

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กัลยา สุวรรณรอด. (2537). การวิเคราะห์องค์ประกอบความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, สำนักงาน. (2542). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.
- จันทนา อานมณี. (2539). การเปรียบเทียบความเข้าใจในการอ่านภาษาไทยและทักษะด้านเมตาคognition ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนด้วยเทคนิคกำกับตนเองและเทคนิคนำการอ่าน. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชิดกมล สังข์ทอง. (2536). การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อวินัยในตนเองของวัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดวงแข ณ สงขลา. (2533). การเปรียบเทียบผลของการใช้แรงเสริมทางสังคมและการใช้สัญญาเงื่อนไขที่มีต่อระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ฐิติพัฒน์ สงบกาย. (2533). ผลของการกำกับตนเองต่อความคาดหวังเกี่ยวกับความสามารถของตนเองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รังสิมันต์ สุนทรไชยา. (2535). ผลของตัวแบบที่มีต่อพฤติกรรมการมีระเบียบวินัยในชั้นเรียนของนักเรียนวัยย่างเข้าสู่วัยรุ่น. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ละมัย กาญจนประโชติ. (2536). การพัฒนาจริยธรรมด้านความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยให้กิจกรรมส่งเสริมการอ่าน. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วัฒนา เตชะโกมล. (2541). ปัจจัยคัดสรรที่ส่งผลต่อการกำกับตนเองในการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต .(2541). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม . ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สุนันทา ประเสริฐศรี. (2540). การสร้างแบบทดสอบวัดความมีวินัยในตนเอง ชนิดสถานการณ์ที่เป็นภาพการ์ตูนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ระดับปริญญา มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2541). จิตวิทยาการศึกษา. ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- สุรีย์พร วัชชัย. (2539). ผลของกลวิธีการเรียนรู้และการกำกับตนเองที่มีต่อความสามารถในการอ่านเข้าใจความภาษาอังกฤษ .วิทยานิพนธ์ระดับปริญญา มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ภาษาอังกฤษ

- Ames , C. & Archer , J. (1988) . Achievement Goals in the Classroom : Students' Learning Strategies and Motivation process . Journal of educational psychology . 80(3) : 260-267.
- Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. New Jercy : Prentice-Hall.
- Bandura, A. (1986). Social Foundation of Thought and Action : A social Cognitive Theory. New Jercy : Prentice-Hall.
- Berk,L.E. (1994). Child Development. (3<sup>rd</sup>).Massachusetts : Allyn and Bacon.
- Butler , D.L.(1998). The Strategic Content Learning Approach to Promoting Self-Regulated Learning with Learning Disability. In D.H.,Schunk & B.J.Zimmerman (eds.), Self-Regulated Learning From Teaching to Self-Reflective Practice, pp. 162-166. New Jersey : Guilford.
- De La Paz, S. (1999). Teaching Writing strategies And Self-Regulation Procedures To Middle School Students With Learning Dissability. Focus on Exeptional Children. 31(5): 1-16.
- Dweck , Carol S. (1986) . Motivational Processes Affecting Learning. American Psychologist . 41(10):1040-1048.
- Ellsworth, J. (1997). Enhancing Student Responsibility to Increase Student Success.Educational Horizons. 76. 17-22.

- Goleman, D.(1995). Emotional Intelligence : Why it can Matter Than IQ. New York : Bantam Book.
- Gordon, T.(1989). Teaching Children Self-Discipline At Home And School. New York : Times Books.
- Hagen, A.S. & Weinstein, C.E. (1995). Achievement Goals, Self-Regulated Learning and the Role of Classroom Context. In P.R. Pintrich (eds.), Understand Self-Regulated Learning. pp. 43-45. San Francisco : Jossey Bass Publishesers.
- Hawkes G.R. (1962). Behavior and Development From 5-12. New York: Harper & Raw.
- Liebert, R.M. & Nelson, R.W. (1986). Developmental Psychology. (4<sup>th</sup>). New Jersey : Prentice-Hall.
- Leith, K.P.& Baumeister, R.F.(1996). Why Do Bad Moods Increase Self-Defeating Behavior? Emotion, Risk Taking, And Self-Regulation. Journal Of Personality and Social Psychology. 71(6): 1250-1267.
- Meece, J.L. (1994). The Role Of Motivation In Self-Regulated Learning. In D.H.,Schunk & B.J.Zimmerman(eds.),Self-regulation of learning and performance: issues and educational applications. pp. 43-45. New Jersey : Lawrence .
- Osborn, D.K.(1957). Open And Close Avenue. In M. Rasmussen, Discipline, pp. 13-17. Washington D.C. : Association For Childhood Education International.
- Patrick, H.(1997). Social Self-Regulation: Exploring The Relations Between Children's Social Relationships, Academic Self-Regulation, and School Performance. Educational Psychologist. 32(4): 209-220.
- Perry, N.E. (1998). Young Children's Self-Regulated Learning and Contexts That Support It. Journal of Educational Psychology. 90(4): 715-729.
- Phillips, E.L. & Weiner, D.N.(1960). Discipline Achievement And Mental Health.(2<sup>nd</sup>). New Jercy : Prentice Hall.
- Puustinen, Minna.(1999). Student Personnel: Student Performance And Behavior. Educational Administration Abstracts. 34(1): 26.
- Rathus, S.A. (1998). Understanding Child Development. New York : Dryden Press.
- Rasey, M.I.(1957). Interpreting Discipline. In M. Rasmussen, Discipline, pp. 4-8. Washington D.C. : Association For Childhood Education International.

- Richardson, S.K. (1957). Toward Self-Discipline. In M. Rasmussen, Discipline, pp. 9-12. Washington D.C. : Association For Childhood Education International.
- Rominger, P.E. & Kariuki, P. (1997). How Children's Literature Affects Positive Social Behavior of Third Grade Students at Selected Elementary School [On-Line].ED413498
- Schmid, R.E.(1998). Three Steps To Self-Discipline. Teaching Exeptional Children. 30(4) : 36-39.
- Schunk, D.H.(1991). Learning Theories: An Educational Perspective. New York: Macmillan Publishing Company.
- Schunk, D.H. (1994). Self-Regulation Of Self-Efficacy And Attributions In academic Setting. In D.H.,Schunk & B.J.Zimmerman(eds.),Self-regulation of learning and performance: issues and educational applications, pp. 76-79. New Jersey : Lawrence .
- Schunk, D.H. & Zimmerman,B.J.(1994). Self-regulation Education Retrospect and Prospect. In D.H.,Schunk & B.J.Zimmerman(eds.), Self-regulation of learning and performance : issues and educational applications, pp 307-308 . New Jersey : Lawrence .
- Victoria,H.(1994).Discipline For Character. Thrust for Educational Leadership. 24(3): 30-32.
- Walker,J.E.& Shea,T.M.(1991).Behavior Management : A Practical Approach For Educators. Singapore:Macmillan Publisher.
- Wilson, P.S.(1971). Discipline And Control. Massachusetts : Routledge and Kegan Paul Ltd.
- Woolfolk, A. E. (1995). Educational Psychology. (6<sup>th</sup>). Boston : Allyn & Bacon.
- Wolters, C.A. (1998). Self-Regulated Learning and College Student's Regulation of Motivation. Journal of Educational Psychology 90(2): 224-235.
- Zimmerman,B.J.& Paulsen, . . (1994). Self-Monitoring during Coolegiate Studying: An Invaluable Tool For Academic Self-Regulation. In P.R. Pintrich (eds.), Understand Self-Regulated Learning. pp. 13-27. San Francisco : Jossey Bass Publisheers.

Zimmerman,B.J.(1998). Developing Self-Fulfilling Cycles Of Academic Regulation: An Analysis Of Exemplary Instructional Model. In D.H.,Schunk & B.J.Zimmerman (eds.), Self-Regulated Learning From Teaching to Self-Reflective Practice, pp. 1-10. New Jersey : Guilford.

Zimmerman,B.J.(1998). Academic Studying and Development of Personal Skill : A Self-Regulatory Perspective. Educational Psychologist. 32(2/3): 73-86.



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

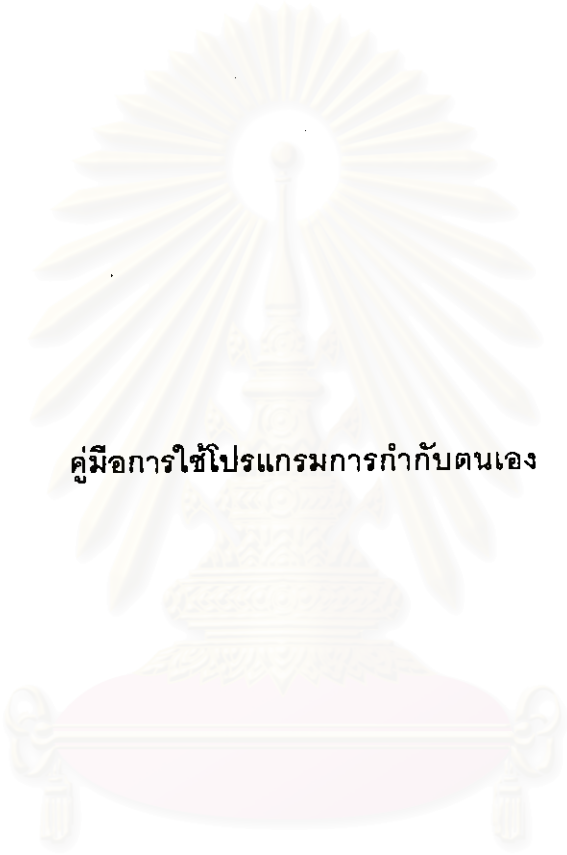
สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



โปรแกรมการกำกับตนเอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





คู่มือการใช้โปรแกรมการกำกับตนเอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 1. วัตถุประสงค์ของการใช้โปรแกรม

### วัตถุประสงค์ทั่วไป

เพื่อให้นักเรียนที่ใช้โปรแกรมมีทักษะการกำกับตนเองที่สามารถนำไปใช้ในการเรียนและการดำรงชีวิตต่อไปได้

### วัตถุประสงค์เฉพาะ

1. นักเรียนสามารถสังเกตตนเองและบันทึกพฤติกรรมตนเองได้
2. นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายการกระทำให้เหมาะสมกับระดับความสามารถของตนเองได้
3. นักเรียนสามารถประเมินผลการกระทำของตนเองโดยเปรียบเทียบเป้าหมายที่ตนได้ตั้งไว้ได้
4. นักเรียนสามารถแสดงปฏิกิริยาต่อตนเองตามผลการกระทำของตนเองได้

## 2. โครงสร้างของโปรแกรม

โปรแกรมการกำกับตนเองประกอบด้วยชุดกิจกรรมจำนวน 15 กิจกรรมดังนี้

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	เนื้อหา	ประเมิน
1	สร้างความคุ้นเคย	1.สร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน 2.ให้ความรู้เรื่องการกำกับตนเองให้กับนักเรียน	B1,B2,B3	A1
2	บันทึกพฤติกรรมตนเองในชีวิตประจำวัน	นักเรียนสามารถบันทึกพฤติกรรมของตนเองได้	B1	A1,A2
3	ตั้งเป้าหมาย	นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายพฤติกรรมได้	B1	A1,A2

ครั้งที่	กิจกรรม	วัตถุประสงค์	เนื้อหา	ประเมิน
4	ประเมินผลเป้าหมาย	นักเรียนสามารถประเมินผลพฤติกรรมของตนเองได้	B2,B3	A1,A2
5	ทบทวนกระบวนการทั้งหมด	นักเรียนมีความชำนาญในการกำกับตนเองยิ่งขึ้น	B1,B2,B3	A1,A2
6	แก้ปัญหาเป็นกลุ่ม	นักเรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้	B1,B2,B3	A1,A2
7	มาอ่านหนังสือกันเถอะ1	นักเรียนสามารถนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการอ่าน	B1,B2,B3	A1,A2
8	มาอ่านหนังสือกันเถอะ2	1.นักเรียนสามารถนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการอ่าน 2.นักเรียนสามารถอ่านจับใจความได้เร็วยิ่งขึ้น	B1,B2,B3	A1,A2
9	บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการดำรงชีวิต	B1,B2,B3	A1,A2,A3
10	งานประดิษฐ์	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการทำงาน	B1,B2,B3	A1,A2
11	พฤติกรรมเอื้อเพื่อ	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันได้	B1,B2,B3	A1,A2,A3
12	ความรับผิดชอบ	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้กำกับตนให้เป็นผู้มีความรับผิดชอบ	B1,B2,B3	A1,A2,A3
13	ควบคุมอารมณ์	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการควบคุมอารมณ์	B1,B2,B3	A1,A2
14	ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปกำกับตนให้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	B1,B2,B3	A1,A2,A3
15	การเตรียมตัวสอบ	นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการเตรียมตัวสอบได้	B1,B2,B3	A1,A2,A3

- หมายเหตุ**
- A1=ความร่วมมือในการทำกิจกรรมของนักเรียน
  - A2=แบบบันทึกการกำกับตนเอง
  - A3=ความคิดเห็นของครูหรือผู้ปกครอง
  - B1=กระบวนการสังเกตตนเอง(self-observation)
  - B2=กระบวนการตัดสินตนเอง (self-judgement)
  - B3=กระบวนการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (self-reaction)

### 3. ส่วนประกอบของกิจกรรม

แต่ละกิจกรรมจะประกอบด้วย

- 3.1 ชื่อกิจกรรม
- 3.2 วัตถุประสงค์
- 3.3 เนื้อหากิจกรรม
- 3.4 ขั้นตอนการทำกิจกรรม
- 3.5 สื่อที่ใช้ในการทำกิจกรรม
- 3.6 การประเมินผล

### 4. ระยะเวลาในการทำกิจกรรม

ใช้เวลาในการทำครั้งละ 1 กิจกรรม กิจกรรมละ 20 นาที

### 5. สภาพห้องเรียน

สามารถจัดโปรแกรมในชั้นเรียนปกติ ที่มีนักเรียนประมาณ 25-35 คน

### 6. กลุ่มเป้าหมาย

โปรแกรมนี้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

### 7. ข้อคำนึงในการจัดกิจกรรม

- 7.1 ศึกษาส่วนประกอบของกิจกรรมและจัดเตรียมอุปกรณ์ก่อนจัดโปรแกรมให้นักเรียน
- 7.2 จัดโปรแกรมโดยเรียงลำดับขั้นตอนตามกิจกรรมที่ผู้วิจัยได้เรียงลำดับไว้
- 7.3 ประเมินผลหลังกิจกรรมทุกครั้ง

**โปรแกรมการกำกับตนเอง**  
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (กิจกรรมจำนวน 15 ครั้ง)

**กิจกรรมครั้งที่ 1**  
**เรื่อง สร้างความคุ้นเคย เวลา 20 นาที**

**วัตถุประสงค์**

1. เพื่อสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้วิจัยและนักเรียน
2. เพื่อให้ให้นักเรียนมีความรู้และความเข้าใจในเรื่องการกำกับตนเอง

**เนื้อหา**

การกำกับตนเอง(Self-Regulation) หมายถึง กระบวนการที่นักเรียนตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง สังเกตและบันทึกพฤติกรรมด้วยตนเอง ประเมินพฤติกรรมด้วยตนเอง และแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการ

การกำกับตนเอง(Self-Regulation) ประกอบด้วย 3 กระบวนการย่อยดังนี้

1. การสังเกตตนเอง (Self-Observation)ประกอบด้วย
  - 1.1 การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายหรือกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง
  - 1.2 การเตือนตนเอง (Self-Monitoring) หมายถึง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมเป้าหมายที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง เพื่อเป็นข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ตนเองกระทำ
2. การตัดสินตนเอง (Self-Judgement) เป็นการเปรียบเทียบผลที่ได้รับจากการกระทำกับเป้าหมาย
3. การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-Reaction)เป็นการกำกับพฤติกรรมของตนเองว่าจะต้องปฏิบัติอย่างไรเมื่อได้รับผลที่กระทำได้แล้วและจะแก้ไขพฤติกรรมของตนเองอย่างไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

**กิจกรรม**

**ขั้นนำ**

ผู้วิจัยแนะนำตัวเองแล้วให้นักเรียนแนะนำตัวเองทีละคน โดยแจกป้ายชื่อให้นักเรียนเขียนชื่อของตนเองแล้วคล้องคอไว้

**ขั้นกิจกรรม**

1. ผู้วิจัยแจกเอกสารเรื่องการกำกับตนเองให้แก่ นักเรียนแล้วอธิบายเรื่องการกำกับตนเอง

ให้นักเรียนฟัง

- ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการกำกับตนเอง  
ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันทำแบบทดสอบเรื่องการกำกับตนเองจำนวน 6 ข้อ เมื่อ  
นักเรียนทำเสร็จแล้วผู้วิจัยจึงเฉลยคำตอบที่ถูกต้องให้นักเรียนโดยให้นักเรียนแลกเปลี่ยนตรวจ

ข้อ

- ใบความรู้เรื่องการกำกับตนเอง
- แบบทดสอบเรื่องการกำกับตนเอง

การวัดและการประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	แบบ ทดสอบ	นักเรียนตอบคำถามได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของคำถามทั้งหมด

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 2

เรื่อง บันทึกพฤติกรรมตนเองในชีวิตประจำวัน เวลา 20 นาที

### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถบันทึกพฤติกรรมของตนเองได้

### เนื้อหา

การบันทึกพฤติกรรมคือการสังเกตพฤติกรรมของตนเองที่ได้กระทำไปแล้วบันทึกลงในแบบบันทึกตามความเป็นจริง เพื่อเป็นข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ตนเองกระทำ

### กิจกรรม

#### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่าเคยบันทึกพฤติกรรมของตนเองหรือไม่ และมีวิธีการบันทึกพฤติกรรมอย่างไร

#### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการบันทึกพฤติกรรมให้นักเรียนฟัง
2. ผู้วิจัยแสดงตัวอย่างการบันทึกพฤติกรรมให้นักเรียนดู
3. ผู้วิจัยแจกแบบบันทึกแล้วให้นักเรียนบันทึกพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของตนเองลงในแบบบันทึก

4. เมื่อหมดเวลาแล้วผู้วิจัยเก็บแบบบันทึกพฤติกรรมจากนักเรียน

#### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันสรุปประโยชน์ของการบันทึกพฤติกรรมตนเอง

### สื่อ

ใบงาน

### การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น

### กิจกรรมครั้งที่ 3

#### เรื่องตั้งเป้าหมาย เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถตั้งเป้าหมายพฤติกรรมของตนเองได้

#### เนื้อหา

การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายหรือกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง

#### กิจกรรม

##### ชั้นนำ

1. ผู้วิจัยถามนักเรียนว่าวันนี้ต้องการทำอะไรมากที่สุดโดยให้นักเรียนนึกถึงเป้าหมายของตนเอง

2. ผู้วิจัยสุ่มนักเรียนให้ออกมานำเสนอเป้าหมายของตนเองมาจำนวน 5 คน

##### ชั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการตั้งเป้าหมายให้นักเรียนฟังแล้วยกตัวอย่างวิธีการตั้งเป้าหมาย

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนฝึกการตั้งเป้าหมายพฤติกรรมที่จะกระทำในแต่ละวันโดยพิจารณาจากความเป็นไปได้ แล้วกลับไปบันทึกพฤติกรรมกระทำได้ที่บ้านแล้วนำมาส่งในวันรุ่งขึ้น

##### ชั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันสรุปความหมายของการตั้งเป้าหมายและวิธีการตั้งเป้าหมาย

#### สื่อ

ใบงาน

#### การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



## กิจกรรมครั้งที่ 4

### เรื่อง ประเมินผลเป้าหมาย เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถประเมินผลพฤติกรรมของตนเองได้

#### เนื้อหา

การตัดสินตนเอง (Self-Judgement) เป็นการเปรียบเทียบผลที่ได้รับจากการกระทำกับเป้าหมาย ว่าสิ่งที่ได้กระทำไปแล้วบรรลุเป้าหมายมากน้อยเพียงไร

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยยกตัวอย่างสถานการณ์ ได้แก่ สมชายตั้งเป้าหมายว่าจะทำการบ้านเลขให้เสร็จทันส่งทันเวลา แต่สมชายทำการบ้านไม่เสร็จเพราะทำงานวิชาศิลปะอยู่ซึ่งต้องส่งในวันเดียวกันแล้วให้นักเรียนบอกสาเหตุว่าที่สมชายทำการบ้านไม่เสร็จเป็นเพราะอะไร

##### ขั้นกิจกรรม

ผู้วิจัยให้ความรู้เรื่องการอนุมานสาเหตุที่ถูกต้องโดยต้องอนุมานสาเหตุไปที่ความสามารถและความพยายามของนักเรียนเอง โดยยกตัวอย่างจากสถานการณ์ที่ได้เสนอไว้ในขั้นนำประกอบ

2. หลังจากนั้นผู้วิจัยให้นักเรียนนำแบบการบันทึกเป้าหมายและพฤติกรรมที่ได้ทำไว้แล้วในกิจกรรมครั้งที่ 3 มาประเมิน แล้วให้อนุมานสาเหตุที่เกิดขึ้นลงในแบบอนุมานสาเหตุ

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยสรุปว่าการอนุมานสาเหตุที่ถูกต้องต้องอนุมานสาเหตุไปที่ความสามารถและความพยายาม จึงจะทำให้เราได้พัฒนาความสามารถของเรามากยิ่งขึ้น

#### สื่อ

ใบงาน

#### การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	1. นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	ใบงาน	1. นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น

กิจกรรมครั้งที่ 5  
เรื่อง ทบทวนกระบวนการทั้งหมด เวลา 20 นาที

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนมีความชำนาญในการกำกับตนเองยิ่งขึ้น
2. เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้กระบวนการกำกับตนเองได้ทุกขั้นตอน

### เนื้อหา

การกำกับตนเอง(Self-Regulation) ประกอบด้วย 3 กระบวนการย่อยดังนี้

1. การสังเกตตนเอง (Self-Observation)
2. การตัดสินตนเอง (Self-Judgement)
3. การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-Reaction)

### กิจกรรม

#### ขั้นนำ

ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่มๆ ละ 10 คน 1กลุ่ม และกลุ่มละ 11 คน 2 กลุ่ม แล้วให้นักเรียนแต่ละกลุ่มบอก ขั้นตอนของการกำกับตนเอง มากกลุ่มละ 1 ขั้นตอนจนครบ

#### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันทบทวนกระบวนการกำกับตนเอง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายพฤติกรรมที่จะกระทำในชีวิตประจำวันให้โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนตัดสินตนเองพร้อมทั้งแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้เสริมแรงตนเองโดยมารับรางวัลจากผู้วิจัย

#### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนทำแบบทดสอบทบทวนกระบวนการกำกับตนเองทั้งหมดจำนวน 5 ข้อ หลังจากนั้นให้นักเรียนแลกเปลี่ยนตรวจคำตอบ

### สื่อ

1. ใบงาน
2. แบบทดสอบ

## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	1. ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น
	2. แบบทดสอบ	นักเรียนตอบถูก 3 ข้อจาก 5 ข้อ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 6

### เรื่อง แก้ปัญหาเป็นกลุ่ม เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้การกำกับตนเองเพื่อแก้ปัญหา โดยแสดงความคิดเห็นและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้

#### เนื้อหา

ขั้นตอนการแก้ปัญหามีดังนี้

1. บ่งชี้ปัญหาว่าปัญหามีอะไรบ้าง ทำความเข้าใจกับปัญหาและคิดกลวิธีการแก้ปัญหาโดยกำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาไว้ด้วย
2. ปฏิบัติตามกลวิธีที่คิดไว้พร้อมทั้งบันทึกผลของการปฏิบัติ
3. ประเมินการประสิทธิผลการแก้ปัญหาโดยเปรียบเทียบกับเป้าหมายที่ตั้งไว้และคิดกลวิธีใหม่เมื่อไม่สามารถแก้ปัญหาได้ โดยกลับไปทำตามขั้นตอนในข้อ 1 ใหม่

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสุ่มนักเรียนมา 3 คน แล้วถามว่าเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นนักเรียนทำอย่างไรบ้าง

##### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยถามนักเรียนว่าในห้องของนักเรียนมีปัญหาอะไรบ้างที่ต้องการการแก้ไข
2. ผู้วิจัยแบ่งกลุ่มให้นักเรียน 6 กลุ่มๆ ละ 5 คน 4 กลุ่ม และกลุ่มๆ ละ 6 คน 2 กลุ่ม ช่วยกันแก้ปัญหา โดยให้แต่ละกลุ่มเลือกมากลุ่มละ 1 ปัญหา และนักเรียนใช้การแก้ปัญหาโดยทำตามกระบวนการกำกับตนเองแล้วบันทึกลงในใบงาน

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนประเมินผลการแก้ปัญหา เมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้นักเรียนให้รางวัลตนเอง

#### สื่อ

ใบงาน

## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 7

### เรื่อง มาอ่านหนังสือกันเถอะ 1 เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนสามารถนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการอ่าน

#### เนื้อหา

การสรุป หมายถึง การเขียนข้อความอย่างสั้น ๆ เกี่ยวกับเรื่องที่เราเห็นว่าสำคัญ

#### ขั้นตอนการสรุปมีดังนี้

1. นักเรียนจะต้องอ่านโดยทำความเข้าใจกับเรื่องที่อ่าน
2. นักเรียนดึงเอาใจความที่สำคัญของเรื่องออกมา
3. สรุปเป็นคำพูดของตนเอง โดยเมื่ออ่านย่อหน้าหนึ่งจบก็สรุปออกมา

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่าใครชอบ อ่านหนังสือบ้าน และหนังสือประเภทนั้นที่นักเรียนชอบ

##### อ่าน

##### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยอธิบายวิธีการสรุปให้นักเรียนฟัง
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายว่าจะอ่านได้กี่เล่ม หลังจากนั้นให้นักเรียนตัดสินใจตนเอง พร้อมทั้งแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้รางวัลกับตนเอง

3. ผู้วิจัยให้นักเรียนอ่านหนังสือนิทานอีสป สรุปเนื้อหา แล้วจดบันทึกย่อลงในใบงาน

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยสรุปว่านักเรียนจะต้องตั้งเป้าหมายให้เหมาะสมกับความสามารถของตนเอง จึงจะสามารถอ่านหนังสือได้ตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ได้

#### สื่อ

1. หนังสือนิทานอีสป
2. ใบงาน

## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 8

### เรื่องมาอ่านหนังสือกันเถอะ 2 เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักเรียนสามารถนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการอ่าน
2. เพื่อให้นักเรียนมีความชำนาญในการอ่านจับใจความขึ้น

#### เนื้อหา

การสรุป หมายถึง การเขียนข้อความอย่างสั้น ๆ เกี่ยวกับเรื่องที่เห็นว่าสำคัญ

#### ขั้นตอนการสรุปมีดังนี้

1. นักเรียนจะต้องอ่านโดยทำความเข้าใจกับเรื่องที่อ่าน
2. นักเรียนดึงเอาใจความที่สำคัญของเรื่องออกมา
3. สรุปเป็นคำพูดของตนเอง โดยเมื่ออ่านย่อหน้าหนึ่งจบก็สรุปออกมา

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยบอกนักเรียนว่าจะให้นักเรียนอ่านหนังสือนิทานอีสปต่อจากครั้งที่ 7 โดยครั้งนี้ให้นักเรียนตั้งเป้าหมายให้เหมาะสมกับความสามารถของตนเองให้ได้มากที่สุด

##### ขั้นกิจกรรม

ผู้วิจัยให้นักเรียนตั้งเป้าหมายว่าจะอ่านได้กี่เล่ม แล้วอ่านหนังสือนิทานอีสป โดยจดบันทึกย่อลงในใบงาน หลังจากเสร็จสิ้นการอ่านผู้วิจัยให้นักเรียนตัดสินใจตัดสินตนเองพร้อมทั้งแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง โดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้รางวัลตนเอง

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยให้นักเรียนช่วยกันบอกประโยชน์ของการอ่านหนังสือ และนักเรียนสามารถนำการกำกับตนเอง ไปใช้ในการอ่านหนังสือให้เป็นไปตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้และพัฒนาความสามารถในการอ่านของตนเองได้

#### สื่อ

1. หนังสือนิทานอีสป
2. ใบงาน



## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 9

### เรื่องบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการดำรงชีวิตเพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้มีความสุขและเป็นที่ยรักของผู้อื่น

#### เนื้อหา

การอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข นักเรียนจะต้องทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น เมื่ออยู่ที่บ้านนักเรียนสามารถทำตนให้เป็นประโยชน์ได้โดยการช่วยผู้ปกครองทำงานบ้านได้แก่ ช่วยคุณพ่อล้างรถ ช่วยคุณแม่ทำกับข้าว ซึ่งเป็นการผ่อนคลายภาระของผู้ปกครองในการทำงานบ้านได้

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่า ช่วยทางบ้านทำงานอะไรบ้าง

##### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์กับทางบ้าน พร้อมทั้งยกตัวอย่างวิธีการบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์
2. ให้นักเรียนใช้กระบวนการกำกับตนเองโดยบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์กับทางบ้าน เช่น ช่วยคุณพ่อล้างรถ ช่วยคุณแม่ทำกับข้าว เป็นต้นพร้อมทั้งบันทึกลงในแบบบันทึกพฤติกรรมโดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้เสริมแรงตนเองโดยมารับรางวัลจากผู้วิจัย

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยนักเรียนจะต้องทำตนให้เป็นประโยชน์ จึงจะทำให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

สุฯ

สื่อ

ใบงาน

## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น
3. พิจารณาความเห็น ของผู้ปกครอง	แบบสอบถาม ผู้ปกครอง	นักเรียนมีการทำพฤติกรรมจริงตามที่ผู้ปกครองได้ แสดงความคิดเห็นไว้



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรมครั้งที่ 10  
เรื่องงานประดิษฐ์ เวลา 20 นาที

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ก็นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการทำงานให้เสร็จทันตามเวลาที่กำหนดได้

เนื้อหา

การทำงานประดิษฐ์เป็นการฝึกการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ฝึกการใช้ความคิดสร้างสรรค์ และจินตนาการ ผ่อนคลายความเครียด ฝึกสมาธิในการทำงาน ส่งเสริมให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ นอกจากนี้การทำงานประดิษฐ์ยังสามารถเพิ่มรายได้ให้แก่นักเรียนได้ด้วย

กิจกรรม

ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่า เคยใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการประดิษฐ์สิ่งของหรือไม่

ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยจัดเตรียมอุปกรณ์การประดิษฐ์ต่าง ๆ ให้แก่นักเรียน
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนประดิษฐ์การ์ดวันวาเลนไทน์โดยใช้กระบวนการกำกับตนเองกำกับตนเอง เพื่อตั้งเป้าหมายว่าจะทำงานประดิษฐ์อะไรและจำนวนเท่าไร โดยให้บันทึกลงในแบบบันทึกการกำกับตนเอง เมื่อนักเรียนทำเสร็จแล้วก็ให้ประเมินผลว่าเป็นไปตามเป้าหมายหรือไม่ ถ้าสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ก็ให้เสริมแรงตนเองโดยให้รางวัลกับตนเอง

ขั้นสรุป

ผู้วิจัยสรุปว่านักเรียนสามารถใช้การกำกับตนเองในการประดิษฐ์สิ่งต่าง ๆ ได้

สื่อ

1. ใบงาน
2. กระดาษสี
3. ของจดหมาย
4. ดินสอสี
5. กรรไกร

## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	1. ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น
	2. งานประดิษฐ์	มีจำนวนที่เท่ากับเป้าหมายที่นักเรียนได้ตั้งเอาไว้



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 11

### เรื่องพฤติกรรมเอื้อเพื่อเวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการดำรงชีวิตเพื่อให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้มีความสุขและเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

#### เนื้อหา

พฤติกรรมเอื้อเพื่อเป็นพฤติกรรมที่เสริมสร้างสังคม เป็นสิ่งที่อยู่คู่กับคนไทยมาตั้งแต่บรรพบุรุษ แต่สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้ในปัจจุบันคนในสังคมโดยเฉพาะในสังคมเมืองไม่ค่อยจะมีความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ต่อกัน ดังนั้นถ้าจะทำให้สังคมน่าอยู่เหมือนเดิมคนในสังคมควรจะมีความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกัน

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยถามนักเรียนว่าเขานักเรียนได้ให้ความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่แก่ผู้อื่นหรือยัง

##### ขั้นกิจกรรม

ผู้วิจัยให้ความหมายของความเอื้อเพื่อ

1. ผู้วิจัยยกตัวอย่างตัวแบบที่มีพฤติกรรมเอื้อเพื่อ
2. ผู้วิจัยให้นักเรียนใช้กระบวนการกำกับตนเองในการกำกับตนให้มีพฤติกรรมเอื้อเพื่อเผื่อแผ่โดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้เสริมแรงตนเองโดยให้รางวัลกับตนเอง

ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ แล้วบอกนักเรียนว่าสามารถนำการกำกับตนเองไปใช้ในการให้ความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่กับผู้อื่นได้

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ แล้วบอกนักเรียนว่าสามารถนำการกำกับตนเองไปใช้ในการให้ความเอื้อเพื่อเผื่อแผ่กับผู้อื่นได้

#### สื่อ

ใบงาน

## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	ใบงาน	1. นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น 2. มีลายเซ็นของผู้ที่ได้รับความเชื่อใจเพื่อของนักเรียนครบทุกครั้ง



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 12

### เรื่องความรับผิดชอบ เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการกำกับตนเองให้เป็นผู้มีความรับผิดชอบ

#### เนื้อหา

ความรับผิดชอบ หมายถึง สามารถทำหน้าที่ของตนเองให้สำเร็จได้ผลดีตามที่ได้รับมอบหมาย และต้องรับผิดชอบต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ทั้งผิดและชอบต่อตนเองและผู้อื่น นักเรียนจะเป็นคนที่มีความรับผิดชอบได้โดยมาโรงเรียนเป็นประจำ ไม่ขาดเรียน หรือมาสาย ส่งการบ้านและงานที่ได้รับมอบหมายอย่างสม่ำเสมอและทันตามเวลาที่กำหนด

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่าใครส่งการบ้านตรงตามเวลาที่กำหนดบ้าง

##### ขั้นกิจกรรม

1. ให้ความหมายของคำว่าความรับผิดชอบ

2. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการกำกับตนเองให้เป็นผู้มีความ

รับผิดชอบ โดยผู้วิจัยกำหนดสถานการณ์ให้ว่า จะทำอย่างไรให้มีการบ้านส่งทันเวลาตามที่กำหนด หลังจากนั้นให้นักเรียนตัดสินใจตนเอง โดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้เสริมแรงตนเองโดยให้รางวัลกับ

##### ขั้นสรุป

1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการมีความรับผิดชอบ
2. ผู้วิจัยสรุปว่านักเรียนสามารถใช้การกำกับตนเองให้เป็นผู้มีความรับผิดชอบ

#### สื่อ

ใบงาน



## การประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 13

### เรื่องควบคุมอารมณ์ เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการกำกับตนเองในการควบคุมอารมณ์ในการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมได้

#### เนื้อหา

อารมณ์เป็นสิ่งที่กำหนดความสำเร็จในชีวิต หากนักเรียนเป็นผู้ที่รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเองให้แสดงออกในทางที่เหมาะสมโดยคิดก่อนที่จะปฏิบัติ นักเรียนก็จะสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่าใครเคยทะเลาะกับเพื่อนบ้าง และการทะเลาะกับเพื่อนมีผลเสีย

##### อย่างไร

##### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันอภิปรายประโยชน์ของการควบคุมอารมณ์ และผลเสียของการไม่รู้จักควบคุมอารมณ์

2. ผู้วิจัยแบ่งนักเรียนออกเป็น 4 กลุ่ม แล้วกำหนดสถานการณ์ให้นักเรียนช่วยกันคิดว่าจะใช้กระบวนการกำกับตนเองในการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างไร โดยให้นักเรียนแต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาทสมมติและบันทึกการกำกับตนเองลงในใบงาน

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยสรุปว่าการฝึกการควบคุมอารมณ์ของตนเองมีประโยชน์มากในการดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข และนักเรียนสามารถนำการกำกับตนเองไปใช้ในการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้

#### สื่อ

ใบงาน

## ประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 14

### เรื่องใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเอง ไปกำกับตนให้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

#### เนื้อหา

เวลาเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและไม่สามารถย้อนกลับมาได้ ดังนั้นเราจึงควรใช้เวลาให้คุ้มค่าโดยใช้ให้เป็นประโยชน์ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จะทำให้เราไม่หมกมุ่นและฟุ้งซ่านอยู่กับสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อตัวเราเองและช่วยป้องกันปัญหาต่าง ๆ ได้มากมาย เช่น การติดยาเสพติด การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เป็นนิสัยที่ควรปลูกฝังเอาไว้ตั้งแต่เด็ก การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มีหลายวิธี เช่น การทำงานประดิษฐ์ การอ่านหนังสือ การเขียนหนังสือ การสะสมของต่าง การเล่นกีฬา การทำงานบ้าน เป็นต้น

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยสอบถามนักเรียนว่าเวลาว่างนักเรียนทำอะไรบ้าง

##### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยให้ความหมายของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
2. ผู้วิจัยและนักเรียนช่วยกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
3. ผู้วิจัยให้นักเรียน ใช้กระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการกำกับตนให้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ หลังจากนั้นให้ตัดสินใจตนเอง โดยเมื่อนักเรียนสามารถกระทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ก็ให้เสริมแรงตนเองโดยให้รางวัลตนเอง

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยสรุปว่านักเรียนสามารถนำการกำกับตนเองไปใช้ในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ได้

#### สื่อ

ใบงาน

## ประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## กิจกรรมครั้งที่ 15

### เรื่องเตรียมตัวสอบ เวลา 20 นาที

#### วัตถุประสงค์

นักเรียนสามารถนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการเตรียมตัวสอบได้

#### เนื้อหา

การสอบได้คะแนนดี จะต้องมีการวางแผนเตรียมอ่านหนังสือล่วงหน้า โดยนักเรียนสามารถทำตามขั้นตอนดังนี้

1. สังเกตตนเองว่ามีจุดบกพร่องตรงไหนที่ควรแก้ไข เช่น อ่อนวิชาอะไร
2. ตั้งเป้าหมายว่าจะแก้ไขในจุดไหนและจะทำอย่างไรบ้าง
3. ทำตามวิธีที่กำหนดไว้พร้อมทั้งบันทึกผล
4. ประเมินผลการกระทำโดยเทียบกับเป้าหมายว่าบรรลุเป้าหมายหรือไม่
5. คิดกลวิธีใหม่หากวิธีการเดิมไม่มีประสิทธิภาพและให้รางวัลกับตนเองหากสามารถ

บรรลุเป้าหมายได้

#### กิจกรรม

##### ขั้นนำ

ผู้วิจัยถามนักเรียนว่าใครอยากสอบได้คะแนนดี ๆ บ้าง และต้องทำอะไร

##### ขั้นกิจกรรม

1. ผู้วิจัยและนักเรียนร่วมกันอภิปรายถึงประโยชน์ของการเตรียมตัวสอบ
2. ผู้วิจัยยกตัวอย่างวิธีการเตรียมตัวสอบ
3. ผู้วิจัยให้นักเรียนนำกระบวนการกำกับตนเองไปใช้ในการเตรียมตัวสอบพร้อมทั้งบันทึก

ผลลงในแบบบันทึก

##### ขั้นสรุป

ผู้วิจัยสรุปว่านักเรียนสามารถนำการกำกับตนเองไปใช้ในการเตรียมตัวสอบได้

#### สื่อ

ใบงาน

## ประเมินผล

วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1. สังเกต	แบบสังเกต	นักเรียนให้ความร่วมมือในระดับดี
2. ตรวจสอบผลงาน	ใบงาน	นักเรียนมีการบันทึกพฤติกรรมได้ถูกต้องอย่างน้อยร้อยละ 80 ของนักเรียนทั้งชั้น



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## หมายเหตุ

หากผู้วิจัยพบว่านักเรียนไม่สามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ของแต่ละกิจกรรมได้ ผู้วิจัยจะเรียกนักเรียนมาทำความเข้าใจในขั้นตอนใหม่แล้วให้นักเรียนฝึกปฏิบัติในแต่ละกิจกรรมอีกครั้ง และถ้าพบว่ามึนักเรียนจำนวนเกินครึ่งหนึ่งของนักเรียนทั้งหมดไม่สามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมผู้วิจัยจะทำกิจกรรมครั้งนั้นใหม่อีกครั้ง



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ครั้งที่ 1

### เรื่อง การกำกับตนเอง

การกำกับตนเอง หมายถึง กระบวนการที่นักเรียนตั้งเป้าหมายด้วยตนเองสังเกตและบันทึกพฤติกรรมด้วยตนเอง ประเมินพฤติกรรมด้วยตนเอง แสดงปฏิริยาต่อตนเองและให้รางวัลตนเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองไปสู่พฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการ

การกำกับตนเอง ประกอบด้วย 3 กระบวนการย่อยดังนี้

#### 1. การสังเกตตนเอง ประกอบด้วย

1.1 การตั้งเป้าหมาย หมายถึง การกำหนดพฤติกรรมเป้าหมายหรือกำหนดเกณฑ์ในการแสดงพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่งที่ต้องการเปลี่ยนแปลง

1.2 การเตือนตนเอง หมายถึง การสังเกตและบันทึกพฤติกรรมเป้าหมายที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง เพื่อเป็นข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ตนเองกระทำ

2. การตัดสินใจตนเอง เป็นการเปรียบเทียบผลที่ได้รับจากการกระทำกับเป้าหมาย

3. การแสดงปฏิริยาต่อตนเอง เป็นการกำกับพฤติกรรมของตนเองว่าจะต้องปฏิบัติอย่างไรเมื่อได้รับผลที่กระทำไว้แล้วและจะแก้ไขพฤติกรรมของตนเองอย่างไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรมครั้งที่ 1  
แบบทดสอบเรื่องการทำกับตนเอง

คำสั่ง ให้นักเรียนช่วยกันตอบคำถามต่อไปนี้

1. การทำกับตนเอง หมายถึงอะไร

คำตอบ

2. ขั้นตอนแรกของการทำกับตนเองนักเรียนจะต้องทำอะไรก่อน

คำตอบ

3. ให้นักเรียนบอกวิธีการประเมินผล

คำตอบ

4. ถ้านักเรียนพบว่าพฤติกรรมที่นักเรียนทำไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่ได้ตั้งเอาไว้ นักเรียนจะทำอย่างไร

คำตอบ

5. การให้รางวัลตนเองจะทำได้เมื่อใด

คำตอบ

6. ให้นักเรียนบอกขั้นตอนของการทำกับตนเองมาทั้งหมด

คำตอบ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



กิจกรรมครั้งที่ 3	ชื่อ.....
เรื่อง ผักตั้งเป้าหมาย	ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

.....

.....

.....

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

พฤติกรรมที่ทำ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



กิจกรรมครั้งที่ 4

ชื่อ.....

เรื่อง ประเมินผลเป้าหมาย

ชั้น.....วันที่.....

ให้นักเรียนเลือกตอบข้อใดข้อหนึ่งตามความเป็นจริง

เมื่อเปรียบเทียบเป้าหมายที่นักเรียนตั้งไว้กับพฤติกรรมที่นักเรียนได้กระทำ พบว่า

1. นักเรียนทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย

เหตุที่นักเรียนสามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายได้ เป็นเพราะอะไร

.....

.....

.....

นักเรียนจะให้รางวัลกับตนเองอย่างไร

.....

.....

.....

2. นักเรียนไม่สามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

เหตุที่นักเรียนไม่สามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายได้เป็นเพราะอะไร

.....

.....

.....

นักเรียนจะอย่างไรเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

.....

.....

.....

กิจกรรมครั้งที่ 5	ชื่อ.....
เรื่อง ทบทวนการกำกับตนเอง	ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

.....

.....

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

พฤติกรรมที่ทำ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประเมินผล

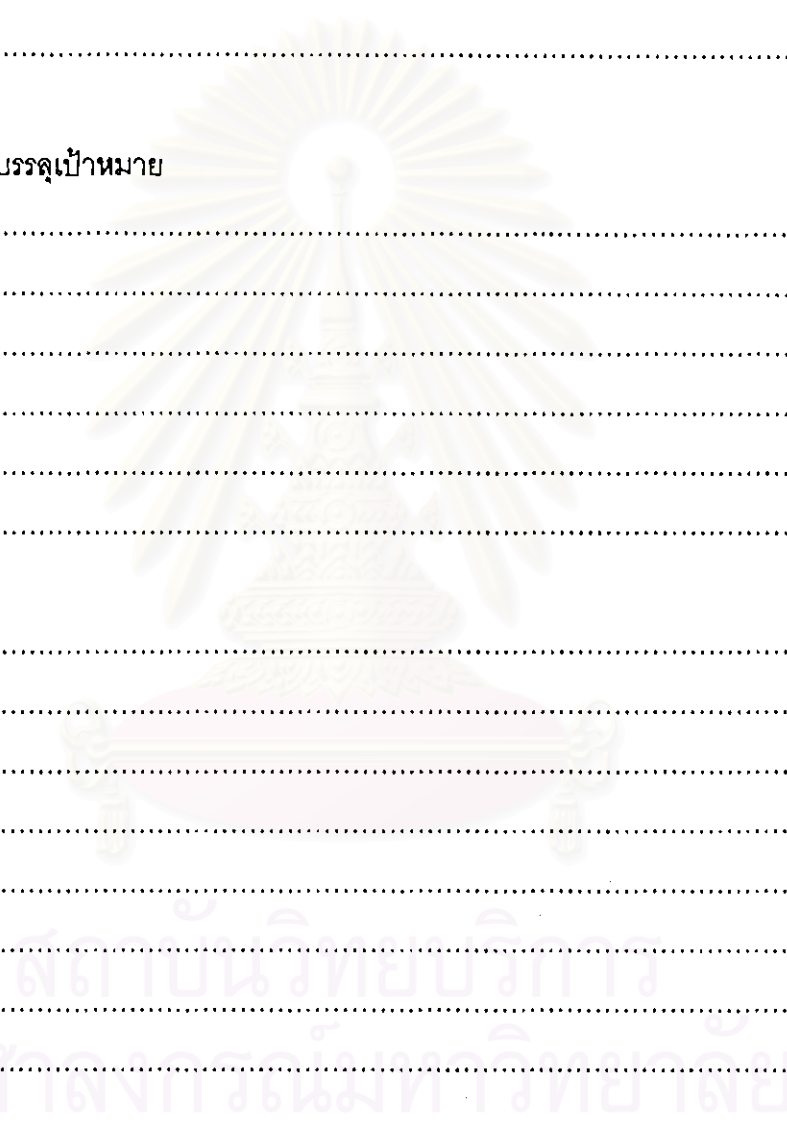
.....

.....

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

.....

.....



## แบบทดสอบทบทวนกระบวนการกำกับตนเอง

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านคำถามแล้วตอบ โดยเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ข้อใดเรียงลำดับกระบวนการกำกับตนเองได้อย่างถูกต้อง
  - ก. การสังเกตตนเอง การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง และการตัดสินตนเอง
  - ข. การสังเกตตนเอง การตัดสินตนเอง และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง
  - ค. การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง การสังเกตตนเอง และการตัดสินตนเอง
2. การสังเกตตนเอง ประกอบด้วยอะไรบ้าง
  - ก. การประเมินผล
  - ข. การให้รางวัลตนเอง
  - ค. การตั้งเป้าหมายและบันทึกพฤติกรรมตนเอง
3. การให้รางวัลตนเองทำได้เมื่อใด
  - ก. เมื่อทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย
  - ข. เมื่อทำพฤติกรรมไม่ได้ตามเป้าหมาย
  - ค. เมื่อตั้งเป้าหมายได้สำเร็จ
4. ขั้นตอนแรกของการกำกับตนเองคืออะไร
  - ก. ตั้งเป้าหมาย
  - ข. บันทึกพฤติกรรม
  - ค. ประเมินผล
5. ให้นักเรียนบอกประโยชน์ของการกำกับตนเองมา 3 ข้อ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



กิจกรรมครั้งที่ 6

ชื่อกลุ่ม.....

เรื่อง แก้ปัญหาเป็นกลุ่ม

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

.....

.....

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

.....

.....

.....

พฤติกรรมที่ทำ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประเมินผล

.....

.....

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

.....

.....

.....

กิจกรรมครั้งที่ 7	ชื่อสมาชิก 1.....
เรื่อง มาอ่านหนังสือกันเถอะ 1	2.....
	ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมายในการอ่าน.....

เรื่อง.....

เนื้อหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

เรื่อง.....

เนื้อหา

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### การตัดสินใจตนเอง

นักเรียนตั้งเป้าหมายว่าจะอ่านหนังสือได้.....เล่ม

นักเรียนอ่านหนังสือได้จริง.....เล่ม

นักเรียนทำได้ตามเป้าหมายหรือไม่.....

### การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

เลือกตอบเพียง 1 ข้อเท่านั้น

- 1) นักเรียนสามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย ดังนั้นนักเรียนจะให้รางวัลกับตนเอง

โดย

.....

.....

- 2) นักเรียนไม่สามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย ดังนั้นนักเรียนจะทำอย่างไร

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรมครั้งที่ 8

เรื่อง มาอ่านหนังสือกันเถอะ 2

ชื่อสมาชิก 1.....

2.....

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมายในการอ่าน.....

เรื่อง.....

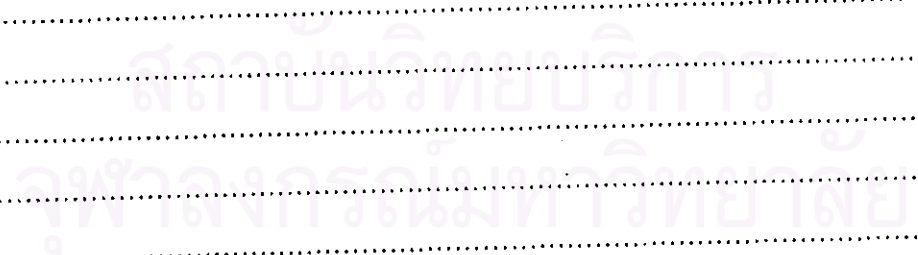
เนื้อหา

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

เรื่อง.....

เนื้อหา

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



### การตัดสินใจตนเอง

นักเรียนตั้งเป้าหมายว่าจะอ่านหนังสือได้.....เล่ม

นักเรียนอ่านหนังสือได้จริง.....เล่ม

นักเรียนทำได้ตามเป้าหมายหรือไม่.....

### การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

เลือกตอบเพียง 1 ข้อเท่านั้น

3) นักเรียนสามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย ดังนั้นนักเรียนจะให้รางวัลกับตนเอง

โดย

.....

.....

4) นักเรียนไม่สามารถทำพฤติกรรมได้ตามเป้าหมาย ดังนั้นนักเรียนจะทำอย่างไร

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรมครั้งที่ 9

ชื่อ.....

เรื่อง บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

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

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

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

พฤติกรรมที่ทำ

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

ประเมินผล

.....  
.....

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

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



กิจกรรมครั้งที่ 10  
เรื่อง งานประดิษฐ์

ชื่อ.....  
ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย นักเรียนจะทำการได้ทั้งหมด.....ชิ้น

ประเมินผล นักเรียนสามารถทำได้จริง.....ชิ้น

การแสดงปฏิบัติการต่อตนเอง(เลือกตอบ 1 ข้อ)

1. นักเรียนสามารถทำได้ตามเป้าหมาย ดังนั้นนักเรียนจะให้รางวัลกับตนเอง

โดย

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

2. นักเรียนไม่สามารถทำได้ตามเป้าหมายได้ ดังนั้นนักเรียนจะ

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

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กิจกรรมครั้งที่ 11	ชื่อ.....
เรื่อง พฤติกรรมเอื้อเพื่อ	ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย.....

พฤติกรรม	ลายเซ็นผู้ที่ได้รับความเอื้อเพื่อ
1	
2	
3	
4	
5	

ประเมินผล(เลือกตอบ 1 ข้อ)

1. สามารถทำได้ตามเป้าหมาย
2. ไม่สามารถทำได้ตามเป้าหมาย

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง(เลือกตอบ 1 ข้อ)

1. นักเรียนสามารถทำได้ตามเป้าหมาย ดังนั้นนักเรียนจะให้รางวัลกับตนเอง

โดย

.....

.....

2. นักเรียนไม่สามารถทำได้ตามเป้าหมายได้ ดังนั้นนักเรียนจะ

.....

.....



กิจกรรมครั้งที่ 12

เรื่อง ความรับผิดชอบ

ชื่อ.....

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

.....  
 .....

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

.....  
 .....

พฤติกรรมที่ทำ

.....  
 .....

ประเมินผล

.....  
 .....

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

.....  
 .....

กิจกรรมครั้งที่ 13

เรื่อง ความคุ้มครอง

ชื่อ.....

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

.....

.....

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

พฤติกรรมที่ทำ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ประเมินผล

.....

.....

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

.....

.....

กิจกรรมครั้งที่ 14

ชื่อ.....

เรื่อง ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

.....  
.....

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

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

พฤติกรรมที่ทำ

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

ประเมินผล

.....  
.....

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง

.....  
.....

กิจกรรมครั้งที่ 15

เรื่อง เตรียมตัวสอบ

ชื่อ.....

ชั้น.....วันที่.....

เป้าหมาย

สิ่งที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

พฤติกรรมที่ทำ

ประเมินผล

การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบวัดการมีวินัยในตนเอง

### คำชี้แจง

1. แบบทดสอบชุดนี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อต้องการทราบความรู้สึกหรือการกระทำของนักเรียน โดยให้นักเรียนอ่านสถานการณ์ต่อไปนี้ คิดว่าถ้าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับตัวเองนักเรียนจะทำอย่างไร แล้วตอบคำถามโดยเลือกข้อที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุด
2. คำตอบที่นักเรียนตอบ ไม่มีข้อใดถูกหรือผิดอย่างแท้จริง และจะไม่มีผลกระทบกระเทือนต่อการเรียนและตัวของนักเรียน จึงขอให้นักเรียนตอบให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด
3. แบบทดสอบมีทั้งหมด 40 ข้อ กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ
4. วิธีตอบ ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย x ลงในตัวเลือกที่นักเรียนเลือก และห้ามนักเรียนขีดเขียนหรือทำเครื่องหมายใด ๆ ลงในแบบทดสอบ

### ตัวอย่าง

ข้อ 1 รุจिरาเอาไม้บรรทัดของวันเฉลิมมาใช้โดยที่วันเฉลิมไม่ทราบ ขณะที่ใช้อยู่ปรากฏว่ารุจिरาได้ทำไม้บรรทัดของวันเฉลิมหัก

ถ้านักเรียนเป็นรุจिरา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. บอกวันเฉลิมว่านักเรียนเป็นคนทำไม้บรรทัดวันเฉลิมหัก
- ข. บอกวันเฉลิมว่าเพื่อนคนอื่นทำไม้บรรทัดวันเฉลิมหัก
- ค. เสียบเฉยไว้ไม่พูดอะไร

### กระดาษคำตอบ

ถ้านักเรียนเลือกข้อ ก  ก  ข  ค

ถ้านักเรียนจะเปลี่ยนมาเลือกข้อ ข ให้ทำดังนี้  ก  ข  ค

ข้อ 1 เช้าวันหนึ่งพันกรเดินเข้ามาในโรงเรียน เห็นเพื่อนๆกำลังเล่นฟุตบอลกันอย่างสนุกสนาน เขานึกขึ้นได้ว่าวันนี้ เขาเป็นเวรทำความสะอาดห้องแต่เขาอยากเตะฟุตบอลกับเพื่อน ทันใดนั้น โดมเดินเข้ามาแล้วพูดกับพันกรว่า

โดม : พันกร! ไปเตะฟุตบอลกันเถอะกำลังสนุกเลย

พันกร : ?????

ถ้านักเรียนเป็นพันกร นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ไปเล่นกับฟุตบอลกับโดมแล้วบอกเพื่อนคนอื่นว่าจะทำเวรตอนพักกลางวัน
- ข. ขึ้นไปทำเวรแล้วรีบกวาดห้องเล็กน้อยแล้วรีบไปเล่น
- ค. ทำความสะอาดห้องจนเสร็จแล้วจึงไปเตะฟุตบอล

ข้อ 2 ศิริลักษณ์และวิยะดาเยี่ยมกล่องดินสอสีของสิริยากรมาใช้ ระหว่างที่ใช้ก็มีเพื่อนคนอื่นมาใช้ด้วยเมื่อใช้เสร็จศิริลักษณ์พบว่าดินสอสีฟ้าหายไป 1 แท่ง

ถ้านักเรียนเป็นศิริลักษณ์ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. บอกสิริยากรว่าดินสอสีฟ้าหายไปเพราะมีคนมาใช้ด้วย
- ข. บอกสิริยากรว่าดินสอสีฟ้าหายไปและจะซื้อใช้ให้ใหม่
- ค. ถ้าสิริยากรไม่รู้ว่าดินสอสีฟ้าหายไปก็จะไม่บอกอะไรเพราะตนไม่ได้ทำหาย

ข้อ 3 ชาคริตเล่นฟุตบอลกับเพื่อนอยู่ที่สนาม ปรากฏว่าเขาเตะฟุตบอลไปโดนกระจกห้องพักของครูแตก ครูจึงเรียกคนที่เล่นฟุตบอลทั้งหมดมาทำโทษ

ถ้านักเรียนเป็นชาคริต นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ยอมรับผิดคนเดียว เพราะตนเป็นคนเตะฟุตบอลโดนกระจก
- ข. บอกครูว่าตนไม่ได้เป็นคนเตะ
- ค. เียบเฉยเอาไว้เพราะเพื่อนคนอื่นก็เล่นฟุตบอลด้วยเหมือนกันดังนั้นต้องถูกทำโทษด้วยกัน

ข้อ 4 เช้าวันหนึ่งปิยะธิดาไปทำความสะอาดที่โต๊ะ แต่ปรากฏว่าเขาไม่ชนไ้ไปปิดแจกันครู ตกแตก ปิยะธิดาตกใจจนทำอะไรไม่ถูกเพราะในห้องไม่มีใครอยู่เลย จึงลงไปเข้าแถวหน้าเสาธง ตามปกติ หลังจากเข้าแถวหน้าเสาธงแล้วจึงขึ้นห้องเรียน ในห้องเรียนครูเห็นแจกันแตกจึงถามนักเรียนในห้องว่า

ครู : ทำไมแจกันครูถึงตกแตก?

นักเรียนในห้องต่างก็เงียบ

ถ้านักเรียนเป็นปิยะธิดา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. บอกครูว่า ลมพัดแจกันหล่น
- ข. บอกครูว่า เป็นคนทำแจกันแตก
- ค. บอกครูว่า ไม่เห็นใครทำแจกันแตก

ข้อ 5 หลังจากเลิกเรียนแล้วครูเรียกพรชิตาไปพบแล้วสั่งว่า

ครู : ครูฝากจดหมายไปให้ผู้ปกครองเธอด้วยนะ เป็นเรื่องด่วนมาก

พรชิตา : ค่ะ

เมื่อกลับถึงบ้าน พรชิตารู้สึกหิวมากและแม่กำลังทำอาหารเย็นเสร็จพอดี

ถ้านักเรียนเป็นพรชิตา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. เอาจดหมายไปให้แม่ทันที
- ข. กินอาหารเย็นให้เสร็จก่อนแล้วจึงเอาให้แม่
- ค. วางจดหมายไว้บนโต๊ะกินข้าว รอให้แม่มาเห็นเอง

ข้อ 6 ในชั่วโมงภาษาไทย

ครู : นักเรียนได้ไปอ่านบทที่ 2 ตามที่ครูสั่งบอกหรือเปล่าจ๊ะ

นักเรียน : อ่านครับ,อ่านค่ะ

ครู : โหนแคทรียาออกมาอ่านให้เพื่อนฟังซิจ๊ะ

ถ้านักเรียนเป็นแคทรียา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ออกไปหน้าชั้นแล้วอ่านอย่างช้า ๆ และชัดเจน
- ข. ออกไปหน้าชั้นแล้วก้มหน้าก้มตาอ่านอย่างรวดเร็ว
- ค. ลังเลที่จะออกไปอ่านหน้าชั้น

ข้อ 7 ทนายไปงานวันเกิดเพื่อนที่อยู่ในซอยเดียวกัน เพื่อนแต่ละคนต่างแต่งตัวกันอย่างสุดเท่ห์

นุ๊ก : ทนายทำไมเธอแต่งตัวเป็นคุณป้าอย่างนี้ละ ยิ้มชุดแม่มาใส่หรือจ๊ะ

ทนาย : ?????



ถ้านักเรียนเป็นทราย นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไม่สนใจคำพูดของเพื่อน ๆ
- ข. กลับบ้านไปเปลี่ยนชุดใหม่ทันที
- ค. อยู่ในงานเลี้ยงด้วยความไม่สบายใจ

ข้อ 8 วันนี้เป็นวันเกิดครู นักเรียนในห้องได้เตรียมของขวัญไว้ให้ครู เพื่อนๆต่างก็เลือกให้เจตรินเป็นคนพูดอวยพรวันเกิดให้ครู

ถ้านักเรียนเป็นเจตริน นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ทำตามที่เพื่อนบอกด้วยความเต็มใจ
- ข. บอกเพื่อนว่าพูดไม่เก่ง ให้คนอื่นพูดดีกว่า
- ค. ถามเพื่อนว่าจะต้องพูดอะไรบ้างแล้วจึงพูดตามนั้น

ข้อ 9 ตอนพักกลางวัน ขณะที่พัลลภกำลังเล่นกับเพื่อนอยู่อย่างสนุกสนาน

ศรธรรม : พัลลภ! ครูใหญ่ให้ไปพบที่ห้องด้วย

พัลลภ : ?????

ถ้านักเรียนเป็นพัลลภ นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไปพบครูใหญ่ทันที
- ข. ชวนศรธรรมไปพบครูใหญ่เป็นเพื่อนด้วย
- ค. เข้าไปพบ แต่ไม่กล้ามองหน้าครูใหญ่

ข้อ 10 ตอนพักกลางวัน ผีนตีและผีนเด่นรับประทานอาหารกันเสร็จจึงขึ้นไปนั่งเล่นกันบนห้องเรียน

ผีนตี : ขอตุ๊กตาบ้านเลขหน้อยสิ

ผีนเด่น : ได้สิ

ผีนตี : เธอตอบข้อ 1 ผิดนะ

ผีนเด่น : ??????

ถ้านักเรียนเป็นผีนเด่น นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. รีบทำใหม่ทันที
- ข. ถามคำตอบที่ถูกต้องจากฝั่งดี
- ค. ตรวจสอบอีกครั้งเพื่อความมั่นใจ

ข้อ 11 เปิดเทอมใหม่ครูประจำชั้นให้นักเรียนเลือกหัวหน้าชั้นใหม่ ปรากฏว่าวิชญ์ได้คะแนนมากที่สุด

ครู : วิชาญ์ได้คะแนนมากที่สุดดังนั้นเธอจะได้เป็นหัวหน้าห้อง  
วิชาญ์ : ?????

ถ้านักเรียนเป็นวิชาญ์ นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ปฏิเสธการเป็นหัวหน้าห้อง
- ข. บอกเพื่อนว่าจะทำหน้าที่ให้ดีที่สุด
- ค. บอกเพื่อนว่าขอลองทำหน้าที่ก่อนสักระยะหนึ่ง

ข้อ 12 ในช่วงโมงเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ครูได้สอนเรื่องสมการ ชันเงินรู้สึกที่ไม่ค่อยเข้าใจที่ครูสอน แต่เพื่อนในห้อง ต่างก็เข้าใจทั้งหมด เมื่อถึงท้ายชั่วโมง ครูถามนักเรียนทั้งห้อง

ครู : มีใครไม่เข้าใจบ้างจะ?  
ชันเงิน : ?????

ถ้านักเรียนเป็นชันเงิน นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. นั่งเฉย ๆ แล้วค่อยถามครูทีหลัง
- ข. ยกมือถามครูทันที
- ค. บอกให้เพื่อนถามครูแทน

ข้อ 13 อธิศักดิ์ไปซื้อขนมที่ร้านอาหารในโรงอาหารของโรงเรียน เขาให้เงินแม่ค้าไป 20 บาทแต่แม่ค้าให้เงินทอนเกินมา 5 บาท

ถ้านักเรียนเป็นอธิศักดิ์ นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. นำเงินไปคืนแม่ค้า เพราะกลัวแม่ค้าขาดทุน
- ข. เก็บเอาไว้จ่ายเวลาซื้อขนมครั้งต่อไป
- ค. นำเงินไปคืนแม่ค้า เพราะกลัวแม่ค้าตามมาทวง

ข้อ 14 ตอนเย็นวันหนึ่งปฏิภาณขึ้นรถประจำทางตามปกติ อีก 2 ป้ายรถเมล์จะถึงบ้านของเขา แต่กระเป๋ารถเมล์ยังไม่มาเก็บค่าโดยสาร

ถ้านักเรียนเป็นปฏิภาณ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ยืนเฉย ๆ
- ข. ยื่นเงินให้กระเป๋ารถเมล์
- ค. ถ้ากระเป๋ารถเมล์มาถามแล้วจึงให้

ข้อ 15 เข้าวันหนึ่งภรรยาทำเงินค่าขนมที่แม่ให้มาหล่นหายไป เขาจึงไม่มีเงินซื้อขนมกิน ขณะที่เขากำลังเล่นฟุตบอลที่สนามในโรงเรียน เขาหันไปเห็นเงินตกอยู่ที่พื้นจำนวน 100 บาท ถ้านักเรียนเป็นภรรยา นักเรียนจะอย่างไร

- ก. เอาไปให้ครู
- ข. เอาไว้เป็นค่าขนมแทนค่าขนมที่ทำหายไป
- ค. เอาไปให้ครูส่วนหนึ่ง เก็บไว้ส่วนหนึ่ง

ข้อ 16 หลังเลิกเรียน สกาวใจมักแต่เล่นปิงปองอยู่กับเพื่อน จนกลับบ้านเลยเวลา เมื่อกลับถึงบ้าน จึงเดินเข้าไปสวัสดีแม่ที่กำลังทำงานบ้านอยู่

แม่ : ทำไมวันนี้กลับบ้านช้าจังเลยลูก

สกาวใจ : ?????

ถ้านักเรียนเป็นสกาวใจ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ไม่พูดอะไร
- ข. บอกแม่ว่า อยู่เล่นปิงปองต่อหลังเลิกเรียน
- ค. บอกแม่ว่า ทำรายงานต่อหลังจากเลิกเรียนแล้ว

ข้อ 17 ครูสุนีย์ฝากให้ศักดิ์สิทธิ์ถือแฟ้มคะแนนวิชาภาษาไทยของห้องไปให้ครูจุมพล

ศักดิ์สิทธิ์อยากรู้คะแนนของตัวเองมาก

ถ้านักเรียนเป็นศักดิ์สิทธิ์ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. ไม่เปิดดู เพราะครูสุณีย์ไม่ได้อนุญาตให้เปิด
- ข. ไม่เปิดดู เพราะกลัวครูสุณีย์รู้
- ค. แอบเปิดดู

ข้อ 18 ดนุพร ตื่นสายจึงไปโรงเรียนไม่ทันเช้าแถว เมื่อไปถึงห้องเรียนปรากฏว่าครูกำลังตรวจการบ้านซึ่งดนุพรยังทำไม่เสร็จ

ถ้านักเรียนเป็นดนุพร นักเรียนจะอย่างไร

- ก. บอกครูว่า วันนี้ตื่นสาย
- ข. รอเข้าห้องตอนชั่วโมงต่อไป
- ค. ถ้าครูไม่ถาม ก็ไม่บอกอะไร

ข้อ 19 ตอนพักกลางวัน เริงฤทธิ์กำลังทำการบ้านวิชาคณิตศาสตร์ที่จะต้องส่งครูในวันพรุ่งนี้  
 นาค : เริงฤทธิ์! เที่ยงเครื่องอย่าลืมไปทำงานกลุ่มวิชาภาษาไทยที่ได้ตีกันนะ  
 เริงฤทธิ์ : ได้  
 เมื่อถึงเวลานัดปรากฏว่า เริงฤทธิ์ยังทำการบ้านไม่เสร็จ

ถ้านักเรียนเป็นเริงฤทธิ์ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. รีบไปได้ตีก็ เพราะได้เวลานัดแล้ว
- ข. รีบไปได้ตีก็ เพราะกลัวเพื่อนโกรธ
- ค. ทำการบ้านให้เสร็จก่อนแล้วจึงไปได้ตีก็

ข้อ 20 ในห้องสมุด เสาวลักษณ์กำลังอ่านหนังสือการ์ตูนเล่มโปรดใกล้จบแล้ว ทันใดนั้นก็มึนเสียงสัญญาณเตือนให้เข้าเรียนดังขึ้น

ถ้านักเรียนเป็นเสาวลักษณ์ นักเรียนจะอย่างไร

- ก. รีบอ่านหนังสือการ์ตูนให้จบ แล้วไปเรียน
- ข. ไปเข้าห้องเรียน เพราะกลัวครูทำโทษ
- ค. เก็บหนังสือไว้ก่อน แล้วไปเข้าห้องเรียน

ข้อ 21 สุนิสาตั้งใจจะตื่นนอนตอนตี 5 เพื่อจะใส่บาตรตอนเช้า แต่คืนนั้นสุนิสาเข้านอนช้ากว่าทุกวัน เพราะมัวแต่ทำการบ้านอยู่เสียงนาฬิกาปลุกแล้ว แต่สุนิสาไม่อยากตื่น

ถ้านักเรียนเป็นสุนิสา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. นอนต่อแล้วค่อยใส่บาตรวันหลัง
- ข. นอนต่ออีก 10 นาทีแล้วค่อยตื่น
- ค. ตื่นเลยเพราะตั้งใจเอาไว้ว่าจะตื่น

ข้อ 22 ในช่วงโมงศิลปะ ใกล้หมดเวลาแล้ว ครูจึงสั่งงานนักเรียนให้เอามาส่งในวันรุ่งขึ้น  
เย็นวันนั้นชาคริตมัวแต่ทำงานบ้านอยู่จึงเริ่มทำการบ้านตอน 3 ทุ่ม เมื่อทำไปสักพัก ปรากฏว่า  
เข่าวงนอนมาก

ถ้านักเรียนเป็นชาคริต นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. เลิกทำและไปนอน เพราะได้เวลานอน แล้วพรุ่งนี้เช้าจะไปขอครูส่งตอนเย็น
- ข. พยายามทำจนเสร็จ เพราะถ้าไม่มีงานส่งกลัวโดนทำโทษ
- ค. ไปล้างหน้าแล้วกลับมาทำจนเสร็จ เพราะครูให้ส่งตอนเช้า

ข้อ 23 เช้าวันหนึ่งก่อนธงไชยจะไปโรงเรียน

แม่ : วันนี้กลับถึงบ้านก่อน 4 โมงเย็นนะลูก

ธงไชย : ครับแม่

หลังจากเลิกเรียนแล้ว นาวิณมาชวนธงไชยไปเตะฟุตบอล

ถ้านักเรียนเป็นธงไชย นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. บอกนาวิณว่าอยู่เล่นด้วยไม่ได้เพราะกลัวแม่ดู
- ข. บอกนาวิณว่า อยู่เล่นด้วยไม่ได้เพราะต้องกลับบ้านให้ตรงเวลา
- ค. อยู่เล่นกับนาวิณก่อน กลับบ้านผิดเวลาสักครึ่งคงไม่เป็นไร

ข้อ 24 ที่บ้าน

เจดริน : แม่ครับผมขออนุญาตไปซื้อหนังสือนะครับ

แม่ : กลับมาก่อนเที่ยงนะลูก

ระหว่างทางที่กลับจากซื้อหนังสือ เจดรินเจอเพื่อนข้างบ้านชวนไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์

ที่บ้าน

ถ้านักเรียนเป็นเจดริน นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. บอกเพื่อน จะต้องกลับบ้านภายในเวลาที่กำหนด
- ข. บอกเพื่อนว่า ไปด้วยไม่ได้เพราะด่ากลับบ้านช้ากลัวแม่ดุ
- ค. ไปกับเพื่อน เพราะคิดว่าด่ากลับบ้านช้าแม่คงไม่ทำอะไร

ข้อ 25 ขณะที่เพลินกรอกน้ำใส่กระติกน้ำ มีคนต่อแถวเยอะมาก ทันใดนั้นก็มียุงออกจากรอกน้ำเข้าเรียน  
ตั้งขึ้น แต่เพลินยังไม่ได้กรอกน้ำเลย

ถ้านักเรียนเป็นเพลิน นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ยืนรอจนได้กรอกน้ำ
- ข. ยืนรออีก 5 นาทีถ้าไม่ได้กรอกน้ำจึงค่อยไปเข้าเรียน
- ค. รีบไปเข้าเรียนก่อน

ข้อ 26 ขณะที่กำลังรอครูเข้าสอน เมธีกับนาวินชกต่อยกันในห้องเรียน ชาคริตเป็นเพื่อนกลุ่ม  
เดียวกับเมธี และนาวินกำลังอยู่ในเหตุการณ์

ถ้านักเรียนเป็นชาคริต นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไปตามครู
- ข. เข้าไปห้าม
- ค. นั่งเฉย ๆ เพราะเดี๋ยวทั้ง 2 คนก็หยุดเอง

ข้อ 27 วิชากพอ. ครูให้นักเรียนทำการวัดวันปีใหม่ รามาวดีเป็นคนเดียวในกลุ่มที่เอาดินสอสีมา  
จึงแบ่งให้เพื่อนคนอื่นใช้ด้วย แต่รามาวดีโกรธกับเข็มอัปสรอยู่

ถ้านักเรียนเป็นรามาวดี นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไม่ให้เข็มอัปสรใช้เพราะโกรธกันอยู่
- ข. ถ้าเข็มอัปสรไม่ขอก็ไม่ให้
- ค. แบ่งให้เข็มอัปสรใช้

ข้อ 28 เช้าวันหนึ่งแม่กำลังให้เงินค่าขนมแก่ลูก 2 คนอยู่ ทันใดนั้นลูกคนโตก็พูดออกมาว่า

ลูกคนโต : แม่ครับ ผมเป็นที่คนโตผมต้องได้มากกว่าน้องสิครับ

แม่ : ?????

นักเรียนคิดว่าแม่ควรจะทำอย่างไร

- ก. ให้เงินลูกเท่าเดิม
- ข. ให้เงินลูกคนโตเพิ่มเพราะเห็นว่าเป็นพี่คนโตต้องได้มากกว่าน้อง
- ค. ให้เงินลูกเท่าเดิมก่อน แล้วบอกว่าจะเอาไปปรึกษากับพ่อก่อน

ข้อ 29 เรื่องศักดิ์มีนิสัยเกเรชอบแกล้งเพื่อนมาก เมื่อเห็นพันกรเดินผ่านมา เรื่องศักดิ์จึงแกล้งขัดขาทำให้พันกรสะดุดล้ม พันกรรู้ว่าเรื่องศักดิ์เป็นคนแกล้งตนจึงไปบอกพี่ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทของพันกร

ถ้านักเรียนเป็นพี่ นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไปช่วยพันกรแก้แค้น เพราะเรื่องศักดิ์มาแกล้งพันกรก่อน
- ข. ไปบอกเพื่อนคนอื่นว่าไม่ต้องพูดกับพันกร
- ค. บอกพันกรว่า อย่าไปต่อเรื่องให้ยาวเลย

ข้อ 30 เพลินได้รับมอบหมายจากครูให้ไปบอกเพื่อน ๆ ที่นั่งเล่นกันอยู่ให้เก็บเศษขยะที่สนาม

เพลิน : เพื่อน ๆ ครูให้ไปช่วยกันเก็บเศษขยะที่สนามหน่อย

บัวชมพู : ไม่ไปหรอกแดดร้อนจะตาย

ถ้านักเรียนเป็นเพลิน นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. บอกเพื่อนว่า ถ้าไม่ไปจะไม่พูดด้วย
- ข. ทำตามใจเพื่อน และไปเก็บเศษขยะคนเดียว
- ค. บอกเพื่อนว่า ทุกคนต้องไปช่วยกันจะได้เสร็จเร็ว ๆ

ข้อ 31 ตอนเช้าก่อนเข้าแถว สิริยม อังคณาและศิริพร กำลังนั่งคุยกันอยู่ ศิริพรจึงเอากาบบ้าน

วิชาคณิตศาสตร์ที่ยังทำไม่ได้มาถามสิริยม สิริยมจึงอธิบายให้ศิริพรฟัง

สิริยม : เป็นยังไงบ้างที่เราอธิบายให้ฟังเข้าใจหรือยัง?

ศิริพร . เรายังไม่ค่อยเข้าใจเลย อธิบายให้ฟังอีกรอบนะ

อังคณา : ไม่เป็นไรหรอกศิริพร เอาไว้ไปถามครูก็ได้ พวกเราไปซื้อขนมกินกันดีกว่า

สิริยม : ?????

ถ้านักเรียนเป็นสิริยม นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. เห็นด้วยกับอังคณา จึงชวนศิริพรไปซื้อขนมด้วยกัน
- ข. บอกอังคณาว่า ต้องอธิบายให้ศิริพรเข้าใจให้ได้ แล้วค่อยไปซื้อขนม
- ค. บอกศิริพรว่า หลังเข้าแถวแล้วจะมาอธิบายให้ฟังใหม่

ข้อ 32 นุสบาเห็นวรรณุชและศิริยากรยืนคุยเล่นกันอยู่ จึงเดินเข้าไปชวนเย็บพรมเช็ดเท้า ซึ่งต้องทำเป็นงานกลุ่มวิชาทอ.

นุสบา : วรรณุช ศิริยากร ไปทำงานวิชาทอ.กันเถอะ

วรรณุช : ไม่ไป ไม่ได้หรือ เรากับศิริยากรกำลังคุยกันสนุกเลย

ศิริยากร : จริงด้วย เอาไว้ทำวันหลังเถอะ มาคุยด้วยกันดีกว่านะนุสบา

ถ้านักเรียนเป็นนุสบา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. เห็นด้วยกับศิริยากรว่าเอาไว้ทำวันหลังก็ได้
- ข. บอกวรรณุชกับศิริยากรว่าถ้าไม่ไปจะไม่มีชื่อในรายงาน
- ค. บอกวรรณุชและศิริยากรว่า งานกลุ่มเราต้องช่วยกันทุกคน

ข้อ 33 งานกีฬาซี ขณะทีนาครกำลังแข่งขันฟุตบอลอยู่

อุดม : นาครทำไมนายเล่นไม่ได้เรื่องเลย ออกมาดีกว่า

นาคร : ?????

ถ้านักเรียนเป็นนาคร นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. เล่นฟุตบอลต่อไปโดยไม่สนใจ
- ข. บอกเพื่อนคนอื่นที่เล่นบอลด้วยกัน
- ค. หันไปว่าคนที่พูดว่าตนเอง

ข้อ 34 ในโรงอาหาร ร้านขายอาหารคนแน่นทุกร้าน นุสบาหิวมากและตั้งใจจะซื้อก๋วยเตี๋ยวมารับประทาน แต่ต่อแถวเป็นคนสุดท้าย

ถ้านักเรียนเป็นนุสบา นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ไปซื้อขนมมารับประทานแทน
- ข. ยืนรอจนกว่าจะถึงคิว
- ค. ไปต่อแถวร้านอื่นที่มีคนน้อยกว่าแถวเดิม



ข้อ 35 หลังจากรับประทานอาหารเย็นเสร็จ พิมได้รับมอบหมายให้ล้างจาน เมื่อล้างไปสักพัก พิมรู้สึกเหนื่อยแต่จานที่ต้องล้างยังเหลืออีกเยอะ

ถ้านักเรียนเป็นพิม นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. พักดูทีวีก่อน แล้วค่อยกลับมาล้าง
- ข. ล้างต่อไปเรื่อย ๆ จนเสร็จ
- ค. ไปตามคนอื่นมาช่วยล้างจนเสร็จ

ข้อ 36 กลับมาจากโรงเรียน เสาวลักษณ์จึงนั่งทำมู่ลี่การบ้านวิชากพอ.ที่ต้องส่งวันพรุ่งนี้ นั่งทำไปพักใหญ่เสาวลักษณ์เมื่อยมาก

ถ้านักเรียนเป็นเสาวลักษณ์ นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. ให้น้องช่วยทำ
- ข. นั่งทำต่อไปจนเสร็จ
- ค. ลุกไปเดินเล่น แล้วค่อยกลับมาทำต่อ

ข้อ 37 ที่แปลงผักสวนครัว เจตรินกับเก็จมณีเป็นเวรรดน้ำ เจตรินมารดน้ำอยู่ก่อนแล้ว เก็จมณีเดินเข้ามารดน้ำทีหลัง

เจตริน : วันนี้เธอเป็นเวรรดน้ำเธอ

เก็จมณี : ใช่

เจตริน : เราชักช้ำเปียกแล้วละ ไปกินขนมกันเถอะ

เก็จมณี : ?????

ถ้านักเรียนเป็นเก็จมณี นักเรียนจะทำอย่างไร

- ก. รีบรดน้ำแล้วไปกินขนมกับเจตริน
- ข. ไปกินขนมกับเจตรินเพราะเห็นว่าเจตรินรดน้ำแล้ว
- ค. พยายามรดน้ำต่อไปเรื่อย ๆ จนเสร็จ

ข้อ 38 หลังเลิกเรียนแล้ววิหัทสออกไปรอรถประจำทางเพื่อจะกลับบ้านแต่รอมาประมาณ 30 นาทีแล้ว รถก็ยังไม่มีมา

ถ้านักเรียนเป็นวิหัทส นักเรียนจะทำอะไร

- ก. ยืนรอไปก็บ่นไป
- ข. เข้าไปเล่นกับเพื่อนในโรงเรียนต่อ
- ค. ยืนรอไปเรื่อย ๆ จนกว่ารถจะมา

ข้อ 39 ตอนพักกลางวัน อำพลกำลังซ้อมเตะลูกฟุตบอลอยู่เพื่อจะสอบในตอนบ่าย แต่ปรากฏว่าเขาซ้อมเท่าไรก็ไม่ดีขึ้นเลย และเขาก็เริ่มจะเบื่อแล้ว

ถ้านักเรียนเป็นอำพล นักเรียนจะทำอะไร

- ก. เลิกซ้อม
- ข. หยุดซ้อมสักพักแล้วเริ่มซ้อมใหม่
- ค. ซ้อมไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเล่นได้ดี

ข้อ 40 พลกำลังเล่นอยู่กับปนัดดา บุชบาและพิมอยู่อย่างสนุกสนาน

กรรชัย : พลเป็นตุ๊ด

นภ : จริงด้วยชอบเล่นกับผู้หญิง

ถ้านักเรียนเป็นพล นักเรียนจะทำอะไร

- ก. นิ่งเฉยไม่สนใจ
- ข. หาทางแก้เผ็ดกรรชัยและนภ
- ค. เดินเข้าไปต่อว่ากรรชัยและนภ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือค่ะ

ผู้วิจัย



ภาคผนวก ข  
ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

### 1. ค่าเฉลี่ยหรือมัชฌิมเลขคณิต(Mean)

$$\text{สูตรที่ใช้} \quad \bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

$$\begin{aligned} \text{โดยที่} \quad \bar{X} &= \text{คะแนนเฉลี่ยหรือมัชฌิมเลขคณิต} \\ \sum X &= \text{ผลของคะแนนทุกคน} \\ n &= \text{จำนวนคนทั้งหมด} \end{aligned}$$

### 2. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(Standard Deviation)

$$\text{สูตรที่ใช้} \quad \text{S.D.} = \sqrt{\frac{n\sum X^2 - (\sum X)^2}{n(n-1)}}$$

$$\begin{aligned} \text{โดยที่} \quad \text{S.D.} &= \text{ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน} \\ \sum X^2 &= \text{ผลรวมกำลังสองของคะแนนของแต่ละคน} \\ (\sum X)^2 &= \text{ผลรวมของคะแนนของทุกคนยกกำลังสอง} \\ n &= \text{จำนวนคนทั้งหมด} \end{aligned}$$

### 3. การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ด้วยค่าที(t-test dependent)

$$\text{สูตรที่ใช้} \quad t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n\sum d^2 - (\sum d)^2}{n-1}}}$$

$$df = n-1$$

โดยที่	D	=	ความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่
	$\Sigma D$	=	ผลรวมของความแตกต่างระหว่างคะแนนแต่ละคู่
	n	=	จำนวนคู่

4. การทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้วยค่าที (t-test independent)

สูตรที่ใช้

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

df =  $n_1 + n_2 - 2$

หรือ

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{Sp^2 \left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

เมื่อ

$$Sp^2 = \frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}$$

โดยที่	$\bar{X}_1$	=	ค่าเฉลี่ยของคะแนนของนักเรียนกลุ่มควบคุม
	$\bar{X}_2$	=	ค่าเฉลี่ยของคะแนนของนักเรียนกลุ่มทดลอง
	$n_1$	=	จำนวนนักเรียนกลุ่มควบคุม
	$n_2$	=	จำนวนนักเรียนกลุ่มทดลอง
	$S_1^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนของนักเรียนในกลุ่มควบคุม
	$S_2^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนของนักเรียนในกลุ่มทดลอง
	$Sp^2$	=	ค่าความแปรปรวนร่วมกันของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

5. สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันโปรดักโมเมนต์(Pearson product moment correlation coefficient)

$$\text{สูตรที่ใช้} \quad r_{xy} = \frac{n\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2] [n\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

โดยที่  $r_{xy}$  = ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันโปรดักโมเมนต์  
 $n$  = จำนวนคู่  
 $X$  = ค่าของตัวแปรชุดที่ 1  
 $Y$  = ค่าของตัวแปรชุดที่ 2

6. การประเมินความเที่ยงของแบบวัดด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา(Cronbach Alpha Coefficient)

$$\text{สูตรที่ใช้} \quad \alpha = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum v_i}{v_t} \right)$$

โดยที่  $v_i$  = ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละส่วนของแบบทดสอบ  
 $v_t$  = ความแปรปรวนของคะแนนรวม  
 $k$  = จำนวนข้อในแบบทดสอบ

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค

ค่าสถิติรายชื่อของแบบวัดการมีวินัยในตนเอง

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 16 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยแต่ละข้อกับคะแนนรวมรายด้าน(Corrected Item-total Correlation)

ด้าน	ข้อ	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนแต่ละข้อกับคะแนนรวม	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (ถ้าตัดข้อนี้ออก)
ความรับผิดชอบ	1	.36	.49
	2	.28	.54
	3	.31	.51
	4	.47	.40
	5	.25	.54
ความเที่ยงรวมรายด้าน		.55	
ความเชื่อมั่นในตนเอง	6	.52	.63
	7	.20	.72
	8	.61	.60
	9	.36	.68
	10	.33	.68
	11	.41	.66
	12	.50	.64
ความเที่ยงรวมรายด้าน		.70	
ความซื่อสัตย์	13	.10	.66
	14	.30	.56
	15	.50	.50
	16	.25	.58
	17	.44	.50
	18	.55	.50
ความเที่ยงรวมรายด้าน		.59	
ความตรงต่อเวลา	19	.20	.67
	20	.30	.62
	21	.25	.63



ตารางที่ 16 (ต่อ) ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนจากแบบวัดการมีวินัยแต่ละข้อกับ  
คะแนนรวมรายด้าน(Corrected Item-total Correlation)

ด้าน	ข้อ	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง คะแนนแต่ละข้อกับคะแนนรวม	ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (ถ้าตัดข้อนี้ออก)
	22	.33	.61
	23	.58	.53
	24	.55	.54
	25	.38	.59
ความเที่ยงรวมรายด้าน		.64	
ความเป็นผู้นำ	26	.22	.49
	27	.38	.41
	28	.17	.51
	29	.25	.47
	30	.07	.55
	31	.31	.44
	32	.36	.42
ความเที่ยงรวมรายด้าน		.51	
ความอดทน	33	.14	.67
	34	.12	.66
	35	.51	.57
	36	.14	.66
	37	.50	.56
	38	.52	.56
	39	.42	.59
	40	.40	.59
ความเที่ยงรวมรายด้าน		.64	
ความเที่ยงรวมทั้งฉบับ		.86	



ภาคผนวก ง  
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. นายชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์  
ตำแหน่ง ศึกษานิเทศก์ 7  
สถานที่ทำงาน หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 7 อ.เมือง จ.พิษณุโลก
2. นางจรีลักษณ์ จีรวินุลย์  
ตำแหน่ง อาจารย์ 2 ระดับ 7  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนอำนวยการกนกศิริอนุสรณ์ จังหวัดกรุงเทพมหานคร
3. นายสรารุท ภูษิตขจร  
ตำแหน่ง อาจารย์ 2 ระดับ 7  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนกิงเพชร จังหวัดกรุงเทพมหานคร
4. นางไพรินทร์ นิภารัตน์  
ตำแหน่ง อาจารย์ 2 ระดับ 7  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนกิงเพชร จังหวัดกรุงเทพมหานคร
5. นางศิริพร เหลืองวิลัย  
ตำแหน่ง อาจารย์ 2 ระดับ 7  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนกิงเพชร จังหวัดกรุงเทพมหานคร
6. นางสาวศิริพร ทวีชาติ  
ตำแหน่ง อาจารย์ 2 ระดับ 6  
สถานที่ทำงาน โรงเรียนบ้านโสมรัตนวิทยา จังหวัดลำพูน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก จ  
แบบประเมินกิจกรรม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบประเมินกิจกรรม

กิจกรรมครั้งที่ 1 เรื่องสร้างความคิด

วันที่....)๕.....๐..๗.....25๕3.....เวลา.๘.๐๑.๖๕.20 น .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			คะแนนจากการทำ แบบทดสอบ		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ผ่าน	ไม่ผ่าน	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2		✓		✓		✓	
3		✓		✓		✓	
4			✓	✓		✓	
5		✓		✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8		✓		✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10							✓
11		✓		✓		✓	
12		✓		✓		✓	
13							✓
14		✓		✓		✓	
15			✓	✓		✓	
16			✓	✓		✓	
17		✓		✓		✓	
18		✓		✓		✓	
19							✓
20	✓					✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			คะแนนจากการทำ แบบทดสอบ		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ผ่าน	ไม่ผ่าน	มาก	ไม่มาก
21		✓		✓		✓	
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24							✓
25		✓		✓		✓	
26		✓		✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28		✓		✓		✓	
29							✓
30		✓		✓		✓	
31		✓		✓		✓	
32		✓		✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

## แบบประเมินกิจกรรม

กิจกรรมครั้งที่2 เรื่องบันทึกพฤติกรรมตนเองในชีวิตประจำวัน

วันที่...17...ก.พ...2543.....เวลา...8.00.-.8.20 น .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4		✓		✓		✓	
5							✓
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8		✓		✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10		✓		✓		✓	
11		✓		✓		✓	
12		✓		✓		✓	
13		✓		✓		✓	
14							✓
15		✓		✓		✓	
16		✓		✓		✓	
17		✓		✓		✓	
18		✓		✓		✓	
19		✓		✓		✓	
20		✓		✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21		✓		✓		✓	
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26		✓		✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28		✓		✓		✓	
29		✓		✓		✓	
30		✓		✓		✓	
31		✓		✓		✓	
32		✓		✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ  
นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์



## แบบประเมินกิจกรรม

## กิจกรรมครั้งที่3 เรื่องตั้งเป้าหมาย

วันที่ 22 ก.พ. 2543 เวลา 8.00-8.20 น.

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรม			การบันทึกพฤติกรรม		การเข้าร่วมกิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4		✓		✓		✓	
5							✓
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12		✓		✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14							✓
15		✓		✓		✓	
16		✓		✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21		✓		✓		✓	
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30		✓		✓		✓	
31		✓		✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ  
นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

**แบบประเมินกิจกรรม**  
**กิจกรรมครั้งที่4 เรื่องการประเมินผลเป้าหมาย**  
 วันที่... 23 ก.พ. 2543 ..... เวลา 8.00-8.20 น .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2							✓
3	✓			✓		✓	
4		✓		✓		✓	
5		✓		✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9							✓
10		✓		✓		✓	
11		✓		✓		✓	
12		✓		✓		✓	
13		✓		✓		✓	
14							✓
15		✓		✓		✓	
16		✓		✓		✓	
17		✓		✓		✓	
18		✓		✓		✓	
19		✓		✓		✓	
20		✓		✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21		✓		✓		✓	
22			✓	✓		✓	
23			✓	✓		✓	
24		✓		✓		✓	
25		✓		✓		✓	
26		✓		✓		✓	
27							✓
28		✓		✓		✓	
29		✓		✓		✓	
30		✓		✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32		✓		✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ  
นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

**แบบประเมินกิจกรรม**  
**กิจกรรมครั้งที่ 5 เรื่อง ทบทวนกระบวนการทั้งหมด**  
 วันที่...25...ก.พ....2543.....เวลา.8.00-8.20 น.

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			คะแนนจาก แบบทดสอบ		การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ผ่าน	ไม่ผ่าน	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓		✓	
2	✓			✓		✓		✓	
3	✓			✓		✓		✓	
4		✓		✓		✓		✓	
5		✓		✓		✓		✓	
6	✓			✓		✓		✓	
7	✓			✓		✓		✓	
8	✓			✓		✓		✓	
9	✓			✓		✓		✓	
10	✓			✓		✓		✓	
11	✓			✓		✓		✓	
12	✓			✓		✓		✓	
13	✓			✓		✓		✓	
14	✓			✓		✓		✓	
15		✓		✓		✓		✓	
16		✓		✓		✓		✓	
17	✓			✓		✓		✓	
18	✓			✓		✓		✓	
19	✓			✓		✓		✓	
20	✓			✓		✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ			คะแนนจาก		การบันทึก		การเข้าร่วม	
	ทำกิจกรรม			แบบทดสอบ		พฤติกรรม		กิจกรรม	
	ร่วมมือมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ	ผ่าน	ไม่ผ่าน	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มี	ไม่มี
21		✓		✓		✓		✓	
22		✓		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓		✓	
25	✓			✓		✓		✓	
26	✓			✓		✓		✓	
27	✓			✓		✓		✓	
28	✓			✓		✓		✓	
29	✓			✓		✓		✓	
30	✓			✓		✓		✓	
31	✓			✓		✓		✓	
32	✓			✓		✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

## แบบประเมินกิจกรรม

## กิจกรรมครั้งที่ 6 เรื่องแก้ปัญหากลุ่ม

วันที่... 25... 7... 2543..... เวลา 8.00-8.20 น.

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4		✓		✓		✓	
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12		✓		✓		✓	
13		✓		✓		✓	
14		✓		✓		✓	
15		✓					✓
16		✓		✓		✓	
17		✓		✓		✓	
18		✓		✓		✓	
19		✓		✓		✓	
20		✓		✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21							✓
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28		✓		✓		✓	
29		✓		✓		✓	
30		✓		✓		✓	
31		✓		✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง

ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์



## แบบประเมินกิจกรรม

กิจกรรมครั้งที่7 เรื่องมาอ่านหนังสือกันเถอะ1

วันที่... 28 ... ก.พ. 2543 ..... เวลา... 8.00.-8.20.พ .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4	✓			✓		✓	
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10	/			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15		✓		✓		✓	
16		/		✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21		✓		✓		✓	
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ  
นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

แบบประเมินกิจกรรม

กิจกรรมครั้งที่8 เรื่องมาอ่านหนังสือกันเถอะ2

วันที่....29...ก.พ...2543.....เวลา.8.00.-9.20.น.

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	/			✓		✓	
3	/			✓		✓	
4	/			✓		✓	
5	/			✓		✓	
6	/			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9	/			✓		/	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15		/		/		✓	
16		✓		✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22	✓			✓		✓	
23	✓			✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

**แบบประเมินกิจกรรม**  
**กิจกรรมครั้งที่9 เรื่องการบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์**  
**วันที่.....1...มี.ค...2543.....เวลา.8.00-8.20.น..**

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4							✓
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9	✓			✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13		✓		✓		✓	
14		✓		✓		✓	
15		✓		✓		✓	
16		✓		✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22	✓			✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28		✓		✓		✓	
29		✓		✓		✓	
30							✓
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

แบบประเมินกิจกรรม

กิจกรรมครั้งที่10 เรื่องงานประดิษฐ์

วันที่.....2.....พ.ค. 2543.....เวลา.8.40.-8.20 น .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4		✓		✓		✓	
5		✓		✓		✓	
6		✓		✓		✓	
7		✓		✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15	✓			✓		✓	
16	✓			✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22	✓			✓		✓	
23	✓			✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29		✓		✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ  
นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์



## แบบประเมินกิจกรรม

## กิจกรรมครั้งที่ 11 เรื่องพฤติกรรมเอื้อเฟื้อ

วันที่...จ...มี.ค...2543.....เวลา..8.00.-8.20 น..

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรม			การบันทึกพฤติกรรม		การเข้าร่วมกิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓			
2	✓			✓			
3	✓			✓			
4		✓		✓			
5	✓			✓			
6	✓			✓			
7	✓			✓			
8		✓		✓			
9		✓		✓			
10		✓		✓			
11	✓			✓			
12		✓		✓			
13	✓			✓			
14							✓
15		✓		✓			
16							✓
17	✓			✓			
18	✓			✓			
19	✓			✓			
20		✓		✓			

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

## แบบประเมินกิจกรรม

## กิจกรรมครั้งที่12 เรื่องความรับผิดชอบ

วันที่..... 6 .....ปี.....ด..... 2543.....เวลา...๘.0๕-๘.20พ .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรม			การบันทึกพฤติกรรม		การเข้าร่วมกิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4	✓			✓		✓	
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9		✓		✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15		✓		✓		✓	
16		✓		✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21		✓		✓		✓	
22		✓		✓		✓	
23		✓		✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

## แบบประเมินกิจกรรม

## กิจกรรมครั้งที่13 เรื่องควบคุมอารมณ์

วันที่.....จ.....ศ.ค. 2543.....เวลา.....6.00-6.20พ .

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4	✓			✓		✓	
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9	✓			✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15	✓			✓		✓	
16	✓			✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22	✓			✓		✓	
23	✓			✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง

ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

**แบบประเมินกิจกรรม**  
**กิจกรรมครั้งที่14 เรื่องใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์**  
**วันที่...ร.มี.ค.2543.....เวลา.ร.อ.ร.2004**

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4	✓			✓		✓	
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9	✓			✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15	✓			✓		✓	
16	✓			✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22	✓			✓		✓	
23	✓			✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม  ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์



**แบบประเมินกิจกรรม**  
**กิจกรรมครั้งที่15 เรื่องเตรียมตัวสอบ**  
 วันที่.....๙.พ.ค.25๕3.....เวลา.8.00-๙.2๐พ.

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
1	✓			✓		✓	
2	✓			✓		✓	
3	✓			✓		✓	
4	✓			✓		✓	
5	✓			✓		✓	
6	✓			✓		✓	
7	✓			✓		✓	
8	✓			✓		✓	
9	✓			✓		✓	
10	✓			✓		✓	
11	✓			✓		✓	
12	✓			✓		✓	
13	✓			✓		✓	
14	✓			✓		✓	
15	✓			✓		✓	
16	✓			✓		✓	
17	✓			✓		✓	
18	✓			✓		✓	
19	✓			✓		✓	
20	✓			✓		✓	

ลำดับที่	ระดับความร่วมมือในการ ทำกิจกรรม			การบันทึก พฤติกรรม		การเข้าร่วม กิจกรรม	
	ร่วมมือดีมาก	ร่วมมือดี	ไม่ค่อยให้ ความร่วมมือ	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง	มา	ไม่มา
21	✓			✓		✓	
22	✓			✓		✓	
23	✓			✓		✓	
24	✓			✓		✓	
25	✓			✓		✓	
26	✓			✓		✓	
27	✓			✓		✓	
28	✓			✓		✓	
29	✓			✓		✓	
30	✓			✓		✓	
31	✓			✓		✓	
32	✓			✓		✓	

ระดับความร่วมมือในการทำกิจกรรมของ  ไม่ค่อยให้ความร่วมมือ

นักเรียนทั้งห้อง  ให้ความร่วมมือดี

ให้ความร่วมมือดีมาก

การประเมินผลกิจกรรม

ผ่านเกณฑ์

ไม่ผ่านเกณฑ์

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวปิยวรรณ พันธุ์มงคล เกิดวันที่ 24 สิงหาคม พ.ศ.2518 สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีครุศาสตรบัณฑิต(เกียรตินิยมอันดับ 1) สาขาการสอนวิชาเฉพาะ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2540 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิตที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อ พ.ศ. 2541



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย