์ฟ       | - สวนรื่นรมย์ |
| - สโมสรสุขภาพ |               |

ผู้วิจัยพูดคุยกับผู้ปกครองตามหัวข้อต่อไปนี้

- อะไรคือตัวอย่างของการให้โอกาสทางนันทนิจิตจากส่วนของการค้าและเอกชน
- อะไรเป็นประสบการณ์ครั้งสุดท้ายของท่านที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการจากส่วนของการค้าและเอกชน
- ท่านจะทราบได้อย่างไรว่าส่วนของการค้าและเอกชนได้จัดสิ่งใดไว้
- ท่านชอบทำอะไรในกิจกรรมนันทนาการของส่วนของการค้าและเอกชน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ก

แบบวัดความสามารถและแบบสังเกตพฤติกรรมทางนันทนาการ

1. Leisure appreciation

(ความซาบซึ้งทางนันทนาการ)

1.1 แบบวัดการรับรู้กิจกรรมนันทนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบว่านักเรียนมีการรับรู้ถึงกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายเพื่อเป็น  
ทางเลือกของตนเอง

แบบวัด: กิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น

ให้แสดงรายการกิจกรรมนันทนาการที่รู้จัก 10 ชนิด

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....

วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูบอกให้นักเรียนคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองรู้จักหรือเคยเข้าร่วม
3. ครูแจกแบบวัดให้นักเรียน และให้เขียนชื่อกิจกรรมนันทนาการข้อละ 1 ชื่อ
4. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาทีแล้วเก็บแบบวัดคืน

การให้คะแนน

ให้นับตามจำนวนที่เติมได้ในแต่ละข้อ โดยไม่มีชื่อกิจกรรมนันทนาการซ้ำกัน

การแปลคะแนน

1-3 อยู่ในเกณฑ์ น้อย หมายถึง นักเรียนมีการรับรู้ถึงความหลากหลายของ  
กิจกรรมนันทนาการน้อย อาจส่งผลให้ทางเลือกของตนเองอยู่ในระดับน้อย

4-7 อยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง หมายถึง นักเรียนมีการรับรู้ถึงความหลากหลาย  
ของกิจกรรมนันทนาการปานกลาง อาจส่งผลให้ทางเลือกของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง

8-10 อยู่ในเกณฑ์ มาก หมายถึง นักเรียนมีการรับรู้ถึงความหลากหลายของ  
กิจกรรมนันทนาการมาก ส่งผลให้ทางเลือกของตนเองอยู่ในระดับมาก

## 1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทางนันทนิจิต

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบถึงแรงจูงใจภายในด้านต่างๆของนักเรียน

แบบวัด: เมื่ออ่านข้อความต่อไปนี้ให้วงกลมหรือทำเครื่องหมาย ✕ รอบสัญลักษณ์ต่อไปนี้



มาก



ปานกลาง



น้อย

ฉันเล่น..... (ให้ใส่รายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่เด็กเป็นผู้เลือกเองลงไป) เพราะว่ามันทำให้ฉัน

1) ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ



2) ได้เจอเพื่อนใหม่



3) แข็งแรงขึ้น



4) สนุก



5) ผ่อนคลาย



\*หมายเหตุ การแปลคะแนน 😊=3 😐=2 ☹=1

### วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบมากที่สุด
3. ครูให้นักเรียนเขียนชื่อกิจกรรมนันทนาการนั้นลงไปในช่วงว่าง
4. ครูอธิบายหรืออ่านข้อความให้ฟังและให้นักเรียนทำเครื่องหมายให้ตรงกับสิ่งที่ตนเองคิดในแบบวัด โดยใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาที

## การให้คะแนน

นำผลคะแนนแต่ละช่องมาบวกกัน

## การแปลคะแนน

- 5-7 หมายถึง นักเรียนมีแรงจูงใจภายในด้านต่างๆน้อย อาจเป็นสาเหตุให้ไม่มีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
- 8-12 หมายถึง นักเรียนมีแรงจูงใจภายในด้านต่างๆปานกลาง อาจทำให้มีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต่างๆอยู่บ้าง
- 13-15 หมายถึง นักเรียนมีแรงจูงใจภายในด้านต่างๆมาก ทำให้มีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบถึงการรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน

แบบวัด: เมื่อนักเรียนอยาก..... (ให้ได้รายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่เด็กเป็นผู้เลือกเองลงไป) ในสถานที่หรือสถานการณ์ต่อไปนี้ การเลือกของนักเรียนเป็นอย่างไร

เมื่ออ่านข้อความต่อไปนี้ให้วงกลมหรือทำเครื่องหมาย ✕ รอบสัญลักษณ์ต่อไปนี้

ในโรงเรียนของฉัน			
ในบ้านของฉัน			
หลังเลิกเรียน			
หลังรับประทานอาหารค่ำเสมอ			
ในวันหยุดสุดสัปดาห์			
ในวันที่ฝนตก			

\* หมายเหตุ การแปลคะแนน 😊=3 😐=2 ☹=1

#### วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบมากที่สุด
3. ครูให้นักเรียนเขียนชื่อกิจกรรมนันทนาการนั้นลงในช่องว่าง
4. ครูให้นักเรียนคิดถึงสถานการณ์ในแบบวัดแล้วให้ทำเครื่องหมายลงในช่องตามความคิดของตนเอง โดยใช้เวลาประมาณ 5 นาที



## การให้คะแนน

นำผลคะแนนแต่ละช่องมาบวกกัน

## การแปลคะแนน

- 6-9 หมายถึง การรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ น้อย  
10-15 หมายถึง การรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ ดี  
16-18 หมายถึง การรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

## 1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวัน

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบถึงภารกิจในชีวิตประจำวันปกติหลังเลิกเรียนของนักเรียน

แบบสังเกต: แบบบันทึกกิจกรรมในชีวิตประจำวันปกติหลังเลิกเรียน

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

หลังเลิกเรียน(ชื่อเด็ก) ได้ทำ

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

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังนี้

\*มีการทำกิจกรรมนันทนาการใดๆ หรือไม่

\*หากมีการทำกิจกรรมนันทนาการ เด็กแสดงสีหน้าด้วยรอยยิ้ม หัวเราะ ตั้งใจหรือมีสมาธิ

\*มีกิจกรรมที่หลากหลายให้เลือก

\*ใช้ระยะเวลาประมาณ 2 ชั่วโมงในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

## วิธีการ

1. ผู้สังเกตให้นักเรียนใช้ชีวิตตามปกติหลังจากเลิกเรียนหรือในเวลากลางของตนเอง
2. ผู้สังเกตเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างระมัดระวังมิให้เป็นการรบกวนหรือแทรกแซงชีวิตปกติของนักเรียน

## การให้คะแนน

หากปรากฏมีการทำกิจกรรมนันทนาการใดๆ ให้ 1 คะแนน

หากปรากฏมีการแสดงสีหน้าด้วยรอยยิ้ม หัวเราะ ตั้งใจหรือมีสมาธิ ให้ 1 คะแนน

หากปรากฏมีกิจกรรมที่หลากหลายให้เลือกให้ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

การได้ 3 คะแนนหมายถึง การมีองค์ประกอบของการทำกิจกรรมนันทนาการในชีวิตอย่างปกติ

## 1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนิจิต

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ทราบว่านักเรียนรับรู้ถึงบริเวณชุมชนบ้านของตนเองนั้นมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนิจิต เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่น ได้ด้วยตนเอง

**แบบวัด:** 1.5.1 รอบๆ บ้านและชุมชนของฉัน ๆ ไปเที่ยวที่ไหนได้บ้าง

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

## วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงสถานที่สนุกสนาน ผ่อนคลายหรือที่เกี่ยวข้องบริเวณใกล้บ้านให้ได้มากที่สุด
3. ครูให้นักเรียนเขียนชื่อสถานที่นั้นลงไปในช่วงว่างข้อละ 1 ที่
4. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาทีแล้วเก็บแบบวัดคืน

## การให้คะแนน

ให้นับตามจำนวนที่เติมได้ในแต่ละข้อโดยไม่มีข้อซ้ำกัน

## การแปลคะแนน

- 1 หมายถึง การรับรู้ของนักเรียนถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณชุมชนบ้านของตนเองอยู่ในระดับ น้อย
- 2-3 หมายถึง การรับรู้ของนักเรียนถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณชุมชนบ้านของตนเองอยู่ในระดับ ดี
- 4-5 หมายถึง การรับรู้ของนักเรียนถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณชุมชนบ้านของตนเองอยู่ในระดับ ดีมาก

**1.5.2** ข้อคำถาม มีที่ใดที่ฉันอยู่คนเดียวได้โดยไม่ต้องมีผู้ปกครองหรือไม่ หากมีที่ใด เล่าเรื่องให้ฟังได้หรือไม่ (ใช้การบันทึกภาพเคลื่อนไหวร่วมด้วย)

## การให้คะแนน

หากปรากฏมีสถานที่ดังกล่าวอยู่และสามารถเล่าเรื่องได้ ถือว่านักเรียนสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่น ได้ด้วยตนเอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1.6 แบบวัดสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรม  
ทางนันทนจิตของนักเรียน

แบบวัด: เมื่อ (ชื่อเด็ก) เล่น..... (ให้ใส่รายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่เด็กเป็นผู้เลือก  
เองลงไป) หนูได้ประโยชน์อะไรบ้าง

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

### วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการให้ได้มากที่สุด
3. ครูให้นักเรียนเขียนประโยชน์นั้นลงไปในช่วงว่างข้อละ 1 ที่
4. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาทีแล้วเก็บแบบวัดคืน

### การให้คะแนน

ให้นับตามจำนวนที่เติมได้ในแต่ละข้อโดยไม่มีข้อประโยชน์ซ้ำกัน

### การแปลคะแนน

- 1 หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต  
ของนักเรียนอยู่ในระดับ น้อย
- 2-3 หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต  
ของนักเรียนอยู่ในระดับ ดี
- 4-5 หมายถึง ความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต  
ของนักเรียนอยู่ในระดับ ดีมาก

## 1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนว่ามีการแสดงออกถึงภาวะทางอารมณ์ ร่างกาย  
สังคมและสติปัญญาที่ดี

แบบสังเกต: แบบบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

.....

.....

.....

.....

.....

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังนี้

\*อารมณ์ สุข สนุกสนาน หัวเราะ ยิ้ม

\*ร่างกาย กระฉับกระเฉง ว่องไว

\*สังคม พูดคุย ทักทาย

\*สติปัญญา เคารพกฎกติกา

\*ใช้ระยะเวลาประมาณ 2 ชั่วโมงในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

\*กิจกรรมนันทนาการนั้น นักเรียนต้องเป็นผู้เลือกเอง

### วิธีการ

1. ผู้สังเกตให้นักเรียน ได้เล่นหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามปกติ
2. ผู้สังเกตเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างระมัดระวังมิให้เป็นการรบกวนหรือแทรกแซงการเล่นของนักเรียน
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

### การให้คะแนน

หากปรากฏมีการแสดงออกถึงภาวะทางอารมณ์ ร่างกาย สังคม สติปัญญาให้อย่างละ 1 คะแนน

### การแปลคะแนน

ในแต่ละคะแนนจะเป็นตัวแทนของการแสดงออกด้านอารมณ์ ร่างกาย สังคม  
สติปัญญาที่ดีและเหมาะสม

## 1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนจิต

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ทราบถึงความสามารถของนักเรียนในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตได้ 6 ด้านอันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทัศนคติทางสังคม สุขภาพ และทักษะ

**แบบวัด:** ให้เด็กเล่าเรื่องราวในอดีตที่ผ่านมาถึงประสบการณ์ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่รู้สึกไม่ชอบหรือไม่สนุก หากปรากฏมีคำซึ่งเกี่ยวข้องกับคำสำคัญต่อไปนี้ให้บันทึกด้วยอักษรไว้

- ก. เงิน
- ข. เวลา
- ค. เพื่อน ครู บุคคลอื่น
- ง. สุขภาพ
- จ. ทักษะ (เล่นไม่ได้ หรือเล่นยาก)
- ฉ. เตรียมพร้อมใช้ (ไม่มีที่เล่น)

### วิธีการ

1. ครูให้นักเรียนเล่าเรื่องในหัวข้อดังกล่าว
2. เมื่อพบคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับข้อ ก-ฉ ให้ครูจดบันทึกไว้
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาที

### การให้คะแนน

หากปรากฏคำซึ่งเกี่ยวข้องกับคำสำคัญใดๆ ให้ข้อละ 1 คะแนน

### การแปลคะแนน

- 1-2 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตอยู่ในระดับ น้อย
- 3-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตอยู่ในระดับ ดี
- 5-6 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตอยู่ในระดับ ดีมาก

## 1.9 แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบว่านักเรียนสามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตได้

แบบวัด: ให้ถามเด็กว่า เมื่ออยากเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ แต่แล้วรู้สึกไม่สนุกหรือไม่ชอบขึ้นมาจะ  
ทำอะไร หากปรากฏคำซึ่งเกี่ยวข้องกับสำคัญต่อไปนี้ให้บันทึกด้วยอักษรไว้

- ก. เก็บเงิน
- ข. เล่นที่บ้าน
- ค. จัดเวลาใหม่
- ง. ไปทำอย่างอื่นแทน
- จ. รักษาสุขภาพ
- ฉ. ฝึกฝน

### วิธีการ

1. ครูให้นักเรียนเล่าเรื่องในหัวข้อดังกล่าว
2. เมื่อพบคำสำคัญที่เกี่ยวข้องกับข้อ ก-ฉ ให้ครูจดบันทึกไว้
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาที

### การให้คะแนน

หากปรากฏคำซึ่งเกี่ยวข้องกับคำสำคัญใดๆ ให้ข้อละ 1 คะแนน

### การแปลคะแนน


- 1-2 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับ น้อย
- 3-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับ อยู่ในระดับดี
- 5-6 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับ อยู่ในระดับดีมาก

### 1.10 แบบวัดประสบการณ์นั้นตนจิต

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนั้นตนการของตนเองใน 1 อาทิตย์

แบบวัด: หนึ่งอาทิตย์ของฉัน

ให้นักเรียนเขียนว่าในแต่ละวันนั้นจะกำหนดกิจกรรมนั้นตนการและภารกิจอื่นอย่างไรลงไป

 เวลา	 จันทร์	 อังคาร	 พุธ	 พฤหัสบดี	 ศุกร์	 เสาร์	 อาทิตย์
เช้า							
สาย							
บ่าย							
เย็น							
ก่อนนอน							

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองทำในแต่ละวัน
3. ครูให้นักเรียนเขียนชื่อกิจกรรมนันทนาการนั้นลงไป ในตารางเวลาของตนเอง พร้อมทั้งภารกิจประจำวันอื่นๆ
4. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาที

## การให้คะแนน

ในแต่ละวันหากปรากฏข้อความที่แสดงถึงกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งเด็กเป็นผู้เลือกเองนั้น ให้ชั่งละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

1-3 คะแนน หมายถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเอง อยู่ในระดับ น้อย  
4-6 คะแนน หมายถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเอง อยู่ในระดับ ดี  
มากกว่า 7 คะแนน หมายถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเอง อยู่ในระดับ ดีมาก

### 1.11 แบบสังเกตพฤติกรรมและการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมและการแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนาการ

แบบสังเกต: กิจกรรมนันทนาการนอกสถานที่

ผู้ปกครองพาเด็กไปในสถานการณ์จริง ของการเข้าร่วมแหล่งทางนันทนาการ เช่น ห้างสรรพสินค้า ศูนย์เยาวชน หรือห้องสมุดเพื่อการเรียนรู้แนวใหม่ TK Park แล้วสมมุติสถานการณ์ว่า หากเราต้องการทำกิจกรรม.....(ให้ใส่รายชื่อกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งเด็กเป็นผู้เลือกเอง) แต่เราไม่มีเงิน ไม่มีเวลา ไม่มีที่สำหรับเรา มันยากสำหรับเรา หรือหากเราไม่สบาย เด็กจะร่วมกับผู้ปกครองแก้ไข ปัญหาได้หรือไม่

แบบบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออก

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนั้นบทบาทการผู้ปกครองมีการสร้างสถานการณ์และถามกระตุ้นร่วมด้วย

.....

.....

.....

.....

.....

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังนี้

1 ไม่แสดงท่าทีกังวลหรือไม่พอใจ (1 คะแนน)

2 บอกกับผู้ปกครองถึงการแก้ปัญหาด้วยคำซึ่งเกี่ยวข้องกับคำสำคัญต่อไปนี้

เก็บเงิน (1 คะแนน)

จัดเวลาใหม่ (1 คะแนน)

ไปทำอย่างอื่นแทน (1 คะแนน)

รักษาสุขภาพ (1 คะแนน)

ฝึกฝนเพิ่ม (1 คะแนน)

เล่นที่บ้าน (1 คะแนน)

\* ใช้ระยะเวลาประมาณ 2 ชั่วโมงในการสังเกตและบันทึกพฤติกรรม

### วิธีการ

1. ผู้สังเกตให้นักเรียนได้เล่นหรือเข้าร่วมกิจกรรมนั้นบทบาทการตามปกติ
2. ผู้สังเกตเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างระมัดระวังมิให้เป็นการรบกวนหรือแทรกแซงการเล่นของนักเรียน
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

### การให้คะแนน

หากปรากฏมีการแสดงออกถึงพฤติกรรมในข้อใดให้ข้อละ 1 คะแนน

### การแปลคะแนน

ในแต่ละคะแนนจะเป็นตัวแทนของการแสดงออกถึงพฤติกรรมในการเอาชนะอุปสรรคทาง  
นันทนจิตที่ดีและเหมาะสม

1-2 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับน้อย

3-5 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับมาก

6-7 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมการแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับมากที่สุด

**2. Awareness of self in leisure**  
**(การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนาการ)**

**2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ชอบทำ**

**วัตถุประสงค์** เพื่อวัดความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบ  
และบอกเหตุผลได้ว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้น

**แบบวัด:** กิจกรรมนันทนาการที่ฉันชอบทำ 5 อย่าง

1) ฉันชอบทำกิจกรรมนันทนาการ.....

เหตุผล 1. ....

2. ....

2) ฉันชอบทำกิจกรรมนันทนาการ.....

เหตุผล 1. ....

2. ....

3) ฉันชอบทำกิจกรรมนันทนาการ.....

เหตุผล 1. ....

2. ....

4) ฉันชอบทำกิจกรรมนันทนาการ.....

เหตุผล 1. ....

2. ....

5) ฉันชอบทำกิจกรรมนันทนาการ.....

เหตุผล 1. ....

2. ....

## วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผล
3. ครูให้นักเรียนเติมชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผลลงในช่องว่าง
4. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาที

## การให้คะแนน

หากใน 1 ข้อ เด็กสามารถเติมรายชื่อกิจกรรมนันทนาการและเหตุผลได้ 1 ข้อเป็นอย่างน้อย ให้ข้อละ 2 คะแนน หรือหากเติมได้ช่องใดช่องหนึ่งให้ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

- 1-3 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผล อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 4-7 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผล อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 8-10 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผล อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถของนักเรียนในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทั้ง 6 ประการดังนี้

1. ปัจจัยด้านการเงิน
2. ปัจจัยด้านเวลา
3. ปัจจัยด้านการเตรียมพร้อมใช้
4. ปัจจัยด้านทัศนคติทางสังคม
5. ปัจจัยด้านสุขภาพ
6. ปัจจัยด้านทักษะ

**แบบวัด:** การเล่านิทานสมมุติเหตุการณ์ประกอบอุปกรณ์ภาพ เรื่องการไปเตะฟุตบอลของเด็กชายเบ็คแฮม

เช้าวันอากาศดีในวันอาทิตย์ เบ็คแฮมตื่นนอนมาด้วยความสดใส และกระฉับกระเฉง นัดกับเพื่อนว่าจะไปเตะฟุตบอลกันที่สนามในหมู่บ้าน เมื่ออาบน้ำและแต่งตัวเสร็จ เบ็คแฮมลงมารับประทานอาหารเช้ากับคุณพ่อคุณแม่อย่างเอร็ดอร่อย หลังจากนั้นคุณพ่อก็ให้สตางค์มา 20 บาท เพื่อจะได้เอาไว้ซื้อของทานเล่น เมื่อมาถึงสนามฟุตบอล เบ็คแฮมและเพื่อนๆ ก็พบว่า ครั้งหนึ่งของสนามถูกแบ่งไปใช้เล่นวอลเลย์บอลของเด็กอีกกลุ่มหนึ่ง เขาและเพื่อนจึงมีพื้นที่เล่นเพียงครึ่งหนึ่งของสนามจริง เมื่อได้เวลานัดหมายตอน 9 โมงตรง เบ็คแฮมและเพื่อนๆ อีก 9 คนที่นัดไว้ ก็มารวมตัวกันเพื่อนแบ่งทีมๆ ละ 5 คน แต่เมื่อนับดูจำนวนคน ซีดาน ซึ่งเป็นหนึ่งในสมาชิกของทีมไม่มาตามนัดหมาย พิโก้ บอกกับทุกคนว่า ซีดานหัวโหน้อย่างมาก เพราะโดนลูกมะพร้าวหล่นใส่หัวเมื่อวาน วันนี้จึงมาไม่ได้ เบ็คแฮมและเพื่อนๆ คิดว่าจะทำอย่างไรดี รอบๆ บริเวณนั้นก็มีแต่เด็กผู้หญิงเล่นวอลเลย์บอลกัน จะชวนเด็กผู้หญิงกลุ่มนั้นมาเล่นด้วย พวกเขาคงไม่ชอบแน่ๆ เลย เบ็คแฮมและเพื่อนๆ จึงตกลงรวมกันว่าสนามเล็กแบบนี้ หากเล่นหลายคนรวมกันคงไม่สนุก ให้เปลี่ยนมาเล่นบอลโกล์หนูแทนดีกว่า แบ่งเป็น 3 ทีมๆ ละ 3 คน ใครแพ้ก็ออก หลังจากนั้นพวกเขาก็เล่นบอลโกล์ หนูร่วมกันอย่างสนุกสนาน

ระหว่างที่มีการเล่าเรื่องนอกจากจะแสดงภาพประกอบแล้ว ให้เตรียมแผ่นภาพรูป เงิน นาฬิกา สนามฟุตบอล เด็กผู้หญิง ร่างกาย และการเตะลูกฟุตบอล โดยให้เด็กเป็นผู้เลือกแผ่นภาพจากคำสำคัญในเรื่อง และให้มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วมกิจกรรม

## วิธีการ

1. ครูหรือผู้ปกครองเป็นผู้เล่าเรื่อง
2. เตรียมแผ่นภาพเช่นเดียวกับข้อ 2.3 ให้เด็กเป็นผู้เลือกว่าคำสำคัญที่เล่าเรื่องตรงกับแผ่นภาพใด
3. ให้เด็กหยิบแผ่นภาพออกมาให้ตรงกับเรื่องที่เล่า
4. ผู้เล่าเรื่องเป็นผู้ให้คะแนน
5. ใช้ระยะเวลาประมาณ 10 นาที

## การให้คะแนน

หากนักเรียนสามารถหยิบแผ่นภาพได้ตรงกับสถานการณ์ที่เล่าเรื่องแผ่นภาพ 1 ภาพ หมายถึง 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

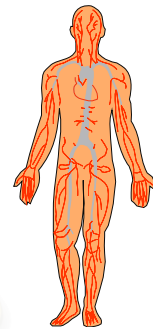
- 1 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม  
นั้นทนการอยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม  
นั้นทนการอยู่ในเกณฑ์ ดี
- 5-6 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม  
นั้นทนการอยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อย่างมีความสุข และแสดงความประทับใจต่อสิ่งของของตนเอง

แบบสังเกต: ให้เด็กเล่าเรื่องและพูดคุยกันกับผู้ปกครองถึงกิจกรรมนันทนาการที่เคยทำในอดีต และให้สังเกตถึงคำต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญในการ์ดภาพดังนี้



มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวหรือบันทึกเทปการเล่าเรื่อง

## วิธีการ

1. ครูให้นักเรียนเล่าเรื่องและพูดคุยกันถึงกิจกรรมนั้นจนหาการที่เคยทำในอดีต
2. ให้ครูสังเกตว่าสิ่งที่นักเรียนเล่ามานั้นมีค่าใดๆที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญเหล่านี้หรือไม่
  1. ปัจจัยด้านการเงิน (1 คะแนน)
  2. ปัจจัยด้านเวลา (1 คะแนน)
  3. ปัจจัยด้านการเตรียมพร้อมใช้ (1 คะแนน)
  4. ปัจจัยด้านทัศนคติทางสังคม (1 คะแนน)
  5. ปัจจัยด้านสุขภาพ (1 คะแนน)
  6. ปัจจัยด้านทักษะ (1 คะแนน)
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 10 นาที

## การให้คะแนน

หากปรากฏค่าที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญในการ์ดให้การ์ดละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 5-6 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

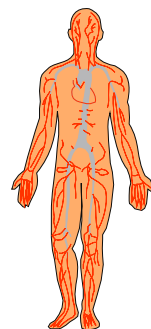
สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## 2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน

แบบสังเกต: ให้เด็กเล่าเรื่องและพูดคุยกันกับผู้ปกครองถึงกิจกรรมนันทนาการที่ทำในปัจจุบัน และให้สังเกตถึงคำต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญในกราฟภาพดังนี้



มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวหรือบันทึกเทปการเล่าเรื่อง

## วิธีการ

1. ครูให้นักเรียนเล่าเรื่องและพูดคุยกันถึงกิจกรรมนันทนาการที่ทำในปัจจุบัน
2. ให้ครูสังเกตว่าสิ่งที่นักเรียนเล่ามานั้นมีค่าใดๆที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญเหล่านี้หรือไม่
  1. ปัจจัยด้านการเงิน (1 คะแนน)
  2. ปัจจัยด้านเวลา (1 คะแนน)
  3. ปัจจัยด้านการเตรียมพร้อมใช้ (1 คะแนน)
  4. ปัจจัยด้านทัศนคติทางสังคม (1 คะแนน)
  5. ปัจจัยด้านสุขภาพ (1 คะแนน)
  6. ปัจจัยด้านทักษะ (1 คะแนน)
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 10 นาที

## การให้คะแนน

หากปรากฏค่าที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญในการ์ดให้การ์ดละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

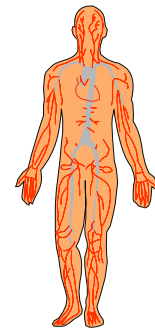
- 1 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 5-6 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคต

แบบสังเกต: ให้เด็กเล่าเรื่องและพูดคุยกันกับผู้ปกครองถึงกิจกรรมนันทนาการที่อยากทำในอนาคต และให้สังเกตถึงคำต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญในการ์ดภาพดังนี้



มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวหรือบันทึกเทปการเล่าเรื่อง

## วิธีการ

1. ครูให้นักเรียนเล่าเรื่องและพูดคุยกันถึงกิจกรรมนั้นจนกว่าการที่อยากทำในอนาคต
2. ให้ครูสังเกตว่าสิ่งที่นักเรียนเล่ามานั้นมีค่าใดๆที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญเหล่านี้หรือไม่
  1. ปัจจัยด้านการเงิน (1 คะแนน)
  2. ปัจจัยด้านเวลา (1 คะแนน)
  3. ปัจจัยด้านการเตรียมพร้อมใช้ (1 คะแนน)
  4. ปัจจัยด้านทัศนคติทางสังคม (1 คะแนน)
  5. ปัจจัยด้านสุขภาพ (1 คะแนน)
  6. ปัจจัยด้านทักษะ (1 คะแนน)
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 10 นาที

## การให้คะแนน

หากปรากฏคำที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญในการ์ดให้การ์ดละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นจนกว่าการที่อยากทำในอนาคต อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นจนกว่าการที่อยากทำในอนาคต อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 5-6 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นจนกว่าการที่อยากทำในอนาคต อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### 3. Self-determination in leisure

(ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการ)




#### 3.1 แบบวัดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการ

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

แบบวัด: กิจกรรมนันทนาการของฉันทัน

ให้เด็กเลือกเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 1 อย่าง ตามที่ตนเองชอบ เป็นเวลา 30 นาที พร้อมกับบันทึกภาพเคลื่อนไหว หลังจากนั้นให้ทำแบบวัดสัมฤทธิ์ผลส่วนตัว ดังนี้

เติมหน้าหนูน้อยตามความรู้สึกของตนเองลงในช่องต่อไปนี้

ประโยชน์	กิจกรรมนันทนาการ (เล่นฟุตบอล)		
สนุกสนาน			= ใจเลย
ผ่อนคลาย			= ใจ
ตึงตั้น			= ไม่ใช่
แข็งแรง			
ได้เพื่อนใหม่			

แบบบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออก

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

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

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังนี้

- \* สนุกสนาน
- \* ทำทางผ่อนคลาย
- \* ทำทางตื่นเต้น
- \* ไม่แสดงการอ่อนเพลีย
- \* พูดคุยกับคนอื่น ๆ

#### วิธีการ

- 1.ครูให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นเวลาประมาณ 30 นาที
- 2.ถามถึงประโยชน์ที่ได้และให้ทำแบบวัด
- 3.ขณะที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการให้มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวด้วย

#### การให้คะแนน

หากปรากฏการเติมหน้าหนูน้อยกับพฤติกรรมที่แสดงออกจริงระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการให้ คู่ละ 1 คะแนน

#### การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึง การรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-4 คะแนน หมายถึง การรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 5 คะแนน หมายถึง การรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

### 3.2 แบบสำรวจตารางเวลา

วัตถุประสงค์ เพื่อสำรวจว่านักเรียนมีการกำหนดตารางเวลาของตนเองและได้ปฏิบัติตามหรือไม่

แบบสำรวจ: สำรวจการทำตารางเวลาใน 1 วัน หรือ 1 สัปดาห์ ว่ามีหรือไม่  
หากมี มีการทำตามที่กำหนดไว้หรือไม่

ตารางเวลา	มี	ไม่มี
การทำตารางเวลา		
การปฏิบัติตามตารางเวลา		

#### วิธีการ

1. ครูเป็นผู้สำรวจการทำตารางเวลาจากชีวิตจริงของนักเรียน
2. การดูการปฏิบัติตามตารางเวลาให้ครูสอบถามจากผู้ปกครองและสังเกตจากตารางเวลาและชีวิตจริงของนักเรียน

#### การให้คะแนน

หากปรากฏการทำตารางเวลาให้ 1 คะแนนและหากปฏิบัติตามตารางเวลาให้อีก 1 คะแนน

#### การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีการกำหนดตารางเวลาแต่ไม่ได้ปฏิบัติตาม
- 2 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีการกำหนดตารางเวลาของตนเองและได้ปฏิบัติตาม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงความรู้สึกที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเลือก
3. ครูให้นักเรียนทำแบบวัด
4. ครูอธิบายหรืออ่านข้อความให้ฟังและให้นักเรียนทำเครื่องหมายให้ตรงกับสิ่งที่ตนเองคิดในแบบวัด โดยใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาที

## การให้คะแนน

นำผลคะแนนแต่ละช่องมาบวกกัน

## การแปลคะแนน

- 5-7 หมายถึง นักเรียนความพึงพอใจทางนันทนิจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 8-12 หมายถึง นักเรียนความพึงพอใจทางนันทนิจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 13-15 หมายถึง นักเรียนความพึงพอใจทางนันทนิจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



### 3.4 แบบวัดการแสดงลักษณะของตนเอง(คำถามชุด)

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการแสดงลักษณะของนักเรียน

แบบวัด: ให้ถามคำถามต่อไปนี้

1. เมื่อเราอยากเล่นฟุตบอลจะพูดว่าอย่างไร  
(ผมอยากเล่นฟุตบอลครับ)
2. เมื่อเพื่อนพูดไม่ดีกับเราจะทำอย่างไร  
(เราควรพูดกันดีๆ นะ)
3. เมื่อเพื่อนชวนเราว่ายน้ำ แต่เราไม่ชอบจะพูดว่าอย่างไร  
(ไม่ครับ ผมไม่ชอบ)
4. เมื่อดีใจเราจะทำอย่างไร  
(แสดงอาการดีใจ หรือพูดว่าไฮโย)
5. เมื่อเรายังไม่ได้รับเสื้อทีมฟุตบอลจะทำอย่างไร  
(ร้องขอกับผู้รับผิดชอบ)
6. เมื่อพบว่าเกมนี้ไม่สนุกเลยจะทำอย่างไร  
(เปลี่ยนเล่นเกมอื่น)
7. เมื่อต้องการสมาธิจะทำอย่างไร  
(ขอยู่คนเดียว)

#### วิธีการ

1. ครูเป็นผู้ถามคำถามดังกล่าวทีละข้อและให้นักเรียนตอบ
2. แต่ละข้อใช้เวลาประมาณ 2 นาที

#### การให้คะแนน

หากพบว่าคำตอบปรากฏคำที่เกี่ยวข้องกับคำตอบในวงเล็บให้ข้อละ 1 คะแนน

#### การแปลคะแนน

- 1-2 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการแสดงลักษณะของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 3-5 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการแสดงลักษณะของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ ดี
- 6-7 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการแสดงลักษณะของนักเรียนอยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

#### 4. Making decision regarding leisure participation (การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต)

##### 4.1 แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของนักเรียน

แบบวัด: เราเข้าร่วมกิจกรรม..... (ให้ใส่รายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่เด็กเป็นผู้เลือกเอง)

เพื่ออะไร

..... (ในด้านทักษะ)

..... (ฝึกฝนตนเอง)

..... (สังคม)

..... (ให้คนอื่นยอมรับ)

##### วิธีการ

1. ครูอธิบายวัตถุประสงค์ของการวัดให้นักเรียนฟัง
2. ให้นักเรียนคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเลือก
3. ให้เติมคำลงในช่องแบบวัด

##### การให้คะแนน

หากเติมคำตอบซึ่งเกี่ยวข้องกับคำในวงเล็บลงในแต่ละช่องได้ให้ข้อละ 1 คะแนน

##### การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึงความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-3 คะแนน หมายถึงความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 4 คะแนน หมายถึงความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

## 4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถของนักเรียนในการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

**แบบวัด:** ให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งตนเองเป็นผู้เลือกเป็นเวลา 30 นาที ระหว่างการเข้าร่วมให้มีการถามว่า เราเข้าร่วมกิจกรรมนี้เพื่ออะไร..... พร้อมทั้งมีการบันทึกภาพเคลื่อนไหว สังเกตพฤติกรรมว่าตรงกับจุดประสงค์ที่เด็กบอกมาหรือไม่ หลังจากนั้นให้ถามคำถามต่อไปนี้

- หากเราต้องการฝึกทักษะเราจะ.....
- หากเราต้องการฝึกระเบียบวินัยเราจะ.....
- หากเราต้องการเจอเพื่อนใหม่เราจะ.....
- หากเราต้องการให้เพื่อนยอมรับเราจะ.....

**แบบสังเกต:** มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วมกิจกรรม

แบบบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออก

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่เด็กเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

.....

.....

.....

.....

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมว่าตรงกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่

### วิธีการ

1. ครูให้นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
2. ครูสอบถามถึงจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรม
3. มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วม
4. ผู้สังเกตให้นักเรียนได้เล่นหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามปกติ
5. ผู้สังเกตเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างระมัดระวังมิให้เป็นการรบกวนหรือแทรกแซงการเล่นของนักเรียน
6. ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

## การให้คะแนน

หากพบมีความสอดคล้องกันระหว่างกิจกรรมและการตั้งวัตถุประสงค์ให้ข้อละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

1 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีความสามารถในการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้  
ความสามารถของนักเรียนในการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

## 4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

**วัตถุประสงค์** เพื่อวัดความสามารถของนักเรียนในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 5 ด้านดังนี้ ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลา บุคคลผู้ซึ่งกระทำด้วย

**แบบสังเกต:** แสดงภาพกิจกรรมนันทนาการที่น่าสนใจ และให้เด็กเลือกกิจกรรมที่ต้องการเข้าร่วม เมื่อผู้ปกครองหยิบแผ่นการ์ดรูปสัญลักษณ์ขึ้นมาให้เด็กเล่าถึงสิ่งที่เกี่ยวข้อง เช่น เด็กอยากเล่นฟุตบอล เมื่อหยิบภาพนาฬิกาขึ้นมา เด็กบอกได้ว่าต้องจัดเวลา 1-2 ชั่วโมงในการเล่น โดยมีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วมกิจกรรม



## วิธีการ

1. ครูอธิบายวัตถุประสงค์ของการทำงานให้นักเรียน
2. ให้เด็กเล่าเรื่องราวในกิจกรรมนันทนาการของตนให้ตรงกับองค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
3. เตรียมแผ่นภาพข้างต้น

## การให้คะแนน

หากนักเรียนสามารถอธิบายได้ให้การ์ดละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 5 คะแนน หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

## 4.4 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการสร้างแรงจูงใจ

**วัตถุประสงค์** เพื่อวัดความสามารถและสังเกตพฤติกรรมในการสร้างแรงจูงใจของครอบครัว

**แบบวัด:** สอบถามผู้ปกครองว่ามีกระบวนการกระตุ้นในการสร้างแรงจูงใจหรือความอยากในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเด็กหรือไม่อย่างไร

**แบบสังเกต:** บันทึกภาพเคลื่อนไหวการทำงานกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว สังเกตพฤติกรรมว่าสมาชิกในครอบครัวมีการกระตุ้นหรือสร้างแรงจูงใจให้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หรือไม่ เช่น เมื่อเด็กสงสัยแล้วถามมีการอธิบาย และเสนอให้ลองทำสิ่งใหม่ๆ คุณ มีการให้คำชม เป็นต้น

แบบบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออก

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว

.....

.....

.....

.....

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังต่อไปนี้

\*การซักถาม

\*การเสนอให้รู้สิ่งใหม่

### วิธีการ

1. ครูอธิบายวัตถุประสงค์การวัดให้นักเรียนฟัง
2. สอบถามการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว
3. มีการบันทึกภาพการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวและครูคอยสังเกต

### การให้คะแนน

ในแบบวัดหากปรากฏการสร้างแรงจูงใจให้ 1 คะแนน

ในแบบสังเกตหากปรากฏการแสดงพฤติกรรมดังกล่าวให้ 1 คะแนน

### การแปลคะแนน

- 2 คะแนน หมายถึง ครอบครัวมีการสร้างแรงจูงใจกับนักเรียน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

#### 4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดและสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว

แบบวัด: มีการวางแผนร่วมกันในครอบครัวกับการทำกิจกรรมวันหยุดในเดือนที่ผ่านมาหรือไม่  
มีการทำกิจกรรมนันทนาการในครอบครัวหรือไม่ อย่างไร

แบบสังเกต: บันทึกภาพเคลื่อนไหวการทำกิจกรรมนันทนาการร่วมกันที่บ้าน สังเกตพฤติกรรมว่า สมาชิกในครอบครัวทุกคนเข้าร่วมและแสดงความสนใจต่อเด็กหรือไม่

แบบบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออก

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว

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

#### วิธีการ

1. ครูอธิบายวัตถุประสงค์การวัดให้นักเรียนฟัง
2. สอบถามการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว
3. มีการบันทึกภาพการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวและครูคอยสังเกต
- 4.

#### การให้คะแนน

ในแบบวัดหากปรากฏการทำกิจกรรมนันทนาการร่วมกันในครอบครัวให้ 1 คะแนน

ในแบบสังเกตหากปรากฏการแสดงพฤติกรรมดังกล่าวให้ 1 คะแนน

#### การแปลคะแนน

- 2 คะแนน หมายถึง มีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัวครบถ้วน

## 5. Knowledge and Utilization facilitating resources in leisure

(ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนาการ)

### 5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร

**วัตถุประสงค์** เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร

**แบบวัด:** เมื่อนำเสนอแผ่นพับของแหล่งทางนันทนาการ เช่น แผ่นพับหอแสดงศิลปะ ห้างสรรพสินค้า ศูนย์เยาวชน สวนสาธารณะ สโมสร หรืออื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ให้เด็กบอกว่าเห็นอะไรบ้าง (โดยควรปรากฏคำที่เกี่ยวข้องกับคำสำคัญต่อไปนี้)

- คำธรรมเนียม
- ตารางโปรแกรม
- วิธีการไป
- อาหาร
- เสื้อผ้า
- อุปกรณ์

#### วิธีการ

1. ครูนำเสนอแผ่นพับของแหล่งนันทนาการที่น่าสนใจให้เด็กดู
2. ครูสอบถามว่าเด็กเห็นข้อมูลใดจากแผ่นพับบ้าง

#### การให้คะแนน

เมื่อครูตรวจสอบข้อมูลจากแผ่นพับที่มีอยู่ ให้ดูว่าเด็กบอกข้อมูลได้ครบหรือไม่ หากเด็กบอกได้ข้อใดให้ข้อละ 1 คะแนน

#### การแปลคะแนน

- 1 ใน 4 ของข้อมูลที่มีอยู่หมายถึง ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารของนักเรียนอยู่ในระดับ ต่ำ
- 2 ใน 4 ของข้อมูลที่มีอยู่หมายถึง ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารของนักเรียนอยู่ในระดับ ดี



3ใน 4 เป็นต้นไป ของข้อมูลที่มีอยู่หมายถึง ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการ ด้านเอกสารของนักเรียนอยู่ในระดับ ดีมาก

## 5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อ สิ่งพิมพ์

**วัตถุประสงค์** เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อ สิ่งพิมพ์

**แบบวัด:** เมื่อนำหนังสือพิมพ์มาวางไว้ให้เด็กชี้หรือบอกถึงกิจกรรมนันทนาการที่สนใจได้ (มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วมกิจกรรม)

### วิธีการ

1. ครูนำหนังสือพิมพ์มาให้ให้นักเรียน
2. ให้นักเรียนชี้ถึงกิจกรรมนันทนาการที่สนใจ

### การให้คะแนน

ให้นับจำนวนแหล่งทางนันทนาการที่นักเรียนสนใจอย่างละ 1 คะแนน

## 5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์

**วัตถุประสงค์** เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์

**แบบวัด:** สมมุติเหตุการณ์ให้โทรศัพท์เพื่อถามโปรแกรมหนึ่งที่ตนเองสนใจ โดยสังเกตพฤติกรรมต่อไปนี้ (มีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วมกิจกรรม)

- การเริ่มสนทนา (1 คะแนน)
- ถามถึงรอบหนังสือ (1 คะแนน)
- ราคาตัว (1 คะแนน)
- บันทึกข้อมูล (1 คะแนน)
- กล่าวอำลา (1 คะแนน)

### วิธีการ

1. ครูสมมุติเหตุการณ์การคุยโทรศัพท์เพื่อถามเรื่องรอบหนังสือแก่นักเรียน
2. ครูสังเกตว่านักเรียนได้มีการทำตามขั้นตอนหรือไม่

## การให้คะแนน

หากปรากฏพฤติกรรมดังกล่าวให้อย่างละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

1 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์  
อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ

2-4 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์  
อยู่ในเกณฑ์ ดี

5 คะแนน หมายถึง ความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์  
อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

## 5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ

**วัตถุประสงค์** เพื่อสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว

**แบบสังเกต:** การวางแผน ไปถึงแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการจัดรวมกันระหว่างผู้ปกครองและเด็กหรือไม่ เมื่อ  
ไปถึงแหล่งหรือสถานที่ เช่น สวนสนุก ผู้ปกครองมีการให้ข้อมูลต่างๆ แก่เด็กหรือไม่ ดังนี้

- ค่าธรรมเนียม
- การเดินทาง
- วิธีการเล่น
- ค่าอาหาร
- ค่าเช่าอุปกรณ์
- ตารางเวลา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบบันทึกพฤติกรรมที่แสดงออก

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่มีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว

.....

.....

.....

.....

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังต่อไปนี้

- \*ผู้ปกครองมีการพูดคุยกับเด็กถึงเรื่องคำธรรมเนียม
- \*ผู้ปกครองมีการพูดคุยกับเด็กถึงเรื่องการเดินทาง
- \*ผู้ปกครองมีการพูดคุยกับเด็กถึงเรื่องวิธีการเล่น
- \*ผู้ปกครองมีการพูดคุยกับเด็กถึงเรื่องค่าอาหาร
- \*ผู้ปกครองมีการพูดคุยกับเด็กถึงเรื่องค่าเช่าอุปกรณ์
- \*ผู้ปกครองมีการพูดคุยกับเด็กถึงเรื่องตารางเวลา

### วิธีการ

1. ผู้สังเกตพฤติกรรมให้ครอบครัวดำเนินกิจกรรมนันทนาการตามปกติ
2. ผู้สังเกตเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างระมัดระวังมิให้เป็นการรบกวนหรือแทรกแซงการเล่นของนักเรียน
3. ใช้ระยะเวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

ศูนย์วิจัยและบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## การให้คะแนน

หากปรากฏคำสำคัญในการสนทนาให้ค่าละ 1 คะแนน

## การแปลคะแนน

1-2 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ

3-4 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว อยู่ในเกณฑ์ ดี

5-6 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

## 5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดความสามารถของนักเรียนในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต

แบบวัด: แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตของฉัน

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

(เช่น สระว่ายน้ำ สนามฟุตบอล สนามเด็กเล่น สนามหน้าบ้าน ศูนย์เยาวชน ศูนย์กีฬา โรงเรียน ห้างสรรพสินค้า ห้องสมุด โรงหนัง สวนสาธารณะ ลานโบว์ลิ่ง สวนสนุก เป็นต้น)

## วิธีการ

1. ครูอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของแบบวัด
2. ครูให้นักเรียนคิดถึงแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตให้ได้มากที่สุด
3. ครูให้นักเรียนเขียนแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตนั้นลงไปในช่วงว่างข้อละ 1 ที่
4. ใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาทีแล้วเก็บแบบวัดคืน

## การให้คะแนน

ให้นับตามจำนวนที่เติมได้ในแต่ละข้อโดยไม่มีข้อซ้ำกัน

## การแปลคะแนน

- 1 หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต  
อยู่ในระดับ น้อย
- 2-3 หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต  
อยู่ในระดับ ดี
- 4-5 หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต  
อยู่ในระดับ ดีมาก



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**Social interaction**  
**(ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม)**

**6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม**

วัตถุประสงค์ เพื่อวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียน

แบบวัด: แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

รายการ	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริงมาก	คะแนน
เด็กของท่านทำความรู้จักกับผู้อื่น ได้ง่าย					
เด็กของท่านมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน					
เด็กของท่านกล้าบอกความต้องการของตนให้ผู้อื่นรู้					
เด็กของท่านทำในสิ่งที่ต้องการ โดยไม่ทำให้ผู้อื่น เดือดร้อน					
เด็กของท่านชอบโต้แย้งกับผู้อื่นหากมีเหตุผล					
เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น เด็กของท่านสามารถอธิบาย เหตุผลที่ผู้อื่นยอมรับได้					
เด็กของท่านสามารถแสดงสีหน้าท่าทางได้ตรงกับ การบ่งบอกความรู้สึกภายใน					

**วิธีการ**

1. ครูอธิบายวัตถุประสงค์ของแบบวัดให้ผู้ปกครองฟัง
2. ให้ผู้ปกครองทำแบบวัดตามความเป็นจริง

### การให้คะแนน

ไม่จริง	=	1 คะแนน
จริงบางครั้ง	=	2 คะแนน
ค่อนข้างจริง	=	3 คะแนน
จริงมาก	=	4 คะแนน

### การแปลคะแนน

7-11 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ

12-20 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในเกณฑ์ ดี

21-28 คะแนน หมายถึง นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

### 6.2 แบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

วัตถุประสงค์ เพื่อสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียน

แบบสังเกต: บันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใด ๆ หรือในการเข้ากลุ่มทางสังคม

วันที่.....

เวลา.....

สถานที่.....

ผู้จัดบันทึก.....

เริ่มบันทึกตามหัวข้อต่อไปนี้

ขณะที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

.....

.....

.....

.....

.....

หมายเหตุ: ให้สังเกตพฤติกรรมดังนี้

- \*พูดคุยกับเพื่อนอย่างสนุกสนาน เช่น แสดงรอยยิ้ม (1 คะแนน)
- \*ทำทางการฟังอย่างตั้งใจ เช่น หยุดนึ่ง พยักหน้า (1 คะแนน)
- \*แสดงท่าทางประกอบการพูด เช่น ชี้นิ้วมือ ยกมือ หรืออธิบายด้วยท่าทาง (1 คะแนน)
- \*พูดอธิบายด้วยภาษาให้คนอื่นเข้าใจได้ ประกอบการสื่อสาร 2 ทาง คือ มีผู้พูดและผู้ฟัง (1 คะแนน)

### วิธีการ

1. ผู้สังเกตให้นักเรียนได้เล่นตามปกติหลังจากเลิกเรียนหรือในเวลาว่างของตนเอง
2. ผู้สังเกตเฝ้าดูพฤติกรรมอย่างระมัดระวังมิให้เป็นการรบกวนหรือแทรกแซงการเล่นของนักเรียน

### การให้คะแนน

หากปรากฏพฤติกรรมใดให้ข้อละ 1 คะแนน

### การแปลคะแนน

- 1 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ต่ำ
- 2-3 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ดี
- 4 คะแนน หมายถึง พฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียน อยู่ในเกณฑ์ ดีมาก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ภาคผนวก ง.

### บันทึกผลเชิงพฤติกรรมในขั้นประเมินผลก่อน-หลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา

บันทึกผลวันจันทร์ที่ 25 กันยายน 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Assessment Baseline

สำหรับกระบวนการวิจัย ในการพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา นั้น ถือเป็นวันแรกหลังจากที่ผู้วิจัยได้เฝ้าสังเกตพฤติกรรมและทำความเข้าใจกับ A.D. มาเป็นเวลากว่า 2 ปี ผู้วิจัยได้แจ้งให้ผู้ปกครองของ A.D. ทราบและทำการนัดหมายก่อนไปด้วยวิธีการส่งอีเมลล์และโทรศัพท์ล่วงหน้า 1 อาทิตย์ ในวันจันทร์ที่ 25 กันยายน เวลาประมาณ 10.00 น. A.D. รีบวิ่งมาเปิดประตูให้ผู้วิจัยเข้าบ้านพร้อมทักทายสวัสดิ์ พร้อมทั้งเล่าว่าวันนี้พ่อไปทำงานคนเดียว ตนเองไม่ได้ไปด้วยและอยู่กับน้องชายเพียงสองคนซึ่งออกมาต้อนรับผู้วิจัย ในบ้านทั้งสองคนกำลังดูรายการทีวี A.D. บอกว่าวันนี้ตอนบ่ายสองโมง จะมีการแข่งขันมวยปล้ำศึกใหญ่ Smack Down ทางช่อง UBC และเมื่อวันอาทิตย์ ตนและน้องชายได้ไปที่พาด้าสาขาปิ่นเกล้าที่ชั้น 3 แผนกของเด็กเล่นมีเข็มขัดแชมป์มวยปล้ำซึ่งตนเองอยากได้แต่ยังไม่ได้ซื้อ ผู้วิจัยใช้ระยะเวลาในการพูดคุยกับ A.D. และน้องชายประมาณ 20 นาทีจึงเริ่มทำการวัดการรับรู้ในเรื่องชนิดของกิจกรรมนันทนาการในแบบวัดที่ 1.1 แบบวัดการรับรู้กิจกรรมนันทนาการ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดการรับรู้ของ A.D. เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายเพื่อใช้เป็นทางเลือกของตนเองได้ ซึ่งผู้วิจัยได้เตรียมรูปภาพที่แสดงถึงกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลาย เช่น คนออกกำลังกาย ร้องเพลง วาดรูป ทำเครื่องปั้นดินเผา อ่านหนังสือ ดูภาพยนตร์ ไปเที่ยวป่า ทะเล งานเลี้ยงสังสรรค์ กิจกรรมอาสาสมัคร โยคะ เดินรำ เป็นต้น เพื่อให้ A.D. ได้เลือกหรือคิดเพิ่มเติมเอง ผู้วิจัยถามว่าได้เคยเข้าร่วมกิจกรรมใดบ้างพร้อมทั้งให้น้องชายยืนยันความถูกต้องว่าได้เคยเข้าร่วมแล้วจริงๆ A.D. ได้เลือกภาพมา 6 ภาพคือ ภาพคนเล่นโยคะ เดินรำ งานเลี้ยง ออกกำลังกาย เที่ยวป่าและวาดรูป หลังจากนั้นผู้วิจัยให้ A.D. เขียนคำต่างๆลงบนกระดาษ พร้อมทั้งวาดรูปภาพ โดยใช้ระยะเวลาทั้งสิ้นประมาณ 60 นาที

จากการตอบของ A.D. ถึงกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเคยเข้าร่วมนั้นสามารถตอบได้ 6 ข้อซึ่งอยู่ในระดับ ดี หมายถึง A.D. มีการรับรู้ถึงความหลากหลายของกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง ส่งผลให้ทางเลือกของตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้กิจกรรมนันทนาการที่ A.D. เลือกนั้นสามารถแบ่งออกได้เป็นประเภทต่างๆ 4 ประเภทดังนี้ 1. กิจกรรมนันทนาการศิลปะ 2. กิจกรรมนันทนาการกีฬา 3. กิจกรรมนันทนาการทางสังคม 4. กิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง อย่างไรก็ตามหลังจากที่ A.D. ได้เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเป็นเวลา 8 สัปดาห์แล้วนั้นผู้วิจัยคาดว่า A.D. จะมีความสามารถในการรับรู้เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายเพื่อใช้เป็นทางเลือกของตนเองได้อยู่ในระดับมาก

บันทึกผลวันพุธที่ 27 กันยายน 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Assessment Baseline

ในวันที่สองของขั้น Assessment Baseline ผู้วิจัยสามารถใช้แบบวัด 9 แบบกับ A.D. ในเวลาประมาณ 1 ชั่วโมงเศษ ก่อนการทำแบบวัด ผู้วิจัยสนทนา พูดคุยเรื่องทั่วไปเช่น การใช้ชีวิตประจำวันของ A.D. รวมถึงเรื่องต่างๆที่อยู่ในความสนใจของ A.D. และนำเข้าสู่การวัดในเวลา 10.30 น. ตามรายการแบบวัดดังนี้

1. แบบวัดแรงจูงใจภายในทางนันทนจิต
2. แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของตน
3. แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆบ้านของตน
4. แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต
5. แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ตนชอบทำ
6. แบบวัดความมีอิสระส่วนตนทางนันทนจิต
7. แบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต
8. แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
9. แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต

ผลการวัดที่ได้ในแบบวัดแรงจูงใจภายในทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงแรงจูงใจภายในด้านต่างๆของ A.D. ได้ 13 คะแนน หมายถึง A.D. มีแรงจูงใจภายในด้านต่างๆ ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับดีมาก ทำให้มีความกระตือรือร้นในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับมาก โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับของแรงจูงใจภายในไว้ได้คงเดิมหรือดีขึ้น

แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของตน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงการรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของ A.D. ได้ 13 คะแนน หมายถึง A.D. มีการรับรู้ในการเลือกทำ หรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดีมาก โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับของอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการไว้ได้คงเดิมหรือดีขึ้น

แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆบ้านของตน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบว่า A.D. รับรู้ถึงบริเวณชุมชนบ้านของตนเองนั้นมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิต เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่นได้ด้วยตนเอง ได้ 2

คะแนน หมายถึง A.D. มีการรับรู้ถึงสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตบริเวณชุมชนบ้านของตนเอง ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดี โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถพัฒนาความรู้ เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆบ้านของตนเองดีขึ้น

แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบความสามารถในการรับรู้ ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตของ A.D. ได้ 1 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตของตนเอง ก่อนเข้ารับบริการใน หลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ น้อย โดยผู้วิจัย คาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถพัฒนาความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตของตนเองดีขึ้น

แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันชอบทำ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบและบอกเหตุผลได้ว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้น ได้ 10 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบพร้อมทั้งเหตุผล ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดีมาก โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษา ระดับของความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบและบอกเหตุผลได้ว่าทำไม จึงชอบกิจกรรมนั้นได้คงเดิมหรือดีขึ้น

แบบวัดความมีอิสระส่วนตนทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการรับรู้ ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ได้ 1 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน ก่อนเข้ารับบริการใน หลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ระดับ น้อย โดยผู้วิจัยคาดหวัง ว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถพัฒนาความสามารถในการรับรู้ ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้ดีขึ้น

แบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความพึงพอใจทางนันทนจิตจาก การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเลือก ได้ 11 คะแนน หมายถึง A.D. มีความพึงพอใจทางนันทน จิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มี ความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดี โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการ ใน หลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถพัฒนาความความพึงพอใจทางนันทนจิต จากการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเลือกให้ดีขึ้น

แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการระบุดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของ A.D. ได้ 1 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการระบุดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของตนเอง ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ น้อย โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้ว จะสามารถพัฒนาความสามารถในการระบุดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของตนเองให้ดีขึ้น

แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถของ A.D. ในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต ได้ 5 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดีมาก โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับของความสามารถในการรับรู้แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิต ได้คงเดิมหรือดีขึ้น แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า A.D. บอกรายชื่อแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตประเภท ห้างสรรพสินค้าทั้งหมด ซึ่งผู้วิจัยคาดว่า A.D. น่าจะมีความรู้ที่หลากหลายในแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตมากขึ้นอีกด้วย

ทั้งนี้ระหว่างที่มีการวัดผู้วิจัยต้องปรับเปลี่ยนภาษา คำพูดให้เหมาะสมกับความสามารถในการรับรู้ของ A.D. ให้เข้าใจได้ง่ายขึ้นเช่น ผู้วิจัยให้เล่าถึงสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะที่ A.D. กำลังเล่นป้องกันพี่น้อง แล้วผู้วิจัยจึงประมวลจากคำพูดของ A.D. ด้วยการบันทึกภาพและเสียงระหว่างการวัด เพื่อให้ทราบถึงความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตของ A.D. เป็นต้น และในครั้งนี้ผู้วิจัยได้สอดแทรกคำว่า นันทนจิต ให้ A.D. ได้ทราบโดยการเขียนบนกระดานแล้วให้ A.D. อ่านทวนซ้ำหลายครั้ง รวมถึงความหมายซึ่งผู้วิจัยแสดงคำสำคัญคือ เล่นในเวลาว่าง, อยากรู้เอง, เลือกเองและทำให้ตนเองดีขึ้น แทนความหมายที่สมบูรณ์คือ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่าง อันเกิดจากแรงจูงใจภายในและการเลือกอย่างอิสระเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ซึ่ง A.D. พูดยตามและตอบสนองด้วยความตั้งใจแต่ยังคงอ่านเองไม่ได้หากผู้วิจัยไม่อ่านนำ หลังจากทำการวัดเสร็จ A.D. ได้พาผู้วิจัยดูภาพบันทึกในคอมพิวเตอร์และเล่าเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นในภาพ เช่น การไปเที่ยวสวนสนุก สวนสัตว์ พิธีกรรมต่างๆ กับครอบครัวและเพื่อนๆอย่างกระตือรือร้น ใช้ระยะเวลาต่ออีกประมาณครึ่ง ชั่วโมงจึงเสร็จสิ้นการวัดผลในครั้งนี้

บันทึกผลวันศุกร์ที่ 29 กันยายน 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Assessment Baseline

วันที่สามของขั้น Assessment Baseline A.D. เติมนำรับผู้วิจัยด้วยความกระตือรือร้นและกล่าวทักทาย บอกว่าวันนี้น้องชายทั้งสองคนไม่อยู่บ้านและในวันเสาร์ A.D. จะไปเที่ยวกับครอบครัวเพื่อซื้อเข็มขัดแชมป์มวยปล้ำ WWE อันใหม่ ในขณะที่ผู้วิจัยกำลังเตรียมอุปกรณ์การบันทึกภาพเคลื่อนไหว A.D. เข้ามาช่วยเตรียมอุปกรณ์ข้างตั่งกล้อง และเริ่มทำการวัดเวลาประมาณ 10.30 น. ตามแบบวัดดังนี้

1. แบบข้อคำถาม มีที่ใดที่ฉันอยู่คนเดียวได้โดยไม่ต้องมีผู้ปกครองหรือไม่ หากมีที่ใดเล่าเรื่องให้ฟังได้หรือไม่
2. แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนาการ
3. แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนาการ
4. แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
5. แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต
6. แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน
7. แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต
8. แบบสำรวจตารางเวลา
9. แบบวัดการแสดงสิทธิของตนเองคำถามชุด
10. แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
11. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร
12. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อสิ่งพิมพ์
13. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์

ผลการวัดที่ได้ในแบบข้อคำถามที่ 1. ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบว่า A.D. สามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่นได้ด้วยตนเองนั้นปรากฏว่าไม่มีคะแนน หมายถึง A.D. ยังไม่สามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่นได้ด้วยตนเอง ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาแล้วจะสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่นได้ด้วยตนเอง

แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนาการ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงความสามารถของ A.D. ในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนาการได้ 6 ด้านอันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทัศนคติทางสังคม สุขภาพ และทักษะของ A.D. ได้ 2 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนาการอยู่ในระดับ น้อย ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D.

เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิตดีขึ้น

แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบว่า A.D. สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ได้ 1 คะแนน หมายถึง ความสามารถของ A.D. ในการแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตอยู่ในระดับ น้อย ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตดีขึ้น

แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของ A.D. ได้ 4 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดี โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับความสามารถในการรับรู้ถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการดีขึ้น

แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ อย่างมีความสุขและแสดงความประทับใจต่อสิ่งของของตนเอง ได้ 1 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีต ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ น้อย โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการเล่าเรื่องของสิ่งของชิ้นต่างๆ ที่เคยเล่นในอดีตได้ดีขึ้น

แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบันได้ 4 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดี โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบันได้ดีขึ้น

แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคต ได้ 1 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคต

ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับน้อย โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคต ได้ดีขึ้น

แบบสำรวจตารางเวลา ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจว่า A.D. มีการกำหนดตารางเวลาของตนเองและได้ปฏิบัติตามหรือไม่นั้น ไม่มีคะแนนหมายถึง A.D. มิได้มีการกำหนดตารางเวลาของตนเองก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีการกำหนดตารางเวลาของตนเองและได้ปฏิบัติตามตารางเวลานั้น

แบบวัดการแสดงลักษณะของตนเองคำถามชุด ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการแสดงลักษณะของ A.D. ได้ 3 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการแสดงลักษณะของตนเองก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดี โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการแสดงลักษณะของตนเองดีขึ้น

แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 5 ด้านดังนี้ ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลา บุคคลผู้ซึ่งกระทำด้วย ได้ 3 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 5 ด้าน ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดี โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ 5 ด้านดีขึ้น

แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร ได้ 4 คะแนน หมายถึง A.D. มีอยู่ในระดับ ดี ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ ดีมาก โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการรักษาระดับความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสารไว้คงเดิมหรือดีขึ้นได้

แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อสิ่งพิมพ์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อ สิ่งพิมพ์ได้ 2 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อ สิ่งพิมพ์ก่อน

เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ น้อย โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อ สิ่งพิมพ์ดีขึ้น

แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์ได้ 1 คะแนน หมายถึง A.D. มีความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อยู่ในระดับ น้อย โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์ดีขึ้น

การวิจัยเรื่องรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในการทดลองสัปดาห์ที่ 1 ขึ้น Assessment Baseline เพื่อรวบรวมข้อมูล และพฤติกรรมต่างๆที่เกี่ยวข้องของ A.D. ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ผู้วิจัยได้ทำการทดลองในวันจันทร์ที่ 25 วันพุธที่ 27 และวันศุกร์ที่ 29 กันยายน 2549 เวลา 10.00-12.00 ซึ่งในแต่ละครั้งมีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวและถาพนิ่งร่วมด้วย ทั้งนี้ผู้วิจัยมีการปรับวิธีการตอบแบบวัดความสามารถ แบบสังเกตพฤติกรรมและแบบสำรวจ จากการให้ A.D. เขียนคำตอบเองเป็นการบอกด้วยปากเปล่าแล้วช่วยผู้วิจัยเขียนคำตอบร่วมกับการวาดภาพเพื่อเพิ่มความน่าสนใจ เพื่อการลดระยะเวลาในการตอบแบบวัดต่างๆ โดยผู้วิจัยได้ปรึกษาและขอความเห็นชอบจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้ปกครองของ A.D.ว่าจะไม่กระทบต่อความสามารถในการตอบแบบวัดความสามารถ แบบสังเกตพฤติกรรมและแบบสำรวจที่แท้จริง ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดความสามารถ แบบสังเกตพฤติกรรมและแบบสำรวจจำนวนทั้งสิ้น 23 แบบจากจำนวน 34 แบบ โดยในสัปดาห์ต่อไปผู้วิจัยจะใช้แบบสังเกตพฤติกรรม 11 แบบในวันจันทร์ที่ 2 อังคารที่ 4 และวันศุกร์ที่ 6 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ซึ่งเป็นการสิ้นสุดขึ้น Assessment Baseline



บันทึกผลวันจันทร์ที่ 2 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Assessment Baseline

ในสัปดาห์ที่ 2 ของการทดลองขั้น Assessment Baseline ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมของ A.D. จากเทปบันทึกภาพเคลื่อนไหวในสัปดาห์ที่ 1 ว่าหากไม่สามารถตอบคำถามได้จะนั่งนิ่งหรือพูดอย่างเบาๆ ว่า “ครับ” พร้อมทำตัวอและกุมมือประสานกันไว้ตรงกลางคล้ายกับแสดงความเครียดเล็กน้อย นอกจากนี้ขณะที่มีการให้บริการแก่ A.D. พบว่าผู้วิจัยนั่งบนโซฟาในลักษณะตัวตรง หลังไม่อิงกับพนักเช่นเดียวกับที่ A.D. ถูกลงในท่าทางนั้นแต่เมื่อผู้วิจัยลุกออกจากโซฟา A.D. จะนั่งพิงพนักแสดงอาการผ่อนคลาย ซึ่งพฤติกรรมเช่นนี้ผู้วิจัยคาดว่าอาจเป็นสาเหตุให้เกิดการสั่งสมความเครียดของ A.D. ได้ในการทดลองครั้งต่อไป ผู้วิจัยจึงปรับท่าทางการนั่งและพูดคุยกับ A.D. เป็นการนั่งในท่าทางสบายหลังพิงพนักมือวางอย่างเป็นธรรมชาติคล้ายการพูดคุยกันอย่างเป็นกันเองมากขึ้น ส่งผลให้ A.D. ไม่แสดงอาการก้มหน้า หรือพูดอย่างเบาๆและยิ้มอย่างไม่มั่นใจใดๆ และทุกครั้งที่มีการหยุดเทปบันทึกภาพในวันนี้ผู้วิจัยจะเรียก A.D. มาดูเทปทุกครั้งซึ่งเขาแสดงอาการยิ้มและหัวเราะกับพฤติกรรมของตนเองจนในครั้งต่อไป A.D. จะร้องขอมาดูเทปบันทึกภาพเคลื่อนไหวด้วยตนเอง จึงทำให้ผู้วิจัยสามารถให้ผลย้อนกลับถึงการแสดงพฤติกรรมต่างๆของ A.D. ได้เช่น ผู้วิจัยชี้ให้เขาดูว่า เห็นมั๊ยว่า A.D. ทำได้แล้วเขาก็เก่งทีเดียว หรือเมื่อ A.D. พบพฤติกรรมแปลกๆของตนเองเช่น ซ้ำมือแสดงท่าทางก็จะหัวเราะอย่างพอใจ จึงเพิ่มความน่าสนใจให้กับการบริการหลักสูตรนั้นทนจิตแก่ A.D. ได้มากขึ้น ทั้งนี้แผ่นบันทึกภาพเคลื่อนไหวทั้งหมดผู้วิจัยได้ให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งประกอบด้วย นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ พิจารณาถึงพฤติกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นร่วมด้วยและถือเป็นข้อมูลลับในการวิจัย มิได้ทำการเผยแพร่เพื่อผลประโยชน์อื่นใดนอกจากการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้นตามหลักของจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์และการใช้สัตว์ทดลองในการวิจัย กลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้วิจัยได้รับแบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวันหลังเลิกเรียน และแบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม คืบจากผู้ปกครองของ A.D. ซึ่งผู้ได้ให้ไว้ในวันศุกร์ที่ 29 กันยายน 2549 ผลการสังเกตและการวัดมีดังต่อไปนี้

หลังเลิกเรียน A.D. ได้ทำกิจกรรมตามตารางซึ่งมิได้มีการบันทึกไว้แต่อย่างใดคือ

1. ผลัดเปลี่ยนชุดนักเรียน อาบน้ำ ใส่ชุดอยู่บ้านด้วยตนเอง
2. ช่วยเหลือโดยการพับเก็บเสื้อผ้าที่ตากไว้
3. นำเสื้อผ้าที่รีดหรือซักแล้วเก็บตามตู้เสื้อผ้าของน้องๆ
4. รดน้ำต้นไม้ กรณีที่ฝนตก A.D. จะรู้ว่าไม่ต้องรดน้ำต้นไม้
5. เก็บกวาดต้นไม้บนถนนภายในบ้าน

6. เล่นฟุตบอลกับน้องๆ 2-3 คน
7. อาบน้ำ แต่งชุดนอนเองก่อนเวลาอาหารเย็น
8. ทานอาหารเย็นเองได้โดยหาและจัดโต๊ะอาหารได้เอง
9. แปรงฟันหลังอาหาร
10. ปูที่นอนเพื่อดูทีวี รายการ โปรดได้แก่ มวยปล้ำ รายการเพลง
11. บางครั้งถ้ามีการบ้านจะทำการบ้านหลังดูทีวีได้ 1 ชั่วโมง
12. เข้านอนโดยจะนอนเร็วประมาณไม่เกิน 21.00 น.

แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจประจำวันหลังเลิกเรียน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงภารกิจในชีวิตประจำวันปกติหลังเลิกเรียนของ A.D. ได้ 2 คะแนน หมายถึง มีองค์ประกอบของการทำกิจกรรมนั้นทนทานในชีวิตอยู่ในระดับน้อย ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีองค์ประกอบของการทำกิจกรรมนั้นทนทานในชีวิตที่หลากหลายมากขึ้น

แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ A.D. ได้ 21 คะแนน หมายถึง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ A.D. อยู่ในระดับ ดีมาก ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับของปฏิสัมพันธ์ทางสังคมไว้ได้คงเดิมหรือดีขึ้น

หลังจากนั้นผู้วิจัยได้ทำการสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยการให้ A.D. เลือกกิจกรรมนันทนาการเองตามที่ต้องการ ซึ่งได้เลือกกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา ปิงปอง และแสดงความกระตือรือร้นด้วยการช่วยผู้วิจัยจัดเตรียมอุปกรณ์ โดยมีรายละเอียดการบันทึกการสังเกตพฤติกรรมดังนี้ ผู้วิจัยเริ่มต้นกิจกรรมนันทนาการด้วยการให้ A.D. เลือกกิจกรรมนันทนาการเองตามที่ต้องการ ซึ่งได้เลือกกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา ปิงปอง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสังเกตพฤติกรรมของ A.D. ว่ามีการแสดงออกถึงภาวะทางอารมณ์ ร่างกาย สังคมและสติปัญญาที่ดี เมื่อช่วยกันเตรียมอุปกรณ์เรียบร้อยแล้ว A.D. ได้แสดงถึงกติกาอย่างง่ายตามความเข้าใจของตนเอง เช่น หากตีลงเส้นขาวขอบโต๊ะถือว่าเสียคะแนน หรือลูกปิงปองโดนตาข่ายก็เช่นกัน ให้มีการนับแต้มและสอนให้ผู้วิจัยตีลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า A.D. มีความกระตือรือร้น กระฉับกระเฉงซึ่งถือเป็นการแสดงออกในทางร่างกายที่ดี นอกจากนี้ A.D. ยิ้มแย้ม หัวเราะแสดงความสุขต่อกิจกรรมที่เล่นทั้งที่ทำได้หรือแม้แต่ผิดพลาด เป็นการแสดงออกด้านอารมณ์ที่ดี A.D. ยังสอบถามเสมอถึงคะแนนที่ตนเองทำได้และไม่ได้แย้งเมื่อผู้วิจัยบอกว่าได้คะแนนน้อยกว่าหรือมากกว่า ทั้งนี้ผู้วิจัยมิได้ใช้กฎ กติกาที่เป็นสากล

หรือเครื่องคิดแต่อย่างใดเนื่องจากการเป็นการเล่นเท่านั้นมิใช่การแข่งขัน แสดงว่า A.D. เคารพในกฎ กติกาที่กำหนดขึ้น รวมถึงการตัดสินใจของผู้วิจัย ในเชิงสังคม A.D. พุดคุยกับผู้วิจัยเกี่ยวกับกฎ กติกา การเล่นเกม และเกมส์ สอนผู้วิจัยถึงวิธีการเล่น การตี ให้นับคะแนน ถ้ามถึงคะแนนที่ได้อย่างสนุกสนานและเมื่อมีผู้อื่นเดินผ่านมาจะทักทาย ชวนเล่นด้วยกัน ในระยะเวลาประมาณครึ่งชั่วโมงที่ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมของ A.D. ในขณะที่เข้าร่วมกิจกรรมนั้นพบว่าการพบ A.D. มีการแสดงออกทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาโดยแปลได้ 4 คะแนนอยู่ในระดับดีมากมีการแสดงออกอย่างครบถ้วนก่อนเข้ารับบริการ ในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับของการแสดงออกถึงภาวะทางอารมณ์ ร่างกาย สังคมและสติปัญญาที่ดีไว้ได้คงเดิมหรือดีขึ้น

แบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยใช้การบันทึกภาพร่วมกับแบบสังเกตที่ 1.7 เนื่องจากใช้กิจกรรมนันทนาการที่ A.D. เลือกเองเป็นสื่อกลางเช่นเดียวกัน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถของ A.D. ในการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยได้สอบถามกับ A.D. ขณะที่เล่นปิงปองว่า เล่นปิงปองเพื่ออะไร เมื่อไม่สามารถตอบได้จึงมีการปรับคำถามเช่น เล่นปิงปองทำไม A.D. ตอบว่า สนุก และผู้วิจัยได้ถามคำถามต่อไปนี้

ผู้วิจัย: ถ้า A.D. อยากเล่นเก่งๆต้องทำอะไร

A.D.: ฝึก

ผู้วิจัย: ถ้า A.D. อยากมีระเบียบต้องทำอะไร

A.D.: (ไม่ตอบ)

ผู้วิจัยปรับคำถามใหม่ ถ้า A.D. อยากมีวินัยต้องทำอะไร

A.D.: (ไม่ตอบ เพียงแต่ยิ้ม)

ผู้วิจัย: ถ้า A.D. อยากมีเพื่อนใหม่และให้เพื่อนๆชอบต้องทำอะไร

A.D.: ต้องเข้าแถว

ในข้อคำถามสุดท้าย A.D. ตอบไม่ตรงกับคำถาม แต่เมื่อผู้วิจัยพิจารณาแล้วเห็นว่า A.D. หมายถึงต้องปฏิบัติตามระเบียบแล้วเพื่อนๆจะชอบ ในการแปลคะแนน A.D. สามารถตอบได้ 3 ข้อ อยู่ในระดับดีโดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะสามารถรักษาระดับของพฤติกรรมกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ได้คงเดิมหรือดีขึ้น

แบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผู้วิจัยใช้การบันทึกภาพร่วมกับแบบสังเกตที่ 1.7 และ 4.2.2 เนื่องจากใช้กิจกรรมนันทนาการที่ A.D. เลือกเองเป็นสื่อกลางเช่นเดียวกัน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ของ A.D. โดยมีการสังเกตพฤติกรรมดังนี้

- พูดคุยกับผู้วิจัยอย่างสนุกสนาน เช่น แสดงรอยยิ้ม
- ทำท่าทางฟังอย่างตั้งใจ เช่น พยักหน้า
- แสดงท่าทางประกอบการพูด เช่น ชี้นิ้วมือ ยกมือหรืออธิบายด้วยท่าทาง
- พูดอธิบายด้วยภาษาให้คนอื่นเข้าใจได้

ในด้านการพูดคุยกันอย่างสนุกสนาน A.D. พูดคุยกับผู้วิจัยด้วยรอยยิ้ม และพูดทวนซ้ำเพื่อให้ผู้อื่นได้เข้าใจในสิ่งที่พูด

เมื่อผู้วิจัยอธิบายให้ฟังถึงการตีลูกหน้ามือและหลังมือ ซึ่ง A.D. เรียกว่าลูก Forehand และ Backhand แต่ยังคงแสดงท่าทางสลับกัน เมื่อผู้วิจัยอธิบายให้ฟัง A.D. ฟังอย่างตั้งใจและทำท่าทางประกอบด้วยจึงนับเป็นการแสดงพฤติกรรมท่าทางการฟังอย่างตั้งใจ

ผลจากการที่ A.D. เป็นผู้เลือกกิจกรรมนันทนาการเอง ทำให้เขามีความกระตือรือร้นที่จะพูดหรือแสดงท่าทางต่างๆอย่างสนุกสนาน เมื่อเล่นชนะได้เต็มแสดงท่าทางดีใจ กระโดดยกแขนขาและมือทำเสียงเหมือนเด็กด้วยความดีใจ ถือเป็น การแสดงท่าทางประกอบการพูดหรือแสดงอารมณ์

ในการพูดอธิบายให้ผู้อื่นเข้าใจ A.D. พยายามอธิบายการตีลูกหน้ามือและหลังมือ ภาควิชาตามความเข้าใจของตนเองให้ผู้วิจัยฟัง แต่เนื่องจาก A.D. พูดเร็วทำให้การสื่อสารบางครั้งอาจไม่สัมฤทธิ์ผล

จากการสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ของ A.D. ได้ 3 คะแนน หมายถึงการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการโดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการแล้วจะสามารถรักษาระดับของการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีไว้คงเดิมได้หรือดีขึ้น

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกผลวันพุธที่ 4 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Assessment Baseline

ในวันนี้ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยแบบวัดประสพการณ์นันทนจิต โดยให้ A.D. เล่าประสพการณ์ในชีวิตของตนเองในอาทิตย์ที่ผ่านมาแล้วผู้วิจัยเป็นผู้เขียนคำเหล่านั้นลงในกระดาษสี่ที่เตรียมทำตารางไว้ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของ A.D. ใน 1 อาทิตย์ ได้ 3 คะแนน หมายถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของ A.D. อยู่ในระดับน้อย ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเองดีขึ้น เป็นที่น่าสังเกตว่า A.D. มีการทำกิจกรรมนันทนาการทุกวันแต่กิจกรรมเหล่านั้นขาดความหลากหลาย เช่น การดูทีวี การเล่นเกมส์ทุกวันๆละหลายชั่วโมง อาจส่งผลให้ทางเลือกในการทำกิจกรรมของ A.D. มีน้อย

แบบสังเกตพฤติกรรมการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงพฤติกรรมการแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ได้ 3 คะแนน หมายถึงพฤติกรรมแสดงออกในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิตของ A.D. อยู่ในระดับมาก ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยมีรายละเอียดดังนี้ อุปสรรคทางนันทนจิตซึ่งประกอบด้วย การเงิน เวลา สุขภาพ ทักษะและสถานที่ ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการสังเกตขณะที่มีการทำอาหารร่วมกันในครอบครัว โดยที่ผู้ปกครอง A.D. ได้รับทราบถึงวัตถุประสงค์การสังเกต เพื่อการพูดคุยกับท A.D. ตลอดจนการถามคำถามต่างๆ หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงมาสรุปด้วยการถามคำถามต่างๆที่เกี่ยวข้องซ้ำอีกครั้ง โดยผู้ปกครองเป็นผู้ยืนยันคำตอบด้วยคำถามต่อไปนี้

ผู้วิจัย: หาก A.D. อยากได้เข็มขัดมวปล้ำชิ้นใหม่แต่ไม่มีสตางค์จะอย่างไร

A.D.: เอาของเก่าไปขายแล้วไปซื้ออันใหม่

ซึ่งแสดงว่า A.D. สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคทางการเงินได้ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ผู้วิจัย: หาก A.D. อยากติกลงแต่ต้องไปช่วยพ่อถ่ายภาพเครื่องจักรจะอย่างไร

A.D.: ยืม ไม่มีคำตอบ

ซึ่งแสดงว่า A.D. สามารถไม่แก้ปัญหาอุปสรรคทางด้านเวลาได้ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ผู้วิจัย: วันนี้ A.D. เขาเจ็บจะทำอย่างไร เพราะเรามีนัดตีปิงปองกันในวันพรุ่งนี้

A.D.: ทายา

ซึ่งแสดงว่า A.D. สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคทางด้านสุขภาพได้ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ผู้วิจัย: หาก A.D. อยากเตะฟุตบอลให้เก่งจะทำอย่างไร

A.D.: เตะบ่อยๆ ครับ

ซึ่งแสดงว่า A.D. สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคทางด้านทักษะได้ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ผู้วิจัย: หากนอกบ้าน A.D. มีทรายเต็มไปหมด เล่นฟุตบอลไม่ได้จะทำอย่างไร

A.D.: ไม่มีคำตอบ

ซึ่งแสดงว่า A.D. สามารถไม่แก้ปัญหาอุปสรรคทางด้านสถานที่ได้ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ทั้งหมดนี้ผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อ A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาแล้วจะมีความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต ได้ดีขึ้น

แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการสร้างแรงจูงใจ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถและสังเกตพฤติกรรมในการสร้างแรงจูงใจของครอบครัว ได้ 2 คะแนน หมายถึง ในครอบครัวมีกระบวนการสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของ A.D. ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ด้วยการชักชวนกันเล่นฟุตบอลเปลี่ยนน้ำในอ่างปลา เป็นต้น ในการสังเกตพฤติกรรมผู้วิจัยได้ทำการสังเกตขณะที่สมาชิกในครอบครัวกำลังนั่งดูทีวี ช่องกีฬา A.D. แสดงความกระตือรือร้นและบอกชื่อของนักกีฬามวยปล้ำ พร้อมทั้งอธิบายลีลาท่าทางของแต่ละคน ซึ่งดำเนินไปในลักษณะนี้ประมาณ 45 นาทีผู้วิจัยจึงถามว่า A.D. มีเข็มขัดมวยปล้ำ WWE ของการแข่งขันครั้งนี้แล้วหรือยัง A.D. ตอบว่าไม่มี ผู้ปกครองซึ่งนั่งอยู่ข้างๆบอกว่ากำลังจะซื้อเข็มขัดอันใหม่ให้ เพราะ A.D. ร้องขอมาหลายวันแล้ว และเมื่อได้เข็มขัดอันใหม่ก็จะแสดงท่าทางกระโดดโลดเต้นอย่างสนุกสนาน ซึ่งถือเป็นการสร้างแรงจูงใจให้ A.D. ในการเข้าร่วมเล่นกีฬามวยปล้ำที่เขาชอบ รวมถึงเกมส์คอมพิวเตอร์มวยปล้ำด้วย เป็นที่น่าสังเกตว่าระยะเวลา 50 นาทีเศษผู้วิจัยไม่ได้ยื่นคำชมกลับ แม้ว่า A.D. แสดงท่าทางดีใจหรือเมื่อเขาสามารถบอกรายชื่อนักมวยปล้ำได้

แบบสังเกตพฤติกรรมกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสังเกตพฤติกรรมกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว ได้ 2 คะแนน หมายถึง ในครอบครัวมีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ในแบบสังเกตนี้เนื่องจากการทำกิจกรรมในครอบครัวของ A.D. จะทำกันในวันอาทิตย์ ซึ่งมีได้เป็นวันนัดหมายของผู้วิจัยและเกรงว่าจะเป็นการเข้าแทรกแซงชีวิตปกติของ A.D. มากเกินไปผู้วิจัยจึงขอให้ผู้ปกครองถ่ายภาพการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว แต่อย่างไรก็ตามในแบบสังเกตนี้เพียงแต่ต้องการยืนยันเท่านั้นว่ามีการทำกิจกรรมร่วมกันจริงมิได้มีการสังเกตพฤติกรรมที่ซับซ้อนแต่อย่างใด จึงสามารถใช้การสังเกตก่อนหน้านี้ได้ว่า ครอบครัวจะร่วมกันเล่นฟุตบอลและประตูฟุตบอลที่สร้างขึ้นมาด้วยกัน นอกจากนี้ยังมีการไปรับประทานอาหาร หรือออกไปห้างสรรพสินค้าร่วมกันในวันอาทิตย์เป็นต้น อย่างไรก็ตามผู้วิจัยคาดหวังว่าเมื่อครอบครัว A.D. เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการจิตศึกษาแล้วจะมีการทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวที่หลากหลายขึ้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกผลวันศุกร์ที่ 6 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Assessment Baseline

ในวันนี้ผู้วิจัยทำการสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการเพียงแบบสังเกตเดียว เนื่องจากต้องออกไปนอกสถานที่ โดยผู้วิจัยได้แจ้งให้ผู้ปกครองทราบและขออนุญาตล่วงหน้า หลังจากนั้นได้นัดหมายกับ A.D. และน้องชายของเขาเพื่อไปสหกรณ์ออมทรัพย์กรุงเทพมหานคร เพื่อสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการของ A.D. โดยผู้วิจัยมุ่งสังเกตพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวางแผนการไปถึงแหล่งทรัพยากรนันทนาการประเภทห้างสรรพสินค้า ประกอบด้วย ค่าธรรมเนียมการใช้ วิธีการเดินทาง วิธีการใช้แหล่งทรัพยากร อาหาร ค่าเช่าอุปกรณ์ต่างๆ รวมถึงตารางเวลา ด้วยการซักถามพูดคุยกับ A.D. ทำให้ทราบว่า ในด้านค่าธรรมเนียมการให้บริการนั้น A.D. ไม่สามารถบอกได้ว่าการเข้าใช้บริการในสหกรณ์แห่งนี้จำเป็นต้องเป็นสมาชิกสหกรณ์หรือไม่ แสดงว่า A.D. ไม่สามารถแสดงพฤติกรรมการวางแผนที่เกี่ยวข้องกับค่าธรรมเนียมการใช้ได้ ในด้านวิธีการเดินทาง A.D. สามารถบอกได้ว่าใช้วิธีการเดินมา แสดงว่า A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเดินทางได้ ในด้านวิธีการใช้แหล่งทรัพยากร A.D. สามารถบอกได้เกี่ยวกับสิ่งของต่างๆที่วางขายในสหกรณ์ว่ามีสิ่งใดบ้าง แสดงว่า A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับวิธีการใช้แหล่งทรัพยากรได้ ในด้านอาหาร A.D. สามารถบอกได้ถึงความต้องการด้านอาหารและสิ่งที่ตนเองชอบ แสดงว่า A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับอาหารได้ ในด้านค่าเช่าอุปกรณ์เนื่องจากในสหกรณ์ไม่มีการเช่าอุปกรณ์ใดๆจึงไม่มีการสอบถาม ส่วนในด้านตารางเวลา A.D. ไม่สามารถบอกได้เกี่ยวกับเวลาการเปิดปิดสหกรณ์ แสดงว่า A.D. ไม่สามารถแสดงพฤติกรรมการวางแผนที่เกี่ยวข้องกับตารางเวลาได้ ซึ่งพฤติกรรมต่างๆเกิดขึ้นก่อนเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนาการจิตศึกษา โดยมี 3 คะแนน ซึ่งอยู่ในระดับน้อย ผู้วิจัยคาดหวังว่าหลังเข้ารับบริการ หลักสูตรนันทนาการจิตศึกษาในโปรแกรมนันทนาการจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา A.D. จะมีความสามารถแสดงพฤติกรรมในด้านต่างๆดีขึ้น



บันทึกผลวันจันทร์ที่ 4 ธันวาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Probe

การประเมินผลหลังการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเริ่มขึ้นหลังการเข้ารับบริการ 8 สัปดาห์ซึ่ง A.D. จะได้รับการทดสอบจากแบบวัดและแบบสังเกตตลอดจนแบบประเมินรวมทั้งสิ้น 32 แบบ เป็นระยะเวลา 5 วันๆ ละ 2 ชั่วโมงเพื่อประเมินและสังเกตถึงพัฒนาการที่เกี่ยวข้องกับนันทนจิต โดยในวันแรกผู้วิจัยได้ทดสอบภายใต้บรรยากาศการเรียนการสอนปกติเพื่อมิให้ A.D. เกิดความรู้สึกอึดอัดซึ่งจะส่งผลต่อความเครียดและการแสดงความสามารถที่แท้จริงของตนเองจากแบบวัดและแบบสำรวจ 15 แบบตามรายการดังนี้

1. แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น
2. แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉัน
3. แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนจิตรอบๆบ้านของฉัน
4. แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนจิต
5. แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนจิต
6. แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันชอบทำ
7. แบบวัดความมีอิสระส่วนตนทางนันทนจิต
8. แบบสำรวจตารางเวลา
9. แบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิต
10. แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
11. แบบวัดพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้
12. แบบวัดพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว
13. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์
14. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์
15. แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร

ผลจากการวัดและสำรวจได้ข้อสรุปด้านพัฒนาการเรียงตามลำดับดังนี้ 1. แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันเคยเล่น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดการรับรู้ของ A.D. เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการที่

หลากหลายเพื่อใช้เป็นทางเลือกของตนเอง ซึ่ง A.D. สามารถทำได้ 16 คะแนน ในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 6 คะแนน แสดงถึงพัฒนาการการรับรู้ถึงความหลากหลายของกิจกรรมนันทนาการที่เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

2. แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉันทันซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงการรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของ A.D. สามารถทำได้ 14 คะแนน ในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 13 คะแนน แสดงว่า A.D. สามารถรักษาระดับของการรับรู้ในการเลือกทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการให้อยู่ในระดับดีมากได้

3. แบบวัดความรู้เรื่องแหล่งทางนันทนิตรอบๆบ้านของฉันทัน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบว่า A.D. รับรู้ถึงบริเวณชุมชนบ้านของตนเองนั้นมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนิต เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่นได้ด้วยตนเองซึ่ง A.D. สามารถทำได้ 8 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 2 คะแนนซึ่งแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการการรับรู้ถึงบริเวณชุมชนบ้านของตนเองเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

4. แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผลทางนันทนิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิตของ A.D. สามารถทำได้ 5 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการรับรู้ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิตเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

5. แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรคทางนันทนิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบถึงความสามารถของ A.D. ในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนิตได้ 6 ด้านอันได้แก่ ด้านการเงิน เวลา การเตรียมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะของ A.D. สามารถทำได้ 6 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 2 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถของ A.D. ในการบอกถึงอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนิตเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

6. แบบวัดกิจกรรมนันทนาการที่ฉันทันชอบทำ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบและบอกเหตุผลได้ว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้น ได้ 10 คะแนน ในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 10 คะแนนเช่นเดียวกันซึ่ง A.D. ยังคงสามารถรักษาระดับของความสามารถในการบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบและบอกเหตุผลอยู่ในระดับดีมากได้

7. แบบวัดความมีอิสระส่วนตนทางนันทนิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ได้ 5 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น

Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถของ A.D. ในการรับรู้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นการเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

8. แบบสำรวจตารางเวลา ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจว่า A.D. มีการกำหนดตารางเวลาของตนเองและได้ปฏิบัติตามหรือไม่พบว่าได้ 2 คะแนนคือมีทั้งการกำหนดตารางเวลาของตนเองและได้ปฏิบัติตามในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ไม่พบการแสดงพฤติกรรมทั้ง 2 อย่าง

9. แบบวัดความพึงพอใจทางนันทนจิตซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความพึงพอใจทางนันทนจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นการที่ตนเองเลือก ได้ 14 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 11 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความพึงพอใจทางนันทนจิตจากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นการเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

10. แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างของ A.D. ได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการระบุจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

11. แบบวัดพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ A.D. สามารถทำได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 3 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

12. แบบวัดพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นการในครอบครัว ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหนาแน่นการในครอบครัว ได้ 2 คะแนนเช่นเดียวกับการประเมินในขั้น Assessment Baseline ซึ่งมีคะแนนอยู่ในระดับดีมาก

13. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์สิ่งพิมพ์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สื่อ สิ่งพิมพ์ได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 2 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร สิ่งพิมพ์สิ่งพิมพ์เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

14. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์ได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

15. แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร ได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 5 คะแนนซึ่งถึงแม้จะมีคะแนนลดลงก็ยังคงสามารถรักษาระดับความสามารถในระดับดีมากได้

บันทึกผลวันอังคารที่ 5 ธันวาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Probe

การประเมินผลครั้งที่ 2 ผู้วิจัยบอกวัตถุประสงค์การประเมินให้ A.D. ฟังและสร้างบรรยากาศ เช่นเดียวกับการเรียนการสอนทุกครั้งคือนั่งบนโซฟาสบายๆและพูดคุยทบทวนความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับนั้นจนจิตก่อนเริ่มทำการทดสอบซึ่งในแต่ละแบบทดสอบผู้วิจัยใช้ระยะเวลาประมาณ 5 นาทีแต่ทั้งนี้ต้องขึ้นอยู่กับความสามารถของ A.D. ด้วยโดยเขาสามารถทำได้ทั้งหมด 5 แบบวัดและ 4 แบบสังเกตจากการเล่าเรื่องต่างๆดังนี้

1. แบบสังเกตพฤติกรรมกรับรู้อุปกรณ์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการ
2. แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการ
3. แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการในอดีต
4. แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการในปัจจุบัน
5. แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการในอนาคต
6. แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร
7. แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
8. แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนาการ
9. แบบวัดการแสดงสิทธิของตนเองคำถามชุด

ในแบบสังเกตพฤติกรรมกรับรู้อุปกรณ์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นนทานการ ผู้วิจัยให้ A.D. เล่าเรื่องราวของกิจกรรมนันทนาการที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการซึ่งประกอบด้วย เงิน เวลาว่าง ทักษะ อุปกรณ์และบุคคลผู้ซึ่งเราทำกิจกรรมด้วย ซึ่งเขาสามารถเล่าเรื่องราวของกิจกรรมนันทนาการกับองค์ประกอบได้อย่างชัดเจนในขณะที่ผู้วิจัยทำหน้าที่ยกแผ่นภาพ เช่นเดียวกับที่แสดงในบทเรียนดังนี้ เงิน: “ต้องใช้เงินซื้ออุปกรณ์ในการเล่นปิงปองที่บ้าน” เวลาว่าง: “พ่อต้องพาไปเที่ยวในวันหยุด” ทักษะ: “ครูเจ็คต้องตีปิงปองได้ถึงเล่นกับ A.D. ได้” อุปกรณ์: “ต้องใช้ไม้ตีปิงปองเวลาเล่นปิงปองและต้องเก็บให้ดี” บุคคลผู้ซึ่งเราทำกิจกรรมด้วย: “A.D. เล่นฟุตบอลกับน้องทั้ง 2 คน” เมื่อแปลคะแนนแล้วได้ 5 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำ

ได้ 3 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการเล่าเรื่องราวของกิจกรรมนั้น ทักษะที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะพัฒนาการเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะ ผู้วิจัยใช้วิธีการประเมินด้วยการเล่าเรื่องเหตุการณ์สมมุติการไปเตะฟุตบอลของเด็กชายคนหนึ่งซึ่งต้องมีปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของเขา เมื่อ A.D. ได้ยินคำใดแล้วมีความเข้าใจให้หยิบการ์ดแผ่นภาพขึ้นมาซึ่งประกอบด้วยภาพแสดงถึง เงิน เวลา ทักษะ สุขภาพ สถานที่ และเพื่อนซึ่งแสดงถึงทัศนคติทางสังคม โดย A.D. สามารถหยิบได้ทั้งหมด 6 ภาพ 6 คะแนนสอดคล้องกับความเป็นจริงของเรื่องที่เล่า ในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 4 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในความรู้เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะพัฒนาการเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในอดีต ผู้วิจัยให้ A.D. เล่าถึงกิจกรรมนั้น ทักษะที่เขาทำแล้วประทับใจในอดีต โดยได้วางภาพประกอบต่างๆที่เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะของเขาซึ่งได้แสดงไว้ในแบบวัดที่ 2.3 แล้วซึ่ง A.D. เล่าถึงการไปแข่งกีฬาเปตองที่สนามกีฬาแห่งชาติ โดยมีรายละเอียดดังนี้ ไปแข่งกีฬาเปตองต้องเดินทางไปโดยรถยนต์จึงต้องใช้เงินเติมน้ำมัน พอไปถึงสนามก็มีการเตรียมพร้อมให้แข่งขัน และมีแต่เด็กผู้ชายเล่นเปตอง (ทัศนคติทางสังคม) เขาเล่นเปตองได้เหรียญทองแดงซึ่งรู้ว่าตนเองมีความสามารถ (ทักษะ) เพราะต้องซ้อมทุกวันแต่ก็ยังสนุก (สุขภาพ) และในวันที่ไปแข่งนี้เป็นวันหยุดซึ่งมีเวลาว่าง จากการเล่าเรื่องแสดงให้เห็นถึงความเข้าใจในเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในอดีตของเขาซึ่งได้ 6 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในความรู้เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในอดีตเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในปัจจุบัน เช่นเดียวกับแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในอดีต ผู้วิจัยให้ A.D. คิดถึงกิจกรรมนั้น ทักษะที่เขาชอบทำในปัจจุบันคือ ปิงปองและให้เขาเล่าเรื่องซึ่งเขาสามารถเล่าเรื่องได้จากองค์ประกอบทั้ง 6 อย่างได้ 6 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 4 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในความรู้เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในปัจจุบันเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในอนาคต เช่นเดียวกับแบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ทักษะในอดีตและปัจจุบัน ผู้วิจัยให้ A.D. คิดถึงกิจกรรมนั้น ทักษะที่เขาอยากทำในอนาคตคือ การปีนภูเขาและให้เขาเล่าเรื่องซึ่งเขาสามารถเล่าเรื่อง

ได้จากองค์ประกอบทั้ง 6 อย่างได้ 6 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในความรู้เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นพัฒนาการในอนาคตเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร เขาสามารถทำได้ 6 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 4 คะแนนแม้จะมีคะแนนที่เพิ่มมากขึ้นแต่ก็ยังคงอยู่ในระดับดีมากเช่นเดียวกัน

แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ A.D. เป็นแบบวัดที่ประเมินผลโดยผู้ปกครองได้ 21 คะแนนเช่นเดียวกับการประเมินในขั้น Assessment Baseline ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการรักษาระดับของความสามารถในการแสดงปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ A.D. อยู่ในระดับดีมากไว้ได้

แบบวัดความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนิจิตซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ทราบว่า A.D. สามารถแก้ปัญหา หรือแสดงความพยายามในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนิจิตได้ 6 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 1 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการเอาชนะอุปสรรคทางนันทนิจิตเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบวัดการแสดงสิทธิของตนเองคำถามชุด ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการแสดงสิทธิของ A.D. ได้ 7 คะแนนจากการตอบคำถามในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 3 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการความสามารถในการแสดงสิทธิของตนเองเพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

หลังจากทำแบบทดสอบทั้ง 9 แบบ A.D. ยังคงแสดงความกระตือรือร้น กระฉับกระเฉง ว่องไว ถามผู้วิจัยว่ายังมีการทำแบบทดสอบอีกหรือไม่ เมื่อผู้วิจัยตอบว่าไม่มี เขาพูดว่า ไม่ยาก และผู้วิจัยตอบกลับไปอีกว่าเราจะมีการทำแบบทดสอบเพิ่มเติมอีกในวันพรุ่งนี้

สถาบันวิจัยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกผลวันพุธที่ 6 ธันวาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขึ้น Probe

การประเมินผลครั้งที่ 3 ในวันนี้ผู้วิจัยใช้แบบประเมินซึ่งต้องมีการสังเกตพฤติกรรมจากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพื่อใช้สังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ พฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้และสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม โดยผู้วิจัยให้ A.D. เลือกทำกิจกรรมนันทนาการด้วยตนเองซึ่งเขาตัดสินใจเลือก ปิงปองและมีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวประกอบด้วย เมื่อเริ่มทำกิจกรรมผู้วิจัยถาม A.D. ว่าต้องการทำกิจกรรมนี้เพื่ออะไรซึ่งดำเนินไปตามแบบสังเกตพฤติกรรมต่างๆดังต่อไปนี้

1. แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ
2. แบบสังเกตพฤติกรรมกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้
3. แบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

ในแบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการสังเกตการแสดงพฤติกรรมภาวะทางอารมณ์ ร่างกาย สังคมและสติปัญญาที่ดี A.D. ทำการเลือกกิจกรรมนันทนาการที่มีอยู่ในบ้านของตนเองคือการเล่นปิงปอง เขาแสดงความกระตือรือร้นในการจัดเตรียมอุปกรณ์การเล่นซึ่งประกอบด้วย โต๊ะปิงปอง ตาข่ายและไม้ปิงปอง ลูกปิงปอง ในความกระฉับกระเฉงและว่องไวนี้แสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมความพร้อมของร่างกายในการทำกิจกรรม ในด้านภาวะทางอารมณ์นั้นเขาแสดงอารมณ์ขันเสมอไม่ว่าจะตีลูกได้เต็มหรือเสียแต้ม สีหน้ายิ้มแย้ม กระโดด โลดเต้น และพูดด้วยสำเนียงเสียงสูงแสดงอาการดีใจ ในภาวะทางสังคมนั้นเนื่องจาก A.D. มีความสามารถในเชิงทักษะทางสังคมสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาคือ สามารถพูดคุย ทักทายและร้องขอ รวมถึงถามถึงความต้องการของตนเองได้เป็นพื้นฐานอยู่แล้วจากขั้น Assessment Baseline จึงทำให้การแสดงออกเป็นไปอย่างดี เขาสามารถพูดคุยแสดงความรู้สึกของตนเองได้ไม่ว่าจะชอบ หรือไม่สมารถในสิ่งนั้น ได้ดีเช่น เมื่อเขาไม่สามารถตีลูกเสิร์ฟได้ดีเขาจะบอกและร้องขอให้ผู้วิจัยเป็นผู้เสิร์ฟแทนหรือไม่ก็บอกว่าต้องไปฝึกเสิร์ฟใหม่ ในทางสติปัญญานั้นซึ่งอาจเป็นข้อจำกัดในการแสดงออกแต่ A.D. สามารถแสดงออกถึงความต้องการในความอยากรู้และอยากเห็นเรียนรู้อยู่ตลอดเวลาถึงกฎและกติกาต่างๆเช่น เมื่อตีลูกลงเส้นเขาจะถามว่านี่ดีหรือเสีย หรือการนับคะแนนได้แต้มเสียแต้มต่างๆซึ่งถือ

เป็นการแสดงออกทางสติปัญญาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาที่ดี โดยรวมแล้วเขาสามารถทำได้ 4 คะแนนจากการแสดงออกทางพฤติกรรมทั้ง 4 ด้านในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 4 คะแนนเช่นเดียวกันซึ่งนับเป็นการรักษาระดับการแสดงออกทางพฤติกรรมขณะเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการไว้ได้ในระดับดีมาก

แบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อวัดความสามารถในการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ ผู้วิจัยใช้กิจกรรมเดียวกับแบบวัดข้างต้น แต่มีการถาม A.D. ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมว่าเขาต้องการทำกิจกรรมนี้เพื่ออะไร โดยมีตัวเลือกมาให้ 4 ด้านคือ ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในครั้งที่ 1 เขาหยิบแผ่นที่เขียนว่าร่างกายพร้อมกับพูดว่าเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง แผ่นต่อมาเขาหยิบแผ่นที่เขียนว่า อารมณ์และพูดว่าเล่นให้สนุก และแผ่นที่เขียนว่าสังคมพร้อมกับพูดว่าได้พูดคุยมีเพื่อน และแผ่นสุดท้ายพูดว่าเพื่อให้สมองดีขึ้นในแผ่นสติปัญญา ซึ่งนั่นคือจุดมุ่งหมายที่เขาได้ตั้งไว้ในขณะที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมเขาจะแสดงการยกแขนซึ่งหมายถึงเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง รับรู้ในเป้าหมายที่ตนเองต้องการเมื่อทำกิจกรรมเสร็จเขาบอกว่าเหนื่อยแล้วต้องพักเมื่อมีเหงื่อออก คือร่างกายจะได้แข็งแรงไม่อ่อนเพลีย แสดงอารมณ์ขันหัวเราะอย่างสนุกสนานและได้พัฒนาเกมการเล่นของตนเองด้วยการพัฒนาสมองของเขาซึ่งทั้งหมดนี้ A.D. สามารถทำได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 3 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

แบบสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมซึ่งเป็นแบบสังเกตสุดท้ายนั้นมียุทธประสงค์เพื่อสังเกตพฤติกรรมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของ A.D. ผู้วิจัยใช้กิจกรรมเช่นเดียวกับในแบบสังเกตพฤติกรรมที่ 1 และ 2 พร้อมทั้งสังเกตพฤติกรรมพูดคุยอย่างสนุกสนาน เช่น แสดงรอยยิ้ม ทำท่าทางฟังอย่างตั้งใจ เช่น หยุดนึ่ง พยักหน้า แสดงท่าทางประกอบการพูด เช่น ชี้นิ้วมือ ยกมือ หรืออธิบายด้วยท่าทาง พูดอธิบายด้วยภาษาให้เข้าใจได้ ประกอบการสื่อสาร 2 ทาง คือ มีผู้พูดและผู้ฟัง A.D. สามารถแสดงพฤติกรรมทั้งหมดได้ 4 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 3 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



บันทึกผลวันพฤหัสบดีที่ 7 ธันวาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ทดลองขั้น Probe

การประเมินผลครั้งที่ 4 สำหรับข้อคำถาม เพื่อให้ทราบว่า A.D. รับรู้ถึงบริเวณชุมชนบ้านของตนเองนั้นมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนิจิต เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่น ได้ด้วยตนเองด้วยคำถามว่ามีที่ใดที่ฉันอยู่คนเดียวได้โดยไม่ต้องมีผู้ปกครองหรือไม่ หากมีที่ใด เล่าเรื่องให้ฟังได้หรือไม่ (ใช้การบันทึกภาพเคลื่อนไหวร่วมด้วย) A.D. เล่าถึงการไปใช้บริการสนามบิลลาร์ดในสวนสาธารณะในช่วงขาออกและการตรวจหนังสือเดินทางพร้อมทั้งสามารถดูแลกระเป๋าเดินทางได้ด้วยตนเอง มีรายละเอียดดังนี้ A.D. และพ่อเดินทางไปประเทศมาเลเซียเพื่อไปร่วมงานแต่งงานญาติสนิทซึ่ง A.D. เรียกว่า Auntie James เขาเล่าว่าออกจากบ้านแต่เช้าพร้อมทั้งแสดงรูปการไปใช้บริการสนามบิลลาร์ด เขาสามารถถือหนังสือเดินทาง ดูแลกระเป๋าของตนเองและไปเข้าแถวเพื่อตรวจหนังสือเดินทางขาออกได้ด้วยตนเอง เล่าเรื่องด้วยความกระตือรือร้นแสดงท่าทางประกอบการขึ้นลงของเครื่องบินด้วย ในด้านของความสามารถในการดูแลตนเองในการเข้าร่วมหรือใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตได้ด้วยตนเอง

ต่อมาเป็นแบบวัดประสิทธิภาพทางนันทนิจิตจากการเขียนตารางในชีวิตประจำวันของ A.D. ลงบนแผ่นกระดาษขนาดโปสเตอร์เพื่อให้ทราบถึงความสามารถในการกำหนดกิจกรรมนันทนาการของตนเองใน 1 อาทิตย์ ปรากฏว่าเขาสามารถเขียนตารางกิจกรรมของตนเองในช่วงเวลา เช้า สาย บ่าย เย็นและก่อนนอนของวันอาทิตย์ถึงวันจันทร์ได้กิจกรรมนันทนาการทั้งหมดดังนี้ เล่นฟุตบอล ปิงปอง จักรยาน ให้อาหารปลา กวาดใบไม้ เก็บผ้า ดูทีวี รดน้ำต้นไม้ ฟังเพลงร้องเพลง ตีกลองและวาดรูป ทั้งนี้กิจกรรมดังกล่าวของ A.D. มิได้เป็นกิจวัตรประจำวันของเขาหากแต่เป็นการเลือกทำกิจกรรมตามความต้องการของตนเองซึ่งนับได้ 12 อย่างด้วยกัน ได้ 12 คะแนนในขณะที่การประเมินในขั้น Assessment Baseline ทำได้ 3 คะแนนแสดงให้เห็นถึงพัฒนาการที่เพิ่มมากขึ้นอยู่ในระดับดีมาก

## ภาคผนวก จ

### บันทึกผลเชิงพฤติกรรมในชั้นการเข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา

#### บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 1 สัปดาห์ที่ 1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

ผู้วิจัยได้ทำการพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาในชั้น Assessment Baseline เพื่อประเมินผลการรับรู้และพฤติกรรมทางนันทนจิตของ A.D. เป็นเวลา 2 สัปดาห์และสรุปผลหลังจากนั้น ในสัปดาห์ที่ 3 ถึงสัปดาห์ที่ 10 จะเป็นการให้บริการหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาแก่ A.D. ตามแผนการสอนที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งผู้วิจัยเริ่มทดลองวันจันทร์ที่ 9 ตุลาคม พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ในหน่วยการเรียนรู้: ความซาบซึ้งทางนันทนจิต ซึ่งมีวัตถุประสงค์ให้ A.D. สามารถบอกคำสำคัญของความหมายนันทนจิตอันได้แก่ กิจกรรมนันทนาการ เวลาว่าง เลือกอย่างอิสระ และแรงจูงใจภายใน ตลอดจนการไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างโดยการเลือกอย่างอิสระด้วยตนเอง เช่น หลังเลิกเรียน เมื่อทำการบ้านเสร็จแล้วเดินไปจัดสวนด้วยตนเอง โดยการใช้กิจกรรมการร้องเพลงวงกลมเป็นกิจกรรมนันทนาการ

เมื่อทำกิจกรรมการร้องเพลงเสร็จผู้วิจัยสอน A.D. ให้ทราบถึงความหมายของคำว่า “นันทนจิต” ซึ่งได้ปรับคำสำคัญเพื่อให้เข้าใจต่อความเข้าใจของ A.D. ดังนี้ คำว่า “กิจกรรม” และ “นันทนาการ” ปรับเป็น คำว่า “เล่น” แต่ยังคงใช้คำว่า “กิจกรรม” ประกอบด้วยและผู้วิจัยเขียนคำว่า เล่นและกิจกรรมบนกระดาน ให้ A.D. ดูภาพในแผ่นพับแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ และให้บอกกับ A.D. จะเล่นหรือทำกิจกรรมอะไรได้บ้างในสถานที่ที่เห็นในแผ่นพับดังกล่าว ซึ่ง A.D. ตอบว่า ฟุตบอล ปิงปอง ตีกอล์ฟสวนสัตว์ สวนดอกไม้ แข่งรถ และผู้วิจัยสอนให้ A.D. ได้อ่านคำว่า กิจกรรม ซึ่งพยายามอ่านตามอย่างตั้งใจและสามารถอ่านคำว่า เล่น และกิจกรรมได้ ตลอดจนสามารถยกตัวอย่างกิจกรรมและการเล่นได้

คำว่า “เวลาว่าง” A.D. สามารถอ่านได้ ผู้วิจัยได้สื่อความหมายให้เข้าใจด้วยการทำตารางชีวิตประจำวันให้ A.D. เขียนกิจกรรมประจำวันลงไป และสื่อให้เห็นว่าในช่องที่ว่างคือเวลาที่เรามีได้มีภาระ หน้าที่ในการทำสิ่งใดมันคือเวลาส่วนตัวของเรา เราต้องใช้ให้เกิดประโยชน์ ด้วยการเลือกใส่คำว่า “การเล่น” และ “กิจกรรม” ลงในช่องว่างนั้น

คำว่า “เลือกอย่างอิสระ” ปรับเป็น “เลือกเอง” ซึ่งผู้วิจัยได้ถามกระตุ้นให้ A.D. เลือกนกมวยปล้ำที่ชอบแล้วผู้วิจัยจะเขียนบนกระดาน A.D. แสดงความกระตือรือร้นด้วยการบอกชื่อนักมวยปล้ำ และผู้วิจัยได้สรุปให้รู้ว่า สิ่งนี้คือสิ่งที่เขาเลือกเองและได้โยงไปสู่คำว่า “ชอบ” ด้วยเป็นเหตุผลที่ทำให้เขาเลือกนักมวยปล้ำเหล่านั้นมาจาก “ในใจ” ซึ่ง A.D. ทำท่าทางเอามือกุมหัวใจตามที่ผู้วิจัยทำแล้วพูดว่า

“ชอบ” และผู้วิจัยได้พูดคำว่า “สนุก” เพราะเมื่อ A.D. เล่นหรือกิจกรรมเองด้วยความชอบจากข้างในหัวใจแล้วสิ่งที่ทำก็น่าจะ “สนุก” และทำแล้วก็ “ดีซึ้น” คือร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ปรับเป็นแข็งแรง อารมณ์ดี สงบและมีเพื่อน ซึ่งในการประเมินผลผู้วิจัยให้ A.D. บอกถึงความหมายของของนั้นทันที ด้วยคำสำคัญที่แสดงข้างต้นด้วยการหีบบัตรคำประกอบ โดย A.D. สามารถบอกคำสำคัญได้ทุกคำคือ เล่น เวลาว่าง เลิกเอง ชอบ สนุก และดีซึ้นและประกอบกิจกรรมนั้นทันทีด้วยตนเอง

## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 2 สัปดาห์ที่ 1 ความชอบซึ่งทางนั้นทันที

วันที่ 11 ตุลาคม 2549 ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยการทบทวนความรู้เรื่องความหมายของนั้นทันที ด้วยการเขียนตารางในชีวิตประจำวันและถาม A.D. ว่าเวลาที่เรามีได้มีหน้าที่ทำอะไรเรียกว่าอะไร A.D. สามารถตอบได้ว่า “เวลาว่าง” และเมื่อผู้วิจัยถามต่อไปว่าในเวลาว่างเราไม่ควรอยู่เฉยๆปล่อยให้เวลาสูญเปล่าเราควรทำอะไร A.D. ตอบว่า “เล่น” หรือ “กิจกรรม” และต้อง “เลิกเอง” เพราะ “ชอบ” ทำแล้วจึง “สนุก” และ “ดีซึ้น” ทั้งหมดนี้ A.D. สามารถตอบได้เองด้วยการกระตุ้นเพียงเล็กน้อยจากผู้วิจัยในลักษณะของการทบทวนความจำเช่น การทำปากคล้ายคำแรกของคำนั้นๆเท่านั้น ซึ่งมีเพียงไม่กี่คำ และผู้วิจัยให้ A.D. เปิดสมุดภาพและบอกถึงกิจกรรมนั้นทันทีที่รู้จักซึ่ง A.D. สามารถบอกได้ทั้งหมด 11 รายชื่อของกิจกรรมนั้นทันที หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงบอกวัตถุประสงค์ของการเรียนในวันนี้ว่า A.D. สามารถบอกได้ว่าในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนั้นทันที เช่น ศูนย์เยาวชน ห้างสรรพสินค้า สนามเด็กเล่น สนามฟุตบอล ได้แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆกับเด็กคนอื่น ได้ด้วยตนเอง แล้วผู้วิจัยจึงดำเนินการสอนที่กำหนดไว้ พูดคุยกับ A.D. ถึงสถานที่ที่เขาคิดว่าจะไปเที่ยวได้บริเวณรอบบ้านของเขา A.D. กล่าวถึง ห้างสรรพสินค้าต่างๆ ที่ตนเองเคยไปเที่ยวประมาณ 10 นาทีผู้วิจัยจึงกระตุ้นด้วยแผ่นพับประชาสัมพันธ์ของสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆเช่น สวนสัตว์ เปิด สวนน้ำ สนามเด็กเล่น แล้วให้ A.D. เล่าให้ฟังถึงที่ต่างๆแล้วผู้วิจัยจึงเชื่อมโยงความคิดให้ A.D. ด้วยการถามกลับไปว่าในสถานที่ท่องเที่ยวแบบนั้นแถวบ้านของ A.D. มีหรือไม่ เช่น สวนสัตว์และวัดแถวบ้าน

เพื่อให้ A.D. ได้เห็นภาพที่ชัดเจนมากขึ้น ผู้วิจัยวาดภาพบ้านของ A.D. และให้เขามีส่วนร่วมด้วยการช่วยกันวาดและถามว่าจะให้ในบ้านมีสิ่งใดบ้าง A.D. ตอบกลับเช่น ต้นไม้ เสาไฟ กระจกหน้าต่าง ต้นไม้ ต้นหญ้า ผู้วิจัยทำวงกลมรอบๆภาพบ้านของ A.D. และให้เขาบอกผู้วิจัยว่า ในบริเวณชุมชนของเขา นั้น เขาจะไปที่ไหน หรือมีที่ไหนที่เขาจะไปได้บ้าง A.D. ตอบว่า ห้างสรรพสินค้าพาต้า โลตัส เซ็นทรัล เอ็มเคซูกี้ KFC พิพิธภัณฑ ์ วัดพระแก้ว สวนสัตว์ สระว่ายน้ำ สะพานพระราม 8 สวนสาธารณะ โดยในสถานที่ต่างๆเหล่านี้ A.D. สามารถไปถึงได้ในระยะเวลาสั้นๆเพราะอยู่ใกล้บ้านตนเอง ทั้งนี้สถานที่ทั้งหมดที่ A.D. ได้กล่าวมาผู้วิจัยเขียนภาพบนกระดานให้ดูด้วย ตามแนวทางการ

ประเมิณนั้น A.D. สามารถบอกได้ว่าในบริเวณชุมชนบ้านของตนเองมีสถานที่สำหรับกิจกรรมทางนันทนจิตได้ A.D. สามารถทำได้ตามเกณฑ์การประเมินที่ตั้งไว้ แล้วสามารถไปเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน จากการสอบถามพูดคุยกับผู้ปกครองของ A.D.

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 3 สัปดาห์ที่ 1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต**

ชั่วโมงเรียนที่ 3 ในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาวันศุกร์ที่ 13 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ผู้วิจัยทบทวนความรู้เดิมในเรื่องความหมายของนันทนจิต และสถานที่ทำกิจกรรมต่างๆ ในบริเวณชุมชนของ A.D. ซึ่งสามารถจำความหมายของนันทนจิต ตอบคำถามเกี่ยวกับสถานที่ทำกิจกรรมต่างๆ ในบริเวณชุมชนได้และเริ่มสอนถึงประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต ซึ่งประกอบด้วย ด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม ด้วยสื่อการสอนบัตรคำ “ดีขึ้น” แทนความหมายของคำว่า “ประโยชน์” ซึ่ง A.D. ไม่สามารถพูดได้อย่างชัดเจนส่งผลให้เขาไม่ยอมพูดแต่คำว่า “ดีขึ้น” A.D. มีความคุ้นเคยดีและสามารถบอกได้ว่า “เราดีขึ้น” ผู้วิจัยได้กระตุ้นให้ เขาคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่เคยเข้าร่วมในอดีตด้วยการถามว่าเราจะทำสิ่งใดดี A.D. ตอบว่าไปเข้าค่าย ผู้วิจัยแสดงบัตรคำประกอบด้วย คำว่า ร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และให้ A.D. อ่านตามพร้อมชูบัตรคำขึ้นซ้ำหลายๆ ครั้งและเปลี่ยนให้เขาหยิบบัตรคำด้วยตนเองบ้างผู้วิจัยเป็นเพียงผู้พูด ทั้งนี้คำว่า “สติปัญญา” เป็นคำที่ยาวและออกเสียงยากผู้วิจัยจึงปรับเป็นคำว่า “สมอง” แทนและเพื่อให้ง่ายต่อความจำและเข้าใจของ A.D. ผู้วิจัยได้แสดงท่าทางประกอบ “ร่างกาย” ใช้มือจับตามร่างกายแขน ขา “สังคม” ใช้การวาดมือไปรอบๆ ตัว “อารมณ์” ใช้มือจับที่หัวใจและแสดงหน้ายิ้ม “สมอง” ใช้มือจับที่ศรีษะ ผู้วิจัยถามทบทวนอีกครั้งถึงความจำในประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตด้วยการให้ A.D. แสดงบัตรคำและพูดทบทวนซึ่งสามารถจำได้ทุกคำผู้วิจัยให้คำชมกลับเป็นแรงเสริมด้วย ในการทำความเข้าใจหลังจากที่เขาคิดถึงกิจกรรมนันทนาการที่เคยเข้าร่วมในอดีตผู้วิจัยยกตัวอย่างสถานการณ์เช่น เมื่อเรายู่ค่ายต้องเดินทางไกลทำให้เราได้ออกกำลังกาย และถาม A.D. ว่าเป็นประโยชน์หรือทำให้เราดีขึ้นด้านไหน ในครั้งแรก A.D. ไม่สามารถตอบได้ทันทีผู้วิจัยกระตุ้นด้วยการแสดงท่าทางประกอบและทวนความรู้เดิมเกี่ยวกับประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตอีกครั้งและถามกลับทันที เขาจึงสามารถตอบได้ และผู้วิจัยใช้สมมุติภาพกิจกรรมนันทนาการต่างๆ เพื่อให้เขาเลือกและคิดเองว่ากิจกรรมนั้นๆ จะให้ประโยชน์ด้านใดแก่เขา เช่น การปีนเขา ได้ประโยชน์ด้าน ร่างกาย การอ่านหนังสือ ได้ประโยชน์ด้าน สมอง การเดิน ได้ประโยชน์ด้าน ร่างกาย การไปค่าย ได้ประโยชน์ด้าน สังคม การวาดภาพ ได้ประโยชน์ด้าน อารมณ์ เป็นต้น โดย A.D. สามารถบอกประโยชน์ได้ในทุกภาพที่เขาเลือก ทั้งนี้ประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต จำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ปกครองควรทราบเพื่อสามารถสนับสนุนกิจกรรม

ที่เหมาะสมให้กับเด็กในความสามารถของตนเองตลอดจนสามารถสร้างทางเลือกในกิจกรรมทางนันทนิจิต เพื่อให้เกิดประโยชน์อย่างครอบคลุมเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี ผู้วิจัยจึงทำเอกสารเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนิจิตประกอบให้แก่ผู้ปกครองด้วย

### ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมทางนันทนิจิต

ผลลัพธ์ของการเข้าร่วมทางนันทนิจิตนับเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ปกครองควรรับทราบและตระหนักถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นแก่เด็กในความสามารถของท่านแบ่งได้เป็น 4 ด้าน : สังคม อารมณ์ สติปัญญา และร่างกาย

ด้านสังคม หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิตสามารถช่วยในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม ตัวอย่างของประโยชน์ทางสังคมที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างมีดังนี้ :

1. ความสามารถในการทำงานในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
2. ความสามารถในการเป็นผู้นำในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
3. ความสามารถในการคำนึงถึงความสนใจของกลุ่ม
4. พัฒนาความเชื่อมั่นในการทำงานที่ยากได้
5. โอกาสที่จะได้พบเพื่อนใหม่
6. โอกาสที่จะได้รับและได้คำนึงถึงเพื่อนร่วมงาน
7. โอกาสในการพัฒนาการเคารพและความเข้าใจที่มีต่อผู้อื่น
8. พัฒนาความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย

กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางสังคมอื่นใดอีกหรือไม่ หากมี อะไร
2. เด็กในความสามารถของท่านมีทักษะทางสังคม เช่น การเริ่มสนทนา การช่วยเหลือและการพูดคุยกับผู้อื่นหรือไม่
3. ประโยชน์ทางสังคมที่ท่านได้ทราบ ท่านหวังว่าเด็กของท่านจะได้รับจากการเข้ารับบริการหลักสูตรนันทนิจิตศึกษาหรือไม่
4. ท่านจะทำสิ่งใดเพื่อให้ได้รับประโยชน์เหล่านี้

ด้านอารมณ์ ตัวอย่างของประโยชน์ในด้านอารมณ์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม

ในเวลาว่างมีดังนี้

1. ความสุขในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิต
2. ความพึงพอใจในการทำสิ่งที่ดี
3. ความรู้สึกของรางวัลที่ได้จากการช่วยเหลือบุคคลอื่น
4. ปลดปล่อยความตึงเครียดและความวิตกกังวล
5. ความรู้สึกของการยอมรับนับถือตนเองจากความสำเร็จ
6. ความซาบซึ้งในความงามของธรรมชาติ
7. ความพึงพอใจในความพยายามของการสร้างสรรค์
8. โอกาสที่จะได้แสดงตัวตน
9. ความพึงพอใจหลังจากที่ได้ออกกำลังกาย

กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางอารมณ์อื่นใดอีกหรือไม่ หากมี อะไร
2. ท่านคิดว่าเด็กของท่านแสดงอารมณ์ใดจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง
3. นันทนจิตได้ให้โอกาสที่ดีที่สุดแก่เด็กของท่านในการรู้สึกถึงอารมณ์ที่ชอบใช้หรือไม่  
ทำไม หรือทำไมไม่
4. การมีอารมณ์ดีที่เด็กของท่านได้รับได้มาจากการเข้าร่วมทางนันทนจิตในเชิงบวกใช้  
หรือไม่ หากไม่ทำไม

ด้านสติปัญญา ซึ่งถูกใช้เพื่อเรียนรู้ จดจำและแก้ปัญหา ประโยชน์ทางด้านสติปัญญาที่ได้รับจากการเข้าร่วมนันทนจิตมีดังนี้ :

1. เรียนรู้ถูกฝึกทักษะของกิจกรรมใหม่
2. แสดงความมุ่งมั่นในการทำงานที่ยากให้ประสบความสำเร็จ
3. เรียนรู้ที่จะระบุและทำการใช้แหล่งทรัพยากรทางชุมชนที่หลากหลาย
4. ประยุกต์แนวคิดในการเรียนรู้เกี่ยวกับนันทนจิตเพื่อด้านอื่นๆ ของชีวิต
5. โอกาสในการตั้งจุดมุ่งหมายและกำหนดถึงความสำเร็จที่ดีที่สุดของตนเอง
6. โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ต้องการตัดสินใจด้วยเวลาอย่างรวดเร็ว
7. เรียนรู้ที่จะใช้และประยุกต์กลวิธีในกิจกรรมที่หลากหลาย

กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางสติปัญญาอื่นใดอีกหรือไม่ หากมี อะไร
2. ท่านเคยได้รับประโยชน์ในด้านสติปัญญาจากการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างหรือไม่ หากมีมันคืออะไรและได้มาอย่างไร

ด้านร่างกาย ซึ่งอ้างถึงร่างกายและระบบ การออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพและสมรรถภาพและในหลายกรณีเราก็ได้มาจากนั้นทัศนคติ ประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติเป็นสิ่งที่สำคัญและมีความสำคัญเท่าเทียมกับประโยชน์ในด้านอื่น

ตัวอย่างของประโยชน์ในด้านร่างกายที่ได้จากการเข้าร่วมนั้นทัศนคติมีดังนี้ :

1. การเพิ่มขึ้นในประสิทธิภาพของระบบไหลเวียนโลหิต
2. การพัฒนามัดกล้ามเนื้อ
3. การเพิ่มขึ้นของความแข็งแรง
4. การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตากับมือ
5. การเพิ่มขึ้นของความยืดหยุ่น
6. การพัฒนาความทนทาน
7. การเพิ่มขึ้นของความคล่องตัว
8. การพัฒนาเรื่องของการควบคุมน้ำหนัก

ประโยชน์ในด้านร่างกายของนั้นทัศนคติขึ้นอยู่กับชนิดของกิจกรรมที่เลือก ความบ่อยและระยะเวลาของการเข้าร่วม นั้นทัศนคติถือเป็นสิ่งจำเป็นและต้องพยายามที่จะต้องเข้าร่วม

กรุณาตอบคำถามต่อไปนี้

1. ท่านคิดว่ามีประโยชน์ทางร่างกายอื่นใดอีกหรือไม่ หากมี อะไร
2. เด็กในความดูแลของท่านเคยได้รับประโยชน์ในด้านร่างกายจากนั้นทัศนคติหรือไม่อย่างไร
3. ประโยชน์ในด้านร่างกายใดที่ตอนนี้ท่านอยากให้เด็กในความดูแลของท่านได้จากนั้นทัศนคติมากที่สุดคืออะไร
4. ท่านคิดว่ากิจกรรมใดที่จะช่วยให้เด็กในความดูแลของท่านได้ประโยชน์เหล่านี้

## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 4 สัปดาห์ที่ 2 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต

วันจันทร์ที่ 16 ตุลาคม 2549 ความรู้เรื่องอุปสรรคต่อการเข้าร่วมทางนันทนจิต ทำให้ A.D. สามารถระบุได้ถึงสิ่งที่ขัดขวางหรือทำให้ตนเองยากที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตที่ปรารถนา ซึ่งประกอบด้วยด้านการเงิน เวลา ความเหมาะสมพร้อมใช้ ทักษะทางสังคม สุขภาพ และทักษะ โดยผู้วิจัยให้ A.D. ทำความเข้าใจคำว่า “อุปสรรค” ด้วยการวาดภาพบ้านของเขา และห้างสรรพสินค้าที่เขารู้จักให้มีระยะห่างกันพอสมควร แล้วเชื่อมด้วยระยะทางที่คดเคี้ยวไปมา ให้สัญลักษณ์ สามเหลี่ยมแทนตัว A.D. แล้วผู้วิจัยเล่าเรื่องสมมุติเหตุการณ์ A.D. ไปซื้อเข็มขัดมวยปล้ำที่เขาชอบในห้างสรรพสินค้า แต่ระหว่างทางที่เดินไปพบว่ามิดันไม้ล้มขวางทาง เขาจะอย่างไร A.D. ตอบว่า ตัดทิ้ง เมื่อเดินต่อไปอีกมีฝนตกลงมาอย่างหนักทำให้เขาต้องไปหลบฝนอยู่นาน และเมื่อฝนหยุดน้ำก็ท่วมเพราะฝนตกหนักหลังจากที่เล่าเหตุการณ์สมมุติจบผู้วิจัยจึงถาม A.D. ว่ายากหรือไม่กว่าจะมาซื้อเข็มขัดได้ เขาตอบว่า ยาก ผู้วิจัยอธิบายให้ฟังถึงสิ่งที่ขัดขวางเราต่อความตั้งใจที่จะกระทำสิ่งใดว่าเป็น อุปสรรคหรือขัดขวาง โดยผู้วิจัยใช้แผ่นภาพแสดงรูป เงิน ร่างกาย(สุขภาพ) ภาพคนเตะฟุตบอล(ทักษะ) นาฬิกา(เวลา) ด้วยการอ่านและถามตอบซ้ำกันหลายครั้งเพื่อให้ A.D. สามารถจำได้เมื่อแน่ใจว่าเขาสามารถจำได้แล้วจึงอธิบายในลำดับต่อไป ส่วนความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ และทักษะทางสังคมเป็นเนื้อหาเพิ่มเติมสำหรับผู้ปกครอง ผู้วิจัยสมมุติเหตุการณ์เพื่อให้ A.D. เข้าใจสิ่งที่ขัดขวางเขาต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการแล้วให้ A.D. หยิบบัตรคำหรือภาพแสดงสัญลักษณ์ ดังนี้ เมื่อเขาเดินทางไปถึงสนามฟุตบอลมีป้ายประกาศว่าต้องเสียค่าสมาชิกเพื่อเล่นฟุตบอล แต่ A.D. เตรียมเงินไปไม่พอ (A.D. สามารถหยิบบัตรคำและแผ่นภาพ เงินได้) วันที่มีนัดเล่นดนตรีให้ทุกคนในบ้านฟังมือของ A.D. มีอาการบาดเจ็บจนไม่สามารถเล่นดนตรีได้ (A.D. สามารถหยิบบัตรคำและแผ่นภาพ สุขภาพและร่างกายได้) ในวงดนตรีที่บ้านวันนี้พออยากให้ A.D. เล่นกีตาร์ แต่เขาเล่นไม่ได้ (A.D. หยิบบัตรคำ เวลา ซึ่งไม่ถูกต้องเมื่อผู้วิจัยถามว่าเขาสามารถหยิบบัตรคำและแผ่นภาพ ทักษะได้) A.D. อยากไปทะเลในวันหยุดสุดสัปดาห์แต่ผู้ปกครองต้องทำงานเร่งด่วน (A.D. สามารถหยิบบัตรคำและแผ่นภาพ เวลาและนาฬิกาได้)

เมื่อผู้วิจัยได้ทำการประเมินผลพบว่า A.D. สามารถจำและเข้าใจถึงสิ่งที่ขัดขวางเขาไม่让他สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตที่ต้องการได้อยู่ในระดับดีมาก อย่างไรก็ตามในการทำความเข้าใจและเข้าใจของ A.D. ให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นต้องได้รับความร่วมมือจากผู้ปกครองในการทบทวนความรู้ในสถานการณ์จริงเช่น เมื่อมีชีวิตส่วนตัวกับครอบครัวของเขาในการทำกิจกรรมนันทนาการต่างๆร่วมกัน ซึ่งผู้วิจัยมิได้เข้าไปแทรกแซง จึงมีการให้คำแนะนำและเอกสารเพิ่มเติมแก่ผู้ปกครองทั้งในส่วนที่ A.D. ได้เรียนรู้และเพิ่มเติมเนื้อหาความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ และทักษะทางสังคมด้วย



## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 5 สัปดาห์ที่ 2 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต

วันพุธที่ 18 ตุลาคม 2549 หน่วยการเรียนรู้ที่ 2 ของหลักสูตรนันทนจิตศึกษามุ่งให้ A.D. มีความตระหนักรู้ในตนเองคือรู้จักตนเองในด้านการเลือกกิจกรรมทางนันทนจิตในเวลาว่างให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเองอย่างแท้จริงโดยเป็นไปอย่างอิสระ ซึ่งบรรลุไว้ในชั่วโมงเรียนที่ 5 ถึงชั่วโมงเรียนที่ 10 ก่อนที่ผู้วิจัยจะทำการสอนเนื้อหาในครั้งนี้ได้ทบทวนความรู้เดิมในหน่วยการเรียนรู้ที่ 1 ความซาบซึ้งทางนันทนจิต: ความหมายของนันทนจิต สถานที่ท่องเที่ยวรอบๆชุมชน ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต และอุปสรรคที่ขัดขวางตลอดจนแนวทางการแก้ปัญหาเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตที่ตนเองต้องการ ซึ่ง A.D. สามารถตอบคำถามในเรื่องที่เกี่ยวข้องได้ทั้งหมด เช่น สามารถบอกถึงคำสำคัญของนันทนจิต (เล่น เวลาว่าง เลือกเอง ชอบ สนุก ดีขึ้น) บอกถึงสถานที่ท่องเที่ยวในบริเวณชุมชนได้เช่น ห้างสรรพสินค้า วัดพระแก้ว สวนสาธารณะ เขาดิน สะพานพระราม 8 เป็นต้น ประโยชน์จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา(สมอง) และสามารถยกตัวอย่างได้ชัดเจนจากภาพกิจกรรมนันทนาการต่างๆ การออกกำลังกายได้ประโยชน์ในด้านร่างกาย การวาดรูปทำให้อารมณ์ดีขึ้น การไปงานเลี้ยงสังสรรค์ทำให้มีเพื่อนมากขึ้น (สังคม) การอ่านหนังสือจะพัฒนาสมอง ส่วนเนื้อหาในด้านอุปสรรคที่ขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตที่ตนเองต้องการ A.D. สามารถระบุถึงอุปสรรคในด้านการเงิน สุขภาพ ทักษะและเวลาได้ พร้อมทั้งยกตัวอย่างจากสถานการณ์ที่ผู้วิจัยสมมุติขึ้นได้ เช่น เมื่อเราไม่มีเงินไปซื้อเข็มขัดมวยปล้ำแสดงว่าเรามีอุปสรรคด้านการเงิน หากเราเจ็บจึงไม่สามารถเตะฟุตบอลได้แสดงว่าเรามีอุปสรรคด้านสุขภาพ A.D. เล่นกีตาร์ไม่เป็นแสดงว่ามีอุปสรรคด้านทักษะ พ่อไม่สามารถพาไปเที่ยวได้เพราะต้องทำงานด่วนแสดงว่าเรามีอุปสรรคด้านเวลา และต้องเสนอการแก้ปัญหาด้วยเช่น A.D. พูกว่า เก็บเงิน ทายา ฝึกและจัดเวลาใหม่

เมื่อได้ทบทวนความรู้เดิมแล้ว ผู้วิจัยเข้าสู่เนื้อหาบทเรียนเพื่อการระบุเหตุผลในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตต่างๆด้วยการนำเสนอประเภทของเหตุผล 4 ประเภทคือ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในบัตรคำสี่อันดับพร้อมทั้งอธิบายให้ A.D. เข้าใจง่ายๆว่าเราชอบเล่นปิงปองเพราะมันสนุกและร่างกายแข็งแรง ซึ่งผู้วิจัยหยิบบัตรคำด้านร่างกาย ชูให้ A.D. เห็น เราชอบอ่านหนังสือเพราะเราจะมีความรู้และสมองดีขึ้น ผู้วิจัยหยิบบัตรคำด้านสติปัญญา ชูให้ A.D. เห็น เราชอบวาดภาพเพราะมันทำให้เราอารมณ์ดีขึ้นได้ยิ้มด้วย ผู้วิจัยหยิบบัตรคำด้านอารมณ์ ชูให้ A.D. เห็น เราชอบไปงานเลี้ยงเพราะได้เจอเพื่อนใหม่ๆเยอะ ผู้วิจัยหยิบบัตรคำด้านสังคม ชูให้ A.D. เห็น เมื่อได้ทบทวนสอนซ้ำหลายครั้งผู้วิจัยให้สมมุติภาพกิจกรรมนันทนาการแก่ A.D. เพื่อให้เขาเลือกภาพที่ชอบและบอกรายชื่อกิจกรรม

นันทนาการพร้อมกับเหตุผลที่ชอบ โดยผู้วิจัยวางบัตรคำประเภทของเหตุผล 4 ประเภทไว้เพื่อให้ A.D. คิดทบทวนและตอบด้วยคำพูดดังนี้

A.D. เลือกภาพคนปีนภูเขา ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “แข็งแรง”

A.D. เลือกภาพคนกำลังเต้น ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “แข็งแรง”

A.D. เลือกภาพห้องสมุด ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “สงบดีจัง”

A.D. เลือกภาพคนปีนภูเขา ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “แข็งแรง”

A.D. เลือกภาพช้างและป่าเขา ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “อารมณ์ดี”

A.D. เลือกภาพหนังละคร ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “อารมณ์ดี”

A.D. เลือกภาพคนร้องเพลง ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “อารมณ์ดี”

A.D. เลือกภาพงานเลี้ยง ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “ได้เพื่อน”

A.D. เลือกภาพการวาดภาพ ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “อารมณ์ดี”

A.D. เลือกภาพการนวด ผู้วิจัยถามว่าชอบเพราะอะไรเขาตอบว่า “อารมณ์ดีและแข็งแรงด้วย”

จากการเลือกภาพกิจกรรมนันทนาการที่เขาชอบแล้วสามารถบอกเหตุผลที่ชอบได้แสดงให้เห็นว่าเขาสามารถบอกรายชื่อกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้พร้อมทั้งเหตุผลว่าทำไมจึงชอบกิจกรรมนั้นซึ่งจะนำไปสู่การรู้จักตนเองในด้านการเลือกกิจกรรมทางนันทนาการในเวลาว่างให้สอดคล้องกับความต้องการของตนเองอย่างแท้จริงโดยเป็นไปอย่างอิสระเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 6 สัปดาห์ที่ 2 การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต

วันศุกร์ที่ 20 ตุลาคม 2549 A.D. แสดงความกระตือรือร้นในการเรียนด้วยการช่วยผู้วิจัย จัดเตรียมอุปกรณ์และสื่อการสอนต่างๆพร้อมทั้งอ่านบัตรคำที่หยิบขึ้นมาจากแฟ้มเอกสารด้วยตนเอง ชั่วโมงเรียนที่ 6 เป็นหน่วยการเรียนรู้การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิตต้องการให้ A.D. ได้เรียนรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อันเป็นผลเนื่องมาจากการตระหนักรู้ในตนเองซึ่งประกอบด้วย เงิน เวลาว่าง ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้ ทักษะทางสังคม สุขภาพและทักษะ ทั้งนี้ปัจจัยดังกล่าวเปลี่ยนแปลงไปตามแต่ละบุคคล เช่น ปัจจัยด้านการเงินของบุคคลที่มีงบประมาณอย่างเพียงพอเพื่อการท่องเที่ยวต่างประเทศอาจไม่ปัญหาในการตัดสินใจเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมแต่สำหรับอีกบุคคลอาจต้องใช้ระยะเวลาเพื่อการตัดสินใจและจัดงบประมาณ การไปห้างสรรพสินค้าที่อยู่ไกลบ้านอาจทำให้ต้องพิจารณาถึงระยะเวลาและการเดินทางตลอดจนการจราจร ในขณะที่บุคคลซึ่งอยู่ในระแวกห้างสรรพสินค้าดังกล่าวไม่ต้องพิจารณาปัจจัยดังกล่าว แต่อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีความจำเป็นที่บุคคลควรทราบ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ตนเองต้องการ ผู้วิจัยให้ A.D. เล่นเกมมวปล่าที่เขาชอบแล้วผู้วิจัยนำตัวอย่างที่ได้ฟังสอดแทรกด้วยปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เช่น เมื่อเขาพูดถึงชุดนักมวปล่าอุปกรณ์เพื่อความปลอดภัย ผู้วิจัยหยิบบัตรคำ “อุปกรณ์”(ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้) เมื่อพูดถึงคนคูผู้วิจัยหยิบบัตรคำ “เงิน”ซึ่งหมายถึงการที่คนคูต้องจ่ายสตางค์เพื่อบัตรเข้าชม A.D. แสดงการรับรู้ด้วยการพยักหน้า เขาพูดถึงตารางแข่งขันที่เราต้องทราบผู้วิจัยจึงหยิบบัตรคำ “เวลา” ในด้าน “ทักษะ”แสดงบัตรคำเมื่อเขาพูดถึงความสามารถของนักมวปล่าแต่ละคนรวมถึงความแข็งแรงซึ่งผู้วิจัยแสดงบัตรคำ “สุขภาพ” เมื่อแสดงบัตรคำหมดแล้วผู้วิจัยอธิบายถึงความจำเป็นหรือสิ่งที่เราต้องคำนึงถึงในการเข้าร่วมกิจกรรมและยกตัวอย่างซ้ำอีกครั้งด้วยการถามว่า เมื่ออาบน้ำเราต้องมีสิ่งใด เขาตอบว่า สบู่ ผู้วิจัยบอกว่านั้นคือสิ่งที่เราต้องมีก็เหมือนกับสิ่งที่เราได้เรียนรู้กันซึ่งผู้วิจัยแสดงบัตรคำให้ A.D. เห็นแล้วเล่าเรื่องสมมุติเหตุการณ์ให้เขาฟัง เพื่อให้หยิบบัตรคำปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการดังนี้

เมื่อเราเลือกเข็มขัดมวปล่าที่ชอบได้แล้วและพอกำลังจะไปซื้อให้พ่อต้องคิดถึงสิ่งใด A.D. สามารถหยิบบัตรคำ “เงิน” ได้

ถ้า A.D. ชวนพ่อไปเที่ยวพ่อต้องดูว่า เสาร์-อาทิตย์นี้ทำงานหรือไม่แสดงว่าพอกำลังคิดถึงสิ่งใด A.D. สามารถหยิบบัตรคำ “เวลา” ได้

เมื่อเรากำลังจะเล่นปิงปองด้วยกันแต่ว่าไม่ปิงปองหักแสดงว่าสิ่งใดที่เรายังไม่พร้อม A.D. สามารถหยิบบัตรคำ “อุปกรณ์” (ความเหมาะสมพร้อมใช้ได้) ได้

ถ้าเราจะไปเล่นฟุตบอลด้วยกัน A.D. ต้องเล่นฟุตบอลได้ก่อนดังนั้นก่อนเราจะทำสิ่งใดเราต้องคิดว่าเราทำเป็นหรือไม่แสดงว่าเราต้องคำนึงถึงสิ่งใด A.D. สามารถหยิบบัตรคำ “ทักษะ” ได้

เมื่อได้อธิบายและทบทวนความรู้แก่ A.D. แล้วผู้วิจัยเล่นป้องกันกับเขาพร้อมทั้งสอดแทรกความรู้ระหว่างการเล่นเพื่อให้เขาได้เข้าใจมากยิ่งขึ้นในสถานการณ์จริง อย่างไรก็ตามการสนับสนุนและการร่วมให้ความรู้จากผู้ปกครองคือสิ่งสำคัญในการใช้ในชีวิตจริงผู้วิจัยจึงทำบทเรียนเสริมแก่ผู้ปกครองด้วย

### บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 7 สัปดาห์ที่ 3 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต

วันจันทร์ที่ 23 ตุลาคม 2549 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิตต้องอาศัยปัจจัยประกอบในด้านประสบการณ์ที่ผ่านมาในอดีตของแต่ละบุคคล ซึ่งจะส่งเสริมให้รู้จักตนเองมากขึ้นว่าพอใจกับสิ่งใดหรืออาจมีประสบการณ์ที่ไม่ดีกับสิ่งใดและที่ส่งผลกับลักษณะของตนเองในปัจจุบัน ในชั่วโมงเรียนที่ 7 ผู้วิจัยจึงให้ A.D. ค้นหาสิ่งของต่างๆในบ้านที่เกี่ยวกับการเล่นที่เขาชอบแล้วเล่าถึงเหตุการณ์หรือสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งของชิ้นนั้นให้ผู้วิจัยฟังได้ อย่างมีความสุขและแสดงความประทับใจต่อสิ่งของของตนเอง โดยผู้วิจัยได้สอดแทรกบัตรคำและภาพแสดงถึงปัจจัยด้านต่างๆที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยคือ เงิน สุขภาพ เวลาและทักษะ ซึ่งเขาได้หยิบของมาทั้งหมด 5 ชิ้น เข็มขัดมวยปล้ำ 2 ชิ้น เหรียญรางวัล กล้องคืนสอมีรูปนักมวยปล้ำและเข็มกลัดรูปนักมวยปล้ำ หลังจากนั้นผู้วิจัยขอให้เขาเล่าเรื่องเกี่ยวกับความประทับใจที่มีต่อสิ่งของชิ้นนั้นๆด้วยการใช้ลักษณะพูดคุยกับ A.D. และเขาสามารถบรรยายถึงสิ่งของชิ้นต่างๆอดความได้ดังนี้

เข็มขัดมวยปล้ำชิ้นที่ 1 เป็นเข็มขัดชิ้นแรกที่พ่อซื้อให้จากห้างสรรพสินค้า The Mall ทราบว่าแพง เข็มขัดมีรูปท่าทางการปล้ำซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของศึกหรือการแข่งขันนั้นอยู่ด้วยและเขาบอกได้ว่าทำนั้นเรียกว่า Pedigree มีตัวหนังสืออยู่ข้างหลังรวมถึงชื่อของ A.D. ที่พ่อทำให้ไว้ให้ ผู้วิจัยถามว่าตอน A.D. ไปซื้อเข็มต้องใช้อะไรเขาตอบว่าเงินและต้องไปซื้อในเวลาว่างซึ่งผู้วิจัยสอดแทรกบัตรคำและภาพ เงินและเวลา

เข็มขัดมวยปล้ำชิ้นที่ 2 เขาเล่าว่าซื้อมาจากห้างสรรพสินค้า Pata ซึ่งอยู่ใกล้บ้าน เข็มขัดชิ้นนี้เขาแสดงความพิเศษของมันด้วยการหมุนที่หัวเข็มขัด และบรรยายถึงศึกการแข่งขันอย่างกระตือรือร้นว่าเป็นแชมป์การแข่งขันใด

สิ่งของชิ้นที่ 3 คือเข็มกลัดรูปนักมวยปล้ำซึ่งมีอยู่ 12 ชิ้นเขาสามารถบอกชื่อของนักมวยปล้ำและความเด่นในด้านต่างๆของแต่ละคนเช่น เป็นแชมป์รายการใด มีท่าทางการต่อสู้พิเศษ

หรือเหตุการณ์การแข่งขันของแต่ละคนที่เขาประทับใจ เมื่อผู้วิจัยถามว่าเขาของคนไหนที่สุดและคนไหนเก่งที่สุด A.D. สามารถตอบได้ ในสิ่งของชิ้นนี้ผู้วิจัยสอดแทรกบัตรคำและภาพทักษะและสุขภาพที่แข็งแรงซึ่งนักมวยปล้ำต้องมี

เหรียญรางวัล สิ่งของชิ้นที่ 4 ที่เขาเล่าให้ผู้วิจัยฟังว่าได้มาจากการแข่งขันกีฬาเปตองกับเพื่อนๆที่โรงเรียน ซึ่ง A.D. พูดถึงเพื่อนๆของเขาว่าเก่งสามารถทำเหรียญรางวัลได้มาก มีสนามแข่งขันที่ใหญ่และไปกับครูควบคุมทีม

สิ่งของชิ้นสุดท้ายคือกล่องดินสอมีรูปนักมวยปล้ำ เขาเล่าว่าใช้เก็บดินสอและอุปกรณ์การเรียนอื่นๆด้วยและได้แผ่นรองมีรูปนักฟุตบอลซึ่งเป็นกีฬาที่เขาเคยชอบมานานมากแต่ตอนนี้ไม่ค่อยชอบและไม่สามารถจำชื่อนักฟุตบอลได้ทรายเพียงแต่ชอบหมายเลข 7 ทีมอังกฤษ ที่หน้ากล่องดินสอเขาอธิบายถึงนักมวยปล้ำแต่ละคนคล้ายกับการบรรยายในสิ่งของชิ้นที่ 3

เมื่อ A.D. สามารถเล่าถึงสิ่งของต่างๆที่เขาประทับใจได้หมดผู้วิจัยสรุปให้เขาฟังด้วยการถามตอบและให้เขาเลือกบัตรคำและภาพถึงสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมนันทนาการของเขาว่า เมื่อเขาต้องไปซื้อเข็มขัดต้องใช้อะไร A.D. ตอบว่า เงิน และต้องไปซื้อในวันหยุดคือเวลาใด เขาสามารถตอบได้ว่าเวลาว่าง นักมวยปล้ำต้องมีสิ่งใดจึงจะเก่ง เขาตอบว่า สุขภาพและทักษะ ซึ่ง A.D. สามารถเล่าเรื่องราวต่างๆได้พร้อมกับรับรู้ถึงสิ่งที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมนันทนาการของเขา

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 8 สัปดาห์ที่ 3 การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต**

วันพุธที่ 25 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ผู้วิจัยอธิบายทำความเข้าใจกับ A.D. เกี่ยวกับความหมายของคำว่า อดีต ปัจจุบันและอนาคต ด้วยการวาดภาพการวิ่งของรถจากโรงเรียนไปยังบ้านและจากบ้านไปห้างสรรพสินค้าและให้รถจอดอยู่ที่บ้านแล้วเล่าเรื่องราว เราได้ขับรถผ่านโรงเรียนมาแล้วและตอนนี้อยู่ที่บ้านและเรากำลังจะไปห้างสรรพสินค้า ผู้วิจัยขีดเส้นแบ่งระหว่างสถานที่ทั้ง 3 แห่งเพื่อแยกให้ A.D. เห็นถึงความแตกต่างแล้วเขียนคำว่า อดีต ในช่องโรงเรียน ปัจจุบัน ในช่องบ้าน และอนาคต ในช่องห้างสรรพสินค้า พร้อมอธิบายว่าสิ่งที่ผ่านมาแล้วเราเรียกว่าอดีต อ่านคำว่า อดีต ทวนซ้ำและให้ A.D. อ่านตามพร้อมคำถาม สิ่งที่เราได้ทำไปเมื่อวานเรียกว่าอะไร A.D. สามารถตอบได้ว่า อดีต เช่นเดียวกับคำว่า ปัจจุบันซึ่งผู้วิจัยใช้การเขียนและให้อ่านทวนซ้ำพร้อมคำถาม ในขณะที่เรากำลังเรียนอยู่นี้เรียกว่าอะไร A.D. สามารถตอบได้โดยผู้วิจัยเกริ่นนำคำว่า “ปัจจุบัน” ก่อนที่เขาจะตอบว่า ปัจจุบัน ส่วนคำว่า อนาคต ผู้วิจัยอธิบายถึงสิ่งที่ยังมาไม่ถึงหรือสิ่งที่เรากำลังจะทำและถาม A.D. ว่าเรากำลังจะเล่นบิงปองกันในวันพรุ่งนี้คืออะไร เขาตอบว่า อนาคต แต่ยังไม่ออกเสียงไม่ชัดเจน

เมื่ออธิบายทำความเข้าใจแล้วผู้วิจัยให้ A.D. เลือกกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำโดย สอดแทรกปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกกิจกรรมของเขาคือ เงิน เวลาว่าง ทักษะ ซึ่งเขาเลือกการเปิดเพลง ผู้วิจัยขอให้เขาแสดงการเปิดและเลือกแผ่นที่ชอบ เมื่อ A.D. สามารถเลือกแผ่นที่ต้องการได้ผู้วิจัยถามว่า เพราะอะไร เขาตอบว่า ชอบ เขาสามารถใช้เครื่องเล่นซีดีได้ หลังจากนั้นผู้วิจัยให้ A.D. ได้สนุกสนานกับการเลือกกิจกรรมของเขา แสดงความกระตือรือร้น ยิ้มและพยายามบอกว่าชอบเพลงต่างๆ หมายถึง เขาสามารถสนุกสนานกับกิจกรรมนันทนาการที่เขาทำในปัจจุบันได้ พร้อมทั้งทราบถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมของเขาเพื่อการตัดสินใจในครั้งต่อไป อันเป็นพื้นฐานในด้านการตระหนักส่วนตนทางนันทนาการ

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 9 สัปดาห์ที่ 3 การตระหนักส่วนตนทางนันทนาการ**

วันศุกร์ที่ 27 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ผู้วิจัยต้องการให้ A.D. สามารถบอกถึงกิจกรรมนันทนาการซึ่งมีความเป็นไปได้ที่ต้องการทำในอนาคต 10 อย่าง โดยการเลือกจากภาพกิจกรรมนันทนาการที่มีอยู่ โดยในด้านความเป็นไปได้นั้นให้เขาตัดสินใจจากปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ได้เรียนมาคือ เงิน เวลาว่าง ทักษะ และสุขภาพที่เอื้ออำนวย ซึ่งเมื่อเขาเลือกจากภาพแล้วให้เขียนลงในสมุด ทั้งนี้การคิดเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการที่วางไว้ในอนาคตควรจะทำให้จริงมีโอกาสในการเข้าร่วม สิ่งที่น่าสนใจในวันนี้อาจจะทำในปีหน้า มันเป็นไปได้ว่าบางกิจกรรมอาจไม่ได้ทำเราควรมีทัศนคติที่ยืดหยุ่นเกี่ยวกับการเข้าร่วมนันทนาการในอนาคต บางกิจกรรมที่พึงพอใจในวันนี้อาจจะยังคงอยู่จนถึงอนาคต เช่น การเดินชมธรรมชาติ มักเป็นความสนใจระยะยาวของคนทั่วไป ผู้วิจัยถาม A.D. ถึงสิ่งที่เขาต้องการทำในอนาคตหรือสิ่งที่ยังมาไม่ถึงและให้มีภาพประกอบ เมื่อ A.D. เลือกภาพแล้วได้เขียนกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำในอนาคตดังนี้ ปีนเขา เต้นรำ วิ่ง วาดภาพ ออกกำลังกาย ละคร ร้องเพลง ห้องสมุด นวด ซีดี โดยในแต่ละอย่างมีความเป็นไปได้ซึ่ง A.D. สามารถบอกถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของเขาได้ด้วย

## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 10 สัปดาห์ที่ 4 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทาง นันทนจิต

วันจันทร์ที่ 30 ตุลาคม 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต มุ่งให้ A.D. สร้างเป้าหมายและแสดงผลลัพธ์จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเลือกได้ ตลอดจนการแสดงความชอบอย่างเหมาะสมด้วยการสื่อสารให้คนรอบข้างได้รับรู้ตามโอกาสสมควร รวมถึงการรับรู้องค์ประกอบที่จะทำให้กิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเข้าร่วมนั้นสามารถบรรลุเป้าหมายตามที่ตนได้ตั้งไว้ได้ อีกทั้งยังให้ความสำคัญในเรื่องสิทธิที่ตนพึงมีและพึงได้ในสังคม เหล่านี้ล้วนเป็นพื้นฐานที่สำคัญซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพของความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต โดยในหน่วยการเรียนรู้ประกอบด้วย 4 ชั่วโมงเรียน ในวันนี้ผู้วิจัยมุ่งสร้างพื้นฐานในเรื่องสัมฤทธิ์ผลด้วยการให้ A.D. กำหนดกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการทำประมาณ 3 อย่างหลังจากนั้นให้เขาตั้งเป้าหมายในการมุ่งทำกิจกรรมแต่ละอย่างแล้วบันทึกไว้ เมื่อ A.D. ทำกิจกรรมดังกล่าวแล้วให้ทำแบบวัดสัมฤทธิ์ผลส่วนตนตามความรู้สึกของตนเองด้วยการใช้สัญลักษณ์หน้าแทนความรู้สึกซึ่งเขาได้เลือกทำกิจกรรม จักรยาน อ่านหนังสือ และวาดรูป ผู้วิจัยขอให้ A.D. ตั้งเป้าหมายในการทำกิจกรรมแต่ละอย่างแล้วทำการบันทึกไว้ซึ่งเขาได้กำหนดให้การขี่จักรยานเพื่อให้เหนื่อยและร่างกายแข็งแรง การอ่านหนังสือเพื่อให้สมองดีขึ้น การวาดรูปเพื่อให้อารมณ์ดีขึ้น เมื่อตั้งเป้าหมายเสร็จจึงเริ่มทำกิจกรรมและมีการบันทึกภาพเคลื่อนไหวขณะเข้าร่วมกิจกรรมแต่ละอย่างไว้ด้วย A.D. ใช้เวลาในการขี่จักรยานประมาณ 20 นาทีจึงหยุดทำกิจกรรม ผู้วิจัยถามว่าเพราะเหตุใดจึงตัดสินใจหยุดทำกิจกรรมเขาตอบว่า เพราะเหนื่อยแล้ว ผู้วิจัยถามว่าเขาได้อะไรจากการขี่จักรยาน A.D. สามารถตอบได้ว่า ร่างกายแข็งแรงซึ่งมีความตรงกับการตั้งเป้าหมายที่เขาได้กำหนดไว้แต่ต้น กิจกรรมต่อมาคือการอ่านหนังสือ เขาใช้ระยะเวลาประมาณ 15 นาทีสำหรับกิจกรรมนี้ในการดูและอ่านนิตยสารประกอบภาพซึ่ง A.D. จะมุ่งให้ความสนใจกับสิ่งที่ตนเองคุ้นเคยแสดงความพยายามในการอ่านและสะกดคำที่ต้องการรู้ โดยผู้วิจัยคอยให้การสนับสนุนสอนให้อ่าน เขาตั้งเป้าหมายในการทำกิจกรรมนี้เพื่อให้สมองดีขึ้นเนื่องจากเป็นคำที่ A.D. เคยเรียนมาก่อนหน้านี้และเมื่อได้อ่านหนังสือจนเป็นที่พอใจของเขา ผู้วิจัยถามว่าได้อะไรจากการอ่านหนังสือเขาตอบว่า ได้รู้ ซึ่งผู้วิจัยอธิบายให้เขาฟังว่า หากเราสะสมความรู้ไว้มากๆก็จะช่วยให้สมองเราดีขึ้นได้ กิจกรรมสุดท้าย A.D. เลือกการวาดภาพและระบายด้วยสีชอล์ก หลังจากทำชิ้นงานเสร็จผู้วิจัยถามว่า รู้สึกว่าอารมณ์ดีหรือไม่ A.D. ตอบว่าใช่ซึ่งมีความสอดคล้องกับการตั้งเป้าหมายของเขาที่ต้องการวาดรูปเพื่อให้มีอารมณ์ที่ดีขึ้น ซึ่งประโยชน์ที่ได้จากการตั้งเป้าหมายต่างๆเหล่านี้ในสถานการณ์ที่เขาพบว่ามีปัญหาขึ้นกับตนเองก็สามารถใช้กิจกรรมนันทนาการเข้ามาแก้ปัญหาได้เช่น เมื่อเขาพบว่าขณะนั้นรู้สึกหงุดหงิดควรใช้การวาดรูปเข้ามาแก้ปัญหา

เมื่อรู้สึกว่าคุณภาพไม่ค่อยดีก็ควรทำกิจกรรมการออกกำลังกายเช่น การขี่จักรยาน เป็นต้น หลังจากนั้น ผู้วิจัยให้ A.D. ทำแบบวัดความรู้สึกของตนเองถึงประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่เขาเลือกเองเพื่อเป็นการวัดความรู้สึกย้อนกลับของตนเองด้วย

#### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 11 สัปดาห์ที่ 4 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทาง นันทนาการ**

วันพฤหัสบดีที่ 2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 3 ผู้วิจัยต้องการให้ A.D. สามารถบอกองค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างอันได้แก่ การแสดงทักษะ การทราบถึงแหล่งทางนันทนาการ การรักษาสุขภาพและการเริ่มทำได้ ซึ่งความรับผิดชอบหรือหน้าที่นี้จะเป็ปัจจัยส่งเสริมให้เกิดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนาการเช่น เมื่อ A.D. ต้องการว่ายน้ำเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง เขาควรมีหน้าที่หรือความรับผิดชอบที่จะแสดงเจตจำนงค์หรือความต้องการทำกิจกรรมนั้นๆ สามารถทำกิจกรรมนั้นได้ด้วยตนเอง ทราบถึงสถานที่หรือแหล่งทรัพยากรที่เกี่ยวข้องรวมถึงหน้าที่ในการรักษาสุขภาพของตนเองด้วย ทั้งนี้การเรียนรู้ถึงหน้าที่ดังกล่าวสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาควรเป็นการเรียนรู้จากสถานการณ์จริงเพื่อให้มีความเข้าใจง่ายขึ้น ซึ่งผู้วิจัยใช้ตัวอย่างกิจกรรมที่ A.D. เคยเลือกไว้แล้วถามว่าต้องการทำกิจกรรมใดแล้วทำกิจกรรมร่วมกันพร้อมทั้งสอดแทรกเนื้อหาองค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง

ผู้วิจัยใช้บัตรคำสี่สันสดใสประกอบด้วยคำว่า หน้าที่ สุขภาพ ทักษะ สถานที่ และเริ่มทำ โดยอธิบายให้ A.D. เข้าใจถึงคำว่า หน้าที่ ว่าคือสิ่งที่เราต้องทำพร้อมทั้งยกตัวอย่างการทำหน้าที่ในบ้านของเขา เช่น การเก็บผ้า กวาดใบไม้ และขอให้เขายกตัวอย่างเพื่อเป็นการตรวจสอบความเข้าใจ เขาสามารถตอบได้ว่า “ใส่ปุ๋ยต้นไม้” สถานที่หรือแหล่งทรัพยากรทางนันทนาการ ผู้วิจัยยกตัวอย่างของการไปเล่นฟุตบอลว่าต้องใช้สนามฟุตบอล การว่ายน้ำต้องมีสระ และถามกลับว่าหากเราขี่จักรยานเราต้องไปที่ใด A.D. ตอบว่า “ข้างถนน” ในด้านของคำว่า เริ่มทำ ผู้วิจัยอธิบายว่าการลงมือทำด้วยตนเอง เช่นเมื่อ A.D. ต้องการระบายสีเขาควรเริ่มลงมือทำด้วยตนเอง เป็นต้น ส่วนคำว่า สุขภาพและทักษะนั้น เขามีความเข้าใจแล้วจากบทเรียนก่อนแต่ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความเข้าใจอีกครั้งด้วยการถามว่าคุณภาพคืออะไร เขาตอบว่า แข็งแรงไม่เจ็บป่วย ส่วนการทำที่ดีคือทักษะ เมื่อ A.D. เข้าใจถึงความหมายขององค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างแล้ว ผู้วิจัยจึงให้เขาเลือกกิจกรรมที่ต้องการทำ A.D. เลือกการวาดรูปพร้อมทั้งการลงมือทำอย่างทันทีโดยผู้วิจัยขอให้เขาจัดเตรียมอุปกรณ์เช่น กระดาษและสี เพื่อสอนเรื่องการลงมือทำหรือเริ่มด้วยตนเอง A.D. เลือกการวาดรูปต้นไม้ และระบายสี ในขณะที่เขาวาดรูปผู้วิจัยถามว่าความสามารถในการวาดรูปของเขาเรียกว่า



อะไร A.D. ตอบว่า “ทักษะ” และในขณะที่เราวาดรูปเรวาดที่บ้านเรียกว่าอะไร เขาสามารถตอบได้ว่า “สถานที่” และกรไม่เจ็บป่วยทำให้เรามีสมาธิวาดรูปได้เรียกว่าเราต้องรักษาสิ่งใด เขาตอบว่า “สุขภาพ” เมื่อทำกิจกรรมเสร็จผู้วิจัยสรุปเรื่ององค์ประกอบสำคัญของความรับผิดชอบส่วนบุคคลที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างอีกครั้งด้วยการแสดงบัตรคำ หน้าที สุขภาพ ทักษะ สถานที่ และเริ่มทำ ซึ่ง A.D. สามารถแสดงความเข้าใจด้วยการยกตัวอย่างประกอบได้ อันจะส่งผลต่อประสิทธิภาพของควมมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตของเขาในอนาคต

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 12 สัปดาห์ที่ 4 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต**

วันศุกร์ที่ 3 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. การแสดงความชอบที่เหมาะสมเป็นองค์ประกอบสำคัญของความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งประกอบด้วย การสื่อสารถึงความชอบ การให้เหตุผล การแสดงสิทธิและการทำตามโอกาส สำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาการแสดงความชอบที่เหมาะสม จะทำให้เขารู้สึกถึงความเป็นตัวตนของตนเองซึ่งเกิดจากปฏิกิริยาตอบสนองจากบุคคลรอบข้าง เมื่อได้รับรู้และเข้าใจถึงความชอบและความต้องการของพวกเขา อย่างไรก็ตามการให้ความรู้ในเรื่องดังกล่าวกับที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ต้องอาศัยประสบการณ์หรือสถานการณ์จริงที่เกิดขึ้นควบคู่กันไปด้วย เพื่อให้เขาสามารถเชื่อมโยงความรู้ไปสู่ความเป็นรูปธรรม อย่างชัดเจน โดยผู้วิจัยขอให้ A.D. เล่าให้ฟังถึงสิ่งที่ตนเองชอบหรือกิจกรรมนันทนาการที่ประทับใจเพื่อสื่อสารถึงการแสดงความชอบของตนเองพร้อมทั้งการเล่นเกมต่อยาวเพื่อให้ความรู้ในเรื่องสิทธิ

ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยการอธิบายให้ A.D. ฟังเรื่องการแสดงความชอบที่เหมาะสมพร้อมใช้สื่อการสอนบัตรคำสีสันสวยงามประกอบด้วยคำว่า บอก เพราะ สิทธิและเริ่มทำโดยคำว่าบอก หมายถึง การสื่อสารถึงความชอบ คำว่าเพราะ หมายถึง การให้เหตุผล คำว่าสิทธิ หมายถึง การแสดงสิทธิ และคำว่าเริ่มทำ หมายถึง การทำตามโอกาส ซึ่งคำต่างๆที่เขียนลงในบัตรคำสังเกตว่าเป็นคำเดียวและง่ายต่อการสื่อสารถึงความเข้าใจ คำว่า “บอก” ผู้วิจัยอธิบายถึงการพูดให้คนอื่นรู้และยกตัวอย่างว่าเมื่อเขาต้องการอยากได้ของเล่นเขาจะทำอย่างไร A.D. ตอบว่า บอก ต่อมาคำว่าเพราะ ผู้วิจัยอธิบายว่าเมื่อเราได้บอกว่าเราต้องการสิ่งใดแล้วเราควรให้เหตุผลด้วยว่าเพราะอะไร เช่นเมื่อเราบอกพ่อว่าเราอยากได้กล่องชุดเราควรบอกด้วยว่าเพราะชอบหรืออยากติดกล่อง ส่วนคำว่าสิทธิผู้วิจัยอธิบายถึงสิ่งที่เราทำได้โดยไม่เดือดร้อนใครเช่น เรามีสิทธิที่จะเล่นในบ้านของเราโดยที่เพื่อนข้างบ้านไม่เดือดร้อน คำว่าเริ่มทำ A.D. มีความเข้าใจพื้นฐานเดิมอยู่แล้วจากชั่วโมงเรียนที่ผ่านมา ผู้วิจัยจึงถามเพื่อทบทวนความรู้ว่า หากเรา

อยากวาดรูปเราควรทำสิ่งใด เขาตอบว่า เริ่มทำ เมื่อ A.D. แสดงออกถึงความเข้าใจการสื่อสารถึงความชอบแล้วผู้วิจัยจึงขอให้เขาเล่าการไปซื้อกล่องชุดกับพ่อของตนให้ฟัง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เขาชอบทำ โดยในขณะที่เขาเล่านั้นผู้วิจัยได้สอดแทรกเนื้อหาพร้อมชื่อบัตรคำให้เขาเห็นด้วย เช่น เมื่อผู้วิจัยถามว่าใครซื้อกล่องนี้ให้เขาตอบว่าพ่อ ผู้วิจัยจึงถามต่อไปว่าพ่อรู้ได้อย่างไร เขาตอบว่าเพราะตนเองบอกว่าชอบเพราะอยากตี (ผู้วิจัยหยิบบัตรคำ บอ ก และ เพราะ) เขาเล่าว่าตีกล่องได้เฉพาะในวันที่ไม่มีคนอยู่บ้านเยอะเพราะเสียงดัง ผู้วิจัยจึงแสดงบัตรคำ สิทธิ กาศีกล่องของเขาเขาจะตีเมื่อเขาอยากตีพร้อมกับเสียงเพลง ผู้วิจัยแสดงบัตรคำ เริ่มทำ หลังจากใช้เวลาเล่าให้ฟังถึงการสื่อสารถึงความชอบแล้ว ผู้วิจัยเล่นเกมต่อยาว กับ A.D. ซึ่งให้เลือกลูกของที่ผู้วิจัยเตรียมไว้ให้มาต่อกันให้ยาวที่สุดเพื่อให้เขาสามารถใช้ในการบอกว่าจะหยิบสิ่งใดและเหตุผลในการเลือกของสิ่งนั้นรวมถึงการทำตามกติกาสิทธิของตนเองและการลงมือทำกิจกรรม ทั้งนี้การเรียนรู้ถึงการสื่อสารถึงความชอบจะเป็นประโยชน์ต่อการทำกิจกรรมทางนั้นทัศนคติของตนเองในอนาคต

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 13 สัปดาห์ที่ 5 ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทาง นันทนจิต**

วันจันทร์ที่ 6 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. สิทธิของมนุษย์ที่พึงมีเป็นองค์ประกอบสำคัญเพื่อความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต ด้วยเหตุเพราะการรับรู้ถึงสิทธิของตนเองจะส่งเสริมให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีความมั่นคงในจุดยืนด้านความต้องการของตนเองตลอดจนเคารพในสิทธิของผู้อื่นที่พึงมีเช่นกัน การคงไว้ซึ่งจุดยืนของตนเองอย่างมีหลักการและเหตุผลจึงเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นเช่น เมื่อเรามีสิทธิที่จะพูดว่า “ไม่” เมื่อเราไม่พร้อมหรือไม่ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น การเล่นปิงปองในขณะที่เขาเจ็บคงไม่สามารถทำให้เกิดความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตในด้านร่างกายได้ หากเรากล่าวว่า “ไม่” การพักผ่อนจึงเป็นสิ่งที่ดีกว่า นอกจากพฤติกรรมการเรียกร้องสิทธิแล้วการไม่เรียกร้องสิทธิเป็นอีกหนึ่งพฤติกรรมที่อาจขัดขวางความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิตได้ เนื่องจากการขาดสมดุลระหว่างการคำนึงถึงสิทธิของตนเองและผู้อื่นเช่น เรายอมที่จะจ่ายเงินดูหนังเรื่องที่ไม่ชอบและไม่อยากดูเพียงเพราะเพื่อนชวน เป็นผลให้สัมฤทธิ์ผลในด้านความพึงพอใจจากการดูหนังไม่สามารถเกิดขึ้นได้ พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการแสดงออกถึงสิทธิของตนเองเช่นกันหากแต่ขาดความเหมาะสมเนื่องจาก พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นการคุกคามถึงสิทธิของผู้อื่น เช่น เมื่อเราไม่ต้องการว่ายน้ำในเวลาที่มีแดดจัดแทนที่จะกล่าวว่า “ไม่” และให้เหตุผลประกอบเรากลับตอบไปว่า “การว่ายน้ำในตอนแดดแรงเป็นเรื่องงี่เง่า” ซึ่งถือเป็นการไม่เคารพต่อการแสดงความรู้สึกต่อผู้อื่น

ผู้วิจัยทำความเข้าใจกับ A.D. ในเรื่องสิทธิของมนุษย์ที่พึงมีด้วยการยกตัวอย่าง การเล่นฟุตบอล ด้วยการถามว่า เราสามารถเล่นฟุตบอลในห้างสรรพสินค้าได้หรือไม่ เขาตอบว่า ไม่ได้เพราะเขาไปซื้อของกัน ผู้วิจัยถามต่อว่าในบ้านเราสามารถเล่นได้หรือไม่ เขาตอบว่า ไม่ได้เพราะเอาไว้ดูทีวีซึ่งหมายถึงมีคนอื่นทำกิจกรรมอื่นอยู่ในบ้านนั่นเอง ผู้วิจัยถามต่อว่าเราจะเล่นฟุตบอลได้ที่ใด เขาตอบว่าที่สนามหน้าบ้าน ผู้วิจัยอธิบายให้ A.D. ฟังว่านั่นคือสิทธิที่เรามีและควรรู้ คือ เราสามารถเล่นในที่ที่เหมาะสมได้ โดยที่ไม่มีใครเดือดร้อนแล้วเราจะได้มาซึ่งการบรรลุเป้าหมาย ในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นหากทำได้ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเสนอสิทธิขั้นพื้นฐาน 5 ข้อที่ A.D. ควรรู้ดังนี้ 1. การทำดี ซึ่งเรามีสิทธิที่จะทำได้ตามความต้องการของเราโดยที่ไม่มีใครเดือดร้อน 2. ความสุภาพ ผู้อื่นควรปฏิบัติต่อเราด้วยความเคารพ สุภาพเช่นเดียวกับเราที่ควรปฏิบัติอย่างนั้นต่อผู้อื่น 3. การพูดว่า “ไม่” เมื่อเราไม่ต้องการหรือไม่สามารถทำสิ่งนั้นได้โดยที่ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน 4. การบอก หมายถึงเราควรบอกความต้องการของตนเองให้ผู้อื่นรู้ 5. การเปลี่ยนใจ เรามีสิทธิที่จะเปลี่ยนใจได้เมื่อเราไม่ชอบสิ่งนั้น เช่น เมื่อเราเลือกของเรามีสิทธิที่จะเปลี่ยนใจได้เมื่อเราต้องการ สิทธิของมนุษย์ที่พึงมีเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองควรทราบและให้การสนับสนุนเพื่อความเข้าใจที่ดีแก่เด็กในความดูแลของตนด้วย ผู้วิจัยจึงให้ความรู้เสริมแก่ผู้ปกครองด้วย

**บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 14 สัปดาห์ที่ 5 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต**

วันพุธที่ 8 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ในหน่วยการเรียนรู้ที่ 4 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต ซึ่งกำหนดให้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา มีความรู้และความเข้าใจในเรื่องการกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างส่วนบุคคล สามารถระบุกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้ สามารถระบุสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนจิตอันได้แก่ ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลา บุคคลผู้ซึ่งกระทำด้วย สามารถกำหนดแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่จำเป็น สำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิตอันได้แก่ การแสดงอารมณ์ขัน แสดงความกระตือรือร้น พูดคุยกับคนอื่น ความกระฉับกระเฉง ตลอดจนสามารถบอกแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนจิต อันได้แก่ การเงินส่วนบุคคล การเป็นเจ้าของในเชิงกายภาพ บุคคล และครอบครัวและเพื่อน ได้ ทั้งนี้การตัดสินใจที่คำนึงถึงการเข้าร่วมทางนันทนจิตเป็นปัจจัยส่งเสริมแรงจูงใจภายในและการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองต้องการอย่างอิสระ

สำหรับในชั่วโมงแรกของหน่วยการเรียนรู้ที่ 4 ซึ่งมีวัตถุประสงค์ให้ A.D. สามารถกำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างส่วนบุคคลได้ ผู้วิจัยอธิบายทำความเข้าใจกับ A.D. ด้วยการยกตัวอย่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ผ่านมาในเวลาว่างของเขาเช่น การเล่นกีฬาเปตองและ

ให้เล่าถึงความประทับใจที่ได้จากการเล่นกีฬาชนิดนี้ เมื่อ A.D. เล่าจบผู้วิจัยสามารถสรุปโดยคำสัณฐานที่ฟังได้ดังนี้ สุนุก มีเพื่อน ได้เหรียญและแข็งแรง ผู้วิจัยบอกกับเขาว่านี่คือประโยชน์ที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเขา แต่หากเราได้กำหนดจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมเราจะได้ประโยชน์จากการเข้าร่วมในแต่ละครั้งอย่างมีจุดมุ่งหมายและสามารถช่วยแก้ไขปัญหาดังกล่าวที่เกิดขึ้นได้เช่น หากเราพบว่าในขณะที่เราอยากตีลูกปิงปองให้มีความแม่นยำมากขึ้น เราควรจะกำหนดจุดมุ่งหมายในการฝึกหรือเล่นปิงปองแต่ละครั้งด้วยว่า เราจะฝึกตีลูกปิงปองให้แม่นยำมากขึ้นภายใน 1 อาทิตย์ ซึ่งนับเป็นการตั้งเป้าหมายในระยะเวลาสั้น และสามารถวัดได้จริงอันจะเป็นประโยชน์ต่อการตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการอย่างมีจุดมุ่งหมาย ทั้งนี้การตั้งจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการจำเป็นต้องอย่างหนึ่งที่ผู้ปกครองควรให้การช่วยเหลือและสนับสนุนแนวทางการตั้งจุดมุ่งหมายแต่ละครั้งด้วยผู้วิจัยจึงทำเอกสารเพิ่มเติมให้ผู้ปกครองด้วย

#### **บันทึกการทดลองช่วงโม่งเรียนที่ 15 สัปดาห์ที่ 5 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนาการ**

วันศุกร์ที่ 10 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ผู้วิจัยมุ่งให้ A.D. สามารถระบุกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองชอบได้จากการเลือกภาพเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายในการเข้าร่วมกิจกรรมที่หลากหลาย จะเป็นผลให้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนาการมีประสิทธิภาพเนื่องจากมีความสอดคล้องกัน ระหว่างการเลือกทำกิจกรรมนันทนาการกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการ เช่น A.D. สามารถตัดสินใจเลือกการเล่นฟุตบอลแทนการดูทีวีในบ้านเพราะเขาต้องการกิจกรรมที่ได้เคลื่อนไหวร่างกาย ออกกำลังกายและมีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัวของเขาด้วย ทั้งนี้การมีความรู้ในเรื่องกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายเพื่อเป็นทางเลือกนั้น จะเป็นการเพิ่มโอกาสในการตัดสินใจเลือกได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยอธิบายให้ A.D. ฟังถึงประโยชน์จากการทราบถึงกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายว่าจะช่วยให้เขามีตัวเลือกที่มากขึ้นในแต่ละสถานการณ์ ซึ่งจะเป็นการเพิ่มโอกาสให้การบรรลุวัตถุประสงค์ในแต่ละครั้งของการทำกิจกรรมเกิดขึ้นได้ เช่น เขาเลือกการเล่นคอมพิวเตอร์แต่วันนั้นไฟดับ การวาดรูปก็น่าเป็นกิจกรรมที่ใช้ทดแทนได้หากมีอุปกรณ์พร้อม ผู้วิจัยให้สมุดภาพกิจกรรมนันทนาการแก่ A.D. และตั้งเงื่อนไขขึ้นมาว่า หากเราต้องการออกกำลังกายเราจะเลือกทำกิจกรรมใดได้ เขาตอบจากการดูภาพประกอบว่า วิ่ง และ เต้น หากเราต้องการทำให้สงบเราควรเลือกกิจกรรมใด เขาตอบว่า นวด อ่านหนังสือ วาดรูป หากเราต้องการเพื่อนมากขึ้นเราควรทำกิจกรรมใดเขาตอบว่า งานปาร์ตี้ หากเราต้องการค้นหาความรู้เราควรทำกิจกรรมใดเขาตอบว่า อ่านหนังสือ เข้าห้องสมุด เมื่อ A.D. มีความเข้าใจแล้วถึงการเลือกกิจกรรมที่หลากหลายให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยจึงให้เขาเลือกทำกิจกรรมใน

สถานการณ์จริง โดยตั้งเงื่อนไขว่า หากเราจะพัฒนาด้านร่างกายเราควรทำกิจกรรมใด เขาเลือกการตีปิงปอง ซึ่งผู้วิจัยให้เขาวัดความแข็งแรงของร่างกายด้วยอัตราการเต้นของหัวใจก่อนการเล่นปิงปองและความรู้สึกเหนื่อย หลังจากการเล่นปิงปองแล้วพบว่าหัวใจเขาเต้นเร็วขึ้นในหนึ่งนาทีและเขารู้สึกเหนื่อย แสดงว่าร่างกายได้ออกกำลังและจะส่งผลให้เขามีความแข็งแรงมากขึ้น

### บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 16 สัปดาห์ที่ 6 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต

วันจันทร์ที่ 13 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ผู้วิจัยมุ่งให้ความรู้แก่ A.D. ในเรื่องสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิตอัน ได้แก่ ทักษะที่ต้องการเบื้องต้น เงิน อุปกรณ์และเครื่องมือ เวลาและบุคคลที่ทำกิจกรรมด้วย โดยแสดงคำสำคัญ ทักษะ เงิน อุปกรณ์ เวลาและคน รวมถึงภาพประกอบด้วยเพื่อให้มีความเข้าใจที่ง่ายมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยยกตัวอย่างว่าหากเราต้องการที่จะเล่นปิงปองเพื่อให้ร่างกายแข็งแรงและความสนุกสนาน เราควรมีสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิตต่อไปนี้ 1.เราต้องสามารถตีปิงปองได้ 2.เราควรมีอุปกรณ์ที่จำเป็นคือ ไม้ปิงปอง ลูกปิงปองและโต๊ะปิงปอง 3.เราควรมีคนที่เล่นกับเราด้วย 4.เราต้องมีเวลาว่างเพื่อเล่นปิงปอง 5.ถ้าเราไปสวนสัตว์เราต้องมีเงินจ่ายค่าธรรมเนียมด้วย เมื่อเรามีสิ่งที่จำเป็นต่างๆดังนี้แล้วก็จะเป็นการเพิ่มโอกาสให้เราบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยถามกลับเพื่อตรวจสอบความเข้าใจของ A.D. ด้วยการยกตัวอย่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการการไปท่องเที่ยวทะเลกับครอบครัว และวางบัตรคำ ภาพประกอบไว้บนโต๊ะเพื่อเป็นการกระตุ้นความจำของเขาและให้บอกสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิต A.D. สามารถตอบได้ว่า พ่อต้องขับรถไปและเขาต้องเตรียมเสื้อผ้าและชุดว่ายน้ำ (อุปกรณ์) และเมื่อไปแล้วต้องไปจ่ายสตางค์ที่โรงแรม(เงิน) พ่อเขาพาไป (คน)ในวันเสาร์-อาทิตย์ (เวลาว่าง) ซึ่งแสดงว่าเขามีความเข้าใจในสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิต

ผู้วิจัยแสดงสถานการณ์จริงแก่ A.D. ด้วยการชวนเขาทำกิจกรรมนันทนาการที่มีอยู่ในบ้านและเขาเลือกเอง พร้อมทั้งให้ความรู้ในเรื่องสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิตประกอบด้วยซึ่งเขาเลือกการตีกลองเพื่อความสนุกสนาน โดยมีอุปกรณ์พร้อม ผู้วิจัยวางบัตรคำอุปกรณ์ลงบนชุดกลองและบอกเขาว่านี่คืออุปกรณ์ซึ่งเป็นหนึ่งในสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิต ผู้วิจัยถามว่าใครซื้อมาให้เขาตอบว่า พ่อซื้อมาให้ ผู้วิจัยวางบัตรคำเงินลงบนชุดอุปกรณ์เช่นเดียวกันและขอให้เขาดีกลองให้ดูซึ่งแสดงว่ามีทักษะในกิจกรรมนั้นๆ และเราก็ดีกลองกันในเวลาว่าง ผู้วิจัยวางบัตรคำเวลาว่าง A.D. ยังเล่าให้ฟังอีกว่าเขาชอบตีกลองและร้องเพลงร่วมกับพี่น้องในครอบครัว ผู้วิจัยวางบัตรคำ คน ให้เห็นเมื่อร่วมกันทำกิจกรรมตีกลองแล้วผู้วิจัยกับ A.D. ออกไปบริเวณรอบบ้าน

เพื่อให้เขาแสดงการทำสวนเพื่อความเพลิดเพลินซึ่งมีอุปกรณ์ทำสวน ผู้วิจัยถามว่าใครเป็นคนตัดหญ้า A.D. ตอบว่าเขาเองแสดงว่าเขามีทักษะในการจัดสวนและตัดหญ้า ทำในเวลาว่างและร่วมกันทำกับคนในครอบครัวเช่นเดียวกับการตีกลอง การทราบถึงสิ่งที่จำเป็นเพื่อการบรรลุจุดมุ่งหมายทางนันทนิจิต จะช่วยให้การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิตของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญามีประสิทธิภาพมากขึ้นอย่างมีหลักการและเหตุผล

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 17 สัปดาห์ที่ 6 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต**

วันพุธที่ 15 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตส่วนบุคคลเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีผลต่อกระบวนการตัดสินใจที่คำนึงถึงการเข้าร่วมทางนันทนิจิตกล่าวคือการมีสมบัติส่วนตัวทั้งภายในที่ไม่ต้องหาซื้อและภายนอกที่สามารถหามาได้นั้นจะเป็นตัวบ่งชี้ให้กับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาสามารถตัดสินใจเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามความต้องการของตนเองได้สอดคล้องกับสิ่งที่ตนเองมีอยู่หรือทรัพยากรส่วนบุคคลนั่นเองทั้งนี้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตส่วนบุคคลประกอบด้วยภายในและภายนอก ซึ่งจะแบ่งรายละเอียดการทดลองออกเป็น 2 ชั่วโมงในชั่วโมงแรกผู้วิจัยสอนในเรื่องแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในหรือคุณสมบัติความชอบ ความถนัดในด้านต่างๆส่วนตัวของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาแต่ละคนมีอยู่แล้วซึ่งประกอบด้วย ด้านอารมณ์ สติปัญญา สังคม ร่างกาย ผจญภัย(ชอบความตื่นเต้น) ชอบค้นหาสิ่งใหม่ๆ หรือการท่องเที่ยว แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในนี้คือเอกลักษณ์เฉพาะตัวของเด็กแต่ละคนที่ไม่เหมือนกันตามพื้นฐานการเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อม ผู้ที่มีความเข้าใจจึงจะสามารถส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาได้อย่างถูกต้อง

ผู้วิจัยแสดงคำสำคัญเกี่ยวกับแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตส่วนบุคคลด้วยบัตรคำสี่เหลี่ยมสวยงามประกอบด้วยคำสำคัญดังนี้ 1.อารมณ์ 2.ร่างกาย 3.สังคม 4.สติปัญญา 5.ตื่นเต้น 6.ท่องเที่ยว และอธิบายให้ A.D. ฟังว่าเรามีความพิเศษอยู่ในตนเองนั่นคือพรสวรรค์หรือความสามารถพิเศษซึ่งไม่มีใครเหมือน ผู้วิจัยถามเขาว่าชอบทำอะไรบ้างให้บอกมาและจะเขียนบนกระดาน เขาสามารถบอกสิ่งที่ชอบทำได้ 7 อย่างดังนี้ 1.มวยปล้ำ 2.ฟุตบอล 3.เกม 4.ปีงปอง 5.ทำสวน 6.ตีกลอง 7.เครื่องบินบังคับ กิจกรรมส่วนใหญ่ที่ A.D. เลือกนั้นมีแนวโน้มกระทำเพื่อการเคลื่อนไหว ไม่อยู่นิ่งได้ทั้งประ โยชน์ในเชิงอารมณ์ สังคม ร่างกาย สติปัญญาและทำเพื่อความตื่นเต้นยกเว้นในด้านการท่องเที่ยวและการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ นอกบ้าน ผู้วิจัยแสดงให้เขาเห็นว่าสิ่งที่เขาชอบทำนั้นสอดคล้องกับแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายในที่เขามีอยู่มาก ทำให้การทำกิจกรรมนันทนาการของ A.D. มีความหลากหลายดังนั้นผู้ปกครองจึงควรจัดกิจกรรมนันทนาการให้มีความหลากหลายครอบคลุมทุกด้านตามความสนใจของเด็กที่มีความบกพร่อง

ทางสติปัญญา ทั้งนี้ผู้ปกครองควรกระตุ้นความต้องการในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆจากสังคมนอกบ้านเพื่อเป็นการเพิ่มประสบการณ์ในชีวิตให้กับเขาด้วย ผู้วิจัยจึงทำเอกสารเพิ่มเติมให้กับผู้ปกครองด้วย

### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 18 สัปดาห์ที่ 6 การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต**

วันศุกร์ที่ 17 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ในชั่วโมงเรียนนี้เป็นการเรียนรู้เรื่องแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตส่วนบุคคลต่อจากชั่วโมงเรียนที่ 17 ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญที่มีผลต่อกระบวนการตัดสินใจที่คำนึงถึงการเข้าร่วมทางนันทนจิตกล่าว คือการมีสมบัติส่วนตัวภายนอกที่สามารถหาได้ นั่นจะเป็นตัวบ่งชี้ให้ กับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาสามารถตัดสินใจเพื่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามความต้องการของตนเองได้สอดคล้องกับสิ่งที่ตนเองมีอยู่คล้ายกับปัจจัยภายนอกที่จะช่วยส่งเสริมเรานั้นเอง แหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตส่วนบุคคลภายนอกนั้น เหมือนกับแหล่งทรัพยากรทางนันทนจิตส่วนบุคคลภายในคือเป็นสิ่งที่ไม่เหมือนกันในแต่ละคนขึ้นอยู่กับความพร้อมและ โอกาสที่อำนวยแต่อย่างไรก็ตามการทราบถึงข้อดังกล่าวจะเป็นการเตรียมความพร้อมตลอดจนการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการในอนาคตได้ แหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกประกอบด้วย การเงิน ทรัพย์สินสิ่งของ เพื่อนและบุคคลในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยใช้แผ่นกระดาษแสดงคำสัญลักษณ์และรูปภาพประกอบเพื่อความเข้าใจที่ง่ายยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยอธิบายให้ A.D. ฟังถึงสิ่งที่เป็นความพร้อมที่เริ่มอยู่นั้นนอกจากจะมาจากภายในตัวเราแล้วตามที่ได้เรียนไปในชั่วโมงที่ผ่านมาเรายังต้องมีสิ่งที่เป็นความพร้อมของเราภายนอกด้วยซึ่งประกอบด้วย 1.เงิน 2.ทรัพย์สินสิ่งของ 3.เพื่อนและ 4.บุคคลในครอบครัว เช่นเมื่อเราต้องการออกไปเที่ยวทะเลเพื่อการมีประสบการณ์ที่สดชื่นเราควรคิดว่าเรามีพร้อมหรือยังในด้านการเงิน รถหรือพาหนะที่จะพาเราไปและเราจะไปกับใครหรือใครจะดูแลเราได้ซึ่งก็ต้องมี เงิน รถและเพื่อนหรือพ่อแม่ไปด้วยนั่นเอง หลังจากที่ได้อธิบายถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นแล้ว ผู้วิจัยยกตัวอย่างสถานการณ์การไปท่องเที่ยวต่างประเทศให้ A.D. เพื่อให้เขาตอบถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นและสามารถตอบได้ดังนี้ ต้องเตรียมเงิน เสื้อผ้า ซื้อมือถือเครื่องบิน ต้องไปกับพ่อแม่และมีคนคอยดูแลเมื่อถึงเวลาจำเป็นและเขาต้องมีที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อได้ถึงพ่อแม่อยู่กับ A.D. สามารถตอบคำถามถึงแหล่งทรัพยากรส่วนบุคคลภายนอกที่จำเป็นได้อย่างครบถ้วน นอกจากนี้เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาควรทราบเรื่องนี้แล้วผู้ปกครองผู้จัดสรรกิจกรรมนันทนาการให้กับเขาก็ควรทราบด้วยเพื่อการตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมหรือคัดเลือกกิจกรรมให้กับเด็กในความดูแลของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้วิจัยจึงทำเอกสารเพิ่มเติมให้กับผู้ปกครองด้วย

## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 19 สัปดาห์ที่ 7: ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่ อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

วันจันทร์ที่ 20 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเข้าถึงกิจกรรมนันทนาการของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในแหล่งหรือสถานที่ที่ได้จัดให้มีกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ได้ด้วยความสามารถของตนเองเช่น การทราบถึงสถานที่ตั้งของโรงภาพยนตร์และเข้าชมภาพยนตร์ตลอดจนโปรแกรมที่เข้าฉายจะเป็นผลให้การเข้าถึงกิจกรรมนันทนาการของเขาด้วยการตัดสินใจจากข้อมูลของแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตที่มีอยู่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตที่เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาควรทราบนั้นควรประกอบด้วยข้อมูลพื้นฐานที่เขาจะได้จากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตนั้นๆ เช่น ค่าธรรมเนียมการเข้าใช้ เวลาเปิดปิด ค่าบริการอื่นๆ ตลอดจนแหล่งทรัพยากรทางเอกสารเช่น หนังสือพิมพ์ แผ่นพับ แผ่นโฆษณาและแหล่งทรัพยากรมนุษย์ที่เขาจะสามารถใช้ประโยชน์จากการค้นหาข้อมูลได้ด้วยตนเองเช่นการใช้โทรศัพท์สอบถามข้อมูลที่ต้องการเป็นต้น

ผู้วิจัยเริ่มต้นการสอนถึงสิ่งที่จะได้ทราบเมื่อเราไปเข้าร่วมกิจกรรมทางนันทนาการด้วยการสอบถามถึงสถานที่ที่ A.D. อยากออกไปทำกิจกรรมท่องเที่ยวนอกบ้านแล้วสมมุติสถานการณ์ขึ้นมาพร้อมเล่าเรื่องประกอบบัตรคำดังนี้ 1.ค่าเช่า 2.ค่าอาหาร 3.ค่าอุปกรณ์ 4.ค่าเสื้อผ้า 5.ค่ารถ ซึ่งเขาเลือกการไปท่องเที่ยวต่างประเทศผู้วิจัยจึงใช้แผ่นประชาสัมพันธ์ของสนามบินสุวรรณภูมิและสายการบินไทยแอร์เอเชีย (Thai-Air Asia) ในเส้นทางกรุงเทพ-สิงคโปร์ประกอบการอธิบายว่าในการเดินทางครั้งนี้เราเดินทางด้วยเครื่องบินซึ่งเราต้องศึกษาเกี่ยวกับสนามบินและสายการบินนั้นด้วยในลำดับแรกการเดินทางไปสนามบินเราต้องรู้ว่าเราควรไปรถส่วนตัวหรือรถแท็กซี่ที่จะให้ความสะดวกเรามากกว่ากันแล้วต้องมีค่าใช้จ่ายเท่าไรโดยผู้วิจัยแสดงบัตรคำค่ารถ การไปถึงสนามบินต้องเสียค่าธรรมเนียมใดๆหรือไม่ซึ่งดูได้จากแผ่นพับประชาสัมพันธ์ของสนามบินผู้วิจัยแสดงบัตรคำค่าเช่า และระหว่างการรอขึ้นเครื่องหากเราหิวจะต้องซื้ออาหารควรไปที่ใดผู้วิจัยแสดงบัตรคำค่าอาหารและการเตรียมเสื้อผ้าต้องซื้อสิ่งใดพิเศษหรือไม่หากมีควรทราบเรื่องการเตรียมซื้อเสื้อผ้าหรือไม่ผู้วิจัยแสดงบัตรคำค่าเสื้อผ้าและค่าอุปกรณ์ หลังจากท้ออธิบายแล้วผู้วิจัยทบทวนซ้ำด้วยการแสดงบัตรคำทั้งหมดเรื่องสิ่งที่เราจะได้อีกจากการไปเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการซึ่งสิ่งสำคัญเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานในการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตต่อไป



## บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 20 สัปดาห์ที่ 7: ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่ อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต

วันพุธที่ 22 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตมีองค์ประกอบสำคัญนอกจากการรับรู้ถึงข้อมูลที่ควรได้รับจากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตซึ่งประกอบด้วยข้อมูลในด้านค่าขนส่ง อาหาร ค่าธรรมเนียมการใช้บริการ ค่าเสื้อผ้าและอุปกรณ์ต่างๆแล้ว เพื่อการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตที่มีประสิทธิภาพเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาควรใช้แหล่งทรัพยากรทางเอกสารที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตอันได้แก่ หนังสือพิมพ์ แผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ และสมุดโทรศัพท์ได้ด้วย และยังคงควรใช้แหล่งทรัพยากรมนุษย์เพื่ออำนวยความสะดวกในการเข้าร่วมทางนันทนิจิตได้ เช่นการโทรศัพท์ถามข้อมูลเกี่ยวกับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ต้องการ

ผู้วิจัยเริ่มต้นบทเรียนด้วยการทบทวนความรู้ในชั่วโมงเรียนที่ผ่านมาเรื่องข้อมูลที่ควรได้รับจากแหล่งทรัพยากรทางนันทนิจิตซึ่ง A.D. สามารถตอบด้วยคำสำคัญตามแผ่นข้อมูลอย่างครบถ้วนเป็นระยะเวลาประมาณ 10 นาทีจึงได้นำสื่อการสอนในชั่วโมงเรียนนี้ขึ้นมาเพื่อสร้างแรงจูงใจในความต้องการอยากรู้ของเขาโดยมีหนังสือพิมพ์ สมุดโทรศัพท์และแผ่นพับเกี่ยวกับแหล่งนันทนาการ ซึ่ง A.D. แสดงความตื่นเต้นและถามว่านี่คืออะไร ผู้วิจัยตอบว่าเป็นแหล่งของข้อมูลที่จะนำเราเข้าสู่การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่เราต้องการเช่น ในวันที่เขารู้สึกเบื่อและอยากจะออกไปนอกบ้านหรือทำกิจกรรมใดๆเขาสามารถหาข้อมูลโปรแกรมการฉายภาพยนตร์ได้จากหนังสือพิมพ์ ตารางการแข่งขันฟุตบอลจากสมุดแสดงรายการทีวีของสถานีบริกาพิเศษ หรือดูการจัดงานสำคัญต่างๆจากรูปภาพในหนังสือพิมพ์แล้วสามารถชวนผู้ปกครองไปได้ นอกจากนี้หากเขาอยากไปเรียนดนตรีหรือการวาดภาพเพิ่มเติมหากไม่รู้ว่าจะไปที่ใด ก็สามารถใช้สมุดโทรศัพท์ร่วมกันเปิดดูกับผู้ปกครองหาโรงเรียนที่สามารถสอนเขาได้ ทั้งนี้ในการพูดคุยทางโทรศัพท์ที่นับเป็นการแสดงออกถึงการสื่อสารและปฏิสัมพันธ์ทางสังคมซึ่งนับว่ามีความสำคัญในการใช้ชีวิตประจำวันปกติอย่างมาก ผู้วิจัยจึงสมมุติสถานการณ์การใช้โทรศัพท์ไปถามผู้ประกอบการ หนึ่งว่ามีหนังสือที่เขาต้องการเข้าฉายหรือไม่ ซึ่งผู้วิจัยสมมุติให้เป็นชื่อหนังสือที่มีการสื่อสารอย่างง่ายคือเรื่อง นกเพนกวิน โดยมีขั้นตอนการคุยโทรศัพท์ในบัตรคำดังนี้ 1.กล่าวทักทาย 2.ถามสิ่งที่ต้องการ 3.กล่าวขอบคุณ ซึ่งผู้วิจัยลองฝึกการใช้โทรศัพท์กับ A.D. ก่อน เขาสามารถแสดงทักษะการใช้โทรศัพท์ได้อย่างดีเนื่องจากมีความคุ้นเคยอยู่แล้วเพียงแต่การใช้โทรศัพท์เพื่อสอบถามข้อมูลนั้นยังเป็นสิ่งใหม่ เขาจึงยังไม่ค่อยมีความมั่นใจซึ่งแสดงออกด้วยการพูดคุยอย่างเบาๆ แต่เมื่อผู้วิจัยแสดงบัตรคำลำดับขั้นตอนการใช้โทรศัพท์แล้วเขาแสดงความมั่นใจมาก

ขึ้น การใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตได้อย่างมีประสิทธิภาพจะ  
ช่วยส่งเสริมให้สิ่งที่เขาตัดสินใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นบรรลุเป้าหมายได้อย่างชัดเจน

## **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 21 สัปดาห์ที่ 7: ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่**

### **อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต**

วันศุกร์ที่ 24 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. ชั่วโมงเรียนสุดท้ายของหน่วยการ  
เรียนรู้ที่ 5 ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิตซึ่งเป็น  
การเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในเรื่องผู้ให้บริการทาง  
นันทนิจิตที่มีอยู่ในชุมชนซึ่งจะเป็นช่องทางให้สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ต้องการได้  
ซึ่งประกอบด้วยผู้ให้บริการในภาคีรัฐบาล เอกชน โรงเรียน กลุ่มอาสาสมัคร กลุ่มองค์กรทางศาสนา ใน  
ภาครัฐมีผู้ให้บริการซึ่งมิได้หวังผลกำไรใดๆเช่น สนามกีฬา สวนสาธารณะ อุทยานธรรมชาติต่างๆ  
พิพิธภัณฑสถานซึ่งเปิดบริการให้ประชาชนเข้าเยี่ยมชมบางแห่งไม่เก็บค่าธรรมเนียม บางแห่งมีการเก็บ  
ค่าธรรมเนียมแต่ก็ไม่มากนักเพราะมิได้หวังผลกำไรแต่อย่างใด ในขณะที่การให้บริการจากภาคเอกชน  
ส่วนใหญ่ผู้ใช้บริการต้องเสียค่าธรรมเนียมในการเข้ารับบริการเช่น ค่าตั๋วเพื่อดูหนัง การโยน โบว์ลิ่ง  
หรือการท่องเที่ยวในรูปแบบต่างๆที่จัดขึ้นโดยบริษัทที่เกี่ยวข้อง ในด้านโรงเรียนซึ่งเป็นสถานที่ราชการใน  
บริเวณชุมชนก็นับเป็นการให้บริการโดยภาครัฐประเภทหนึ่งแต่จะมีความใกล้ชิดกับผู้คนในชุมชนมาก  
ขึ้น มีการสอนการทำกิจกรรมนันทนาการต่างๆซึ่งเป็นการสนับสนุนจากนโยบายของโรงเรียน เช่น การ  
สอนวาดภาพ การเย็บปักถักร้อย การสอนกีฬาประเภทต่างๆตามความสนใจของคนส่วนใหญ่  
นอกจากนี้กลุ่มอาสาสมัครก็นับเป็นกลุ่มให้บริการทางนันทนาการที่มีความสำคัญเนื่องจากเป็นอีกหนึ่ง  
ทางเลือกในการนำเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเข้าสู่กระบวนการทางนันทนิจิต หากแต่กลุ่ม  
อาสาสมัครเป็นกลุ่มที่มักทำกิจกรรมตามนโยบายขององค์กรตนเองเป็นหลักหรือเพื่อกลุ่มเป้าหมาย  
เฉพาะเท่านั้น ผู้สนใจควรติดตามข่าวสารเสมอทั้งจากอินเทอร์เน็ตหรือประกาศถึงกิจกรรมที่จัดขึ้นเช่น  
ค่าย YMCA เพื่อศิลปะสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาประจำเดือนมกราคมเปิดรับสมัคร  
เด็กและผู้ปกครองที่มีความสนใจ ซึ่งผู้เข้าร่วมอาจต้องเสียค่าบริการบางส่วนเหตุผลเพราะกลุ่มองค์กร  
ดังกล่าวมิได้รับเงินทุนสนับสนุนจากภาครัฐโดยตรงแต่เป็นการดำเนินงานในองค์กรตนเองด้วยรายได้ที่  
เกิดขึ้นอย่างไม่หวังผลกำไร ในด้านองค์กรทางศาสนามักจัดกิจกรรมนันทนาการทางศิลปวัฒนธรรม  
ส่งเสริมให้เยาวชนและประชาชนทุกกลุ่มเข้าร่วมโดยจัดเป็นองค์กรที่ไม่หวังผลกำไรเช่นกัน การเรียนรู้  
ร่วมกันระหว่างผู้ปกครองและเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในหน่วยการเรียนรู้นี้คือสิ่งจำเป็น  
เนื่องจากผู้ปกครองต้องสนับสนุนให้โอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมตามความต้องการของเด็กซึ่งความ

หลากหลายจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อผู้ปกครองเสนอทางเลือกตามความรู้ในเรื่องผู้ให้บริการทางนันทนจิตที่มีอยู่ในชุมชน ผู้วิจัยได้ให้ความรู้ดังกล่าวแก่ผู้ปกครองพร้อมทั้งมีการถามตอบตามเอกสารสำหรับผู้ปกครองซึ่งทั้งนี้มีความแตกต่างกันไปตามพื้นฐานของแต่ละครอบครัวแต่อย่างไรก็ตามต้องใช้หลักการเดียวกันเพื่อการบรรลุวัตถุประสงค์จะเกิดขึ้น

### บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 22 สัปดาห์ที่ 8: ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

วันจันทร์ที่ 27 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งเป็นหน่วยการเรียนรู้สุดท้ายของหลักสูตรนันทนจิตศึกษา การสื่อสารสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญานับว่ามีความสำคัญเพื่อการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีกับคนรอบข้างเพื่อการใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขและมีคุณภาพซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็นการสื่อสารด้วยภาษาพูดและการสื่อสารด้วยท่าทาง สำหรับที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาบางคนอาจประสบปัญหาในทางสรีระของร่างกายซึ่งส่งผลให้เขาไม่สามารถพูดได้อย่างชัดเจน การสื่อสารแบบไม่ใช้คำพูดซึ่งสื่อโดยท่าทางจึงมีความสำคัญในด้านของการทดแทนหรือส่งเสริมให้ผู้รับสารมีความเข้าใจมากยิ่งขึ้นเพื่อสนองต่อความต้องการของเขาได้ ในชั่วโมงนี้ผู้วิจัยจึงมุ่งให้ A.D. สามารถแสดงถึงกระบวนการสื่อสารที่มีผู้รับสารและผู้ส่งสารได้

ผู้วิจัยเริ่มต้นด้วยการถาม A.D. ว่าหากเขาต้องการให้พ่อรู้ว่าเขาอยากได้เข็มขัดมวดยปล้ำเขาจะทำอย่างไร เขาตอบว่า บอก ซึ่งคำดังกล่าวเป็นคำที่ผู้วิจัยเคยสอนแล้วในชั่วโมงเรียนที่ผ่านมา เมื่อเขาตอบมาด้วยคำดังกล่าวแสดงว่าเขาทราบถึงสิ่งที่ควรทำเมื่ออยากตอบสนองต่อความต้องการของตนเองได้ ผู้วิจัยจึงหยิบโทรศัพท์ขึ้นมาเพื่อสร้างความสนใจ A.D. ถามว่านี่คืออะไรผู้วิจัยตอบว่าโทรศัพท์ซึ่งจะเป็นอุปกรณ์ที่เราจะใช้เรียนกันในวันนี้ ก่อนอื่นเราต้องทราบก่อนว่าการสื่อสารคือสิ่งสำคัญในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเช่น A.D. บอกพ่อว่าเขาอยากได้ชุดตีกลอง และการที่เขาพูดคุยกับพี่น้องก็เป็น การสื่อสาร นอกจากนี้การที่ A.D. แสดงท่าทางประกอบการพูดคุย ท่าทางนั้นก็จัดเป็นการสื่อสารอย่างหนึ่ง วันนี้เรามีโทรศัพท์และขั้นตอนการพูดคุยโทรศัพท์ดังนี้ (ผู้วิจัยแสดงบัตรคำประกอบ) 1.หาเบอร์ 2.กล่าวสวัสดี 3.พูดคุย 4.กล่าวอำลาหรือขอบคุณ โดยผู้วิจัยอธิบายประกอบบัตรคำว่าหากเราต้องการโทรไปหาใครเราต้องทราบเบอร์โทรก่อน หลังจากนั้นเมื่อเราโทรไปแล้วมีผู้รับสายการสื่อสารก็เกิดขึ้นเราควรเริ่มต้นด้วยการกล่าวทักทายสวัสดีและเริ่มการสนทนา ในขณะที่เราพูดคุยเราควรมีจุดมุ่งหมายว่าจะคุยอะไร เมื่อเราพูดคุยจบควรจะสิ้นสุดการสนทนาด้วยการกล่าวอำลาและขอบคุณ ผู้วิจัยให้ A.D. เลือกการเข้าร่วมกิจกรรมตามความต้องการของตนเองจากแฟ้มภาพซึ่งเขาจะเลือกภาพที่มีเบอร์โทรศัพท์ประกอบซึ่งนับเป็นการแสดงออกที่สอดคล้องกับการสอนที่ผู้วิจัยให้ไว้เมื่อเขาเลือก

ภาพกิจกรรมนั้นหนาการที่ต้องการแล้วและหาเบอร์โทรศัพท์ได้ เขาจะกดจากโทรศัพท์และผู้วิจัยจะเป็นบุคคลปลายสายผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับแหล่งนั้นหนาการนั้นและจบการสนทนาด้วยการกล่าวขอบคุณยกตัวอย่างการสนทนาการโทรไปถามเกี่ยวกับหนังสือหนึ่งดังนี้

A.D.: สวัสดีครับ

ผู้วิจัย: สวัสดีครับ โรงหนังเมเจอร์ครับ

A.D.: หนังสือนกเพนกวินมีไหมครับ

ผู้วิจัย: มีครับอยากดูรอบกี่โมงครับ

A.D.: บ่ายสองครับ

ผู้วิจัย: มีรอบบ่ายสองโมงครึ่งได้ไหมครับ

A.D.: ได้ครับ

ผู้วิจัย: จองชื่อใครครับ

A.D.: A.D. ครับ

ผู้วิจัย: ครับเรื่องนกเพนกวิน รอบบ่ายสอง โมงครึ่ง คุณ A.D. นะครับ

A.D.: ครับ

ผู้วิจัย: ขอบคุณมากครับ

A.D.: สวัสดีครับ

ผู้วิจัย: สวัสดีครับ

ในขณะที่มีการสนทนาผู้วิจัยแสดงบัตรคำตัวอย่างการสื่อสารด้วยภาษาให้ A.D. เห็นด้วยและสรุปว่าวันนี้ในกระบวนการสื่อสารที่เราเรียนกันนั้นต้องมีคนพูดและคนฟังด้วยซึ่งกระบวนการดังกล่าวจะช่วยให้เราได้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้างได้

### บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 23 สัปดาห์ที่ 8: ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

วันพุธที่ 29 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. หน่วยการเรียนรู้ที่ 6 ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผู้วิจัยทบทวนความรู้ในเรื่องประเภทของการสื่อสารด้วยการใช้โทรศัพท์ซึ่งมีขั้นตอน 4 ขั้นตอนอย่างง่ายซึ่ง A.D. สามารถตอบได้ครบทั้งหมดคือ การหาเบอร์ การกล่าวสวัสดี การพูดคุย และการกล่าวอำลา เขาแสดงความมั่นใจในการตอบด้วยการตอบครั้งเดียวแต่ยังมีการพูดสลับกันอยู่บ้างระหว่างการกล่าวสวัสดีและการกล่าวอำลา เมื่อได้ทบทวนความรู้เดิมแล้วผู้วิจัยหยิบแผ่นภาพวงกลมซึ่งเป็นสื่อการสอนในชั่วโมงนี้ขึ้นมา A.D. ถามด้วยความสนใจว่า “นี่อะไร” ผู้วิจัยตอบว่าเป็นเกมที่เราจะเล่นกันในวันนี้ โดยเขาต้องบอกให้ผู้วิจัยวาดภาพนั้นพร้อมทั้งอธิบายให้ถูกต้อง ซึ่งเราเรียกว่าเป็นการสื่อสารโดยการใช้อำนาจซึ่งเราจะเล่นกันในวันนี้ A.D. เริ่มต้นด้วยการอธิบายภาพวงกลมขนาดเท่ากันติดอยู่ในตำแหน่งที่

ชิดกัน 2 วง ตามกำหนดการสอนที่วางไว้นั้นไม่ให้ผู้รับสารพูดหรือซักถามสิ่งใดเลยแต่เมื่อนำมาปฏิบัติจริงแล้ว การที่ผู้วิจัยไม่พูดหรือซักถามสิ่งใดเลยทำให้ A.D. รู้สึกอึดอัดและแสดงท่าทางไม่สบายตัวทำที่นั่งเจ็บเช่นเดียวกันและแสดงความไม่มั่นใจด้วยการพูดเบาๆ ซึ่งการแสดงพฤติกรรมเช่นนี้จะทำให้การเข้าร่วมกิจกรรมนั้นทนทานการของเขาไม่ประสบความสำเร็จในด้านความพึงพอใจได้ ผู้วิจัยจึงเปลี่ยนให้ผู้รับสารหรือผู้ฟังนั้นสามารถพูดหรือซักถามเพื่อความถูกต้องได้ หลังจากที่ได้ทดลองใช้และปรับเปลี่ยนวิธีการสื่อสารให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นแล้วนั้น A.D. ได้เริ่มอธิบายภาพวงกลมดังกล่าวดังนี้ “วาดวงกลมหนึ่งวงตรงกลาง อีกวงหนึ่งวาดข้างซ้าย” เมื่อผู้วิจัยวาดภาพวงกลม 2 วงแต่ไม่ติดกัน เขาบอกว่า “ไม่ใช่ ต้องวาดติดกันแบบนี้” A.D. พยายามออกมาวาดเองแต่ผู้วิจัยตอบว่าไม่ได้ เขาต้องเป็นผู้ส่งสารเท่านั้น เมื่อผู้วิจัยวาดภาพเสร็จแล้วถาม A.D. ว่าถูกต้องหรือไม่เขาตอบว่า “ถูก” ภาพต่อมาเป็นภาพวงกลม 3 วงวางซ้อนกันในลักษณะของสามเหลี่ยม A.D. ยกภาพดังกล่าวขึ้นมาดูและพยายามอธิบายอย่างตั้งใจด้วยถ้อยคำที่ชัดเจนและชี้นิ้วแสดงตำแหน่งของวงกลมด้วยดังนี้ “วาดวงกลมตรงกลาง อีกวงติดกัน อีกวงอยู่ข้างบน” เมื่ออธิบายเสร็จผู้วิจัยวาดตามและสอบถามเขาว่าถูกต้องหรือไม่ ในภาพสุดท้ายเป็นการซ้อนกันตามแนวอนของวงกลม 3 วงในลักษณะห้วง 3 ห่วงซ้อนกันซึ่งเขาอธิบายได้ด้วยการที่ผ่อนคลายนั่งอิงพนักเก้าอี้แต่ยังคงแสดงความตั้งใจพูดอธิบายด้วยท่าที่มั่นใจ เสียงดังชัดเจนและบอกเมื่อผู้วิจัยวาดภาพไม่ตรงกับสิ่งที่เขาเห็นดังนี้ “วาดวงกลมตรงกลาง อีกวงกลมวาดข้างๆ” เมื่อผู้วิจัยวาดวงกลมด้านข้างแต่วาดติดกันไม่ได้ซ้อนเป็นห้วง เมื่อเขาเห็นดังนั้นนั้นก็บอกว่า “ไม่ใช่ ลบๆ” ผู้วิจัยลบภาพที่วาดไว้และวาดใหม่ A.D. บอกว่า “ต้องวาดทับกันข้างๆนิดเดียว” เมื่อผู้วิจัยวาดภาพวงกลม 2 วงซ้อนกันในลักษณะห้วง เขาบอกว่า “ใช่แล้วครับ” เมื่อถูกต้องดังนั้น A.D. บอกว่าให้วาดอีกวงหนึ่งทับนิดเดียวกับตรงกลาง หลังจากที่วาดเสร็จผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องกับภาพที่ A.D. ถี้อวาดภาพทั้งหมดเสร็จผู้วิจัยสรุปให้ A.D. ฟังว่าการสื่อสารด้วยการพูดนั้นถ้าเราจะทำให้ดีขึ้นต้องชัดเจนและถูกต้องเช่นเดียวกับที่เราวาดภาพด้วยกันในชั่วโมงนี้

#### **บันทึกการทดลองชั่วโมงเรียนที่ 24 สัปดาห์ที่ 8: ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม**

วันศุกร์ที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2549 เวลา 10.00-12.00 น. เป็นการเรียนการสอนชั่วโมงสุดท้ายสำหรับหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาหลังจากที่ทำการเรียนการสอนมาเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สำหรับการสื่อสารด้วยอวัจนภาษาของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเป็นการแสดงท่าทางด้วยร่างกายหรือหน้าตาบอกถึงสิ่งที่ตนเองต้องการจะสื่อสารให้ผู้รับสารทราบ นับว่ามีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าการสื่อสารด้วยคำพูด และในบางกรณีหรือสถานการณ์อาจต้องใช้ประเภทของการสื่อสารทั้งสองแบบร่วมกันเช่น เมื่อเขาต้องรับประทานมะซึ่งเป็นผักที่ไม่ชอบแต่ A.D. ไม่ทราบว่ามิรสขมอยู่ด้วยจึงไม่สามารถสื่อสารด้วยคำพูดได้ว่า “ขม” แต่เขาสามารถแสดงท่าทาง

ไม่ชอบหรือโง่ขี้มึนไม่ต้องการอะไรก็ได้ ในสถานการณ์กิจกรรมนั้น ทักษะการแสดงท่าที่รวมถึงคำพูดของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจะช่วยทำให้การสื่อสารกับคนรอบข้างเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เช่น เมื่อเด็กเล่นฟุตบอลแล้วเหนื่อยเขาแสดงท่าทางเหนื่อยพร้อมกับพูดว่าเหนื่อย คนที่อยู่รอบข้างก็จะเข้าใจมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยเริ่มต้นบทเรียนด้วยการแสดงบัตรคำ “เบื่อ, สงสัย, เศร้า, ตื่นเต้น, มีความสุข, ผ่อนคลาย, หรือไม่สบาย” เพื่อดึงดูดความสนใจ A.D. และผู้วิจัยแสดงท่าทางเอามือกุมไว้ที่ท้อง ตัวอ้อและทำหน้าที่แสดงอาการปวด A.D. ถามผู้วิจัยว่าเป็นอะไร ผู้วิจัยจึงถามย้อนกลับเขาไปว่าให้ลองเดาดูว่านี่เป็นการแสดงอาการอะไร เขาสามารถตอบได้ว่าปวดท้อง ผู้วิจัยอธิบายให้ฟังว่าการแสดงท่าทางเช่นนี้เป็นการสื่อสารอย่างหนึ่งที่เราสามารถใช้สื่อกับคนรอบข้างเราได้ โดยที่บางครั้งเราไม่ต้องพูดด้วยซ้ำ ในวันนี้เราจะลองแสดงท่าทางตามบัตรคำที่ได้เห็นไปแล้วนั้นร่วมกัน โดยที่เราจะสลับกันเป็นผู้ส่งสารและผู้รับสาร ใครที่เป็นผู้ส่งสารต้องอ่านบัตรคำนั้นและให้ผู้รับสารเดาว่าผู้ส่งสารกำลังแสดงท่าทางใดอยู่ ทั้งนี้ในการใช้จริง A.D. ไม่สามารถอ่านคำศัพท์ที่ปรากฏในบัตรคำได้ ผู้วิจัยจึงต้องอ่านบัตรคำและให้เขาแสดงท่าทางและผู้วิจัยเป็นผู้ตรวจสอบว่าเขาสามารถแสดงท่าทางได้ตรงกับบัตรคำหรือไม่ เมื่อเริ่มเล่นในระยะแรก A.D. แสดงอาการเงินอายนและปฏิเสธไม่ยอมทำตามแต่เมื่อผู้วิจัยแสดงท่าทางการเริ่มเล่นให้เขาดูก่อนในบัตรคำ “เบื่อ” ผู้วิจัยแสดงสีหน้าเหม็นเฉยไม่สนใจและหัวพร้อมๆกับเอามือเท้าคางและเปลี่ยนมาเป็นการนั่งพิงพนักเบาะโซฟา โดยให้เขาคิดว่านี่เป็นการแสดงท่าที่ใดจากบัตรคำที่ผู้วิจัยได้อ่านให้เขาฟังไปในตอนแรกซึ่งเขาสามารถหยิบบัตรคำ “เบื่อ” ได้ หลังจากนั้นผู้วิจัยหยิบบัตรคำ “เศร้า” และให้เขาลองแสดงอาการเศร้าออกมาโดยผู้วิจัยต้องสมมุติสถานการณ์ขึ้นมาว่า เขาไม่ได้ไปเที่ยวกับพ่อในวันหยุดแล้วเสียใจจะทำหน้าอย่างไรหรือแสดงอาการใดเขาตอบว่า ไม่พูดและแสดงสีหน้าเหม็นเฉย ซึ่งเป็นการแสดงออกด้วยท่าที่ทางอวัจนภาษาได้อย่างถูกต้องตรงตามความรู้สึกของตนเอง ผู้วิจัยหยิบบัตรคำ “ตื่นเต้น” และถามความรู้สึกเขาตอนที่ได้เครื่องบินบังคับวิทยุ เขาแสดงการตื่นเต้นด้วยสีหน้ายิ้มและร้องเสียงสูงแสดงความดีใจ ในส่วนของคำอื่นๆนั้นผู้วิจัยเพียงใช้การบอก A.D. เท่านั้นว่าอารมณ์และความรู้สึกของเรามีได้ตามที่ได้เรียนรู้ไปเราควรที่จะมีการแสดงการสื่อสารทางร่างกายประกอบกับการพูดเพื่อการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพด้วย

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ภาคผนวก ฉ

### แบบตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ของผู้ทรงคุณวุฒิ

#### หลักสูตรนันทนจิตศึกษาของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ เพื่อพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ซึ่งประกอบด้วยหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา จำนวน 6 หน่วยการเรียนรู้ ใช้เวลาสำหรับการเรียนการสอนตลอดหลักสูตร จำนวน 24 ชั่วโมง เพื่อให้ได้หลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ที่มีคุณภาพและสามารถนำไปใช้ในการวิจัยได้จริง ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบหลักสูตรนันทนจิตศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ก่อนที่จะนำหลักสูตรนันทนจิตศึกษาที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขและเสนอแนะจากท่านผู้ทรงคุณวุฒิแล้วนี้ไปใช้ในการให้บริการแก่ผู้เข้าร่วม

หลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ประกอบด้วยหน่วยการเรียนรู้และจำนวนชั่วโมง ดังนี้ 1.ความซาบซึ้งทางนันทนจิต จำนวน 4 ชั่วโมง 2.การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต จำนวน 5 ชั่วโมง 3.ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต จำนวน 4 ชั่วโมง 4.การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต จำนวน 5 ชั่วโมง 5.ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต จำนวน 3 ชั่วโมง 6.ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม จำนวน 3 ชั่วโมง โดยในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ เนื้อหา กิจกรรม สื่อ การสอน การประเมิน สถานที่และการสรุป ผู้วิจัยใคร่ขอให้ท่านผู้ทรงคุณวุฒิได้พิจารณาหลักสูตรนันทนจิตศึกษาในรายละเอียดของแต่ละหน่วยโดยผู้วิจัยได้กำหนดคะแนนในแต่ละข้อ มีรายละเอียด ดังนี้

- 1 เมื่อแน่ใจว่า รายละเอียดในหัวข้อนั้น ๆ ไม่สามารถนำไปใช้ในการวิจัยได้
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่า รายละเอียดในหัวข้อนั้น ๆ จะสามารถนำไปใช้ในการวิจัยได้หรือไม่
- +1 เมื่อแน่ใจว่า รายละเอียดในหัวข้อนั้น ๆ สามารถนำไปใช้ได้ในการวิจัยได้

อนึ่ง หากท่านผู้ทรงคุณวุฒิมีข้อคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติมประการใด โปรดเขียนรายละเอียดเพิ่มเติมในช่องข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติมด้วย เพื่อให้การพิจารณาปรับปรุงหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาเป็นไปได้อย่างดียิ่งขึ้น และผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
สัปดาห์ที่ 1				
ชั่วโมงเรียนที่ 1				
หน่วยการเรียนรู้: ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต วัตถุประสงค				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
คำถามท้ายเรื่อง				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
ชั่วโมงเรียนที่ 2				
หน่วยการเรียนรู้: ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต วัตถุประสงค				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				



รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 3</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>สัปดาห์ที่ 2</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 4</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความซาบซึ้งทางนันทนิจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 5</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 6</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 7</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 8</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 9</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>สัปดาห์ที่ 4</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 10</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือก</b> <b>ด้วยตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 11</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือก</b> <b>ด้วยตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 12</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือก</b> <b>ด้วยตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>สัปดาห์ที่ 5</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 13</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือก</b> <b>ด้วยตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 14</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 15</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>สัปดาห์ที่ 6</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 16</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 17</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 18</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				



รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>สัปดาห์ที่ 7</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 19</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่ง</b> <b>ทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก</b> <b>ทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 20</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่ง</b> <b>ทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก</b> <b>ทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 21</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่ง</b> <b>ทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก</b> <b>ทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>สัปดาห์ที่ 8</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 22</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 23</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 24</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b> <b>วัตถุประสงค์</b>				
เนื้อหา				
กิจกรรม				
สื่อการสอน				
การประเมิน				
สถานที่				
สรุป				

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิมา ณ โอกาสนี้ที่ได้พิจารณาครบทุกข้อ

สภามหาวิทยาลัยบูรพา  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข

แบบตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา  
ของผู้ทรงคุณวุฒิ

เครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา  
ที่เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา  
ของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ เพื่อพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยมีหลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา จำนวน 6 หน่วยการเรียนรู้ ใช้เวลาสำหรับการเรียนการสอนตลอดหลักสูตรจำนวน 24 ชั่วโมง มีการวัดความสามารถของผู้เรียนก่อนและหลังเข้ารับบริการในหลักสูตรเพื่อประเมินผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนด้วยเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น คือ เครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ที่เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาของโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา ดังนั้น เพื่อให้ได้เครื่องมือวัดที่มีคุณภาพ ผู้วิจัยจึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ก่อนที่จะนำเครื่องมือที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขและเสนอแนะจากท่านผู้ทรงคุณวุฒิแล้วนี้ไปวัดความสามารถของผู้เข้าร่วมก่อนและหลังเข้าร่วมในหลักสูตรนันทนจิตศึกษา

เครื่องมือวัดความสามารถของผู้เข้ารับบริการในหลักสูตรนันทนจิตศึกษาประกอบด้วยแบบวัดความสามารถจำนวน 22 แบบ แบบสังเกตพฤติกรรม 11 แบบ และแบบสำรวจจำนวน 1 แบบ รวมทั้งสิ้น 34 แบบ ผู้วิจัยใคร่ขอให้ท่านผู้ทรงคุณวุฒิได้พิจารณาเครื่องมือในแต่ละแบบ โดยผู้วิจัยได้กำหนดคะแนนในแต่ละข้อ มีรายละเอียด ดังนี้

- |    |                  |  |
|----|------------------|--|
| -1 | เมื่อแน่ใจว่า    | เครื่องมือนั้นไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ |
| 0  | เมื่อไม่แน่ใจว่า | เครื่องมือนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์    |
| +1 | เมื่อแน่ใจว่า    | เครื่องมือนั้นสอดคล้องกับวัตถุประสงค์    |

อนึ่ง หากท่านผู้ทรงคุณวุฒิมีข้อคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะเพิ่มเติมประการใด โปรดเขียนรายละเอียดเพิ่มเติมในช่องข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติมด้วย เพื่อให้การพิจารณาปรับปรุงเครื่องมือเป็นไปได้ดียิ่งขึ้น และผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>1.ความซบเซ็งทางนันทนจิต</b>				
1.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่นั้นเคยเล่น				
1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทาง นันทนจิต				
1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำหรือ เข้าร่วมกิจกรรมของตน				
1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจ ประจำวัน				
1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่ง ทางนันทนจิตรอบๆบ้านของตน				
1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผล ทางนันทนจิต				
1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ				
1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรค ทางนันทนจิต				
1.9 แบบวัดความสามารถในการ เอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต				
1.10 แบบวัดประสิทธิภาพ นันทนจิตของตน				
1.11 แบบสังเกตพฤติกรรม การเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>2.การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต</b>				
2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่ฉันชอบทำ				
2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ				
2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอดีต				
2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในปัจจุบัน				
2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่องการ เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในอนาคต				
<b>3.ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วย ตนเองทางนันทนจิต</b>				
3.1 แบบวัดความมีอิสระในการ กำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันทนจิต				
3.2 แบบสำรวจตารางเวลา				
3.3 แบบวัดความพึงพอใจ ทางนันทนจิต				
3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิ ของตนเองคำถามชุด				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>4.การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนจิต</b>				
4.1แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง				
4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้				
4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ				
4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ				
4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว				
<b>5.ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนจิต</b>				
5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร				
5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร				
5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์				
5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ				
5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร				

รายการ	ผลการพิจารณา			ข้อคิดเห็นและเสนอแนะเพิ่มเติม
	-1	0	+1	
<b>6.ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b>				
6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม				
6.2 แบบสังเกตพฤติกรรม				

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิมา ณ โอกาสนี้ที่ได้พิจารณาครบทุกข้อ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข

ผลคะแนนจากผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตร

และเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

หลักสูตรนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ลำดับที่ 1</b>		
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 1</b>		
หน่วยการเรียนรู้: ความซาบซึ้งทางนันทนจิต วัตถุประสงค์	0.8	
เนื้อหา	1	
กิจกรรม	0.5	
คำถามท้ายเรื่อง	0.7	
สื่อการสอน	0.8	
การประเมิน	0.5	
สถานที่	0.7	
สรุป	0.7	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 2</b>		
หน่วยการเรียนรู้: ความซาบซึ้งทางนันทนจิต วัตถุประสงค์	0.8	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.5	
สื่อการสอน	0.8	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	0.5	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 3</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความซาบซึ้งทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.7	
เนื้อหา	0.8	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	0.8	
การประเมิน	1	
สถานที่	0.8	
สรุป	1	
<b>สัปดาห์ที่ 2</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 4</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความซาบซึ้งทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	1	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.5	
สื่อการสอน	0.7	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	1	
สรุป	1	

สถาบันวิทย์บิการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
ชั่วโมงเรียนที่ 5 หน่วยการเรียนรู้: การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต วัตถุประสงคื	1	
เนื้อหา	0.8	
กิจกรรม	1	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	1	
สรุป	0.8	
ชั่วโมงเรียนที่ 6 หน่วยการเรียนรู้: การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต วัตถุประสงคื	1	
เนื้อหา	0.5	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	1	

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
ชั่วโมงเรียนที่ 7 หน่วยการเรียนรู้: การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต วัตถุประสงคื	1	
เนื้อหา	0.8	
กิจกรรม	1	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	1	
ชั่วโมงเรียนที่ 8 หน่วยการเรียนรู้: การตระหนักรู้ส่วนตนทางนันทนจิต วัตถุประสงคื	1	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	1	

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการ	C	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 9</b> หน่วยการเรียนรู้: การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต วัตถุประสงค	0.8	
เนื้อหา	0.8	
กิจกรรม	1	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	1	
สรุป	0.8	
<b>สัปดาห์ที่ 4</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 10</b> หน่วยการเรียนรู้: ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วย ตนเองทางนันทนจิต วัตถุประสงค	0.8	
เนื้อหา	0.8	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	1	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 11</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วย</b> <b>ตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.8	
เนื้อหา	0.4	*****
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	0.8	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	0.8	
สรุป	0.7	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 12</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วย</b> <b>ตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.8	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	0.7	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	1	
สรุป	0.8	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>สัปดาห์ที่ 5</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 13</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความมีอิสระในการกำหนดเลือกด้วย</b> <b>ตนเองทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.7	
เนื้อหา	0.5	
กิจกรรม	0.2	*****
สื่อการสอน	0.4	*****
การประเมิน	0.5	
สถานที่	0.5	
สรุป	0.2	*****
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 14</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.7	
เนื้อหา	0.4	*****
กิจกรรม	0.4	*****
สื่อการสอน	0.4	*****
การประเมิน	0.5	
สถานที่	0.5	
สรุป	0.5	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 15</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.4	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.7	
สื่อการสอน	0.7	
การประเมิน	0.7	
สถานที่	0.7	
สรุป	0.7	
<b>สัปดาห์ที่ 6</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 16</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.8	
เนื้อหา	0.5	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	0.8	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	1	
สรุป	0.5	



รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 17</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.7	
เนื้อหา	0.4	*****
กิจกรรม	0.4	*****
สื่อการสอน	0.4	*****
การประเมิน	0.4	*****
สถานที่	0.7	
สรุป	0.7	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 18</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมี</b> <b>ส่วนร่วมทางนันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.7	
เนื้อหา	0.4	*****
กิจกรรม	0.4	*****
สื่อการสอน	0.4	*****
การประเมิน	0.4	*****
สถานที่	0.4	*****
สรุป	0.4	*****

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>สัปดาห์ที่ 7</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 19</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความรู้และการใช้ประโยชน์ของ</b> <b>แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก</b> <b>สะดวกทาง</b> <b>นันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	1	
เนื้อหา	1	
กิจกรรม	1	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	0.5	
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 20</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความรู้และการใช้ประโยชน์ของ</b> <b>แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก</b> <b>สะดวกทาง</b> <b>นันทนจิต</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	1	
เนื้อหา	1	
กิจกรรม	1	
สื่อการสอน	1	
การประเมิน	1	
สถานที่	1	
สรุป	0.8	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>ชั่วโมงเรียนที่ 21</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ความรู้และการใช้ประโยชน์ของ</b> <b>แหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวก</b> <b>สะดวกทาง</b> <b>น้ำหนัก</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.8	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.8	
สื่อการสอน	0.8	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	0.8	
สรุป	0.7	
<b>สัปดาห์ที่ 8</b> <b>ชั่วโมงเรียนที่ 22</b> <b>หน่วยการเรียนรู้:</b> <b>ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม</b> <b>วัตถุประสงค์</b>	0.7	
เนื้อหา	0.7	
กิจกรรม	0.5	
สื่อการสอน	0.5	
การประเมิน	0.5	
สถานที่	0.5	
สรุป	0.5	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
ชั่วโมงเรียนที่ 23 หน่วยการเรียนรู้: ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม วัตถุประสงค์	0.5	
เนื้อหา	0.5	
กิจกรรม	0.5	
สื่อการสอน	0.5	
การประเมิน	0.5	
สถานที่	0.4	*****
สรุป	0.5	
ชั่วโมงเรียนที่ 24 หน่วยการเรียนรู้: ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม วัตถุประสงค์	0.8	
เนื้อหา	0.8	
กิจกรรม	0.7	
สื่อการสอน	0.7	
การประเมิน	0.8	
สถานที่	0.8	
สรุป	0.7	

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**เครื่องมือวัดความสามารถของเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา**

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>1.ความซาบซึ้งทางนันทนจิต</b>		
1.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่ฉันเคยเล่น	0.7	
1.2 แบบวัดแรงจูงใจภายในทาง นันทนจิต	1	
1.3 แบบวัดอิสระในการเลือกทำ หรือเข้าร่วมกิจกรรมของฉัน	1	
1.4 แบบสังเกตพฤติกรรมภารกิจ ประจำวัน	1	
1.5 แบบวัดความรู้เรื่องแหล่ง ทางนันทนจิตรอบๆบ้านของฉัน	0.8	
1.6 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ผล ทางนันทนจิต	0.6	
1.7 แบบสังเกตพฤติกรรมขณะเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ	0.8	
1.8 แบบวัดความรู้เรื่องอุปสรรค ทางนันทนจิต	1	
1.9 แบบวัดความสามารถในการ เอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต	0.5	
1.10 แบบวัดประสบการณ์ นันทนจิตของฉัน	0.7	
1.11 แบบสังเกตพฤติกรรม การเอาชนะอุปสรรคทางนันทนจิต	0.8	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>2.การตระหนักส่วนตนทางนันทนจิต</b>		
2.1 แบบวัดกิจกรรมนันทนาการ ที่ฉันชอบทำ	0.7	
2.2 แบบวัดปัจจัยที่มีผลต่อการเข้า ร่วมกิจกรรมนันทนาการ	0.8	
2.3 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน อดีต	1	
2.4 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน ปัจจุบัน	1	
2.5 แบบสังเกตพฤติกรรมเล่าเรื่อง การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน อนาคต	0.8	
<b>3.ความมีอิสระในการกำหนดเลือก ด้วยตนเองทางนันทนจิต</b>		
3.1 แบบวัดความมีอิสระในการ กำหนดเลือกด้วยตนเองทางนันท จิต	1	
3.2 แบบสำรวจตารางเวลา	0.7	
3.3 แบบวัดความพึงพอใจ ทางนันทนจิต	0.8	
3.4 แบบวัดการแสดงสิทธิ ของตนเองคำถามชุด	0.8	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
<b>4.การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมทางนันทนิจิต</b> 4.1แบบวัดจุดมุ่งหมายการเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่าง	0.2	*****
4.2 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการกำหนดกิจกรรมให้สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้	0.8	
4.3 แบบสังเกตพฤติกรรมการรับรู้องค์ประกอบการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	1	
4.4 แบบวัดและแบบสังเกตการสร้างแรงจูงใจ	0.8	
4.5 แบบวัดและแบบสังเกตพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในครอบครัว	1	
<b>5.ความรู้และการใช้ประโยชน์ของแหล่งทรัพยากรที่อำนวยความสะดวกทางนันทนิจิต</b> 5.1 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร	1	
5.2 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านเอกสาร	1	
5.3 แบบวัดการใช้แหล่งทรัพยากรทางนันทนาการด้านมนุษย์	0.8	
5.4 แบบสังเกตพฤติกรรมการวางแผนการทำกิจกรรมนันทนาการ	1	
5.5 แบบวัดการรับรู้แหล่งทรัพยากร	1	

รายการ	ค่า I.O.C.	ข้อที่ต้องปรับปรุงแก้ไข
6.ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม		
6.1 แบบวัดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	0.8	
6.2 แบบสังเกตพฤติกรรม	1	



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**ภาคผนวก ฅ**  
**ใบคำขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย**  
**(Application Form for Ethical Reviews)**

1. ชื่อโครงการ (ภาษาไทย) การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา  
ชื่อโครงการ (ภาษาอังกฤษ) **DEVELOPMENT OF A LEISURE EDUCATION PROGRAM MODEL FOR CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION**
  
2. ชื่อผู้วิจัยหลัก นายภูฟ้า เสวกพันธ์ หน่วยงาน/สถาบันที่สังกัด คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โทรศัพท์ 0-2584-2468 โทรสาร 0-2218-1024 มือถือ 08-7900-9931  
E-mail Address: *pu.fa@hotmail.com*
  
3. ชนิดของโครงการวิจัย
  - ( ) การวิจัยเชิงทดลอง
  - ( ) การวิจัยเชิงปริมาณ
  - ( ) การวิจัยเชิงคุณภาพ
  - ( / ) การวิจัยเชิงบูรณาการ
  - ( ) อื่นๆ โปรดระบุ .....
  
4. กลุ่มประชากร/กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา
  - ( ) 4.1 ประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย/ปกติ ระบุ.....
  - ( / ) 4.2 กลุ่มผู้ด้อยโอกาสเปราะบาง
    - ( ) ผู้ป่วยโรคจิต ( ) ผู้ต้องขัง
    - ( ) เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ( ) สตรีมีครรภ์
    - ( ) ผู้สูงอายุที่มีความบกพร่อง ( ) ผู้ป่วยสมองเสื่อม
    - ( ) ผู้ป่วยโรคจิต ( ) ชนกลุ่มน้อย, มุสลิม
    - ( / ) ปัญญาอ่อน ( ) ทหารเกณฑ์
    - ( ) ผู้ป่วยโรค..... ( ) อื่นๆ.....

5. แหล่งทุนวิจัย ทบวงมหาวิทยาลัย
6. โครงร่างวิทยานิพนธ์นี้ *ผ่านการพิจารณาของคณะกรรมการประจำคณะครุศาสตร์ ครั้งที่ 5/2549 วันพุธที่ 22 กุมภาพันธ์ 2549*
7. ความประสงค์รับใบรับรอง      ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ
8. สถานที่ติดต่อ 19/35 หมู่ 9 ถนน ติวานนท์ บางพูด ปากเกร็ด นนทบุรี 11120  
โทรศัพท์ 0-2584-2468      มือถือ 08-7900-9931  
E-mail Address: [pu.fa@hotmail.com](mailto:pu.fa@hotmail.com)

.....

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ์)  
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์  
/ กรกฎาคม/ 2549

.....

(นาย ภูฟ้า เสวกพันธ์)  
ผู้วิจัยหลัก  
/ กรกฎาคม/ 2549

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบยินยอมของประชากรตัวอย่างในการวิจัย

### (Informed Consent Form)

ชื่อโครงการ การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

เลขที่ประชากรตัวอย่างในการวิจัย A.D.

ข้าพเจ้าผู้ปกครองของ ..... ได้รับทราบจากผู้วิจัย ชื่อ นาย ภูฟ้า เสวกพันธ์ นิสิตหลักสูตร  
ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอน และเทคโนโลยีการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่อยู่  
19/35 หมู่ 9 ถนน ดิวานนท์ บางพูด ปากเกร็ด นนทบุรี 11120 ซึ่งได้ลงนามท้ายของหนังสือนี้ ถึง  
วัตถุประสงค์ ลักษณะและขั้นตอนการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มี  
ความบกพร่องทางสติปัญญา รวมทั้งทราบถึงผลดี ผลข้างเคียง และความไม่สะดวกที่อาจเกิดขึ้น ข้าพเจ้าได้  
ซักถาม ทำความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาดังกล่าวนี้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ข้าพเจ้ามีความยินดีให้ ..... เข้าร่วมการศึกษาวิจัยและยินยอมให้ผู้เยาว์ซึ่งอยู่ในความ  
ปกครองของข้าพเจ้าเข้าร่วมการศึกษาวิจัยครั้งนี้โดยสมัครใจ และอาจถอนตัวจากการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้  
เมื่อใดก็ได้โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล โดยไม่มีผลหรือเสียประโยชน์ใดๆต่อผู้เยาว์ซึ่งอยู่ในความปกครองของ  
ข้าพเจ้ารวมทั้งตัวข้าพเจ้าที่พึงได้รับ ข้าพเจ้าทราบว่าการวิจัยนี้มีการเข้าร่วมกิจกรรม การบันทึกภาพเคลื่อนไหว  
และการสัมภาษณ์ ซึ่งข้าพเจ้าได้รับการรับรองจากผู้วิจัยว่าข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ  
เอกสาร เทปบันทึกภาพหรือเทปเสียงจะถูกทำลายหลังสิ้นสุดการวิจัย การวิเคราะห์และการเขียนรายงานการวิจัย  
จะไม่ระบุหรืออ้างอิงชื่อผู้เยาว์ซึ่งอยู่ในความปกครองของข้าพเจ้า และจะไม่มีการเปิดเผยให้กับผู้ที่ไม่เกี่ยวข้อง  
และนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้า และ..... ยินดีเข้าร่วมการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุ  
ไว้แล้วข้างต้น

.....  
สถานที่/วันที่ (.....)  
ประชากรตัวอย่างในการวิจัย

.....  
สถานที่/วันที่ (.....)  
ผู้ปกครอง

.....  
สถานที่/วันที่ (นายภูฟ้า เสวกพันธ์)  
ผู้วิจัย

.....  
สถานที่/วันที่ (.....)  
พยาน

## ใบยินยอมของผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

### (Informed Consent Form)

ชื่อโครงการ การพัฒนารูปแบบโปรแกรมสนับสนุนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา  
เลขที่ประชากรตัวอย่างในการวิจัย P.A.D.

ข้าพเจ้า ..... ได้รับทราบจากผู้วิจัย ชื่อ นาย ภูฟ้า เสวกพันธ์ นิสิตหลักสูตร  
ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่  
อยู่ 19/35 หมู่ 9 ถนน ติวานนท์ บางพูด ปากเกร็ด นนทบุรี 11120 ซึ่งได้ลงนามทำของ  
หนังสือนี้ ถึงวัตถุประสงค์ ลักษณะและขั้นตอนการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบโปรแกรม  
สนับสนุนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา รวมทั้งทราบถึงผลดี ผลข้างเคียง และความ  
ไม่สะดวกที่อาจเกิดขึ้น ข้าพเจ้าได้ซักถาม ทำความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาดังกล่าวนี้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ข้าพเจ้ามีความยินดีเข้าร่วมการศึกษาวิจัยครั้งนี้โดยสมัครใจ และอาจถอนตัวจากการเข้าร่วมการ  
วิจัยครั้งนี้เมื่อใดก็ได้โดยไม่จำเป็นต้องแจ้งเหตุผล โดยไม่มีผลหรือเสียประโยชน์ใดๆต่อตัวข้าพเจ้าที่พึง  
ได้รับ ข้าพเจ้าทราบว่าการศึกษาวิจัยนี้มีการเข้าร่วมกิจกรรม การบันทึกภาพเคลื่อนไหวและการสัมภาษณ์ ซึ่ง  
ข้าพเจ้าได้รับการรับรองจากผู้วิจัยว่าข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลทุกอย่างจะถือเป็นความลับ เอกสาร เทป  
บันทึกภาพหรือเทปเสียงจะถูกทำลายหลังสิ้นสุดการวิจัย การวิเคราะห์และการเขียนรายงานการวิจัยจะไม่  
ระบุหรืออ้างอิงชื่อของข้าพเจ้า และจะไม่มีเปิดเผยให้กับผู้ที่ไม่เกี่ยวข้องและนำมาใช้เพื่อวัตถุประสงค์  
ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น

สุดท้ายนี้ ข้าพเจ้า ยินดีเข้าร่วมการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ภายใต้เงื่อนไขที่ระบุไว้แล้วข้างต้น

.....  
สถานที่/วันที่ (.....)

ผู้ปกครองผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

.....  
สถานที่/วันที่ (นายภูฟ้า เสวกพันธ์)

ผู้วิจัย

.....  
สถานที่/วันที่ (.....)

พยาน

## ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย

### (Patient/Participant Information Sheet)

ชื่อโครงการวิจัย การพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา

ชื่อผู้วิจัย นายภูฟ้า เสวกพันธ์

สถานที่ติดต่อผู้วิจัย (ที่ทำงาน) ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

(ที่บ้าน) 19/35 หมู่ 9 ถนน ติวานนท์ บางพูด ปากเกร็ด นนทบุรี 11120

โทรศัพท์ที่ทำงาน 0-2218-2425 โทรศัพท์ที่บ้าน 0-2584-2468 โทรศัพท์มือถือ 08-7900-9931

E-mail Address : pu.fa@hotmail.com

ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการให้คำยินยอมที่ให้แก่ผู้ปกครองกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยคำอธิบายดังต่อไปนี้

1. โครงการนี้เป็นการวิจัยแบบผสมเกี่ยวกับการพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาว่าควรมีรูปแบบอย่างไร
2. วัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
3. กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาได้มาด้วยการเลือกผู้เข้ารับการทดลองอย่างมีจุดมุ่งหมาย คือ เด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา อายุ 18 ปี เป็นนักเรียนชั้น อี 6 ซึ่งได้รับการสังเกตพฤติกรรมมาเป็นระยะเวลาประมาณ 2 ปี โดยมีความสามารถในการประกอบกิจกรรมนันทนาการขั้นพื้นฐาน เช่น การเล่นดนตรี กีฬา ศิลปะ เป็นต้น และกำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาสำหรับเด็กกลุ่มที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา โดยเฉพาะ มีการดูแลอย่างเป็นระบบในเรื่องพัฒนาการของเด็ก และเป็นหน่วยงานของรัฐ ได้รับการสนับสนุนและความช่วยเหลือจากรัฐบาล ในการเข้ารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษา มีการจัดกิจกรรมนันทนาการภายใต้การให้คำปรึกษาและดูแลของนักนันทนาการ นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์และผู้ปกครองรวมระยะเวลา 12 สัปดาห์ ซึ่งกรณีศึกษาจะเข้าโปรแกรมนันทนจิตศึกษาในสัปดาห์ที่ 1 ถึงสัปดาห์ที่ 12 สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลา 72 ชั่วโมง โดยมีรายละเอียดดังนี้

**สัปดาห์ที่ 1** ในวันแรก ผู้ปกครองเข้าร่วมการตกลงทำความเข้าใจเบื้องต้นในการเข้ารูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาและทำการสังเกตพฤติกรรมการใช้เวลาว่างร่วมกับผู้วิจัยด้วยวิธีการสัมภาษณ์ และบันทึกภาพเคลื่อนไหว

**สัปดาห์ที่ 2** สรุปพฤติกรรมการใช้เวลาว่างตลอดจนจุดแข็งในการประกอบกิจกรรมนันทนาการและความสนใจพิเศษของกลุ่มตัวอย่าง โดยความร่วมมือระหว่างนักนันทนาการ นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์และผู้ปกครอง กับผู้วิจัย

**สัปดาห์ที่ 3 – 9** กรณีศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการใน โปรแกรมนันทนจิตศึกษา

**สัปดาห์ที่ 9 – 10** ผู้ปกครองซึ่งเป็นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยเข้าร่วมอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโปรแกรมนันทนจิตศึกษา

**สัปดาห์ที่ 3,6,9 และ 12** ประเมินพัฒนาการของกรณีศึกษาในด้านต่างๆ

4. ผู้ปกครองซึ่งเป็นผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย คอยให้การสนับสนุนและให้คำแนะนำกับกลุ่มตัวอย่าง เข้าร่วมอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในสัปดาห์ที่ 9 และ 10 สัปดาห์ละ 3 วันละ 2 ชั่วโมง รวมระยะเวลา 12 ชั่วโมง โดยมีรายละเอียดการดำเนินการ โปรแกรมนันทนจิตศึกษาสำหรับเด็กกลุ่มที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา
5. กลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยเข้าร่วมด้วยความสมัครใจและสามารถปฏิเสธหรือถอนตัวจากการวิจัยได้ทุกขณะโดยไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ
6. ลักษณะโครงการวิจัยเป็นการวิจัยแบบผสมระหว่างเชิงทดลองและการสังเกตพฤติกรรม ซึ่งเป็นการศึกษาที่ผู้วิจัยคาดว่า ความไม่สะดวกในการวิจัยครั้งนี้คือ การใช้เวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมของกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง การสัมภาษณ์ที่ต้องมีการถามซ้ำเพื่อทำความเข้าใจถึงความต้องการอย่างแท้จริงของกลุ่มตัวอย่าง การบันทึกภาพเคลื่อนไหวเพื่อการสังเกตพฤติกรรมอย่างละเอียดในภายหลัง และการที่ผู้วิจัยจะขออนุญาตโทรศัพท์หรือไปเยี่ยมที่บ้านเพื่อติดตามผลการวิจัย สัปดาห์ละ 1 ครั้ง
7. หากกลุ่มตัวอย่างแสดงพฤติกรรมการปฏิเสธการวิจัย ก็ไม่ต้องการเข้าร่วมในบทเรียน กิจกรรมไม่ต้องการพูดคุย ให้สัมภาษณ์ ถ่ายวิดีโอ ที่ผู้วิจัยได้จัดไว้ให้หรือแสดงอารมณ์โกรธอย่างรุนแรง เป็นระยะเวลาานานกว่า 1 สัปดาห์ประชากรตัวอย่าง และผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยมีสิทธิ์ในการปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยได้โดยไม่สูญเสียประโยชน์ที่พึงได้รับ ผู้วิจัยจะทำการจัดหากลุ่มใหม่และเริ่มกระบวนการทดลองใหม่เพื่อให้กระบวนการวิจัยดำเนินต่อไปแต่ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดทำแผนการปรับกิจกรรมนันทนาการให้มีความสุขสนุกสนานและน่าสนใจมากขึ้นภายใต้การให้คำปรึกษาและดูแลของนักนันทนาการ นักการศึกษาพิเศษ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์และผู้ปกครอง
8. ความรับผิดชอบของกลุ่มตัวอย่าง คือการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองเป็นผู้เลือก
9. ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ คือเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาจะได้มีรูปแบบโปรแกรมนันทนจิตศึกษาที่เหมาะสมกับความสามารถและความต้องการของตนเอง ตลอดจนสามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับบุคคลทั่วไปในสังคมได้ด้วยคุณภาพชีวิตที่ดี
10. การเข้าร่วมกิจกรรมนี้ไม่มีการจ่ายค่าตอบแทนใดๆ และไม่มีการเสียค่าใช้จ่ายใดๆ
11. ข้อมูลใดๆที่ได้รับจากผู้เข้าร่วมวิจัยจะถือเป็นความลับ และไม่เปิดเผยข้อมูลให้บุคคลอื่นทราบ นอกเหนือจากคณะผู้วิจัย ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะนำเสนอในภาพรวม
12. ส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ 1 คน และผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยอีก 1 คน
13. หากผู้วิจัยมีข้อมูลเพิ่มเติมที่เป็นประโยชน์หรือโทษเกี่ยวกับการวิจัยผู้วิจัยจะแจ้งให้ท่านทราบอย่างรวดเร็ว เพื่อให้ท่านทบทวนว่ายังสมัครใจจะอยู่ในงานวิจัยต่อไปหรือไม่ และหากท่านมีข้อสงสัยสามารถสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ผู้วิจัย นายภูฟ้า เสวกพันธ์ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หมายเลขโทรศัพท์ 08-7900-9931

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

ชื่อ นาย ภูฟ้า เสวกพันธ์

วันเดือนปีเกิด 9 ธันวาคม 2520

สถานที่เกิด กรุงเทพมหานคร

บิดามารดา นาย นวน เสวกพันธ์ นาง บรรทม เสวกพันธ์

สถานที่อยู่ปัจจุบัน 19/35 ม.9 ถนน แจ่งวิณะ ตำบล บางพูด

อำเภอ ปากเกร็ด จังหวัด นนทบุรี 11120

### ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2541 ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2543 ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2549 ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต (ค.ด.) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย