



## Empowerment Book

รวบรวมและเรียบเรียงเนื้อหาที่ดำเนินถึง  
ปัญหาหลักประการหนึ่งของผู้เรียน  
ระดับปริญญาตรีที่กำลังค้นหา  
“ตัวตน” ของตนเอง  
ศาสตร์แห่งการพัฒนาบุคลิกภาพ  
เพื่อการทำงาน พยายามที่จะเสนอ  
แนวทางการจัดการกับปัญหาดังกล่าว  
ก่อนที่ผู้เรียนจะเข้าสู่โลก  
แห่งการทำงานในชีวิตจริง  
เมื่อเรียนจบ...

## Empowerment Book

เอกสารประกอบการสอน

รหัสวิชา 602-12-03

การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน

Personality Development for Career

รวบรวมและเรียบเรียงโดย

อาจารย์ปริญญ์ ไชยนิษฐ์

สาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ





## Empowerment Book

รวบรวมและเรียบเรียงเนื้อหาที่ค่านึงถึง  
ปัญหาหลักประการหนึ่งของผู้เรียน  
ระดับปริญญาตรีที่กำลังค้นหา  
“ตัวตน” ของตนเอง

ศาสตร์แห่งการพัฒนาบุคลากร  
เพื่อการทำงาน พยายามที่จะเสนอ  
แนวทางการจัดการกับปัญหาดังกล่าว  
ก่อนที่ผู้เรียนจะเข้าสู่โลก  
แห่งการทำงานในชีวิตจริง  
เมื่อเรียนจบ...

## Empowerment Book

เอกสารประกอบการสอน

รหัสวิชา 602-12-03

การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน

Personality Development for Career

รวบรวมและเรียบเรียงโดย

อาจารย์ปริณุต ไชยนิชัย

สาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ

ปริญญ์ ไชยนิษฐ์.

เอกสารประกอบการสอน รหัสวิชา 602-12-03 การพัฒนานักศึกษาเพื่อการทำงาน

Personality Development for Career (Empowerment Book Series by Parinut)

ISBN : 978-616-582-526-9

eISBN : 978-616-582-530-6

---

อนุญาตจัดพิมพ์และเผยแพร่โดย อาจารย์ปริญญ์ ไชยนิษฐ์ สาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ศูนย์พระนครศรีอยุธยา หันตรา

ลิขสิทธิ์ของผู้รวบรวมและเรียบเรียง

สงวนลิขสิทธิ์

---

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ พิมพ์ครั้งที่ 1 กรุงเทพฯ : แคนเน็กซ์อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น, 2564 135 หน้า.

ISBN : 978-616-582-428-6 สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก จัดพิมพ์ หรือทำซ้ำรวมทั้งดัดแปลงเป็นสื่ออื่นๆ ก่อนได้รับอนุญาต

---

ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 1 เดือนพฤษภาคม 2564

จำนวน 1,000 เล่ม

ฉบับอิเล็กทรอนิกส์ (e-book) พฤษภาคม 2564

---

จัดพิมพ์โดย

โดย สำนักพิมพ์ : PROTEXTS.COM บริษัท แคนเน็กซ์ อินเตอร์คอร์ปอเรชั่น จำกัด 99/164 หมู่ 2 ถนนแจ้งวัฒนะ

แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร 10210 โทรศัพท์ 02-575-1791-3 Website: [www.Protexts.com](http://www.Protexts.com)

E-mail: [Protexts@hotmail.com](mailto:Protexts@hotmail.com) Line ID: [protexts](https://www.facebook.com/protexts) Facebook: [www.facebook.com/protexts](https://www.facebook.com/protexts)

---

"หนังสือเล่มนี้จัดพิมพ์ด้วยกระดาษถนอมสายตา และเข้าเล่มอย่างดีเพื่อให้หนังสือเก็บได้ยาวนาน  
ทั้งนี้ได้รับอนุญาตให้จัดพิมพ์และเผยแพร่ในรูปของหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ควบคู่ไปด้วย  
เพื่อสร้างอิสระบนรูปแบบการส่งต่อความรู้ที่ยั่งยืนโดยไม่มีเงื่อนไข"

## คำนำ

เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานนั้นเป็นเอกสารสำหรับการสอนที่ใช้สำหรับสอนนักศึกษาในระดับปริญญาตรีทุกสาขาวิชา ซึ่งเป็นหนึ่งในรายวิชาหมวดศึกษาทั่วไป ระดับปริญญาตรี ผู้สอนได้รวบรวมและเรียบเรียงเนื้อหาที่คำนึงถึงปัญหาหลักประการหนึ่งของผู้เรียนระดับปริญญาตรีที่ยังไม่รู้จักตนเอง ศาสตร์แห่งการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานพยายามที่จะเสนอแนวทางการจัดการกับปัญหาดังกล่าวก่อนที่จะผู้เรียนจะเข้าสู่โลกแห่งการทำงานในชีวิตจริงเมื่อเรียนจบปริญญาตรี โดยผู้สอนได้นำเนื้อหามาจัดแบ่งบทเรียนแต่ละหน่วยการเรียนรู้ใช้เวลาเรียนรวมทั้งสิ้น 16 สัปดาห์ซึ่งประกอบด้วย จุดมุ่งหมายรายวิชา จุดประสงค์ทั่วไป จุดประสงค์การเรียนรู้ แผนการสอน ตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน เนื้อหาสาระ กิจกรรมและแบบฝึกหัด การประเมินผล เอกสารอ้างอิง เป็นต้น

เอกสารประกอบการสอนนี้มีเนื้อหาแบ่งออกเป็น 7 หน่วยการเรียนรู้ ประกอบไปด้วย ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ การดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจ เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทและการแข่งขันอย่างเป็นธรรม โดยภายในเอกสารจะชี้ชวนให้ผู้เรียนได้ขบคิดถึงความยุ่งยาก ความสลับซับซ้อน และความแตกต่างของปัญหาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานผ่านเทคนิคที่หลากหลายจากองค์ความรู้ชุดต่างๆ

ทั้งนี้ผู้สอนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าการเปิดพื้นที่แห่งการเรียนรู้ผ่านการศึกษาวิชาทางสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ด้วยการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน จะทำให้ผู้เรียนได้แนวทางในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม รู้จักตัวตน เห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเอง สามารถพัฒนาบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ตามหลักการพัฒนาบุคลิกภาพ รู้จักกาลเทศะ โดยนำหลักวิชาการและหลักการปฏิบัติตนไปใช้ในชีวิตการทำงาน และชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะทางบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ทั้งกายวาจาใจ และการกล้าแสดงออกอย่างมีมารยาทที่เหมาะสมสอดคล้องกับงานวิชาชีพที่ตนสนใจต่อไป และขอขอบพระคุณผู้ที่เกี่ยวข้องมา ณ ที่นี้

ด้วยมิตรภาพ

ลงชื่อ.....

(นางสาวปริณดา ไชยนิชัย)

## ข้อมูลอาจารย์ผู้สอน



ชื่อ นางสาวปริญต ไชยนิชัย

### ประวัติการศึกษา

- สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา จากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี พ.ศ. 2542
- สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ. 2555 (อยู่ระหว่างการศึกษาระดับปริญญาเอก)

### ประวัติการทำงาน

- มีประสบการณ์การสอนในรายวิชา การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน มากกว่า 3 ปี
  - พ.ศ. 2560-ปัจจุบัน ดำรงตำแหน่งอาจารย์ประจำสาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ
  - พ.ศ. 2558-2560 ดำรงตำแหน่งอาจารย์ประจำหลักสูตรเทคโนโลยีมีเดีย สาขาวิทยาการคอมพิวเตอร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ
  - พ.ศ. 2547-2558 ดำรงตำแหน่งผู้ผลิตรายการ (Producer) สถานีวิทยุแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ช่องทางการติดต่อ

- โทรศัพท์ : -
- e-mail : 1) parinut23@gmail.com 2) parinut.c@rmutsb.ac.th 3) parinut9547@gmail.com
- ตารางเวลาการให้คำปรึกษา (มคอ.3)

จากกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติได้กำหนดให้มีจำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่ผู้สอนให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็นรายบุคคล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการประกาศเวลาให้คำปรึกษาที่ห้องพักอาจารย์สาขาสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ตึก 24 ชั้น 6 และจัดเวลาให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่มตามความต้องการทุกช่องทางการสื่อสาร

## สารบัญ

|                                                                                    | หน้า |
|------------------------------------------------------------------------------------|------|
| คำนำ                                                                               | (3)  |
| ข้อมูลอาจารย์ผู้สอน                                                                | (4)  |
| สารบัญภาพ                                                                          | (7)  |
| สารบัญตาราง                                                                        | (8)  |
| ความมุ่งหมายของหลักสูตร                                                            | (9)  |
| ลักษณะรายวิชา                                                                      | (10) |
| การแบ่งหน่วยเรียน/บทเรียน/หัวข้อ                                                   | (11) |
| จุดประสงค์การสอน                                                                   | (13) |
| การประเมินผลรายวิชา                                                                | (16) |
| ตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน                                                             | (17) |
| กำหนดการสอน                                                                        | (18) |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 1 เนื้อหา: แนะนำบทเรียน                                        | 1    |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 2 เนื้อหา: หน่วยที่ 1 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ         | 3    |
| หน่วยที่ 1 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                        | 5    |
| 1.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                | 6    |
| 1.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ:บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์               | 6    |
| 1.1.2 ความสำคัญของบุคลิกภาพ                                                        | 7    |
| 1.1.3 ประวัติการศึกษาบุคลิกภาพ                                                     | 8    |
| 1.1.4 องค์ประกอบของบุคลิกภาพ                                                       | 9    |
| 1.2 ธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล                                    | 13   |
| 1.2.1 แนวคิดธรรมชาติของมนุษย์:                                                     | 13   |
| การพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล                      |      |
| 1.2.2 อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม:การวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก | 15   |
| บทสรุปหน่วยที่ 1                                                                   | 22   |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 1                                                      | 22   |
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 1                                                            | 23   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 3 เนื้อหา: รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ              | 24   |
| หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ                                  | 26   |
| 2.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ                                  | 27   |
| 2.1.1 ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ                                          | 27   |
| 2.1.2 คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz                                 | 29   |
| 2.1.3 ธรรมชาติของเด็ก                                                              | 30   |
| 2.2 แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                         | 33   |

|                                                                                       | หน้า |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 2.2.1 แนวคิดของกลุ่มนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ                                             | 33   |
| 2.2.2 จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตน                                                | 34   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 4 เนื้อหา: รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)           | 39   |
| 2.3 พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่                                            | 40   |
| 2.3.1 หลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง                                          | 40   |
| 2.3.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู: ความยุติธรรมกับตนเอง                                     | 41   |
| บทสรุปหน่วยที่ 2                                                                      | 43   |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 2                                                         | 43   |
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 2                                                               | 44   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 5 เนื้อหา: การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี       | 45   |
| หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี                           | 47   |
| 3.1 หลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข                                                    | 48   |
| 3.1.1 คนที่มีความสุข                                                                  | 48   |
| 3.1.2 ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก: เทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเอง                    | 50   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 6 เนื้อหา: การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี (ต่อ) | 52   |
| 3.2 การปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่                                              | 53   |
| 3.2.1 การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก: คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้า                 | 53   |
| 3.2.2 แนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกัน          | 55   |
| ระหว่างกันในครอบครัว                                                                  |      |
| บทสรุปหน่วยที่ 3                                                                      | 57   |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 3                                                         | 57   |
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 3                                                               | 58   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 7 เนื้อหา: ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ                            | 59   |
| หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ                                                | 61   |
| 4.1 การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษยสัมพันธ์                                   | 62   |
| 4.1.1 การปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์                                     | 62   |
| 4.1.2 เทคนิคการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น                                            | 63   |
| 4.1.3 การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล: พลังแห่งบริบทสร้างสรรค์บุคลิกภาพ              | 64   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 8 เนื้อหา: ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ (ต่อ)                      | 65   |
| 4.2 บุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน                                                   | 66   |
| 4.2.1 พูดเป็น ฟังเป็นกับข้อวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์                                     | 66   |
| 4.2.2 ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์                                                        | 69   |
| 4.2.3 ภาพรวมของการเสริมบุคลิก                                                         | 69   |
| บทสรุปหน่วยที่ 4                                                                      | 72   |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 4                                                         | 72   |



|                                                                                    | หน้า |
|------------------------------------------------------------------------------------|------|
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 4                                                            | 77   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 10 เนื้อหา: การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท               | 78   |
| หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท                                    | 80   |
| 5.1 การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของคนยุคใหม่                                            | 81   |
| 5.1.1 การแบ่งกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่: อัจฉริยะภาษาที่ทรงพลัง                     | 81   |
| 5.1.2 เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน: สิ่งที่ชอบในความรู้               | 82   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 11 เนื้อหา: การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท (ต่อ)         | 84   |
| 5.2 หลักการแสดงออกที่เหมาะสม                                                       | 85   |
| 5.2.1 ทักษะพื้นฐานในการพูด: เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่าง                      | 85   |
| 5.2.2 การฝึกภาษาท่าทางและการแสดงออกด้วยท่าทางต่างๆ                                 | 88   |
| บทสรุปหน่วยที่ 5                                                                   | 90   |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 5                                                      | 90   |
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 5                                                            | 93   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 12 เนื้อหา: การแข่งขันอย่างเป็นธรรม                            | 94   |
| หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม                                                 | 96   |
| 6.1 จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ                                       | 97   |
| 6.1.1 การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ: การสร้างบรรยากาศองค์การ                      | 97   |
| 6.1.2 รูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรม: การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง      | 99   |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 13 เนื้อหา: การแข่งขันอย่างเป็นธรรม (ต่อ)                      | 101  |
| 6.2 แรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม                                                     | 102  |
| 6.2.1 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ                                                 | 102  |
| 6.2.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ:                                         | 105  |
| จุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตน                                     |      |
| บทสรุปหน่วยที่ 6                                                                   | 107  |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 6                                                      | 107  |
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 6                                                            | 110  |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 14 เนื้อหา: การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ       | 111  |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ                            | 113  |
| 7.1 บทสรุปการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเอง                 | 114  |
| 7.1.1 การใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต               | 114  |
| 7.1.2 สมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อ                             | 117  |
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 15 เนื้อหา: การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ) | 119  |
| 7.2 ความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน                                      | 120  |
| 7.2.1 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงาน                    | 120  |

|                                                                                    | หน้า |
|------------------------------------------------------------------------------------|------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 16 เนื้อหา: การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ) | 122  |
| 7.2.2 การแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ                            | 123  |
| บทสรุปหน่วยที่ 7                                                                   | 128  |
| กิจกรรมและแบบฝึกหัดหน่วยที่ 7                                                      | 128  |
| เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 7                                                            | 134  |

## สารบัญภาพ

|                                              | หน้า |
|----------------------------------------------|------|
| รูปที่ 1 ความต้องการพื้นฐาน 5 ชั้นของมาสโลว์ | 67   |
| รูปที่ 2 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 1        | 73   |
| รูปที่ 3 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 2        | 73   |
| รูปที่ 4 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 3        | 74   |
| รูปที่ 5 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 4        | 75   |
| รูปที่ 6 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 รูปที่ 5        | 91   |
| รูปที่ 7 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 รูปที่ 6        | 91   |
| รูปที่ 8 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 รูปที่ 7        | 92   |
| รูปที่ 9 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6 รูปที่ 8        | 108  |
| รูปที่ 10 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6 รูปที่ 9       | 109  |
| รูปที่ 11 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 10      | 130  |
| รูปที่ 12 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 11      | 131  |
| รูปที่ 13 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 12      | 132  |
| รูปที่ 14 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 13      | 133  |

## สารบัญตาราง

|                                                                                    | หน้า |
|------------------------------------------------------------------------------------|------|
| ตารางที่ 1 องค์ประกอบความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตัวตนหรือ Self-concept                  | 8    |
| ตารางที่ 2 บุคลิกภาพของคนยุคใหม่                                                   | 81   |
| ตารางที่ 3 บรรยากาศองค์การ: ผลลัพธ์แห่งการใช้กลยุทธ์การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ | 98   |
| ตารางที่ 4 องค์ประกอบในการฝึกทักษะการเจรจาต่อรองภายใต้เวลาที่เหมาะสม               | 99   |
| ตารางที่ 5 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ                                            | 103  |
| ตารางที่ 6 ความต้องการบุคลิกภาพของคนในตลาดแรงงานในลักษณะต่างๆ ต้องการ              | 120  |
| ตารางที่ 7 การรับรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนและยอมรับที่จะปรับแก้ไขจุดด้อย              | 123  |

## ความมุ่งหมายของหลักสูตร

สำหรับหลักสูตรการศึกษาทั่วไป มีความมุ่งหวังเพื่อผลิตบัณฑิตมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิทุกสาขาวิชาให้มีคุณสมบัติ ดังต่อไปนี้

1. เป็นผู้มีความใฝ่รู้ รักในความรู้ มุ่งแสวงหาความรู้เพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาตนเอง
2. เป็นผู้มีความคิดเชิงระบบ คิดพิจารณาสิ่งใดในลักษณะที่เป็นองค์รวมและวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชื่อมโยงองค์ประกอบย่อยได้
3. เป็นผู้มีความทักษะในการถ่ายทอด นำเสนอข้อมูลข่าวสารรวมถึงความสามารถในการใช้ภาษาต่างประเทศและเทคโนโลยีเพื่อการสื่อสาร
4. เป็นผู้มีความรู้และเข้าใจศาสตร์วิชาชีพเป็นอย่างดี มีทักษะในการปฏิบัติและประพฤติตามจรรยาบรรณวิชาชีพอย่างเคร่งครัด
5. เป็นผู้ตระหนักรู้และคำนึงถึงส่วนรวมเป็นจิตที่คิดสร้างสรรค์ เป็นกุศล และมุ่งทำกรรมดีเพื่อประโยชน์ต่อส่วนรวม

## ลักษณะรายวิชา

1. รหัสและชื่อวิชา 602-12-03 ชื่อวิชา (ภาษาไทย) การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน  
ชื่อวิชา (ภาษาอังกฤษ) Personality Development for Career
2. สภาพรายวิชา รายวิชา หมวดวิชาศึกษาทั่วไป ระดับปริญญาตรี
3. ระดับรายวิชา ระดับปริญญาตรี ไม่กำหนดชั้นปีที่ศึกษา
4. พื้นฐาน -
5. เวลาศึกษา 51 คาบเรียนตลอด 17 สัปดาห์ ทฤษฎี 45 คาบเรียนต่อสัปดาห์  
และนักศึกษาต้องใช้เวลาด้านอื่นนอกเวลา 6 ชั่วโมงต่อสัปดาห์
6. จำนวนหน่วยกิต 3 หน่วยกิต
7. จุดมุ่งหมายรายวิชา

เพื่อปลูกฝังให้ผู้เรียนมีคุณธรรม จริยธรรม รู้จักตัวตน เห็นคุณค่าและศักยภาพของตัวเอง สามารถพัฒนาบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ตามหลักการพัฒนาบุคลิกภาพ รู้จักกาลเทศะ โดยนำหลักวิชาการและหลักการปฏิบัติตนไปใช้ในการชีวิตการทำงานและชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีทักษะทางบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ทั้งกาย วาจาใจและการกล้าแสดงออกอย่างมีมารยาทที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิชาชีพที่ตนสนใจ

### 8. คำอธิบายรายวิชา

ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ การดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทและการแข่งขันอย่างเป็นธรรม

## การแบ่งหน่วย/บทเรียน/หัวข้อ

|                                                                                              |       |          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|
| แนะนำบทเรียน                                                                                 | 3 คาบ | 180 นาที |
| หน่วยที่ 1 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                  | 3 คาบ | 180 นาที |
| 1.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                          |       |          |
| 1.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์                        |       | 30 นาที  |
| 1.1.2 ความสำคัญของบุคลิกภาพ                                                                  |       | 30 นาที  |
| 1.1.3 ประวัติการศึกษาบุคลิกภาพ                                                               |       | 30 นาที  |
| 1.1.4 องค์ประกอบของบุคลิกภาพ                                                                 |       | 30 นาที  |
| 1.2 ธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล                                              |       |          |
| 1.2.1 แนวคิดธรรมชาติของมนุษย์: การพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล |       | 30 นาที  |
| 1.2.2 อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม: การวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก          |       | 30 นาที  |
| หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ                                            | 3 คาบ | 180 นาที |
| 2.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ                                            |       |          |
| 2.1.1 ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ                                                    |       |          |
| 2.1.2 คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz                                           |       | 36 นาที  |
| 2.1.3 ธรรมชาติของเด็ก                                                                        |       | 36 นาที  |
| 2.2 แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                   |       |          |
| 2.2.1 แนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ                                                         |       | 36 นาที  |
| 2.2.2 จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตนเอง                                                    |       | 36 นาที  |
| หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                      | 3 คาบ | 180 นาที |
| 2.3 พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่                                                   |       |          |
| 2.3.1 หลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง                                                 |       | 120 นาที |
| 2.3.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู: ความยุติธรรมกับตนเอง                                            |       | 60 นาที  |
| หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี                                  | 3 คาบ | 180 นาที |
| 3.1 หลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข                                                           |       |          |
| 3.1.1 คนที่มีความสุข                                                                         |       | 60 นาที  |
| 3.1.2 ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก: เทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเอง                           |       | 120 นาที |
| หน่วยที่ 3 สุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี (ต่อ)                                   | 3 คาบ | 180 นาที |
| 3.2 การปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่                                                     |       |          |
| 3.2.1 การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก: คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้า                        |       | 60 นาที  |
| 3.2.2 แนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกันในรอบครัว        |       | 120 นาที |
| หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ                                                       | 3 คาบ | 180 นาที |
| 4.1 การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษย์สัมพันธ์                                         |       |          |
| 4.1.1 การปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษย์สัมพันธ์                                           |       | 60 นาที  |
| 4.1.2 เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น                                                 |       | 60 นาที  |
| 4.1.3 การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล: พลังแห่งบริบทสร้างสรรค์บุคลิกภาพ                     |       | 60 นาที  |

|                                                                                           |       |          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|
| หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ (ต่อ)                                              | 3 คาบ | 180 นาที |
| 4.2 บุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน                                                       |       |          |
| 4.2.1 พูดเป็น ฟังเป็นกับอวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์                                           |       | 60 นาที  |
| 4.2.2 ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์                                                            |       | 60 นาที  |
| 4.2.3 ภาพรวมของการเสริมบุคลิก                                                             |       | 60 นาที  |
| สอบกลางภาค                                                                                | 3 คาบ | 180 นาที |
| หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท                                           | 3 คาบ | 180 นาที |
| 5.1 การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของคนยุคใหม่                                                   |       |          |
| 5.1.1 การแบ่งกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่: อวัจนภาษาที่ทรงพลัง                               |       | 90 นาที  |
| 5.1.2 เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน: สิ่งที่ยึดในความรู้อยู่                  |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท (ต่อ)                                     | 3 คาบ | 180 นาที |
| 5.2 หลักการแสดงออกที่เหมาะสม                                                              |       |          |
| 5.2.1 ทักษะพื้นฐานในการพูด: เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่าง                             |       | 90 นาที  |
| 5.2.2 การฝึกภาษาท่าทางและการแสดงออกด้วยท่าทางต่างๆ                                        |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม                                                        | 3 คาบ | 180 นาที |
| 6.1 จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ                                              |       |          |
| 6.1.1 การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ: การสร้างบรรยากาศองค์การ                             |       | 90 นาที  |
| 6.1.2 รูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรม: การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง             |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม (ต่อ)                                                  | 3 คาบ | 180 นาที |
| 6.2 แรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม                                                            |       |          |
| 6.2.1 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ                                                        |       | 90 นาที  |
| 6.2.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ: จุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตน |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ                                   | 3 คาบ | 180 นาที |
| 7.1 บทสรุปการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเอง                        |       |          |
| 7.1.1 การใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต                      |       | 90 นาที  |
| 7.1.2 สมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อ                                    |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                             | 3 คาบ | 180 นาที |
| 7.2 ความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน                                             |       |          |
| 7.2.1 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงาน                           |       |          |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                             | 3 คาบ | 180 นาที |
| 7.2.2 การแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ                                   |       |          |
| สอบปลายภาค                                                                                | 3 คาบ | 180 นาที |

รวม .....45.....คาบ

ทดสอบ .....6.....คาบ

รวมทั้งสิ้น .....51.....คาบ



## จุดประสงค์การสอน

|                                                                                                                                                                         |       |          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|
| แนะนำบทเรียน                                                                                                                                                            | 3 คาบ | 180 นาที |
| หน่วยที่ 1 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                                                                                             | 3 คาบ | 180 นาที |
| 1.1 เพื่อให้อ่านและเข้าใจคุณธรรมจริยธรรมเพื่อการรู้จักตัวตน+แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                                             |       |          |
| 1.1.1 บอกความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์ได้+ความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์                             |       | 30 นาที  |
| 1.1.2 อธิบายความสำคัญของบุคลิกภาพ+ความสำคัญของบุคลิกภาพ                                                                                                                 |       |          |
| 1.1.3 นำประวัติการศึกษาบุคลิกภาพไปใช้จริงได้+ประวัติการศึกษาบุคลิกภาพ                                                                                                   |       | 30 นาที  |
| 1.1.4 สรุปคุณธรรมจริยธรรมเพื่อการรู้จักตัวตนจากองค์ประกอบของบุคลิกภาพได้+องค์ประกอบของบุคลิกภาพ                                                                         |       | 30 นาที  |
| 1.2 เพื่อให้เข้าใจถึงคุณค่าและศักยภาพของตัวเอง+ธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล                                                                              |       |          |
| 1.2.1 ยกตัวอย่างการพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคลได้+แนวคิดธรรมชาติของมนุษย์: การพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล |       | 30 นาที  |
| 1.2.2 เชื่อมโยงการวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็กได้+อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม: การวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก                              |       | 30 นาที  |
| หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                                       | 3 คาบ | 180 นาที |
| 2.1 เพื่อให้เห็นมุมมองตามหลักวิชาการเกี่ยวกับรูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ+ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ                                       |       |          |
| 2.1.1 เชื่อมโยงปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ+ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ                                                                                  |       | 36 นาที  |
| 2.1.2 เชื่อมโยงคุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz +คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz                                                               |       | 36 นาที  |
| 2.1.3 สรุปสาระเกี่ยวกับธรรมชาติของเด็ก+ธรรมชาติของเด็ก                                                                                                                  |       |          |
| 2.2 เพื่อให้เห็นมุมมองตามหลักวิชาการเกี่ยวกับรูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ+แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                              |       | 36 นาที  |
| 2.2.1 ทัศนคติของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ ได้+แนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ                                                                                                |       |          |
| 2.2.2 ปรับใช้จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตนได้+จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตน                                                                                       |       | 36 นาที  |
| หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                                 | 3 คาบ | 180 นาที |
| 2.3 เพื่อให้ตระหนักถึงเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพที่สมบูรณ์+พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่                                                     |       |          |
| 2.3.1 อธิบายวิธีการหลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง+หลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง                                                                        |       | 120 นาที |
| 2.3.2 สรุปรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่ให้ความยุติธรรมกับตนเองได้+รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู: ความเป็นธรรมกับตนเอง                                                                |       | 60 นาที  |
| หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี                                                                                                             | 3 คาบ | 180 นาที |
| 3.1 เพื่อให้เห็นความจำเป็นของหลักวิชาการในการพัฒนาบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ทั้งกาย วาจา ใจ+หลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข                                                     |       |          |
| 3.1.1 ระบุลักษณะคนที่มีความสุขได้+คนที่มีความสุข                                                                                                                        |       | 60 นาที  |
| 3.1.2 เชื่อมโยงความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวกและเทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเองได้+ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก: เทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเอง                            |       | 120 นาที |

|                                                                                                                                                                                          |       |          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|
| หน่วยที่ 3 สุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี (ต่อ)                                                                                                                               | 3 คาบ | 180 นาที |
| 3.2 เพื่อให้เห็นคุณค่าใหม่จากแนวทางการสร้างความสุขจากหลักการพัฒนามุขบุคลิกภาพและการปรับตัว+การปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่                                                          |       |          |
| 3.2.1 เชื่อมโยงการสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวกที่ทำให้รู้คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้าได้+การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก: คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้า                               |       | 60 นาที  |
| 3.2.2 เชื่อมโยงแนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกัน<br>ในครอบครัว+แนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกัน<br>ในครอบครัว |       | 120 นาที |
| หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ                                                                                                                                                   | 3 คาบ | 180 นาที |
| 4.1 เพื่อให้เห็นคุณค่าของการปรับปรุงบุคลิกภาพในการสร้างมนุษยสัมพันธ์+การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษยสัมพันธ์                                                                     |       |          |
| 4.1.1 ออกแบบกิจกรรมการปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์+การปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์                                                                               |       | 60 นาที  |
| 4.1.2 ศึกษาศาสตร์ในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น+เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น                                                                                                 |       | 60 นาที  |
| 4.1.3 ใช้หลักการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้เข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม+การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล: พลังแห่งบริบทสร้างสรรค์บุคลิกภาพ                                       |       | 60 นาที  |
| หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                                                             | 3 คาบ | 180 นาที |
| 4.2 เพื่อตระหนักถึงการสร้างบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน+การสร้างบุคลิกบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน                                                                                 |       |          |
| 4.2.1 อธิบายความจำเป็นที่ต้องพัฒนาเรื่องการพูดและการฟังของตนเองเพื่อเสริมบุคลิกภาพและลักษณะ<br>ในการทำงาน+พูดเป็น ฟังเป็นกับอวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์                                      |       | 60 นาที  |
| 4.2.2 ประยุกต์ใช้ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์ได้+ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์                                                                                                                    |       | 60 นาที  |
| 4.2.3 สรุปภาพรวมของการเสริมบุคลิกได้+ภาพรวมของการเสริมบุคลิก                                                                                                                             |       | 60 นาที  |
| สอกลกลางภาค                                                                                                                                                                              | 3 คาบ | 180 นาที |
| หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท                                                                                                                                          | 3 คาบ | 180 นาที |
| 5.1 เพื่อนำแนวทางการฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทของคณยุคใหม่ไปใช้ได้+การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของคณยุคใหม่                                                                            |       |          |
| 5.1.1 เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างการแบ่งกลุ่มเจนนอร์ชนคณยุคใหม่และอวัจนภาษาที่ทรงพลังได้+การแบ่งกลุ่มเจนนอร์ชนคณยุคใหม่: อวัจนภาษาที่ทรงพลัง                                               |       | 90 นาที  |
| 5.1.2 ค้นพบเทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน+เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์<br>ในการทำงาน: สิ่งที่อยู่ในความรู้สึก                                                              |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท (ต่อ)                                                                                                                                    | 3 คาบ | 180 นาที |
| 5.2 เพื่อปลูกฝังให้ซาบซึ้งถึงหลักการแสดงออกที่เหมาะสมด้วยมารยาท+หลักการแสดงออกที่เหมาะสม                                                                                                 |       |          |
| 5.2.1 ประยุกต์ใช้ทักษะในการพูดโดยสร้างเทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่างเป็นของตนเองได้+ทักษะพื้นฐานในการพูด: เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่าง                                           |       | 90 นาที  |
| 5.2.2 ใช้เทคนิคการแสดงออกที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวผ่านอวัจนภาษาได้+การฝึกภาษาท่าทางและการแสดงออกด้วยท่าทางต่างๆ                                                                             |       | 90 นาที  |
| หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม                                                                                                                                                       | 3 คาบ | 180 นาที |
| 6.1 เพื่อใช้ความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยาในการต่อรองไปปรับใช้เพื่อการแข่งขันได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์+จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ                                              |       |          |

|                                                                                                                                                              |          |          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|
| 6.1.1 แก้ปัญหาโดยใช้หลักการเจรจาต่อรองเพื่อสร้างบรรยากาศในองค์กรได้+การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ: การสร้างบรรยากาศองค์กร                                   | 90 นาที  |          |
| 6.1.2 สร้างรูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรมได้+รูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรม: การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง                              | 90 นาที  |          |
| หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม (ต่อ)                                                                                                                     | 3 คาบ    | 180 นาที |
| 6.2 เพื่อเห็นคุณค่าของแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม+แรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม                                                                                  |          |          |
| 6.2.1 สรุปใจความสำคัญของรูปแบบและความหมายของแรงจูงใจได้+รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ                                                                         | 90 นาที  |          |
| 6.2.2 ปรับใช้ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการเพื่อการทำงานเป็นทีมได้+ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ: จุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตน  | 90 นาที  |          |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                      | 3 คาบ    | 180 นาที |
| 7.1 เพื่อปลูกฝังการเสริมพลังอำนาจในตนเองผ่านสื่อเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงานวิชาชีพที่ตนสนใจ+บทสรุปการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเอง |          |          |
| 7.1.1 ประยุกต์ใช้หลักการใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต+การใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต           | 90 นาที  |          |
| 7.1.2 ยกตัวอย่างการประยุกต์ใช้สมบรูณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อได้+สมบรูณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อ                           | 90 นาที  |          |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                | 3 คาบ    | 180 นาที |
| 7.2 เพื่อให้ตระหนักถึงการใช้สื่อพัฒนาบุคลิกภาพตามความต้องการของตลาดแรงงาน+ความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน                                          |          |          |
| 7.2.1 เขียนการใช้แนวทางการเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงานได้+การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงาน                | 180 นาที |          |
| หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                | 3 คาบ    | 180 นาที |
| 7.2.2 สาธิตการแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพได้+การแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ                                            | 180 นาที |          |
| สอบปลายภาค                                                                                                                                                   | 3 คาบ    | 180 นาที |

รวม .....45.....คาบ

ทดสอบ .....6.....คาบ

รวมทั้งสิ้น .....51.....คาบ

## การประเมินผลรายวิชา

รายวิชานี้แบ่งเป็น 7 หน่วยเรียน การวัดและประเมินผลรายวิชาดำเนินการดังนี้

1. **วิธีการ** ดำเนินการรวบรวมข้อมูลเพื่อการประเมินผลแยกเป็น 5 ส่วน โดยแบ่งคะแนนแต่ละส่วนจากคะแนนเต็มทั้งรายวิชา 100 คะแนน ดังนี้
  - 1.1. พิจารณาจากพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลา ผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย และการสังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก 20 คะแนนหรือร้อยละ 20
  - 1.2. การทดสอบแต่ละหน่วยเรียน การสอบกลางภาคเรียนและการสอบปลายภาคเรียน 20 คะแนนหรือร้อยละ 20
  - 1.3. พิจารณาจากผลงานการศึกษาค้นคว้า การตอบคำถามในสถานการณ์จำลองการแสดงออกของผู้เรียนที่แสดงถึงการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง 10 คะแนนหรือร้อยละ 10
  - 1.4. พิจารณาจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง ภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ ประเมินผลตามสภาพจริง และการสอบปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ 30 คะแนนหรือร้อยละ 30
  - 1.5. พิจารณาจากกิจกรรมนำเสนอผลงาน: การแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพผ่านสื่อสร้างสรรค์ 20 คะแนนหรือร้อยละ 20
2. **เกณฑ์ผ่านรายวิชา** ผู้ที่จะผ่านรายวิชานี้จะต้อง
  - 2.1 มีเวลาเข้าชั้นเรียนไม่ต่ำกว่าร้อยละ 50 ของเวลาเรียน
  - 2.2 ได้คะแนนรวมทั้งรายวิชาไม่ต่ำกว่าร้อยละ 50 ของคะแนนรวม
3. **เกณฑ์ค่าระดับคะแนน** กำหนดค่าระดับคะแนนร้อยละตามเกณฑ์ ดังนี้
  - 3.1 พิจารณาตามเกณฑ์ผ่านรายวิชาตามข้อ 2. ผู้ไม่ผ่านเกณฑ์ข้อ 2. จะได้รับระดับคะแนน จ หรือ F
  - 3.2 ผู้ที่สอบผ่านเกณฑ์ข้อ 2. จะได้รับค่าระดับคะแนน ตามเกณฑ์ดังนี้
 

|                    |           |     |                |      |                |
|--------------------|-----------|-----|----------------|------|----------------|
| คะแนนร้อยละ        | 80 ขึ้นไป | ได้ | ก              | หรือ | A              |
| คะแนนร้อยละ        | 75 - 79   | ได้ | ข <sup>+</sup> | หรือ | B <sup>+</sup> |
| คะแนนร้อยละ        | 70 - 74   | ได้ | ข              | หรือ | B              |
| คะแนนร้อยละ        | 65 - 69   | ได้ | ค <sup>+</sup> | หรือ | C <sup>+</sup> |
| คะแนนร้อยละ        | 60 - 64   | ได้ | ค              | หรือ | C              |
| คะแนนร้อยละ        | 55 - 59   | ได้ | ง <sup>+</sup> | หรือ | D <sup>+</sup> |
| คะแนนร้อยละ        | 50 - 54   | ได้ | ง              | หรือ | D              |
| คะแนนต่ำกว่าร้อยละ | 50        | ได้ | จ              | หรือ | F              |

## ตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน

| คะแนนรายหน่วยและ<br>น้ำหนักคะแนน |                                                  | น้ำหนักคะแนน<br>ตามมาตรฐานการเรียนรู้ |         |               |                                                   |
|----------------------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------|---------|---------------|---------------------------------------------------|
|                                  |                                                  | คะแนนรายหน่วย                         | ความรู้ | ทักษะทางปัญญา | ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล<br>และความรับผิดชอบ |
| เลขที่หน่วย                      | ชื่อหน่วยเรียน                                   |                                       |         |               |                                                   |
| 1                                | ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                 | 2                                     | -       | -             | 2                                                 |
| 2                                | รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ           | 9                                     | 3       | 3             | 3                                                 |
| 3                                | สุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี        | 11                                    | 3       | 3             | 5                                                 |
| 4                                | ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ                      | 8                                     | 2       | 2             | 4                                                 |
| 5                                | การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท             | 10                                    | 3       | 2             | 5                                                 |
| 6                                | การแข่งขันอย่างเป็นธรรม                          | 8                                     | 2       | 2             | 4                                                 |
| 7                                | การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนา<br>บุคลิกภาพ | 12                                    | 5       | 2             | 5                                                 |
| ก                                | คะแนนภาควิชาการ                                  | 60                                    | 18      | 14            | 28                                                |
| ข                                | คะแนนภาคผลงาน                                    | 20                                    |         |               |                                                   |
| ค                                | คะแนนคุณธรรมจริยธรรม                             | 20                                    |         |               |                                                   |
| รวมทั้งสิ้น                      |                                                  | 100                                   |         |               |                                                   |

หมายเหตุ :

|                      |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| คะแนนภาควิชาการ      | หมายถึง | ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย คะแนนที่ได้จากการวิเคราะห์พฤติกรรมการทำงานร่วมกับผู้อื่น หรือวิเคราะห์บุคลิกภาพโดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบทดสอบหรือแบบประเมินผล ประเมินจากการศึกษาค้นคว้า ทักษะการประเมินตนเองและเพื่อนเพื่อการรู้จักตนเอง ประเมินผลรายงานที่นำเสนอและพฤติกรรมการทำงานเป็นทีม |
| คะแนนภาคผลงาน        | หมายถึง | คะแนนที่ได้จากการนำเสนอผลงานกิจกรรมหรือโครงการและแบบสังเกตพฤติกรรมการทำงานกลุ่มตามหลักคุณธรรม จริยธรรมของการเป็นพลเมืองดีและผลงานโครงงานจิตอาสา และประเมินผลจากการฝึกทักษะและการแสดงออกอย่างมั่นใจ                                                                                                     |
| คะแนนคุณธรรมจริยธรรม | หมายถึง | ประเมินจากพฤติกรรม การเข้าเรียน ส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตให้และตรงเวลา ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ประเมินจากการสังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก                                                                                                                                |

## กำหนดการสอน

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1          |              | 1-3    | <p><b>1. แนะนำบทเรียน</b></p> <p><b>1.1 นำเข้าสู่การแนะนำบทเรียน:</b> แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน เรื่อง “ตัวตนกับบุคลิกภาพในการทำงาน” และให้ผู้เรียนนำเสนอเรื่องราวหน้าชั้นเรียนผ่านกิจกรรม “จาก 1 คำเศร้า เล่าสู่ 1 เรื่อง” เพื่อสรุปความจำเป็นและความสำคัญของการเรียนวิชานี้ด้วยสื่อบัตรคำ</p> <p><b>1.2 แนะนำบทเรียน:</b> บรรยายด้วยพาวเวอร์พอยท์เพื่อแจ้งความมุ่งหมายของหลักสูตร ลักษณะรายวิชา การแบ่งหน่วยเรียน/บทเรียน/หัวข้อ จุดประสงค์การสอน กำหนดการสอน การประเมินผลรายวิชา และตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน</p> <p><b>1.3 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ฝึกการพัฒนาบุคลิกภาพผ่านสื่อด้วยการจัดทำคลิปวิดีโอและเผยแพร่สู่สาธารณะทางออนไลน์ เช่น ช่องทางยูทูบ และเฟสบุค พร้อมร่วมกันวิเคราะห์สนทนากลุ่ม การสร้างสื่อพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อสังคม หัวข้อเสนอแนะ: ตัวตน “: บุคลิกภาพเพื่อสังคม”</li> <li>• การสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อโน้ตทึนออนไลน์ครั้งที่ 1 ผ่านกลุ่มเฟสบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> <li>• มอบหมายให้นักศึกษาลงทะเบียนสมัครส่งผลงานเข้าประกวดและทำโครงการคุณธรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ เพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม เมตตา กรุณา ความเห็นอกเห็นใจและเสียสละเพื่อส่วนรวมของสังคมและสิ่งแวดล้อม</li> <li>• มอบหมายให้สร้างกลุ่มเฟสบุคและกลุ่มแชทเพื่อรับส่งงานและสื่อการสอนต่างๆ</li> </ul> <p><b>1.4 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• คลิปวิดีโอ</li> <li>• โซเชียลมีเดีย (เฟสบุค)</li> <li>• ไวท์บอร์ด</li> <li>• สื่อมีเดีย</li> <li>• สื่อเทคโนโลยีการศึกษา เช่น บัตรคำต่างๆ</li> <li>• แบบทดสอบหรือแบบประเมินออนไลน์</li> <li>• เอกสารประกอบการสอน</li> </ul> |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 2          |              | 4-6    | <p><b>2. หน่วยที่ 1 ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>2.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน:</b> ให้ทำแบบทดสอบใบเว็บไซต์กรมแรงงาน เป็นแบบทดสอบบุคลิกภาพ</p> <p><b>2.2 ขั้นสอน :</b> โดยใช้รูปแบบการสอนใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Social Learning Theory) การสอนโดยใช้คำถาม และใช้เทคโนโลยีที่มีการแสดงออกถึงทักษะการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องของผู้เรียน</p> <p>สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ ให้ผู้เรียนได้สังเกตตัวแบบผ่านสื่อที่เตรียมมา อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย อดกลั้น รับผิดชอบต่อหน้าที่และสังคม มีการให้เกียรติผู้อื่น สุภาพ อ่อนน้อม ถ่อมตน รู้จักกาลเทศะ อภิปรายในหัวข้อ “<b>เด่นต้องคอยปรับกัน</b>” และประเมินสื่อร่วมกันเพื่อสร้างความตระหนักการดูแลบุคลิกภาพตนเอง หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 1 มีดังนี้</p> <p><b>1.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>1.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ:</b> บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์</p> <p><b>1.1.2 ความสำคัญของบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>1.1.3 ประวัติการศึกษาบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>1.1.4 องค์ประกอบของบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>1.2 ธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล</b></p> <p><b>1.2.1 แนวคิดธรรมชาติของมนุษย์:</b> การพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล</p> <p><b>1.2.2 อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม:</b><br/>การวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก</p> <p><b>2.3 ขั้นสรุป:</b> ที่มาของตัวตนสู่โลกการทำงาน</p> <p><b>2.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● แบบฝึกหัดหน่วยที่ 1 จากคลิปวิดีโอ เชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเล่าเรื่องราวและนำเสนออธิบายตามความเข้าใจด้วยคลิปวิดีโอด้วยตัวเอง ส่งงานทางกลุ่ม เฟซบุค</li> <li>● พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 2 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>2.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● พาวเวอร์พอยท์</li> <li>● แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>● คลิปวิดีโอ</li> <li>● สื่อทางโซเชียลมีเดีย</li> <li>● สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>● สื่อเทคโนโลยีการศึกษา เช่น ใบงาน บัตรคำเกี่ยวกับความตระหนักการดูแลบุคลิกภาพตนเอง</li> <li>● เอกสารประกอบการสอน</li> </ul> |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 3          |              | 7-9    | <p><b>3. หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>3.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน :</b> การอภิปรายหรือยกประเด็นหัวข้อคำถาม “ลักษณะนิสัยมนุษย์ที่นักศึกษาพบเห็นในปัจจุบัน”</p> <p><b>3.2 ขั้นสอน :</b> วิธีการสอนแบบสร้างองค์ความรู้หรือ Constructivism และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก และการสอนโดยใช้คำถามจากบัตรคำและเขียนบนกระดานไวท์บอร์ดควบคู่การสอนบรรยายด้วยพาวเวอร์พอยท์ + บอกจุดมุ่งหมายและแรงจูงใจในการเรียนและสร้างความกระจำแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันเกี่ยวกับหัวข้อ “<b>แนวคิดเรื่องรับชีวิตการทำงาน</b>” ประเมินสื่อร่วมกันเพื่อสร้างความตระหนักการดูแลบุคลิกภาพตนเอง ที่มาของบุคลิกภาพและจัดการอภิปรายกรณีศึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 2 มีดังนี้</p> <p><u>2.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ</u></p> <p><u>2.1.1 ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ</u></p> <p><u>2.1.2 คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz</u></p> <p><u>2.1.3 ธรรมชาติของเด็ก</u></p> <p><u>2.2 แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ</u></p> <p><u>2.2.1 แนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ</u></p> <p><u>2.2.2 จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตน</u></p> <p><b>3.3 ขั้นสรุป:</b> แนวคิดที่สำคัญของการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในโลกยุคปัจจุบัน</p> <p><b>3.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 จากคลิปปิดีโอ เชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเขียนแผนที่ความคิด ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค (ถ่ายรูป)</li> <li>• พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 3 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>3.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• คลิปปิดีโอ</li> <li>• สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>• สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>• เอกสารประกอบการสอน</li> <li>• ไวท์บอร์ด</li> <li>• บัตรคำเกี่ยวกับแนวคิดเรื่องรับชีวิตการทำงาน</li> </ul> |          |



| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 4          |              | 10-12  | <p><b>4. หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)</b></p> <p><b>4.1 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน :</b> ผู้สอนยกกรณีศึกษาอิทธิพลของทุนนิยมสาเหตุจากเรื่องใดช่วงใดของการเลือกตั้ง</p> <p><b>4.2 ขั้นสอน:</b> รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบประสบการณ์ Experimental และวิธีการสอนด้วยวิธีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก และการสอนโดยใช้คำถามสอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ + ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มสนทนาและอภิปรายนำเสนอตัวอย่างการใช้ชีวิตและประสบการณ์ของตนเองที่สัมพันธ์กับเนื้อหา ”การหลุดออกจากความคาดหวัง“ และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 2 มีดังนี้</p> <p><u>2.3 พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่</u></p> <p><u>2.3.1 หลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง</u></p> <p><u>2.3.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู: ความยุติธรรมกับตนเอง</u></p> <p><b>4.3 สรุป:</b> ความสำคัญของการสร้างบุคลิกภาพในแบบการให้ความยุติธรรมกับตนเอง</p> <p><b>4.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 (ต่อ)จากเอกสารประกอบการสอนเขียนอธิบายวิเคราะห์แลกเปลี่ยนประสบการณ์เล่าภาพยนตร์ที่ตนชอบและเกี่ยวข้องกับแนวคิดในหน่วยที่ 2 ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค</li> <li>• พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect)</li> <li>• เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 4 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>4.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• คลิปวิดีโอ</li> <li>• สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>• สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>• เอกสารประกอบการสอน</li> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul> |          |
| 5          |              | 13-15  | <p><b>5. หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี</b></p> <p><b>5.1 นำเข้าสู่บทเรียน :</b> ผู้สอนกล่าวถึงคนที่มีความสุขมีลักษณะอย่างไร ชักถามแนวคิดคนที่มีความสุขในความคิดของ นศ.เป็นอย่างไร</p> <p><b>5.2 ขั้นสอน :</b> รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้ Action Learning และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ + Action Learning และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 3 มีดังนี้</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | <p><u>3.1 หลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข</u></p> <p><u>3.1.1 คนที่มีความสุข</u></p> <p><u>3.1.2 ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก: เทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเอง</u></p> <p><b>5.3 ขั้นสรุป:</b> สรุปด้วยแนวคิดการปรับตัวเพื่อสร้างความสุขอย่างสร้างสรรค์ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ การศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จและบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ</p> <p><b>5.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 ให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิต แบบประเมินความเครียดST5 ที่ลิงค์ <a href="https://www.dmh.go.th/test/">https://www.dmh.go.th/test/</a> วิเคราะห์แล้วส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค</li> <li>พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนส่งออนไลน์ครั้งที่5 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิด พัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>5.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>คลิปวิดีโอ</li> <li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>บัตรคำเกี่ยวกับความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> </ul> |          |
| 6          |              | 16-18  | <p><b>6. หน่วยที่ 3 สุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี (ต่อ)</b></p> <p><b>6.1 นำเข้าสู่บทเรียน:</b> ผู้สอนให้นักศึกษายกตัวอย่างครอบครัวของบุคคลที่เรารู้จัก ที่มีความสุขสำเร็จในชีวิตครอบครัว (เช่น ดารา ผู้มีชื่อเสียง) พิจารณาวิธีการดำรงตนอย่างไร</p> <p><b>6.2 ขั้นสอน:</b> รูปแบบการสอนสถานการณ์จำลอง (Simulation) และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoningของโคลเบิร์ตและการสอนโดยใช้คำถาม</p> <p>สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ + สถานการณ์จำลองโดยจำลองการสัมภาษณ์งานโดยมีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับทักษะการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องด้วยจิตวิทยาเชิงบวกและจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 3 มีดังนี้</p> <p><u>3.2 การปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่</u></p> <p><u>3.2.1 การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก: คุณค่าของปฏิสัมพันธ์</u><br/>ตรงหน้า</p>                                                                                                                                                                                                                                                |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | <p><u>3.2.2 แนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกันในครอบครัว</u></p> <p><b>6.3 ขั้นสรุป :</b> สรุปแนวทางการปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ</p> <p><b>6.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 ให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิตดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้นใหม่ ปี 2550 ที่ลิงค์<br/><br/><a href="https://www.dmh.go.th/test/">https://www.dmh.go.th/test/</a> อธิบายวิเคราะห์ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุ๊ค</li> <li>พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่ 6 ผ่านกลุ่มเฟซบุ๊คเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>6.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>สถานการณ์จำลอง</li> <li>ของจริง ได้แก่ บทสัมภาษณ์งานจากบริษัทต่างๆ</li> <li>คลิปวิดีโอ</li> <li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> <li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> </ul> |          |
| 7          |              | 19-21  | <p><b>7. หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>7.1 นำเข้าสู่บทเรียน :</b> กระตุ้นการเรียนรู้ ด้วยการซักถามรายบุคคล ให้เล่าประสบการณ์ วิธีการสร้างมิตรใหม่กับคนที่รู้จัก มีวิธีทำได้อย่างไร</p> <p><b>7.2 ขั้นสอน :</b> รูปแบบการสอนโดยใช้คำถาม</p> <p>การจัดการเรียนรู้โดยใช้การให้ Action Learning และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล (Moral Reasoning) ของโคลเบอร์ก สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ และให้แบ่งกลุ่มเพื่อทำกิจกรรม Action Learning และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 4 มีดังนี้</p> <p><u>4.1 การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษยสัมพันธ์</u></p> <p><u>4.1.1 การปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์</u></p> <p><u>4.1.2 เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น</u></p> <p><u>4.1.3 การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล: พลังแห่งบริบทสร้างสรรค์บุคลิกภาพ</u></p> <p><b>7.3 ขั้นสรุป:</b> สรุปแนวทางพฤติกรรมที่ดีที่นำมาใช้ในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ ในสถานการณ์ต่างๆ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา</p>                  |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จและรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |          |
|            |              |        | <b>7.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
|            |              |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 ให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิต ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators (TMHI – 15) ที่ลิงค์ <a href="https://www.dmh.go.th/test/">https://www.dmh.go.th/test/</a> อธิบายวิเคราะห์ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค</li> <li>พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่ 7 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |          |
|            |              |        | <b>7.5 สื่อที่ใช้:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |          |
|            |              |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>คลิปวิดีโอ</li> <li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>บัตรคำ</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> <li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
| 8          |              | 22-24  | <b>8. หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ (ต่อ)</b><br><b>8.1 นำเข้าสู่บทเรียน :</b> ผู้สอนกระตุ้นการมีภาพลักษณ์ที่ดีในการสร้างความประทับใจ (First Impression)<br><b>8.2 ชั้นสอน :</b> รูปแบบการสอนเน้นการเรียนรู้เป็นทีม Team Learning และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์+การสอนเน้นการเรียนรู้เป็นทีมและจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 4 มีดังนี้<br><u>4.2 บุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน</u><br><u>4.2.1 พุดเป็น ฟังเป็นกับวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์</u><br><u>4.2.2 ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์</u><br><u>4.2.3 ภาพรวมของการเสริมบุคลิก</u><br><b>8.3 ชั้นสรุป:</b> สรุปการสอนเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 03-11-601 หัวข้อ เทคนิควิธีการสื่อความหมาย<br><b>8.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 ให้แบ่งกลุ่มอธิบายวิเคราะห์ยูทูปเบอร์เกี่ยวกับบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงานงานส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค</li> </ul> |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่8 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |          |
|            |              |        | <b>8.5 สื่อที่ใช้:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          |
|            |              |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>คลิปวิดีโอ/โซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
| 9          |              | 25-27  | <b>9. สอบกลางภาค (หน่วยที่ 1 - 4)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |          |
| 10         |              | 28-30  | <b>10. หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท</b><br><b>10.1. นำเข้าสู่บทเรียน :</b> ผู้สอนยกตัวอย่างการนั่ง การเดิน การแสดงกิริยาท่าทาง การใช้มือที่แตกต่างกันสะท้อนความรู้สึก และการรับรู้ต่างกัน (ให้นักศึกษาแสดงท่าทางเหล่านั้น)<br><b>10.2 ขั้นสอน :</b> การจัดการเรียนการสอนโดยใช้กรณีตัวอย่าง (Case) และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoningของโคลเบิร์ตและการสอนโดยใช้คำถามและภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพสอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์สลับกับสอนโดยใช้กรณีตัวอย่างและภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 5 มีดังนี้<br><u>5.1 การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของยุคใหม่</u><br><u>5.1.1 การแบ่งกลุ่มเจนเนอเรชั่นยุคใหม่: อัจฉริยะภาษาที่ทรงพลัง</u><br><u>5.1.2 เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน: สิ่งที่ต้องรู้ในความถี่</u><br><b>10.3 ขั้นสรุป:</b> เทคนิคการฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทโดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จ<br><b>10.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้ ผู้นำกิจกรรม 2 คน ที่เลี้ยงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทอดวิดีโอบรรยายการสอนทักษะฯ จากนั้นอัปเดตกลุ่มเฟซ</li> <li>พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่9 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | <ul style="list-style-type: none"> <li>มอบหมายให้แต่ละกลุ่มออกข้อสอบปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนได้สอบปฏิบัติหลังจากเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ 10 กลุ่มละ 1 ข้อ</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |          |
|            |              |        | <b>10.5 สื่อที่ใช้:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>กรณีตัวอย่างการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</li> <li>คลิปวิดีโอเกี่ยวกับการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</li> <li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> <li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |          |
| 11         |              | 31-33  | <b>11. หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท (ต่อ)</b><br><b>11.1</b> สอบปฏิบัติการแสดงออกมารยาท<br>กิจกรรม “การฝึกพูดบทบาทสมมติตามสถานการณ์” ใช้วิธีการสอนด้วย<br>ทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบอร์ก<br>และการสอนโดยใช้คำถาม สอบปฏิบัติการฝึกมารยาททักษะความกล้า<br>แสดงออกด้วยมารยาท และการจัดการอภิปราย<br>กรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด<br>หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 5 มีดังนี้<br><u>5.2 หลักการแสดงออกที่เหมาะสม</u><br><u>5.2.1 ทักษะพื้นฐานในการพูด: เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่</u><br><u>แตกต่าง</u><br><u>5.2.2 การฝึกภาษาท่าทางและการแสดงออกด้วยท่าทางต่างๆ</u><br><b>11.2 สื่อที่ใช้:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>กรณีตัวอย่าง</li> <li>กรณีศึกษา</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> <li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul> |          |
| 12         |              | 34-36  | <b>12. หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม</b><br><b>12.1 นำเข้าสู่บทเรียน:</b><br>ผู้สอนยกตัวอย่างการทำงาน การติดต่อประสานงานทางธุรกิจกับการ<br>เจรจาต่อรองและการแข่งขันที่เป็นธรรม<br><b>12.2 ขั้นสอน:</b> การจัดการเรียนรู้แบบสร้างองค์ความรู้<br>Constructivism รูปแบบการสอนเน้นการเรียนรู้เป็นทีม และวิธีการสอน<br>ด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของ<br>โคลเบอร์ก                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์และจัดกิจกรรม “ทีมเจรจา” และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 6 มีดังนี้<br><u>6.1 จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ</u><br><u>6.1.1 การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ: การสร้างบรรยากาศองค์การ</u><br><u>6.1.2 รูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรม: การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง</u><br>12.3 <b>ขั้นสรุป:</b> สรุปความจำเป็นของจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีมที่นำไปสู่โลกแห่งการแข่งขันอย่างเป็นทำในบรรยากาศการทำงาน<br>12.4 <b>มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6 ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีมให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้นำกิจกรรม 2 คน</li> <li>- พี่เลี้ยงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน</li> <li>- สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทำวิดีโอบรรยากาศการสอนทักษะฯ</li> <li>- จากนั้นอัปขึ้นกลุ่มเฟซ</li> </ul> </li> <li>พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่10 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> <li>มอบหมายให้แต่ละกลุ่มออกข้อสอบปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนได้สอบปฏิบัติหลังจากเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ 13 กลุ่มละ 1 ข้อ</li> </ul> 12.5 <b>สื่อที่ใช้:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>กรณีตัวอย่าง</li> <li>คลิปวิดีโอเกี่ยวกับจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม</li> <li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> <li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul> |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 13         |              | 37-39  | <p><b>13. หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม (ต่อ)</b></p> <p><b>13.1</b> สอบปฏิบัติการแสดงออกมารยาทโดยใช้การจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experimental Instruction) และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบอร์กและภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและการสอนโดยใช้คำถาม</p> <p><b>13.2 กิจกรรม</b> “จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม” (จับฉลาก) และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิดโดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 6 มีดังนี้</p> <p><b>6.2 แรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม</b></p> <p><b>6.2.1 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ</b></p> <p><b>6.2.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ: จุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตน</b></p> <p><b>13.3 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 ให้ทำโปรแกรมวัดแววอาชีพ: แบบทดสอบรู้จักตนเอง ผ่านลิงค์ <a href="https://www.v-cop.go.th/wudwaew/">https://www.v-cop.go.th/wudwaew/</a> จากนั้นวิเคราะห์เชื่อมโยงกับเนื้อหาที่เรียนในเอกสารประกอบการสอนและส่งงานผ่านเฟสกลุ่ม</li> <li>• พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 11 ผ่านกลุ่มเฟซบุ๊คเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>13.4 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• ของจริง</li> <li>• สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>• ไวท์บอร์ด</li> <li>• เอกสารประกอบการสอน</li> </ul> |          |
| 14         |              | 40-42  | <p><b>14. หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</b></p> <p><b>14.1 นำเข้าสู่บทเรียน:</b></p> <p>ผู้สอนยกตัวอย่างครอบครัวตัวอย่าง คนในสังคมที่ประสบความสำเร็จในการครองงาน ครองคน ครองตน จากการใช้เจตคติความคิดความเชื่อและแสดงพฤติกรรมนั้นๆ</p> <p><b>14.2 ขั้นสอน:</b> การจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยี</p> <p>การจัดการเรียนรู้โดยใช้สไลด์ที่ศนูปรณั และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบอร์กและการสอนโดยใช้คำถาม สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิดหัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 7 มีดังนี้</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |          |



| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | <p><u>7.1 บทสรุปการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเอง</u></p> <p><u>7.1.1 การใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต</u></p> <p><u>7.1.2 สมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อ</u></p> <p><b>14.3 ขั้นสรุป:</b> 1. ความสำคัญของการใช้อุปสรรคและความยากลำบากในชีวิตพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน</p> <p>2. ใช้ความคิดสร้างสรรค์เพื่อสมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุข โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จ</p> <p><b>14.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 ให้ทำโปรแกรมวัดแววจิต: แบบวัดคุณเป็น คน ประเภทไหน ผ่านลิงค์ <a href="https://www.v-cop.go.th/wudwaew/">https://www.v-cop.go.th/wudwaew/</a> จากนั้นวิเคราะห์เชื่อมโยงกับเนื้อหาที่เรียนในเอกสารประกอบการสอนและส่งงานผ่านแฟลกกลุ่ม</li> <li>• พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่12 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>14.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• กรณิดตัวอย่าง</li> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• คลิปวิดีโอ</li> <li>• สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>• โสตทัศนูปกรณ์</li> <li>• สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> <li>• แบบทดสอบออนไลน์</li> </ul> |          |
| 15         |              | 43-45  | <p><b>15. หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)</b></p> <p><b>15.1 นำเข้าสู่บทเรียน :</b> ผู้สอนสุ่มนักศึกษาเพื่อซักถามอุปนิสัยที่สร้างแรงบันดาลใจของตนเองมีอย่างไร</p> <p><b>15.2 ขั้นสอน :</b> วิธีการสอนโดยใช้คำถามและวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบอร์ก</p> <p>สอนบรรยายพาวเวอร์พอยท์และจัดการอภิปรายกรณีศึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 7 มีดังนี้</p> <p><u>7.2 ความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน</u></p> <p><u>7.2.1 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงาน</u></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |          |

| สัปดาห์ที่ | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | หมายเหตุ |
|------------|--------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|            |              |        | <p><b>15.3 สรุป :</b> เน้นความสำคัญของการพัฒนาพฤติกรรม การเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีอุปนิสัยการสร้างแรงบันดาลใจในเชิงบวก โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ</p> <p><b>15.4 มอบหมายงานในชั้นเรียน:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 ให้ทำโปรแกรมวัดแววอาชีพ: แบบวัดความถนัดทางอาชีพ ผ่านลิงค์ <a href="https://www.v-cop.go.th/wudwaew/">https://www.v-cop.go.th/wudwaew/</a> จากนั้นวิเคราะห์เชื่อมโยงกับเนื้อหาที่เรียนในเอกสารประกอบการสอนและส่งงานผ่านเฟสกลุ่ม</li> <li>• พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่13 ผ่านกลุ่มเฟซบุ๊กเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> </ul> <p><b>15.5 สื่อที่ใช้:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• วีดีโอ/โซเชียลมีเดีย</li> <li>• โสภทัศน์อุปกรณ์</li> <li>• แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>• เอกสารประกอบการสอน</li> <li>• บัตรคำเกี่ยวกับความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน</li> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul>                                          |          |
| 16         |              | 46-48  | <p><b>หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)</b></p> <p><b>16.1 กิจกรรมนำเสนอผลงาน:</b> การแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพผ่านสื่อสร้างสรรค์โดยใช้การจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยี และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบิร์ต และการจัดการเรียนรู้อย่างบูรณาการ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ หัวข้อการเรียนในหน่วยที่ 7 มีดังนี้</p> <p><u>7.2.2 การแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ</u></p> <p>กิจกรรมนำเสนอผลงานประกอบด้วย:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• คลิปวีดีโอที่เผยแพร่สู่สาธารณะทางออนไลน์ เช่น ช่องทางยูทูบ และเฟซบุ๊ก พร้อมร่วมกันวิเคราะห์ข้อบกพร่องกลุ่ม การสร้างสื่อพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อสังคม (หัวข้อเสนอแนะ: “ตัวตน: บุคลิกภาพเพื่อสังคม”) ผลงานเข้าประกวดและโครงงานคุณธรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ เพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม เมตตา กรุณา ความเห็นอกเห็นใจและเสียสละเพื่อส่วนรวมของสังคมและสิ่งแวดล้อม</li> <li>• ทำแบบทดสอบหลังเรียนในเว็บไซต์กรมแรงงานเป็นแบบทดสอบบุคลิกภาพ</li> </ul> |          |

| สัปดาห์ที่                                                                                                                                                                                                                                               | วัน/เดือน/ปี | คาบที่ | รายการ                          | หมายเหตุ |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------|---------------------------------|----------|
| <p>16.2 สื่อที่ใช้:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• คลิปวิดีโอ</li> <li>• โขชัยลมีเดีย</li> <li>• สื่อที่ครูปรารถนาสำหรับการนำเสนอของนักศึกษา</li> <li>• แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul> |              |        |                                 |          |
| 17                                                                                                                                                                                                                                                       |              | 49-51  | 17. สอบปลายภาค (หน่วยที่ 5 - 7) |          |

รูปเล่มโดย ปริณต ไชยนิชัย

การออกแบบภาพ ปฐตา ปริษานกุล และ ปริณ ปริษานกุล

ภาพ ปฐตา ปริษานกุล และ ปริณ ปริษานกุล

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               | หน่วยที่ - บทเรียนที่ -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ชื่อหน่วย แนะนำบทเรียน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>จุดประสงค์การสอน</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. เพื่อให้รู้และเข้าใจความมุ่งหมายของหลักสูตร 30 นาที</li> <li>1.2. เพื่อให้รู้และเข้าใจลักษณะรายวิชา 30 นาที</li> <li>1.3. เพื่อให้รู้และเข้าใจการแบ่งหน่วยเรียน/บทเรียน/หัวข้อ 30 นาที</li> <li>1.4. เพื่อให้รู้และเข้าใจจุดประสงค์การสอน 30 นาที</li> <li>1.5. เพื่อให้รู้และเข้าใจกำหนดการสอน 30 นาที</li> <li>1.6. เพื่อให้รู้และเข้าใจการประเมินผลรายวิชา 30 นาที</li> <li>1.7. เพื่อให้รู้และเข้าใจตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                          |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>วิธีการสอนและกิจกรรม</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. นำเข้าสู่การแนะนำบทเรียน: แลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันเรื่อง “ตัวตนกับบุคลิกภาพในการทำงาน” และให้ผู้เรียนนำเสนอเรื่องราวหน้าชั้นเรียนผ่านกิจกรรม “จาก 1 คำเศร้า เล่าสู่ 1 เรื่อง” เพื่อสรุปความจำเป็นและความสำคัญของการเรียนวิชานี้ด้วยสื่อบัตรคำ</li> <li>2. แนะนำบทเรียน: บรรยายด้วยพาวเวอร์พอยท์เพื่อแจ้งความมุ่งหมายของหลักสูตร ลักษณะรายวิชา การแบ่งหน่วยเรียน/บทเรียน/หัวข้อ จุดประสงค์การสอน กำหนดการสอน การประเมินผลรายวิชา และตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                          |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>งานที่มอบหมาย</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ฝึกการพัฒนาบุคลิกภาพผ่านสื่อด้วยการจัดทำคลิปวิดีโอและเผยแพร่สู่สาธารณะทางออนไลน์ เช่น ช่องทางยูทูบ และเฟซบุค พร้อมร่วมกันวิเคราะห์สนทนากลุ่ม การสร้างสื่อพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อสังคม หัวข้อเสนอแนะ: ตัวตน “: บุคลิกภาพเพื่อสังคม”</li> <li>2. การสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 1 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li> <li>3. มอบหมายให้นักศึกษาลงทะเบียนสมัครส่งผลงานเข้าประกวดและทำโครงงานคุณธรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ เพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม เมตตา กรุณา ความเห็นอกเห็นใจและเสียสละเพื่อส่วนรวมของสังคมและสิ่งแวดล้อม</li> <li>4. มอบหมายให้สร้างกลุ่มเฟสบุคและกลุ่มแชทเพื่อรับส่งงานและสื่อการสอนต่างๆ</li> </ol> |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน ชี้แจงรายละเอียดดังนี้ <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. ความมุ่งหมายของหลักสูตร</li> <li>1.2. ลักษณะรายวิชา</li> <li>1.3. การแบ่งหน่วยเรียน/บทเรียน/หัวข้อ</li> <li>1.4. จุดประสงค์การสอน</li> <li>1.5. กำหนดการสอน</li> <li>1.6. การประเมินผลรายวิชา</li> <li>1.7. ตารางกำหนดน้ำหนักคะแนน</li> </ol> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | สื่อทัศนวัสดุ | <ul style="list-style-type: none"> <li>● พาวเวอร์พอยท์</li> <li>● คลิปวิดีโอ</li> <li>● โซเซียลมีเดีย (เฟสบุค)</li> <li>● ไวท์บอร์ด</li> <li>● สื่อมัลติมีเดีย</li> </ul>                                                                                                                                                                                                           |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สื่อเทคโนโลยีการศึกษา เช่น บัตรคำตัวต้นกับบุคลิกภาพการทำงาน</li> <li>• แบบทดสอบหรือแบบประเมินออนไลน์</li> </ul> |
| <b><u>การวัดและประเมินผล</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                          |
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เครื่องมือวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- วิธีสังเกต</li> <li>- ใบบันทึกเวลาเรียน</li> <li>- งานที่มอบหมาย</li> </ul> </li> <li>2. วิธีการวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก</li> <li>- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งในช่วงไม่งตามตารางสอน</li> <li>- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง</li> </ul> </li> <li>3. เกณฑ์การวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป</li> <li>- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน</li> <li>- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น</li> </ul> </li> </ol> |  |                                                                                                                                                          |

| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  | วิชา 602-12-03                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                  | หน่วยที่ 1 บทเรียนที่ 1.1, 1.2                                                                               |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                      |
| <b>จุดประสงค์การสอน</b><br>1.1 เพื่อให้รู้และเข้าใจคุณธรรมจริยธรรมเพื่อการรู้จักตัวตน<br>1.1.1 บอกความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์ได้ 30 นาที<br>1.1.2 อธิบายความสำคัญของบุคลิกภาพ 30 นาที<br>1.1.3 นำประวัติการศึกษาบุคลิกภาพไปใช้จริงได้ 30 นาที<br>1.1.4 สรุปคุณธรรมจริยธรรมเพื่อการรู้จักตัวตนจากองค์ประกอบของบุคลิกภาพได้ 30 นาที<br>1.2 เพื่อให้ซาบซึ้งถึงคุณค่าและศักยภาพของตัวเอง<br>1.2.1 ยกตัวอย่างการพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคลได้ 30 นาที<br>1.2.2 เชื่อมโยงการวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็กได้ 30 นาที<br><b>วิธีการสอนและกิจกรรม</b><br>1. <b>แนะนำบทเรียน:</b> ให้ทำแบบทดสอบในเว็บไซต์กรมแรงงานเป็นแบบทดสอบบุคลิกภาพ<br>2. <b>ขั้นสอน :</b> โดยใช้รูปแบบการสอนใช้ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Social Learning Theory) การสอนโดยใช้คำถาม และใช้เทคโนโลยีที่มีการแสดงออกถึงทักษะการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องของผู้เรียน สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ ให้ผู้เรียนได้สังเกตตัวแบบผ่านสื่อที่เตรียมมา อภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความเชื่อสุดย่ สุจริต มีวินัย อดกลั้น รับผิดชอบต่อนานาที่และสังคม มีการให้เกียรติผู้อื่น สุภาพ อ่อนน้อม ถ่อมตน รู้จักกาลเทศะ อภิปรายในหัวข้อ “ <b>เด่นต้อง</b> ค่อยปรับกัน” และประเมินสื่อร่วมกันเพื่อสร้างความตระหนักการดูแลบุคลิกภาพตนเอง หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 1 มีดังนี้<br><u>1.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ</u><br><u>1.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์</u><br><u>1.1.2 ความสำคัญของบุคลิกภาพ</u><br><u>1.1.3 ประวัติการศึกษาบุคลิกภาพ</u><br><u>1.1.4 องค์ประกอบของบุคลิกภาพ</u><br><u>1.2 ธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล</u><br><u>1.2.1 แนวคิดธรรมชาติของมนุษย์: การพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล</u><br><u>1.2.2 อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม: การวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก</u><br>3. <b>ขั้นสรุป:</b> ที่มาของตัวตนสู่โลกการทำงาน<br><b>งานที่มอบหมาย</b><br>1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 1 จากคลิปวิดีโอ เชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเล่าเรื่องราวและนำเสนออธิบายตามความเข้าใจด้วยคลิปวิดีโอด้วยตัวเอง ส่งงานทางกลุ่ม เฟซบุค<br>2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทิตินออนไลน์ครั้งที่ 2 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิด พัฒนาการบุคลิกภาพภายใน |                                  |                                                                                                              |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | เอกสารอ้างอิง                    | หมายเลข 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | เอกสารประกอบ                     | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | โสตทัศนวัสดุ                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>คลิปวิดีโอ</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สื่อทางโซเชียลมีเดีย</li> <li>• สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>• สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li> </ul> <p>เช่น ใบงาน บัตรคำเกี่ยวกับความตระหนักรู้<br/>             ดูแลบุคลิกภาพตนเอง</p> |
| <b>การวัดและประเมินผล</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เครื่องมือวัดและประเมินผล                     <ul style="list-style-type: none"> <li>- วิธีสังเกต</li> <li>- ใบบันทึกเวลาเรียน</li> <li>- งานที่มอบหมาย</li> </ul> </li> <li>2. วิธีการวัดและประเมินผล                     <ul style="list-style-type: none"> <li>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก</li> <li>- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครึ่งในชั่วโมงตามตารางสอน</li> <li>- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง</li> <li>- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง</li> </ul> </li> <li>3. เกณฑ์การวัดและประเมินผล                     <ul style="list-style-type: none"> <li>- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป</li> <li>- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน</li> <li>- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น</li> </ul> </li> </ol> |  |                                                                                                                                                                                                                          |



## ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

# 1

## *Basic Knowledge About Personality*

## บทนำ

ทุกคนเกิดมาล้วนต้องเผชิญกับทั้งความเป็นอติวิสัยและวิตถวิสัยที่อยู่รอบตัวด้วยกันทั้งนั้น มนุษย์ทุกคนต้องการหาหนทางในการพัฒนาตนเองด้วยวิธีวิทยาต่างๆ หนึ่งในนั้นคือการพัฒนาบุคลิกภาพ ในโลกของการทำงาน บุคลิกภาพเปรียบเสมือนสื่อเกราะที่ช่วยบุคคลปิดบังซ่อนเร้นข้อด้อยและนำเสนอแต่ข้อดีที่ดึงดูดใจได้ หากเราเลือกสื่อเกราะที่เหมาะสมกับเรา แต่ก่อนจะเลือกเป็นเราต้องรู้จักตัวตนเราเสียก่อน บุคลิกภาพที่ได้รับการพัฒนาแล้วคือบุคลิกภาพของบุคคลที่รู้จักตัวตนของตัวเอง ยอมรับในจุดเด่นและจุดด้อยของตนเองด้วยมุมมองเชิงบวก ในบทนี้จะทำให้ผู้เรียนตระหนักว่าบุคลิกภาพคือสิ่งใดและหากต้องการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานจะต้องเข้าใจเรื่องใดบ้าง

### 1.1 แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

#### 1.1.1 ความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์

(The meaning of personality: personality is special space to reflecting humanity)

เอกลักษณ์หรือตัวตนของคำว่า “บุคลิกภาพ” เท่าที่ผ่านมามีอยู่หลายแบบด้วยกัน ตามความเชื่อของ Good (1973) เรียกบุคลิกภาพว่าเป็นผลรวมของพันธุกรรมและประสบการณ์ทั้งหมดของบุคคล เรียกว่าง่าย ๆ ว่าเผ่าพันธุ์มีผลพอๆ กับความคิด ความเชื่อ ที่ผนวกรวมกันเป็นความรู้ชื่อประสบการณ์ ไม่ต่างอะไรกับ Morris (1979) ที่มีทรรศนะว่า ไม่ว่าจะเป็นรูปลักษณะประจำตัวของบุคคลเกี่ยวกับพฤติกรรม แรงจูงใจ อารมณ์ ความคิด ทศนคติ ล้วนแล้วแต่คือบุคลิกภาพทั้งสิ้น ส่วนแมคแคนแนลได้เพิ่มความสำคัญให้กับบุคลิกภาพว่า สามารถบรรจุคุณลักษณะที่บุคคลคิดและแสดงเป็นแบบแผนของพฤติกรรม สามารถนำมาใช้เพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ทั้งนี้อาจหมายถึงค่านิยม แรงจูงใจ ทศนคติ อารมณ์ ความสามารถในการด้านต่างๆ มโนภาพแห่งตนและเขาวนปัญญาด้วย (McCannell, 1974 อ้างถึงใน ตินพัฒน์ แก้วยอด, 2552)

แม้ว่าบางเรื่องของบุคลิกภาพสำหรับหลายคนคิดจะเป็นเรื่องของแบบแผนพฤติกรรมที่ตายตัว แต่บุคลิกภาพในมุมมองของไอแซคอาจพิจารณาได้ 2 มิติ โดยมีทั้งมิติที่เกี่ยวกับพฤติกรรมและมิติที่เกี่ยวกับอารมณ์ มิติที่เกี่ยวกับพฤติกรรมคือ ด้านการแสดงตัวและการเก็บตัว ยกตัวอย่างเช่น การมีส่วนร่วมกับการไม่มีส่วนร่วม (Participation-Withdrawn) การเข้าสังคมกับการแยกตัว (Sociable-Isolated) การเข้าใกล้กับการถอยหนี (Approach- Withdrawn) การกระตือรือร้นและการเฉื่อยชา (Active-Inactive) ส่วนมิติที่สองคือลักษณะทางด้านอารมณ์ เช่นความเศร้า ความวิตกกังวล เป็นต้น และตามทฤษฎีนี้ให้ความหมายของบุคลิกภาพไว้ว่า คือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นซ้ำๆ กันของบุคคลจนก่อรูปขึ้นเป็นบุคลิกภาพของบุคคลผู้นั้นและปรากฏให้บุคคลอื่นสังเกตเห็นได้ (Eysenck, 1970 อ้างถึงใน นพมาศ อึ้งพระ, 2546)

แต่ไม่ว่าทัศนะของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับความหมายของบุคลิกภาพจะเป็นอย่างไรก็ตาม สิ่งสำคัญของการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน ผู้เรียนควรเริ่มต้นจากการเข้าใจความหมายของบุคลิกภาพ เห็นความสำคัญเพื่อการก่อรูปบุคลิกภาพของตนอย่างสมบูรณ์ต่อไป

### 1.1.2 ความสำคัญของบุคลิกภาพ: คีย์เวิร์ดสำคัญของการก่อรูปอัตลักษณ์

(Importance of personality: Key words of identity formation)

ปัญหาหลักที่สำคัญประการหนึ่งของการค้นหาบุคลิกภาพของตนเองไม่ได้ อยู่ที่การหาวิธีการจัดการกับสิ่งที่เรียกว่า “ตัวตน” ไม่ได้ คาร์ล โรเจอร์ส ผู้ริเริ่มแนวคิดด้านจิตวิทยาแนวมนุษยนิยม และได้พัฒนาทฤษฎีบุคลิกภาพตามแนวมนุษยนิยมด้วย โรเจอร์สคือนักจิตบำบัดคนแรกที่ให้ความสำคัญต่อศักดิ์ศรีในความเป็นมนุษย์ของบุคคลและให้ความสำคัญต่อบุคคลในฐานะผู้กระทำ (subject) มากกว่าที่จะเป็นผู้ถูกระกระทำ (object) ทรรศนะของโรเจอร์สเชื่อว่า ตัวตนหรือ Self ของบุคคลเป็นผลจากการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ และโรเจอร์สเชื่อว่าบุคลิกภาพของคนนั้นเปลี่ยนแปลงได้และการปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพนี้ถือเป็นสิ่งจำเป็นในกระบวนการพัฒนาของบุคคลในกระบวนการพัฒนาเติบโตของมนุษย์ อย่างไรก็ตาม มนุษย์ทุกคนมีคุณค่าและศักดิ์ศรี มีอารมณ ความรู้สึก ความต้องการมีความสำคัญเท่าๆ กับข้อมูล ความจริงและความรู้ การพัฒนาด้านสังคม ด้านตนเอง และการพัฒนาด้านคุณธรรม จริยธรรม จึงสำคัญเท่าๆ กับการพัฒนาด้านความรู้ ท้ายสุดแล้วมนุษย์เองจะมีศักยภาพในตนเองที่จะพัฒนาตนเองไปสู่จุดสูงสุดของศักยภาพ (Actualizing Tendency) ของตนเองได้ (Rogers, 1961 อ้างถึงใน ชิตชงศ์ ส.นันทนาตร, 2560)

จากความแตกต่างที่ไม่แตกต่างกันหลายทรรศนะของนักคิดเพียงพอที่จะสรุปได้ว่า ศักยภาพในตนคือบุคลิกภาพที่เป็นพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์ ตอกย้ำให้เห็นว่า จุดยืนของทุกคนศึกษาบ่งบอกถึงกลไกของความเป็นมนุษย์ทุกคนที่ล้วนแต่มีแรงผลักดันและมุ่งพัฒนาดตนเองให้เต็มศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ แรงผลักดันนี้จะทำให้บุคคลตระหนักได้ว่า ประสบการณ์มีความกลมกลืนสอดคล้องกับจิตสำนึกในตนเองหรือ self อย่างไร

ร่างข้อสำหรับคาร์ล โรเจอร์สตามความเชื่อเกี่ยวกับบุคลิกภาพคือการที่มนุษย์คนหนึ่งค้นพบว่าตนเองเป็นมนุษย์และตนเองสามารถปฏิบัติบทบาทต่างๆ ได้ ดังนั้น ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง หรือ Self-concept จึงหมายถึงคุณสมบัติต่างๆ ที่บุคคลรับรู้หรือยอมรับว่าเป็นลักษณะเฉพาะของตนเองและความคิดรวบยอดนี้เองคือ ความแตกต่างที่สำคัญทำให้จุดยืนของมนุษย์เกี่ยวกับบุคลิกภาพอยู่ที่บุคคลสามารถรับรู้หรือยอมรับว่าเป็นลักษณะเฉพาะของตนเอง ความคิดรวบยอดนี้เป็นผลลัพธ์จากการที่บุคคลประเมินประสบการณ์ทางสังคมของตนเอง (Rogers, 1961 อ้างถึงใน ชิตชงศ์ ส.นันทนาตร, 2560)

คีย์เวิร์ดสำคัญของการก่อรูปอัตลักษณ์ ผู้สอนมองว่าโรเจอร์สามารถอธิบายได้ดีผ่านแนวคิดเรื่องความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง หรือ Self-concept ที่แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การเห็นคุณค่าในตนเอง self-esteem 2) ตัวตนที่บุคคลมองว่าตนเองเป็น self-image 3) ตัวตนที่บุคคลอยากจะเป็น ideal-self ทั้งสามองค์ประกอบนำไปสู่ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง หรือ Self-concept ยกตัวอย่างดังตารางที่ 1

### ตารางที่ 1 องค์ประกอบความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตัวตนหรือ Self-concept

| self-esteem                             | self-image (Real-self) | ideal-self                                                                                                                        |
|-----------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| บุคคลรับรู้ว่าตนเองไม่อ้วน<br>แคตัวใหญ่ | บุคคลอื่นมองว่าอ้วน    | บุคคลอยากเป็นนักเทนนิส<br>ที่มีขาดีหล่อหลอมตนเอง<br>จนนำไปสู่การทำฝันให้เป็นจริง<br>(ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง<br>Self-concept) |

จากตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบดังกล่าวเป็นการที่บุคคลพัฒนาจากสิ่งที่ตนปฏิบัติไปสู่ความจริง และการชี้นำตนเองหรือ self-direction จนเกิดการเห็นคุณค่าของตนเองและรับรู้ความรู้สึกตนเอง เพราะมนุษย์ต้องการการยอมรับนับถือจากผู้อื่นและมนุษย์มีทัศนคติทางบวกต่อตนเอง โดยปกติมนุษย์จะมีการปรับตัวเชิงจิตวิทยาได้ตั้งอยู่แล้ว หากความคิดและประสบการณ์ที่ได้รับสอดคล้องกัน

#### 1.1.3 ประวัติการศึกษาบุคลิกภาพ

(Personality education history)

การศึกษาบุคลิกภาพแตกต่างออกไปตามวัตถุประสงค์ของนักจิตวิทยา แต่หลายการศึกษาแล้วแล้วแต่มีคุณูปการต่อการพัฒนาบุคลิกภาพแทบทั้งสิ้น เนื่องจากทำให้บุคคลสามารถหาวิธีในการควบคุม จัดระเบียบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ-ผลลัพธ์และเรื่องเวลาได้ สร้างวิถีคิดที่เกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพของตนเอง การเชื่อมโยงความหมายของการเกิดขึ้นจากหลากหลายประสบการณ์จนกลายเป็นการดำรงอยู่ของสิ่งที่เรียกว่าบุคลิกภาพ ในหัวข้อนี้ผู้สอนจะขอกล่าวเฉพาะสิ่งที่โดดเด่นของงานศึกษาจากนักจิตวิทยาแต่ละท่านและจะกล่าวรายละเอียดที่สอดคล้องในหัวข้อต่อไป

สำหรับกิลฟอร์ด (Guilford, 1959 อ้างถึงใน กุลธิตา รังคจิตประภัสร์, 2535) งานศึกษาของเขาเน้นเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับความปรารถนาของบุคคลที่มีต่อกิจกรรม ความปรารถนาที่มีอยู่ชั่วชีวิต ความรู้สึกของบุคคลต่อบุคคลหรือวัตถุสิ่งของและความคิดเห็น ความสามารถของบุคคลที่จะทำหรือปฏิบัติงานต่างๆ อารมณ์นำไปสู่พฤติกรรมที่แสดงออก การทำงานของระบบอวัยวะและโครงสร้างหรือรูปร่างของร่างกาย ซึ่งผู้สอนจะกล่าวในรายละเอียดถัดไป

ความปรารถนากับความต้องการมีความหมายคล้ายคลึงกัน อีกหนึ่งนักจิตวิทยาในกลุ่มแนวคิดมนุษยนิยมที่ เป็นผู้สร้างทฤษฎีความต้องการของมนุษย์คือ อับราฮัม มาสโลว์ เขาผู้นั้นเน้นเรื่องแรงจูงใจของมนุษย์ที่มีลำดับขั้นนำไปสู่แนวคิดเรื่องของบุคลิกภาพ และคุณลักษณะสำคัญของการพัฒนานตนเองซึ่ง เป็นความต้องการขั้นสูงสุดของมนุษย์ ในการที่บุคคลจะได้แสดงออกถึงความสามารถ ความเชี่ยวชาญ หรือศักยภาพที่ตนเองมีอยู่ได้มากที่สุด (Maslow, 1954 อ้างถึงใน ชิตขงค์ ส.นันทนานนตร, 2560) เรื่องความต้องการของมนุษย์ถูกนำมาตีแผ่และขับเคลื่อนบนการพัฒนาบุคลิกภาพ อีกหนึ่งนักจิตวิทยาที่กล่าวถึงเรื่องนี้ไว้อย่างลุ่มลึกคือ เมอร์เรย์ โดยเขาได้เสนอความหมายของบุคลิกภาพไว้มากมาย ทั้งนิยามของบุคลิกภาพคือการแยกแยะเชิงนามธรรม, ความสัมพันธ์กับอดีตและเวลา ประวัติศาสตร์ของบุคคลคือบุคลิกภาพในงาน

ศึกษาของเมอร์เรย์ บุคลิกภาพคือสิ่งสะท้อนพฤติกรรมที่คงทนถาวรเรื่องเดียว นอกจากนี้นักงานของเขา ยังศึกษาหน้าที่ของบุคลิกภาพว่ามีหน้าที่รวบรวมเอาความขัดแย้งและการบังคับยั้งในการที่บุคคลจะ แสดงออกหรือไม่อย่างไร และที่สำคัญบุคลิกภาพสามารถสร้างแบบแผนเพื่อการบรรลุวัตถุประสงค์ใน อนาคตได้ หากไม่มีสมมอก็ไม่มีบุคลิกภาพ งานศึกษาของเขาจะเน้นเรื่องนามธรรมและรูปธรรมตามความคิด รวบรวมของบุคลิกภาพ ก่อเกิดเป็นกระบวนการทางกายภาพภายใต้จิตใจ (Murray, 1938)

ทั้งหมดนี้เป็นเพียงส่วนหนึ่งในประวัติงานศึกษาบุคลิกภาพที่ผู้เรียนควรรับรู้เพื่อตีความ เหตุและผล ของการรับรู้ที่อาจเกี่ยวข้องกันทั้งหมดสอดคล้องกับคำกล่าวของไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร (2558) ที่ว่า “โลกแห่งความเป็นจริงทางสังคมดำรงอยู่ก่อนหน้าเรา เมื่อเราเกิดมา โลกแห่งความเป็นจริงทางสังคมดำรง อยู่แล้ว และเป็นโลกที่ผ่านการจัดระบบระเบียบ ผ่านการตีความมาเรียบร้อยแล้วก่อนจะมาถึงเรา การรับรู้ เกี่ยวกับโลก สังคมของเราจึงไม่ใช่การรับรู้เกี่ยวกับข้อเท็จจริงล้วนๆ แต่เป็นการรับรู้ผ่านลักษณะแบบฉบับ หรือ typicality ของสิ่งนั้นๆ เช่นรับรู้ว่าเป็น ภูเขา ต้นไม้ สัตว์ เพื่อนมนุษย์ แม้แต่คำว่าเรา มิได้หมายถึง เพียงคุณกับผมเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงทุกคนที่เกี่ยวข้องกับเราด้วย” (ไชยรัตน์ เจริญสินโอฬาร, 2558)

#### 1.1.4 องค์ประกอบของบุคลิกภาพ

(Personality components)

การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานต้องอาศัยกระบวนการทำความเข้าใจเรื่ององค์ประกอบของ บุคลิกภาพ โดยผู้สอนขอแนะนำเสนอตามลำดับดังนี้

1. กิลฟอร์ดได้แบ่งลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลไว้ 7 ลักษณะพร้อมคำอธิบายได้แก่
  - ทางด้านความสนใจ (Interests) หมายถึงความปรารถนาของบุคคลที่มีต่อกิจกรรม ต่างๆ เช่น การร่วมกิจกรรมได้วาทิ หรือการทำงานฝีมือ ฯลฯ
  - ทางด้านความต้องการ (Needs) หมายถึงความปรารถนาที่มีอยู่ตลอดชีวิตของมนุษย์ เช่น มนุษย์ต้องการการให้ผู้อื่นยอมรับนับถือ ต้องการการอำนวยความสะดวก ฯลฯ
  - ทางด้านทัศนคติ (Attitudes) หมายถึงความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดๆ และความ คิดเห็นต่อสิ่งนั้นๆ เช่น ทัศนคติต่อการระบาดของโรค ทัศนคติต่อการเรียนออนไลน์ ทัศนคติต่อสื่อ เป็นต้น
  - ทางด้านความถนัดตามธรรมชาติ (Aptitudes) เป็นเรื่องของความสามารถของบุคคล
  - ทางด้านสภาพทางอารมณ์ (Temperament) นำไปสู่พฤติกรรมการแสดงออกเช่น ความมั่นใจในตนเอง เป็นต้น
  - ทางด้านสรีระวิทยา เป็นเรื่องของการทำงานของระบบอวัยวะต่างๆ เช่น การหายใจ การเผาผลาญอาหารในร่างกาย
  - ด้านรูปร่างภายนอก เช่น ความสูง น้ำหนัก สีมิว (Guilford, 1959 อ้างถึงใน กุลธิดา รังจิจิตประภัสร์, 2535)

โดยทั้ง 7 องค์ประกอบนี้ตามทฤษฎีของกิลฟอร์ดหมายถึงบุคลิกภาพ (Personality) คุณูปการจากแนวคิดนี้ นักวิจัยในรุ่นถัดมาได้นำบางข้อมาเป็นฐานคิดในการขับเคลื่อนงานวิจัยเกี่ยวกับบุคลิกภาพของตนเองด้วย

2. เมอร์เรย์ได้พูดถึงความต้องการทางจิตใจที่สร้างบุคลิกภาพออกเป็น 6 กลุ่มจากความต้องการ 28 ด้านดังนี้

- ความต้องการที่เกี่ยวกับสิ่งที่ไม่มีชีวิต ได้แก่
  - การถือสิทธิ Acquisition หมายถึงความต้องการเป็นเจ้าของการสะสม
  - การอนุรักษ์สิ่งของ Conservation หมายถึงความต้องการที่จะสะสมหรือซ่อมแซมสิ่งต่างๆ
  - ความเป็นระเบียบ Orderliness หมายถึงความต้องการที่จะจัดระเบียบสิ่งของให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยตลอดเวลา
  - การดูแลรักษา Retention หมายถึงความต้องการที่จะเก็บสิ่งของที่เป็นของตนไม่ให้เสียหาย ประหยัด อดออม
  - การสร้าง Construction หมายถึงความต้องการประดิษฐ์
- ความต้องการที่จะแสดงถึงอำนาจ ความทะเยอทะยาน ความมีชื่อเสียง ได้แก่
  - ความโดดเด่น Superiority หมายถึงความต้องการอยากเด่น ได้รับความสำเร็จและการยอมรับนับถือ
  - ความสัมฤทธิ์ผล Achievement หมายถึงความต้องการชนะอุปสรรค ได้รับผลสำเร็จและมีอำนาจ
  - การยอมรับ Recognition หมายถึงความต้องการได้รับการยกย่องและรับรอง
  - การแสดงออก Exhibition หมายถึงความต้องการแสดงตัวให้เป็นจุดเด่น
  - ความต้องการรักษาสีห์ของตนเอง Inviolacy หมายถึงความต้องการไม่ถูกฝ่าฝืนสีห์ของตนเอง ป้องกันชื่อเสียงและคุณค่าของตน
  - การหลีกเลี่ยงสิ่งที่ต่ำกว่า Avoidance of Inferioroty หมายถึงความต้องการหลีกเลี่ยง ความล้มเหลว ความอับอายและปมด้อย
  - การป้องกันตัว Defensiveness หมายถึงความต้องการจะป้องกันตนเองจากการถูกตำหนิ
  - การตอบโต้ผลักดัน Counteraction หมายถึงความต้องการต่อต้านและตอบโต้ผู้ที่ทำให้ตนพ่ายแพ้

- ความต้องการที่จะทำให้สิ่งที่เกี่ยวข้องกับอำนาจของตน การต่อต้านหรือการยอมแพ้ ได้แก่
  - การมีอำนาจเหนือผู้อื่น Dominance หมายถึงความต้องการมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น ควบคุมหรือให้ผู้อื่นกระทำตาม
  - การยกย่องผู้อื่น Deference หมายถึงความต้องการที่จะยกย่องและยอมตามผู้นำ
  - การเลียนแบบ Similance หมายถึงความต้องการเลียนแบบหรือทำตนให้ทัดเทียมผู้อื่น เห็นด้วยหรือเชื่อถือผู้อื่น
  - การพึ่งตนเอง Autonomy หมายถึงความต้องการต่อต้านและต่อสู้เพื่อเสรีภาพ
  - ความเป็นอิสระ Contrariness หมายถึงความต้องการที่จะทำให้ตนเองไม่เหมือนใคร
- ความต้องการที่จะก้าวร้าวบุคคลอื่นๆ หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ได้แก่
  - ความก้าวร้าว Aggression หมายถึงความต้องการก้าวร้าวผู้อื่น
  - ความยอมรับผิด Abasement หมายถึงความต้องการยอมทำตามหรือยอมรับผิด
  - การหลีกเลี่ยงการถูกตำหนิ Avoidance of blame หมายถึงความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการถูกติเตียน จากการไม่ประพฤติตามกฎเกณฑ์หรือระเบียบ
- ความต้องการเป็นมิตรกับผู้อื่น ได้แก่
  - การผูกไมตรีกับผู้อื่น Affiliation หมายถึงความต้องการผูกมิตรและร่วมกิจกรรมทางสังคมกับผู้อื่น
  - การผลักไสผู้อื่น Rejection หมายถึงความต้องการแยกตัวเองจากผู้อื่น
  - การช่วยเหลือผู้อื่น Nurturance หมายถึงความต้องการช่วยเหลือผู้อื่น
  - การขอความช่วยเหลือ Succorance หมายถึงความต้องการให้ผู้อื่นเกิดความสงสารตัวเอง
- ความต้องการที่เกี่ยวกับกับสังคม ได้แก่
  - ความเพลิตเพลิน Play หมายถึงความต้องการพักผ่อนโดยไม่มีวัตถุประสงค์อื่น เพื่อคลายเครียดเท่านั้น
  - ความต้องการรู้สิ่งต่างๆ Cognizance หมายถึงความต้องการเพื่อให้เกิดความอยากรู้อยากเห็น
  - การเผยแพร่ความรู้ Exposition หมายถึงความต้องการแสดง ชี้แจง สาธิต บรรยาย ตีความเรื่องราวต่างๆ (Murray, 1938)

พื้นที่สำรองความรู้ของผู้เรียน





## 1.2 ธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล

### 1.2.1 แนวคิดธรรมชาติของมนุษย์: การพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคล

(Human nature: Considering oneself according to human nature and Differences between people)

ธรรมชาติของมนุษย์มีอารมณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน อารมณ์เหล่านี้ส่งผลต่อการดำรงชีวิต เช่น อารมณ์เศร้า เสียใจ หรือมีความสุข แตกต่างกันไปตามปัจจัยภายนอกหรือภายใน เช่น เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น บุคลิกภาพหรือความแตกต่างระหว่างเพศ (กัญญารัตน์ สีภาศรีและคณะ, 2560)

ในบริบทของเอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน ผู้สอนขออธิบาย ธรรมชาติของมนุษย์ตามทฤษฎีแซด (Z theory) ของเรตติน นักมนุษยวิทยาที่เชื่อว่า มนุษย์มีความซับซ้อน (Man is a complex man) แต่ในความเป็นจริงมนุษย์มีลักษณะตามธรรมชาติทั่วไปที่พอจะสรุปสั้นๆ ได้ดังนี้

- เป็นผู้มีความตั้งใจในการทำงาน
- มนุษย์ยอมรับทั้งความดีและความชั่ว
- มนุษย์จะถูกผลักดันจากสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมให้ทำสิ่งต่างๆ ได้
- มนุษย์มีเหตุผลเป็นสิ่งสนใจในการทำงาน
- มนุษย์มักจะพึ่งพาอาศัยกัน และจำเป็นต้องติดต่อกันในสังคม
- มนุษย์ทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย (Reddin, 1970)

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนจะสังเกตเห็นว่าทฤษฎีดังกล่าวมีทัศนะต่อมนุษย์ในลักษณะกลางๆ ไม่บวกไม่ลบ แต่ได้อธิบายถึงการกระทำสิ่งต่างๆ ของมนุษย์ว่าเกิดขึ้นจากอิทธิพลของสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม บุคคลแตกต่างกันจากอิทธิพลดังกล่าวทำให้มนุษย์ทุกคนมีความตั้งใจในการทำงานที่ต่างกัน แต่ละบุคคลยอมรับในความดีความชั่วในระดับที่ต่างกัน ทุกคนถูกผลักดันจากสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมในหลายรูปแบบ จึงทำให้กระทำสิ่งต่างๆ ได้แตกต่างกัน มีการกำหนดแบบแผนของเหตุและผลซึ่งเป็นเหตุของการสร้างสิ่งสนใจในการทำงานที่ไม่เหมือนกัน อัตราการพึ่งพาอาศัยและความจำเป็นในการติดต่อกับสังคมที่ไม่เท่ากัน ในแต่ละบุคคล ทั้งหมดจึงทำให้มนุษย์คนทำงานทุกคนบรรลุเป้าหมายได้ไม่เท่ากัน ทั้งหมดนี้คือปัจจัยส่งผลให้มนุษย์มีความแตกต่างระหว่างบุคคล

พื้นที่สรุปองค์ความรู้ของผู้เรียน



### 1.2.2 อิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม: การวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก

(Genetic Influence and Environment: Analyzing Others Through Childhood Experience)

ในทฤษฎีของนักจิตวิทยาอย่างฟรอยด์ มีสมมุติฐานว่า ธรรมชาติของมนุษย์ได้รับอิทธิพลจากการถ่ายทอดพันธุกรรม ประกอบด้วย 3 ส่วนคือ Id, Ego และ Superego โดยมีรายละเอียดดังนี้

- Id คือสภาพจิตใจที่รับถ่ายทอดจากพันธุกรรมที่ทุกสิ่งที่คุณจะได้รับมาตั้งแต่เกิดรวมทั้งสัญชาตญาณ Id คือจิตไร้สำนึกของคุณที่มีมาตั้งแต่กำเนิด Id เป็นพลังงานทางจิตใจที่เป็นแรงผลักดันหรือความต้องการและแนวโน้มให้คุณทำอะไรต่างๆ ได้ตามความต้องการนั้นๆ ตามความปรารถนาโดยปราศจากความคิด Id เป็นจุดเริ่มต้นของคุณลักษณะที่หลอมรวมอยู่ใน Ego และ Superego
- Ego เกิดขึ้นจากการปรับตัวของร่างกายให้เข้ากับสภาพความเป็นจริง มันพยายามทำให้ Id และ Superego สอดคล้องกันด้วยดีและสอดคล้องกับโลกภายนอกด้วย เหมือนเป็นตัวกลางที่คอยสร้างสมดุลจากการเกิดความคิดของคุณโดยไม่ยากทำให้สิ่งที่คุณพอใจแต่สังคมมองว่าผิด (Id) คุณจะต้องอดกลั้นทำตามศีลธรรมและบรรทัดฐานของสังคม (Norm) การอดกลั้นเพื่อศีลธรรมเรียกว่า Superego
- Superego คือ เป็นตัวแทนของค่านิยมที่ผลิตซ้ำ (Reproduct) สืบต่อกันมา รวมทั้งอุดมคติของสังคมที่พ่อแม่นำมาใช้กับลูก (Frued, 1920 อ้างถึงใน สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2553)

อิทธิพลของพันธุกรรมก่อให้เกิดบุคลิกภาพ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2550) ได้พูดถึงไว้ดังนี้ 1) เป็นการผสมผสานระบบต่างๆ ภายในตัวบุคคล ทั้งส่วนที่มองเห็นได้ชัดเจน เช่น รูปร่างหน้าตา การแต่งกาย การพูดจา และระบบภายในที่เห็นได้ไม่ชัดเจน เช่น อารมณ์ ความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก เป็นต้น โดยประสบการณ์ พันธุกรรม การเรียนรู้ประสบการณ์ในวัยเด็ก ลักษณะ สังคมวัฒนธรรมจะหล่อหลอมให้คุณมีบุคลิกภาพที่ต่างกันไปจนกลายเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน นอกจากนี้ยังมีลักษณะองค์รวมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะกลุ่มคนในสังคมวัฒนธรรมของคุณคนนั้น 2) บุคลิกภาพมีส่วนที่เป็นโครงสร้าง (Construct) ซึ่งเป็นบุคลิกภาพของคุณใดบุคคลหนึ่งที่สามารถสังเกตและวัดได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น ความเฉลียวฉลาด ความถนัด นิยส่วนลึก โดยส่วนโครงสร้างนี้จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล 3) แต่ละคนมีบุคลิกลักษณะเฉพาะตัวบางประการที่ค่อนข้างคงรูป โดยบุคคลจะแสดงบุคลิกลักษณะด้านนั้นออกมาในสถานการณ์ต่างๆ กัน เช่น ความเพ้อฝัน ถือดี เห็นแก่ตัว มักใหญ่ใฝ่สูง 4) เมื่อเข้าใจรูปแบบของบุคลิกภาพของคุณแล้ว เราสามารถอธิบาย เข้าใจ และทำนายพฤติกรรมของคุณในสถานการณ์ต่างๆ ได้ 5) วิธีการปรับตัวและวิถีชีวิตของคุณจะเป็นเช่นไร ขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัวของบุคลิกภาพของคุณคนนั้น

จากงานนี้สามารถสรุปได้ว่า บุคลิกภาพคือลักษณะเฉพาะตัวที่ประกอบขึ้นมาเป็นบุคคลทำให้เกิดรูปแบบพฤติกรรมที่คุณแสดงออก ทั้งส่วนที่เป็นลักษณะภายนอกและส่วนที่เป็นลักษณะภายใน

บุคลิกภาพนั้นเกิดมาจากพันธุกรรม การเลี้ยงดู การเรียนรู้ และประสบการณ์ในวัยเด็ก ซึ่งเราสามารถวัดบุคลิกภาพได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม อันจะช่วยให้สามารถอธิบายเข้าใจและทำนายพฤติกรรมของบุคคลได้

การวิเคราะห์พัฒนาการทางบุคลิกภาพช่วยให้เราสามารถวิเคราะห์ผู้อื่นด้วยประสบการณ์ในวัยเด็ก ส่งผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน โดยในเรื่องนี้ผู้สอนแนะนำให้มองผ่านมุมมองจิตสังคมของอีริกสัน (Erikson, 1963 อ้างถึงในสุรางค์ โค้วตระกูล, 2553) เพราะเขาเชื่อว่า พัฒนาการทางบุคลิกภาพ (Ego) หรือการปรับตัวของบุคคลต่อสังคมจะเกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงได้ทุกๆ ช่วงของชีวิตมิใช่เกิดได้เฉพาะช่วง 5 ปีแรกของชีวิต (ตามแนวคิดของ Freud) เท่านั้น เพราะสังคมที่ล้อมรอบบุคคลมีบทบาทที่สำคัญต่อพัฒนาการทางบุคลิกภาพในรูปของการปรับตัว โดยบุคคลจะพยายามปรับตัวให้เป็นไปตามการเรียกร้องของสังคมเฉพาะที่บุคคลนั้นเป็นเจ้าของ เพื่อวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ (1) ทำให้สังคมนั้นคงมีอยู่ต่อไป (2) บุคคลสามารถมีชีวิตอยู่ต่อไป โดยลักษณะของการปรับตัวของบุคคลอาจจะเหมาะสมกับสังคมหนึ่ง แต่อาจจะไม่เหมาะสมสำหรับสังคมอื่นก็ได้ ธรรมชาติก่อให้เกิดการปรับตัวของสังคม สังคมจึงคงมีอยู่ต่อไปได้ ถ้าการปฏิสัมพันธ์ของร่างกาย จิตใจและสังคมของมนุษย์ดำเนินต่อเนื่องกันไปอย่างมีแบบแผน เช่น การสืบพันธุ์ของเพศชายและเพศหญิงก่อให้เกิดสังคมหน่วยแรกคือ ครอบครัว ลักษณะความเป็นอยู่ของมนุษย์ที่ทารกจะต้องพึ่งพาอาศัยผู้ใหญ่ หรือลักษณะการทำงานตามความแตกต่างระหว่างเพศ ซึ่งสังคมคาดหวังไว้ ตั้งแต่สมัยโบราณ ตัวอย่างเช่น ผู้ใหญ่ที่เป็นชายจะมีร่างกายที่แข็งแรง อาจจะต้องออกไปล่าสัตว์ ตกปลา เข้าร่วมในสมาคมต่างๆ หรือทำงานด้านกลีกรรรมแต่ผู้ใหญ่ที่เป็นหญิงอาจต้องถูกผูกมัดกับงานบ้านมากกว่า เช่น การตั้งครุฑ การให้กำเนิดทารก และการเลี้ยงลูกด้วยนม เป็นต้น เพราะฉะนั้นบทบาทต่างๆ ทางสังคมที่ถูกสร้างขึ้นมา จึงเป็นการให้รางวัลแก่บุคคลแต่ละคนที่แสดงพฤติกรรมตามบทบาทนั้น และมีผลพลอยได้คือ ทำให้สังคมหนึ่งดำเนินต่อไป หรือบางครั้งอาจเกิดสังคมแบบใหม่ขึ้น นอกจากนี้สิ่งแวดล้อมภายในสังคมที่มนุษย์อาศัยอยู่มีการเปลี่ยนแปลง มีความซับซ้อนมากขึ้น มีความแตกต่างกันมากขึ้น จึงทำให้บุคคลจำเป็นต้องมีการปรับตัวที่ซับซ้อน เช่น มีทักษะและการผูกพันที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตทางสังคมที่ยุ่ยากมากขึ้น โดยสมาชิกทั้งหลายจะต้องมีพฤติกรรมและบุคลิกภาพในการทำให้เป็นไปตามที่สังคมนิยมในแต่ละช่วงวัยกำหนด เช่น เด็กจะได้รับการสอนว่าอะไรที่จำเป็นต้องทำเพื่อการอยู่รวมกับผู้อื่นและเพื่อการมีชีวิตอยู่ต่อไป แต่ถึงแม้ว่าทุกสังคมจะสอนสิ่งนี้แก่สมาชิกใหม่ ผลปรากฏว่าคุณสมบัติที่ถูกต้องในการดำรงชีวิตแตกต่างกันจากสังคมหนึ่งไปสู่อีกสังคมหนึ่ง เช่น การประกอบอาชีพหาเลี้ยงตนเองของวัยรุ่นอเมริกันอาจเริ่มต้นตั้งแต่อายุ 16 ปีขึ้นไป แต่ในสังคมไทยวัยรุ่นกลับได้รับการอุปการะเลี้ยงดูจากพ่อแม่ต่อไปจนกระทั่งถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (ประมาณอายุ 23 ปี)

อีริกสัน (Erikson, 1975 อ้างถึงในสุรางค์ โค้วตระกูล, 2553) เป็นผู้ติดตามแนวความคิดของฟรอยด์ จึงมีขั้นต่างๆ ของจิตสังคมที่คล้ายคลึงกับขั้นต่างๆ ของทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของฟรอยด์คือขั้นพัฒนาการ 8 ขั้นตอนของอีริกสันนั้น 5 ขั้นแรกเป็นขั้นคู่ขนานกับ 5 ขั้นของฟรอยด์ ซึ่งจะอยู่ในวัยทารก วัยเด็กและวัยรุ่น ส่วนอีก 3 ขั้นหลังอยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ โดยอีริกสันจะให้ความสนใจใน 5 ขั้นแรกมากกว่า 3 ขั้นหลัง และอธิบายขั้นต่างๆ ในลักษณะของการทำหน้าที่ต่อเนื่องกันของอีโก้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคลว่าเกิดขึ้นมาจากการประสบการณ์ในขั้นต้นอย่างไร ดังต่อไปนี้

- ขั้น 1 ความรู้สึกไว้วางใจ - ความรู้สึกไม่ไว้วางใจ คือ ระยะแรกเกิดถึง 1 ปีตรง กับขั้นปากของ فروยด์ ขั้นนี้ทารกจะใช้อวัยวะรับความรู้สึกทั้งหมดภายในตนเอง (ตามทฤษฎีจิตวิเคราะห์) เพื่อปรับตัวเข้ากับโลกทางสังคม หรือรวบรวมรายละเอียดเกี่ยวกับความรู้สึกไว้วางใจทั้งหมดอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะพัฒนาเป็นความรู้สึกไว้วางใจและความรู้สึกไม่ไว้วางใจต่อตนเองและบุคคลอื่น โดยจะขึ้นอยู่กับวิธีการเลี้ยงดูของแม่หรือคนที่เลี้ยงทารกเป็นสิ่งสำคัญมากกว่าปริมาณของอาหารหรือการแสดงความรักใคร่อย่างผิวเผิน โดยทารกที่ได้รับประสบการณ์ที่ให้ความสุขหรือความพอใจจากการติดต่อกับโลกภายนอก จะมีการแสดงพฤติกรรมแบบยึดตนเองเป็นศูนย์กลางด้วย เช่น ถ้าความสัมพันธ์ระหว่างแม่กับลูกและความรักใคร่ผูกพันของพ่อแม่เป็นไปอย่างจริงจัง และพอเหมาะกับความต้องการของทารก ตัวอย่างเช่น เวลาทารกหิวก็ได้ทานนมหรือทารกได้อุ้ม ในบรรยากาศที่อบอุ่นอย่างพอเหมาะ ทารกก็จะเกิดความรู้สึกต่อโลกในทางที่ดีอย่างมีความสัมพันธ์กัน โลกเป็นสถานที่ที่ให้การสนับสนุนและไม่ทำร้ายทารกให้บุคคลตกตะลึง เพราะฉะนั้นทารกจะพัฒนาความรู้สึกเกี่ยวกับความไว้วางใจขึ้นพื้นฐานขึ้น แต่ถ้าทารกได้ประสบความเจ็บปวดและไม่สะดวกสบาย ทารกจะรู้สึกว่าการไม่ได้สนับสนุนหรือเต็มไปด้วยอันตราย ทารกก็จะพัฒนาความรู้สึกไม่ไว้วางใจขึ้น ถ้าบุคคลหนึ่งพัฒนาความไว้วางใจอย่างเต็มที่ บุคคลนั้นจะดูเหมือนเป็นคนที่ไม่มีการปรับตัว ถ้าบุคคลพัฒนาความไม่ไว้วางใจอย่างเต็มที่ บุคคลนั้นก็จะอยู่ในอันตรายอย่างแท้จริง ดังนั้นอิริคสันเชื่อว่า ถ้าบุคคลพัฒนาความไว้วางใจมากกว่าความไม่ไว้วางใจ ย่อมทำให้พัฒนาการของอีโก้ที่สมบูรณ์หรือมีบุคลิกภาพที่ดีต่อไป และถ้าบุคคลพัฒนาความไม่ไว้วางใจมากกว่าความไว้วางใจแล้ว ย่อมพัฒนาอีโก้ที่อ่อนแอหรือมองโลกทางลบ
- ขั้น 2 ความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง - ความรู้สึกกลายใจและความสงสัย (อายุ 1 - 3 ปี) เทียบเท่ากับขั้นทวารหนักของ فروยด์ อิริคสันเชื่อว่าเด็กในวัยนี้ได้รับความพอใจโดยผ่านการฝึกหัดเกี่ยวกับการใช้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกายมากพอๆ กับกล้ามเนื้อทวารหนัก เด็กต้องเรียนรู้ว่า เวลาใดที่เด็กควรฝึกหัดกล้ามเนื้อทางร่างกายของแต่ละบุคคล (Erikson, 1963 อ้างถึงในสุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2553) ดังนั้น เด็กในวัยนี้จึงมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรง และเป็นวัยแห่งการทดลองใช้ กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ เพราะเด็กมีความรู้สึกไว้วางใจพ่อแม่และสิ่งแวดล้อม และทำให้เด็กรู้สึกว่าเราสามารถควบคุมร่างกายหรือการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อของตนเองได้ (เช่น แต่งกายเอง รับประทานอาหารด้วยตนเอง) เด็กจึงเกิดความรู้สึกเป็นอิสระหรือมีความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าเด็กพบว่าตนเองไม่สามารถควบคุมตนเองได้อย่างอิสระ และ เด็กรับรู้จากคนอื่นว่า ทำสิ่งต่างๆ แทน (เช่น พ่อแม่ป้อนอาหารหรือช่วยเด็กทำกิจวัตรประจำ ของเด็กทุกอย่าง) เด็กก็อาจจะพัฒนาความรู้สึกกลายใจและความสงสัย เพราะฉะนั้น พ่อแม่ จึงสามารถฝึกให้เด็กรู้จักการขับถ่ายเป็นเวลาและเป็นสถานที่ โดยต้องมีการยืดหยุ่นอย่าง เหมาะสม ตลอดจนเปิด

โอกาสให้เด็กได้ฝึกทำกิจกรรมประจำวันช่วยตนเองด้วย จึงจะทำให้เด็กพัฒนาอย่างสมบูรณ์และดำเนินต่อไปในขั้นสูงขึ้น

- ขั้น 3 ความคิดริเริ่ม - ความรู้สึกผิด (อายุ 3 - 5 ปี) ตรงกับขั้นอวัยวะเพศของฟรอยด์ ในวัยนี้เด็กจะพยายามเอาชนะปม Oedipus (หรือ Electra) โดยมีสังคมเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยการคาดหวังให้เด็กก้าวออกมาสู่สังคมและละทิ้ง “ลักษณะการติดแม่ (หรือพ่อ)” ถ้าเด็กสามารถก้าวมาสู่โลกภายนอกได้โดยปราศจากการนำหรือการกระตุ้นจากพ่อแม่ เด็กก็จะเริ่มต้นพัฒนาความคิดริเริ่มในรูปของพฤติกรรมแบบต่างๆ เช่น เด็กมักจะซักถามด้วยคำถามว่า “ทำไม....” อยู่เสมอ เด็กชอบเล่นกับเพื่อนๆ แทนการอยู่กับพ่อแม่ ตลอดเวลาหรือเด็กอาจจะเลียนแบบพฤติกรรมของผู้ใหญ่ที่เป็นพ่อแม่หรือบุคคลอื่นที่มีเพศเดียวกันกับเด็ก เพราะฉะนั้นในวัยนี้ผู้ใหญ่จึงสามารถจะสอนจริยธรรมแก่เด็กได้ เช่น มารยาท ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นต้น นอกจากนี้เด็กยังจะรู้สึกว่าตนเองสามารถตัดสินใจได้ว่าเมื่อไหร่จะใช้ความสามารถในการเคลื่อนไหวเพื่อสัมพันธ์กับโลก แต่ในทางตรงข้าม ถ้าเด็กยังคงมี “ลักษณะการติดแม่” และต้องเคลื่อนไหวไปในทิศทางที่พ่อแม่บังคับ เด็กก็จะไม่เกิดความคิดริเริ่มแต่จะเกิดความรู้สึกผิด
- ขั้น 4 ความขยันหมั่นเพียร - ความรู้สึกต่ำต้อย (อายุ 6 - 11 ปี) ตรงกับขั้นแฝงของฟรอยด์ ฟรอยด์ไม่ได้ให้ความสำคัญกับขั้นนี้มากนักเพราะเชื่อว่าพลังแรงขับสัญชาตญาณอยู่อย่างสงบ แต่อิริคสันกลับให้ความสำคัญกับขั้นนี้มาก เพราะเด็กในทุกสังคมมีชีวิตความเป็นอยู่ภายในโรงเรียน และเด็กเริ่มต้นเรียนรู้เกี่ยวกับงานที่จำเป็นสำหรับการเป็นสมาชิกของสังคมในฐานะที่เป็นผู้ใหญ่ โดยเด็กอาจจะได้รับการสั่งสอนทักษะชีวิตด้านต่างๆ เช่น การมีมารยาท การแต่งกาย การปรุงอาหาร การซ่อมแซมเครื่องใช้ต่างๆ เป็นต้น ถ้าเด็กเรียนรู้ความชำนาญเหล่านี้ได้อย่างดี เด็กก็จะมีความรู้สึกขยันหมั่นเพียร แต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าเด็กรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถเรียนรู้งานที่จำเป็นในฐานะสมาชิกคนหนึ่งของสังคม และเด็กรู้สึกว่าบุคคลรอบตัวและเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันสามารถทำได้ เด็กจะรู้สึกต่ำต้อย
- ขั้น 5 การรู้จักตนเอง - ความสับสนไม่รู้จักตนเอง (หรือขั้นวัยรุ่น อายุ 12 - 17 ปี) ตรงกับขั้นสนใจเพศตรงข้ามของฟรอยด์ ซึ่งขั้นนี้เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ตามแรงขับสัญชาตญาณที่กำลังบังเกิดขึ้นในระยะวัยรุ่น แต่อิริคสันมองวัยนี้กว้างขวางกว่าคือขั้นนี้วัยรุ่นจะเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทั้งหมดทางด้านร่างกาย สรีรวิทยาและจิตวิทยา และการเปลี่ยนแปลงทั้งหมดนี้เป็นปัญหาทางจิตสังคมที่สำคัญ เพราะบุคคลได้มีชีวิตอยู่มาถึง 12 ปี และวัยรุ่นได้พัฒนาความรู้เกี่ยวกับเขาหรือเธอ อะไรบ้างที่ตนสามารถจะทำได้หรือทำไม่ได้ ถ้าวัยรุ่นได้พัฒนาอย่างประสบความสำเร็จ วัยรุ่นจะมีพัฒนาการของความไว้วางใจมากกว่าความไม่ไว้วางใจ ความเป็นตัวของตัวเองมากกว่าความละอายใจและความสงสัย ความคิดริเริ่มมากกว่าความรู้สึกผิด และความขยันหมั่นเพียรมากกว่าความรู้สึกต่ำต้อยในเหตุการณ์ใดๆ

ก็ตามความรู้สึกทั้งหมดนี้จะพัฒนาไปสู่การเข้าใจว่าบุคคลนี้เป็นใคร และบุคคลสามารถทำอะไรได้ ซึ่งในระยะวัยรุ่นความรู้สึกนี้กำลังถูกท้าทาย โดยวัยรุ่นพยายามค้นหาตนเองจากสภาพร่างกายที่มองเห็น และจากความรู้สึกที่แตกต่างกันรวมทั้งจากความคิดเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ในแนวทางใหม่เพื่อให้เกิดความเข้าใจในเรื่องตน (Self) เพราะความต้องการรู้จักตนเองอย่างปะติดปะต่อกัน โดยเหตุผลคือ การปรับตัว วัยรุ่นจึงมักจะมีคำถามพื้นฐานเกี่ยวกับคำจำกัดความของตนเองนั่นเอง เนื่องจากในระหว่างระยะวัยรุ่นบุคคลจะมีความรู้สึกและความสามารถใหม่เกิดขึ้น (ตัวอย่างเช่น แรงขับทางเพศและความคิดที่เป็นนามธรรม) มากพอๆ กับการต้องการชนิดใหม่ที่จะบังเกิดขึ้นในสถานภาพของวัยรุ่นในสังคม ทำให้วัยรุ่นพยายามค้นหาบทบาทที่มีความสมดุลระหว่างความต้องการของแต่ละบุคคลและสังคมเพื่อประสบความสำเร็จเกี่ยวกับการแสวงหาเอกลักษณ์ (Identity) อีริคสัน (1959) จึงเรียกการเปลี่ยนแปลงขนาดใหญ่ของอารมณ์ที่ปลูกเร้าในช่วงวิกฤตนี้ว่า “ช่วงวิกฤตของการแสวงหาเอกลักษณ์ (Identity Crisis)” และมองดูว่าช่วงวิกฤตนี้อยู่ในฐานะของความจำเป็นเพื่อรวมกระบวนการทางจิตวิทยา เป้าหมายของสังคม และคำสั่งต่างๆ เข้ามาใช้ในการปรับตัวของแต่ละบุคคล โดยแสดงออกในรูปของความรู้สึกผิดถูก คุณลักษณะส่วนตัว อุดมคติ และเอกลักษณ์ของวัยรุ่น

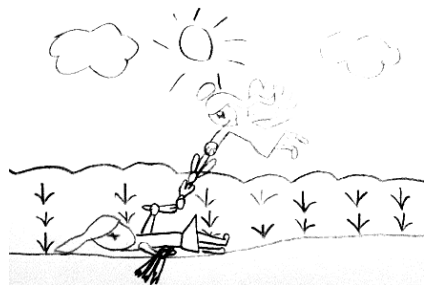
- ชั้น 6 ความรู้สึกผูกพัน - การแยกตัว (อายุ 18 - 21 ปี) ชั้นที่ 6 ถึงชั้นที่ 8 เป็นชั้นที่อีริคสันมีความคิดแตกต่างจากฟรอยด์บุคคลที่พัฒนาผ่านชั้นที่ 5 มาด้วยดี บุคคลนั้นจะเกิดความรู้สึกต้องการมีเพื่อนสนิทเพื่อจะแบ่งปันสิ่งที่ตนมีอยู่ บุคคลในวัยนี้จึงมุ่งอยู่กับการทำงานเพื่อสร้างฐานะให้เป็นปึกแผ่น มีความรับผิดชอบ เริ่มเลือกคู่ครอง และในที่สุดก็มีการสมรสซึ่งเป็นการทำตามที่สังคมนิยม ผลที่ตามมาคือ ครอบครัว ซึ่งถือว่าเป็นหน่วยพื้นฐานของสังคมและสังคมเรียกร้องจากผู้ใหญ่ในวัยนี้มากกว่าวัยที่ผ่านมาเพื่อผลิตสมาชิกใหม่ โดยสมาชิกใหม่จะได้รับการสั่งสอนจากครอบครัวและสังคมทุกแห่งเพื่อยอมรับและปฏิบัติตามที่สังคมนิยมชมชอบ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อรักษาให้สังคมมีอยู่ตลอดชั่วกาลปาวสานและมีความมั่นคง ดังนั้นในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจะเกิดความรู้สึกใกล้ชิดทั้งทางด้านเพศและมีการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันทั้งสองฝ่ายในด้านความรู้สึก ความคิด และเป้าหมาย แต่ในทางกลับกันถ้าบุคคลไม่สามารถสร้างความผูกพันใกล้ชิดกับบุคคลอื่น บุคคลนั้นจะมีความรู้สึกแข่งขันชิงดีชิงเด่นและทะเลาะวิวาทกับบุคคลอื่น ดังนั้นบุคคลจึงเกิดความรู้สึกแยกตัวเองออกมา
- ชั้น 7 การทำประโยชน์ให้สังคม - การคิดถึงแต่ตนเอง (หรือวัยผู้ใหญ่ อายุ 22 - 40 ปี) ในชั้นนี้ สังคมต้องการให้ผู้ใหญ่แสดงบทบาทต่างๆ ในฐานะสมาชิกของสังคมที่ก่อประโยชน์และมีส่วนช่วยเหลือสังคม เช่น การมีลูกหลานเพื่อสืบวงศ์ตระกูลและเป็นคนดี และผู้เชี่ยวชาญต้องเผยแพร่ความคิด เป็นต้น ถ้าผู้ใหญ่แสดงบทบาทที่สังคมคาดหวังได้อย่างประสบความสำเร็จ และกำลังมีส่วนช่วยเหลือหรือกำลังผลิตสิ่งที่ถูกคาดหวังแล้ว

(หรือถ้าบุคคลมีพัฒนาการในขั้นที่ 5 และขั้นที่ 6 มาดี ก็เกิดพัฒนาการขั้นที่ 7) คือ บุคคลจะมีความพร้อมหรือความรู้สึกต้องการการทำให้ประโยชน์ให้สังคมและรู้จักอบรม ขนรับหลัง แต่ถ้าบุคคลใดไม่พัฒนามาถึงขั้นนี้บุคคลนั้นก็จะเกิดความรู้สึกท้อถอยต่อชีวิต และคิดถึงแต่ตนเอง

- ขั้น 8 ความรู้สึกมั่นคงในชีวิต - ความรู้สึกสิ้นหวัง (อายุ 40 ปีขึ้นไป) ในขั้นสุดท้ายของพัฒนาการทางจิตสังคมนี้ บุคคลตระหนักว่าตนเองกำลังไปถึงจุดจบของช่วงชีวิต ถ้าบุคคลได้ก้าวหน้าอย่างประสบความสำเร็จโดยผ่านตลอดขั้นต่างๆ ของพัฒนาการที่มาก่อน นั่นคือบุคคลได้รับความไว้วางใจมากกว่าไม่ไว้วางใจ เป็นตัวของตัวเองมากกว่าความ ละอายใจและสงสัย ถ้าบุคคลได้มีเอกลักษณ์ ได้มีความรู้สึกผูกพันและได้ก่อประโยชน์ บุคคลนั้นก็จะเผชิญหน้ากับหลายปีสุดท้ายของชีวิตด้วยความกระตือรือร้น ยอมรับความจริงในวัยที่เปลี่ยนแปลงไปมีความสุขในชีวิต ยอมรับการแก่ การเจ็บ การตายที่จะเกิดขึ้น ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกมั่นคงในชีวิต ในทางตรงกันข้าม ถ้าอดีตบุคคลได้รับแต่ความ ล้มเหลว มีปมด้อย มีเอกลักษณ์ที่สับสนและไม่พอใจในชีวิตที่ผ่านมา บุคคลก็จะไม่ กระตือรือร้นในหลายปีสุดท้ายของชีวิตและไม่ยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น บุคคลจะเกิดความรู้สึกสิ้นหวัง ท้อถอยในชีวิตและมักจะกลัวตายเพราะบุคคลรู้สึกว่า เวลา กำลังจะหมดและตนเองยังไม่ได้รับสิ่งที่ต้องการในชีวิตตลอดจนไม่มีญาติมิตรหรือ เพื่อนฝูง (Erikson, 1975 อ้างถึงในสุรางค์ โค้วตระกูล, 2553)



พื้นที่สำรองความรู้ของผู้เรียน



## บทสรุปหน่วยที่ 1

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนได้ผ่านการเห็นอดีตและความเป็นมาของตัวเองแล้ว ผู้เรียนจะสามารถเข้าใจได้ว่าอะไรบ้างที่มีผลต่อบุคลิกภาพในวันนี้ของผู้เรียน ที่มาของคำว่าบุคลิกภาพนั้นซับซ้อนจากหลายแหล่ง และบุคลิกภาพไม่ใช่แค่การยืนเดินนั่งที่เหมาะสม หากแต่หมายถึงความเป็นตัวตนที่เราต้องการแสดงออกให้สถานประกอบการหรือบุคคลที่ต้องร่วมงานกับเราเห็นถึงศักยภาพที่เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการทำงานนั้นๆ ด้วย ไม่จำเพาะแต่รูปลักษณ์ที่เป็นบุคลิกภาพภายนอกเท่านั้น ลุ่มลึกยิ่งกว่าคือการรู้ถึงที่มาที่ไปของความเป็นตัวตนในทุกวันนี้ของเรา ค้นพบจุดเด่นและยอมรับจุดด้อยของตนเอง นำไปสู่การรับและพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานที่ตนใฝ่ฝัน ทั้งหมดนี้คือสิ่งสำคัญของบุคลิกภาพ การมองและวิเคราะห์ผ่านตัวแบบหรือกรณีศึกษาด้วยการสืบค้นแหล่งบริการสารสนเทศที่ผู้เรียนได้ศึกษาผ่านรายวิชาสารสนเทศเพื่อการศึกษาค้นคว้า 602-11-01 จะช่วยให้ผู้เรียนค้นพบแนวทางบนโลกออนไลน์ที่เป็นรูปธรรมในการดูแลบุคลิกภาพของตนเองต่อไปได้ในที่สุด



## กิจกรรมหน่วยที่ 1

1. จากคลิปวิดีโอ ให้ผู้เรียนเชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเล่าเรื่องราวและนำเสนออธิบายตามความเข้าใจด้วยคลิปวิดีโอด้วยตัวเอง ส่งงานทางกลุ่ม เพชบุค โดยสังเกตตัวแบบผ่านสื่อที่เตรียมมาอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับความซื่อสัตย์ สุจริต มีวินัย อดกลั้น รับผิดชอบต่อหน้าที่และสังคม มีการให้เกียรติผู้อื่น สุภาพ อ่อนน้อม ถ่อมตน รู้จักกาลเทศะ อภิปรายในหัวข้อ “เด่นด้อยค่อยปรับกัน” จากนั้นประเมินสื่อร่วมกันเพื่อสร้างความตระหนักการดูแลบุคลิกภาพตนเอง
2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนอนูทินออนไลน์ครั้งที่ 2 ผ่านกลุ่มเพชบุค เพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายในของตนเอง

## แบบฝึกหัดหน่วยที่ 1

1. จงเขียนแผนที่ความคิดอธิบายความหมายของบุคลิกภาพ: บุคลิกภาพพื้นที่พิเศษสะท้อนความเป็นมนุษย์
2. ให้แบ่งกลุ่มอภิปรายความสำคัญของบุคลิกภาพและประวัติการศึกษาบุคลิกภาพและสรุปสาระสำคัญที่ได้จากกลุ่มทั้งหมด
3. จงยกตัวอย่างองค์ประกอบของบุคลิกภาพโดยเลือกกรณีศึกษาเป็นบุคคลดังระดับโลก พร้อมอธิบายอย่างละเอียด (ห้ามซ้ำกัน)
4. ระบุแนวทางพิจารณาตนเองตามธรรมชาติของมนุษย์และความแตกต่างระหว่างบุคคลวิเคราะห์ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ในวัยเด็ก จากกิจกรรม “เด่นด้อยค่อยปรับกัน”

## เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 1

1. กุลธิดา รงค์จิตประภัสร์. การสร้างเกณฑ์ปกติของแบบทดสอบบุคลิกภาพ 16PF (ฟอร์ม A) ในนักศึกษา  
ระดับมหาวิทยาลัย ในเขตกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. กรุงเทพฯ:  
มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535.
2. ชิดชงค์ ส.นันทนาเนตร. (2560). ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่. นครปฐม, คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยศิลปากร.
3. ดิณพัฒน์ แก้วยอด. (2552). ความสนใจเลือกเรียนต่อสาขาเฉพาะทางในวิชาชีพแพทย์ บุคลิกภาพและ  
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนิสิตแพทย์ชั้นปีที่ 6 คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา  
2552. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะ  
แพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
4. นพมาศ อึ้งพระ (ธีรเวคิน). (2546). ทฤษฎีบุคลิกภาพและการปรับตัว ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 3 ปรับปรุงใหม่.  
กรุงเทพมหานคร. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
5. สีภาศรี, กัญญารินทร์, เทพย์สถิตย์ภรณ์, ศรีวรินทร์, & กรเพชรปานิ, สุชาติ. (2017). ความแตกต่างระหว่าง  
บุคคลที่มีผลต่อการรับรู้อารมณ์ของนักศึกษาในระดับปริญญาตรี. วิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา;  
Vol 15 No 2 (2560): กรกฎาคม-ธันวาคม 2560; 69-79, วิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา;  
Vol 15 No 2 (2560): กรกฎาคม-ธันวาคม 2560; 69-79.
6. สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.
7. ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2550). บุคลิกภาพในจิตวิทยาทั่วไป .รวบรวมและจัดพิมพ์โดย ผศ . จิราภา เต็ง  
ไทรรัตน์ และคณาจารย์ภาควิชาจิตวิทยา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.  
พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
8. Good, G.V. (1973). Dictionary of Education. New York: McGraw-Hill, 1973.
9. Morris, C.G. (1979). Psychology. 3<sup>rd</sup> ed. New York: Prentice-Hill, Inc.
10. Murray, H.A. and others. (1938). Exploration in Personality. New York: Oxford.
11. Reddin, W. J. (1970). Managerial Effectiveness. New York:: McGraw-Hill Book  
Company.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |               | หน่วยที่ 2 บทเรียนที่ 2.1, 2.2                                                                                                                      |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                             |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                                                                                                                                                     |
| 2.1 เพื่อให้เห็นมุมมองตามหลักวิชาการเกี่ยวกับรูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               |                                                                                                                                                     |
| 2.1.1 เชื่อมโยงปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |               | 36 นาที                                                                                                                                             |
| 2.1.2 เชื่อมโยงคุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               | 36 นาที                                                                                                                                             |
| 2.1.3 สรุปสาระเกี่ยวกับธรรมชาติของเด็ก                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |               | 36 นาที                                                                                                                                             |
| 2.2 เพื่อให้เห็นมุมมองตามหลักวิชาการเกี่ยวกับรูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               |                                                                                                                                                     |
| 2.2.1 ศึกษาแนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ ได้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               | 36 นาที                                                                                                                                             |
| 2.2.2 ปรับใช้จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตนเองได้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               | 36 นาที                                                                                                                                             |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               |                                                                                                                                                     |
| 1. แนะนำบทเรียน: การอภิปรายหรือยกประเด็นหัวข้อคำถาม “ลักษณะนิสัยมนุษย์ที่นักศึกษาพบเห็นในปัจจุบัน”                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |                                                                                                                                                     |
| 2. ขั้นสอน : วิธีการสอนแบบสร้างองค์ความรู้หรือ Constructivismและวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoningของโคลเบิร์ก และการสอนโดยใช้คำถามจากบัตรคำและเขียนบนกระดานไวท์บอร์ดควบคู่การสอนบรรยายด้วย พาวเวอร์พอยท์ + บอกจุดมุ่งหมายและแรงจูงใจในการเรียนและสร้างความกระจำแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันเกี่ยวกับหัวข้อ “แนวคิดรองรับชีวิตการทำงาน” ประเมินสื่อร่วมกันเพื่อสร้างความตระหนักการดูแลบุคลิกภาพตนเอง ที่มาของบุคลิกภาพและจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 2 มีดังนี้ |               |                                                                                                                                                     |
| 2.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |                                                                                                                                                     |
| 2.1.1 ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                     |
| 2.1.2 คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของ Stoltz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |                                                                                                                                                     |
| 2.1.3 ธรรมชาติของเด็ก                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                                                                     |
| 2.2 แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                     |
| 2.2.1 แนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               |                                                                                                                                                     |
| 2.2.2 จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตนเอง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                     |
| 3. ขั้นสรุป: แนวคิดที่สำคัญของการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันในโลกยุคปัจจุบัน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               |                                                                                                                                                     |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                                     |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 จากคลิปีดิโอ เชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเขียนแผนที่ความคิด ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค (ถ่ายรูป)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                     |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 3 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิด พัฒนาการบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                     |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข 1, 2, 3, 4, 6, 8                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | โสตทัศนวัสดุ  | <ul style="list-style-type: none"><li>พาวเวอร์พอยท์</li><li>คลิปีดิโอ</li><li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>สื่อมัลติมีเดีย</li><li>ไวท์บอร์ด</li></ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• บัตรคำเกี่ยวกับแนวคิดรองรับชีวิตการทำงาน</li> <li>• ใบงานออนไลน์หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ</li> </ul> |
| <b>การวัดและประเมินผล</b><br>1.เครื่องมือวัดและประเมินผล<br>- วิธีสังเกต<br>- ใบบันทึกเวลาเรียน<br>- งานที่มอบหมาย<br>2.วิธีการวัดและประเมินผล<br>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก<br>- สังเกตพฤติกรรม การเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกคน<br>- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง<br>- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง<br>- ประเมินผลงานการศึกษาค้นคว้า<br>3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล<br>- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรม การแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป<br>- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน<br>- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น |  |                                                                                                                                                                       |

## รูปแบบหรือกระบวนการ ในการพัฒนาบุคลิกภาพ

# 2

*Patterns or Personality  
Development Processes*

## บทนำ

ในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานนั้น มีปัจจัยทั้งเบื้องหน้าและเบื้องหลังที่รวมตัวกลายเป็นรูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพหลายด้าน ในบทนี้จะทำให้ผู้เรียนได้เข้าใจถึงปัจจัยที่สำคัญทั้งหลาย การใช้แว่นจากทรรศนะของนักคิดหลายคนจะช่วยให้บุคคลพิจารณาและมองตนเองได้อย่างลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น ในฐานะที่ผู้เรียนเป็นคนยุคใหม่ควรมีความรู้เกี่ยวกับแนวคิดเหล่านี้หลังจากที่เรามองเห็นอดีตความเป็นมาของตัวตนของตัวเองจากบทที่ 1 แล้วในบทที่ 2 ชีวชนให้ใช้แว่นจากนักคิดมองความเป็นปัจจุบันขณะของบุคลิกภาพตัวเอง เพื่อหลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง เพราะบุคลิกภาพปรับเปลี่ยนได้

## 2.1 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ

### 2.1.1 ปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ

(Important factors that influence personality)

งานที่พูดถึงกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ มีหลายการตีความที่เป็นตัวอย่างในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่ออาชีพได้ดียิ่ง สำหรับศรีเรณ แก้วกังวาล ทฤษฎีลักษณะนิสัยเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการดังกล่าว มีลักษณะเด่นดังต่อไปนี้ (ศรีเรณ แก้วกังวาล, 2553)

- ความคงที่ (Consistency) บุคคลแต่ละคนล้วนมีคุณลักษณะโดดเด่นหลายๆ อย่างภายในตัวและจะแสดงคุณลักษณะนั้นออกมาในสถานการณ์ต่างๆ หากเรารู้จักลักษณะนิสัยของบุคคลใด เราก็สามารถทำนายพฤติกรรมเขาในสถานการณ์ต่างๆ ได้ เช่น หากเรากล่าวว่าคนนั้นเป็นคนสะอาด ระเบียบเรียบร้อย ขี้อาย ก้าวร้าว เป็นต้น เช่นนี้เราอาจกำลังตีตราเขาด้วยทฤษฎีลักษณะนิสัยจึงอธิบายได้ว่าบุคคลมีพฤติกรรมอย่างไรมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ซึ่งจะช่วยให้เราสามารถคาดเดาว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมอะไรในอนาคต
- เน้นความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual difference) ทฤษฎีลักษณะนิสัยมีความคิดว่าแต่ละคนประกอบด้วยกลุ่มลักษณะนิสัยหลายอย่างรวมเป็นลักษณะเฉพาะตัว กล่าวคือบุคคลมีความแตกต่างกันโดยที่ไม่มีใครเหมือนใคร
- ทฤษฎีลักษณะนิสัยมีหลายกลุ่มและทุกกลุ่มมีแนวคิดร่วมกันคือค้นหาและอธิบายลักษณะนิสัยพื้นฐานของบุคคลเพื่ออธิบายบุคลิกภาพของบุคคลนั้นที่ทำให้บุคคลแต่ละคนแตกต่างกัน
- เน้นการทำนาย กลุ่มนี้เน้นการวัดบุคลิกภาพด้วยแบบทดสอบ โดยนำผลการวัดไปใช้ในด้านต่างๆ เช่น การเลือกอาชีพ การมอบหมายงานให้เหมาะกับลักษณะนิสัย การปรับตัวในองค์การการศึกษาและพัฒนาด้านเอง การทำนายผลการปฏิบัติงาน เป็นต้น ประเด็นสำคัญที่ศรีเรณ แก้วกังวาลเพิ่มเติมคือเทรท (Trait) หรือลักษณะนิสัยโดยรวมหมายถึงลักษณะนิสัยที่ค่อนข้างถาวร (Consistency) ในตัวบุคคลที่มักแสดงออกในสถานการณ์ต่างๆ ตามเอกลักษณ์เฉพาะตน เช่น คนที่มีนิสัยเจ้าอารมณ์ก็จะอารมณ์เสียได้ง่ายในแทบ

ทุกสถานการณ์และแต่ละบุคคลก็มีนิสัยประจำตัวหลายอย่าง โดยเป้าหมายของการศึกษา ทฤษฎีลักษณะนิสัยเพื่อทำนาย อธิบาย ควบคุม และจัดการกับพฤติกรรมทั้งด้านบวกและ ด้านลบของตนเองและผู้อื่น เนื่องจากทฤษฎีลักษณะนิสัยตั้งอยู่บนฐานความเชื่อว่า แต่ละ คนมีลักษณะนิสัยที่ค่อนข้างถาวรประจำตัวหลายลักษณะ จึงสามารถ “ทำการวัด” ได้ แม่นยำ เทียบตรง ทฤษฎีนี้จึงเน้นการวัดบุคลิกภาพด้วยแบบทดสอบและถือเป็นทฤษฎีที่ทำให้เกิดการบุกเบิกวิธีการศึกษาบุคลิกภาพของบุคคลให้เข้าใจง่ายและเป็นรูปธรรม นัยนี้ก่อให้เกิดการประเมินลักษณะบุคลิกภาพของบุคคลมีการขยายออกไปจากกลุ่มนักจิตวิทยาสู่ บุคคลทั่วไปด้วยแบบทดสอบที่มีความเที่ยงตรงและเชื่อถือได้และยังได้นำความรู้เรื่อง บุคลิกภาพไปใช้ในการบำบัดรักษา, การดำเนินชีวิตประจำวัน และในที่ทำงาน (Work place) ด้วย

การมองถ่ายระหว่างลักษณะนิสัยกับการพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงานมีความสัมพันธ์กันใน ทรรศนะของอัลพอร์ท (Allport, 1937 อ้างถึงใน ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2553) เชื่อว่า บุคลิกภาพของมนุษย์ ถูกกำหนดด้วยบุคลิกลักษณะนิสัย (Trait) ซึ่งเป็นลักษณะนิสัยหรือความเคยชินเป็นโครงสร้างของระบบจิต ประสาท (Neuropsychic Structures) ของแต่ละบุคคลที่สามารถทำให้สิ่งเร้าทำหน้าที่ได้อย่างสมดุลและ เป็นตัวเริ่มให้เกิดการปรับตัวให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างสมดุล ลักษณะนิสัยของมนุษย์มีมากมายและใน แต่ละบุคคลก็ไม่มีบุคลิกลักษณะใดตายตัว แต่จะแสดงลักษณะนิสัยนั้นออกมาตามสิ่งแวดล้อมและความ กตัตันของสังคมในขณะนั้น อัลพอร์ทได้แบ่งคุณลักษณะของบุคลิกภาพเป็น 3 ประเภท คือ

- คุณลักษณะเด่น (Cardinal trait) เป็นคุณลักษณะที่มีอิทธิพลและควบคุมการแสดง พฤติกรรมของบุคคลแทบทุกด้านเป็นลักษณะเด่นของบุคคลที่ปรากฏออกมาชัดเจนเหนือ บุคลิกภาพอื่น เราจะรู้จัก ตัวตนและนึกถึงบุคคลจากคุณลักษณะเฉพาะเหล่านั้น เช่น ความต้องการชื่อเสียงเงินทอง ความเผด็จการ เป็นต้น
- คุณลักษณะร่วม (Central trait) เป็นลักษณะนิสัยที่พบมากบ้างน้อยบ้างในตัวบุคคล ร่วมกันกับบุคคลอื่นหลักรวมเป็นพื้นฐานบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล แม้จะไม่มีอิทธิพลต่อ บุคคลเท่า Cardinal trait แต่ก็ป็นลักษณะนิสัยหลักที่ใช้ในการอธิบายบุคคลแต่ละคนที่ สามารถสังเกตได้อย่างชัดเจน เช่น ความซื่อสัตย์ ความซื่อซาย และความวิตกกังวล เป็นต้น
- คุณลักษณะทุติยภูมิ (Secondary trait) เป็นคุณลักษณะที่มีอยู่ผิวเผินภายในตัวบุคคลซึ่ง ง่ายต่อการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากป็นทัศนคติหรือความนิยมชมชอบของบุคคลในการ ตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ภายใต้เหตุการณ์เฉพาะซึ่งแม้บุคคลจะมีบุคลิกลักษณะ นิสัยเหมือนกันแต่อาจมีระดับความรุนแรงในการแสดงออกในแต่ละสถานการณ์แตกต่าง เช่นความรู้สึกเครียดเมื่อต้องพูดต่อหน้าชุมชนหรือกระสับกระส่ายเมื่อต่อแถวเป็นต้น



### 2.1.2 คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์: ตามแนวคิดของสตอลทซ์

(Human special characteristics: Stoltz)

คุณลักษณะพิเศษของมนุษย์ตามแนวคิดของสตอลทซ์ (Stoltz, 1997) เปรียบเทียบชีวิตคนในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานคล้ายการปีนเขา คนที่จะประสบความสำเร็จสามารถขึ้นไปสู่อยอดเขาได้ต้องมีความมุ่งมั่นและอดทนเพราะบางครั้งอาจปีนช้าและอาจเจ็บป่วยเหนื่อยง่าย ซึ่งสามารถเปรียบเทียบกับทีมงานและองค์กรที่ต้องการพัฒนาและเพิ่มประสิทธิภาพขององค์กรให้ก้าวหน้าต่อไป สตอลทซ์แบ่งบุคคล ทีมงานและองค์กรออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

- ผู้ยอมแพ้ (The Quitter) คือ หลีกเลี่ยงการปีนเขา ยอมแพ้ง่ายๆ ไม่ยอมรับคำแนะนำหรือคำเตือนของผู้อื่น ไม่กล้าเสี่ยงหรือเผชิญอุปสรรค ใช้ชีวิตไปวัน ๆ เห็น ความสำคัญต่อการลงทุน เวลา เงินและแรงใจในการพัฒนาตนเองเพียงเล็กน้อย ยกเว้นว่าสิ่งดังกล่าวจะทำให้เขาสามารถหลีกเลี่ยงความยากลำบากได้ ไม่กระตือรือร้น ชอบความสะดวกสบายเรียบง่าย ไม่ชอบสร้างความสัมพันธ์ ลงทุนลงแรงในการทำงานให้น้อยที่สุดเท่าที่สามารถเป็นไปได้ มักซึมเศร้า หดหู่ มองโลกในแง่ร้าย ถือเป็นตัวถ่วงความเจริญในองค์กร
- ผู้พักแรม (The Camper) คือคนที่จำกัดระยะทางในการปีนเขา เมื่อเดินไปได้สักระยะหนึ่งหรือพบเจออุปสรรคจะหยุดกลางทาง พยายามหาหนทางที่เรียบสบายกว่าเพื่อใช้ชีวิตที่เหลื่ออย่างสงบนิ่ง อาจมีความคิดว่า “เราได้ไกลที่สุดเท่าที่จะทำได้แล้ว” ความพยายามเพียงระยะสั้นนี้ทำให้คนส่วนใหญ่หลงผิดคิดว่าได้ประสบความสำเร็จแล้ว แต่ความเป็นจริงเป็นเพียงความสำเร็จในวงจำกัดเท่านั้น ยังมิใช่ความสำเร็จที่แท้จริง คนกลุ่มนี้อาจเคยเป็นคนที่ประสบความสำเร็จมาก่อน แต่เมื่อต้องเผชิญกับการทดสอบหรือความท้าทายใหม่ จะขาดความกล้าหาญและความมุ่งมั่นที่จะเผชิญหน้าและเอาชนะอุปสรรคอีกครั้ง เปรียบเทียบว่า ผู้พักแรม เหมือนบุคคลที่ทำงานตามหน้าที่ความรับผิดชอบเท่านั้น ไม่เพิ่มความพยายามเพื่อทำงานให้ดีขึ้นทั้งที่ยังสามารถทำเพิ่มได้อีก
- นักปีนเขา (The Climber) คือคนที่พยายามปีนให้ถึงยอดเขา ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มุ่งมั่นปีนป่ายอย่างไม่หยุดยั้ง ชอบความท้าทายไม่ว่าจะพบอุปสรรคหรือความยากลำบากมากเท่าไรก็ยังมุ่งหน้าต่อไปไม่ลดละพัฒนาตนเองตลอดเวลา มีความเชื่อมั่นและศรัทธาในชีวิตและอนาคต มีชีวิตที่กระตือรือร้นพร้อมเผชิญกับอุปสรรค มีวิสัยทัศน์กว้างไกลและมีแรงบันดาลใจสูงสามารถสร้างความสัมพันธ์ได้กับคนทุกระดับชีวิตจึงประสบความสำเร็จสูง

ทั้งหมดนี้คือความเป็นไปได้ที่จะทำให้นุชนยุคนี้มีคุณลักษณะพิเศษในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานตลอดเวลา ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลนั้นจะเลือกที่จะหันหลังกลับให้ประสิทธิภาพของตนเองหรือไม่ ข้อไขว่คว้าของคุณลักษณะพิเศษของมนุษย์คือการศึกษเกี่ยวกับลักษณะของแต่ละบุคคล รวมไปถึงการเลือกรับผิดชอบในแบบใด มนุษย์มีความสามารถในการรับรู้เชิงเหตุผล ดั่งนิยามที่คานท์ (Kant, 1996) ได้เรียกว่า a priori knowledge ความรู้ประเภทนี้สำหรับเขาไม่ต้องอาศัยประสบการณ์ เป็นความรู้ที่เป็นอิสระจาก

ประสบการณ์ทุกชนิดเป็นความรู้ที่ต่างจากความรู้เชิงประจักษ์ เป็นความรู้แบบการรับรู้ในระดับที่สูงกว่า เพราะเป็นการใช้เหตุผลมากกว่าใช้ประสบการณ์

ผลลัพธ์ของการพัฒนาบุคลิกภาพหลังจากบุคคลได้เผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคในความเชื่อของสตอลทซ์ มี 17 ประการ (Stoltz, 1997) ดังนี้ 1) ผลการปฏิบัติงาน (Performance) 2) แรงจูงใจ (Motivation) 3) การมอบอำนาจให้ผู้ปฏิบัติงาน (Empowerment) 4) ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) 5) การเพิ่มผลผลิต (Productivity) 6) การเรียนรู้ (Learning) 7) พลังงาน (Energy) 8) ความหวัง (Hope) 9) ความสุข ความสดชื่น สนุกสนาน (Happiness, vitality, and Joy) 10) สุขภาพทางอารมณ์ (Emotional health) 11) สุขภาพทางกาย (Physical health) 12) ความมั่นคง (Persistence) 13) ความสามารถในการฟื้นตัว (Resilience) 14) การพัฒนาตนเอง (Improvement over time) 15) ทศนคติ (Attitude) 16) การมีอายุยืนยาว (Longevity) 17) การตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลง (Response to change)

### 2.1.3 ธรรมชาติของเด็ก

(Nature of children)

จากทฤษฎีของฟรอยด์สามารถอธิบายธรรมชาติของเด็กที่สัมพันธ์ต่อรายวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานได้อย่างลุ่มลึก ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) นักจิตวิทยาและจิตแพทย์ชาวเวียนนา ประเทศออสเตรีย ฟรอยด์ (Freud, 1920 อ้างถึงในสุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2553) เป็นผู้ให้ความสำคัญต่อประสบการณ์ในวัยเด็กของบุคคลซึ่งจะมีผลต่อบุคลิกภาพเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ โดยฟรอยด์เน้นว่าชีวิตของบุคคลวัยเด็กหรือปฐมวัยเป็นวัยที่สำคัญที่สุดของชีวิตของมนุษย์การจัดการตอบสนองและให้ประสบการณ์ที่ติดต่อความต้องการทางร่างกายจะทำให้เด็กพัฒนาไปตามขั้นตอนเป็นอย่างดี โดยธรรมชาติของมนุษย์ที่ต้องผ่านการเป็นเด็กมาแล้วทุกคนนั้นประกอบด้วย อิด (Id) เป็นเสมือนแรงจูงใจหรือความอยากที่จะทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่เป็นความต้องการของร่างกายหรืออาจกล่าวได้ว่า อิด (Id) เป็นอำนาจฝ่ายต่ำก็ได้เพราะเป็นความปรารถนาซึ่งดำเนินตามความพอใจของตนแต่อย่างเดียว โดยไม่คำนึงถึงความนิยมหรือมาตรฐานของสังคม อีโก้ (Ego) เป็นสิ่งที่จะทำให้อิด (Id) บรรลุตามจุดมุ่งหมายเป็นส่วนของจิตที่รู้จักจักรกล่อมเกลาคิดใจให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่แท้จริง รวมทั้งยังรู้จักเลือกและควบคุมความปรารถนาต่างๆ โดยคำนึงถึงความเป็นจริง ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) คือ ส่วนที่เป็นมโนธรรมและศีลธรรม มีวิจารณ์ญาณและความรู้สึกผิดชอบ โดยเป็นส่วนที่คอยควบคุม อิด ฟรอยด์เชื่อว่า เด็กแรกเกิดจะมีอิด คือ ความต้องการที่ต้องได้รับการตอบสนอง มีลักษณะเป็น Egocentric โดยคิดว่าตนเองเป็นจุดรวมความสำคัญของทุกอย่าง อย่าง ถ้าต้องการสิ่งใดจะต้องมีผู้หามาสนองอยู่ตลอดเวลา อิดจะทำให้ยากได้สิ่งต่างๆ เสมอไป โดยไม่คำนึงถึงความเป็นจริงด้านเหตุผล ในขณะที่อีโก้จะมีหน้าที่ทำให้ความอยากนั้นเป็นความจริงขึ้นมา ส่วน Superego นั้นเป็นส่วนของมโนธรรมเป็นหลักประพฤติปฏิบัติที่นิยมกันในสังคม ซึ่งเป็นส่วนของการเรียนรู้มิได้ติดตัวมาแต่กำเนิด ฟรอยด์ได้กล่าวถึงพลังงานพื้นฐานทางจิตที่เรียกว่า Libido ซึ่งเกิดมาพร้อมกับมนุษย์พลังงานเหล่านี้เป็นแรงขับทางเพศของบุคคลทั้งหมด เริ่มมาตั้งแต่วัยเด็กและจะค่อยๆ พัฒนาเปลี่ยนรูปแบบเป็นลำดับขั้นขึ้นไป (Psychosexual) และความสำเร็จของชีวิตในปัจจุบันจะเนื่องมาจากการพัฒนา

ที่สมบูรณ์ในวัยเด็กแต่ละชั้น ถ้าชั้นต่างๆ ของพัฒนาการได้รับการตอบสนองและได้รับการพัฒนาอย่างสมบูรณณ์เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ เด็กจะผ่านขั้นตอนต่างๆ ไปได้แต่ถ้าการเปลี่ยนแปลงไม่เป็นไปตามขั้นจะมีการชะงัก (Fixation) หรือการถอยกลับ (Regression) ทำให้มีผลสะท้อนไปถึงบุคลิกภาพตอนโต เมื่อพบอุปสรรคหรือปัญหาหรือความคับข้องใจ จะใช้วิธีการถอยกลับไปสู่ขั้นพัฒนาที่ทำให้เขาชะงักในวัยเด็กเสมอ เช่น การดูดนิ้วของเด็กโต ซึ่งพรอยด์ถือว่าเป็นการแสดงถึงความคับข้องใจอันเป็นผลจากระยะของการใช้ปากที่ไม่ได้รับการตอบสนองอย่างพอเพียง เป็นต้น

พรอยด์เชื่อว่าบุคคลจะต้องมีพัฒนาการเป็นไปตามขั้นตอนต่างๆ ในแต่ละขั้นจะมุ่งไปสู่ศูนย์กลางของความพอใจในแหล่งอวัยวะต่างๆ (Erogenous Zones) สำหรับเด็กปฐมวัยที่อยู่ในระหว่างอายุ 3 – 5 ปีจะอยู่ในระยะ Phallic Stage เป็นช่วงที่เด็กมีความสนใจต่อพ่อแม่แตกต่างกันตามเพศของตน พรอยด์เชื่อว่าในขั้นพอใจต่อพ่อแม่ที่เป็นเพศตรงข้ามกับตน กล่าวคือ เด็กชายจะให้ความรักและสนใจต่อแม่ เด็กหญิงจะรักและสนใจพ่อและเด็กจะพยายามต่อต้านกับพ่อแม่ที่เป็นเพศเดียวกับตน การที่เด็กจะเบนความสนใจไปสู่ที่เป็นเพศเดียวกับตน นั่นคือ ยอมรับเอาความรู้สึกกับผิดชอบ ค่านิยม และมาตรฐานที่พ่อแม่ยึดถืออยู่ รวมทั้งเกิดการเลียนแบบ เปรียบเทียบ (Identification) พ่อแม่ที่เพศเดียวกับตนนั้น เนื่องมาจากการ เรียนรู้ถึงพฤติกรรมที่พ่อแม่แสดงต่อกัน เช่น เด็กชายที่รักแม่และไม่ชอบพ่อ จะพยายามเลียนแบบพ่อเพื่อให้ตนเป็นที่รักของแม่ เป็นต้น ประกอบกับในวัยนี้ Superego จะเริ่มต้นพัฒนาขึ้น เด็กจะเรียนรู้ถึงค่านิยมและมาตรฐานทางสังคมที่พ่อแม่ยึดถือปฏิบัติตามการอบรมเลี้ยงดูเด็กในวัยนี้จึงอยู่กับการแสดงออกของพ่อแม่เป็นสำคัญ ซึ่งจะต้องให้ความรัก เอาใจใส่แสดงบทบาทของพ่อแม่อย่างเด่นชัด เพื่อให้เด็กเห็นความแตกต่างทางเพศและวางแนวทางที่ถูกต้องในการปฏิบัติตนจะทำให้เด็กผ่านขั้นนี้ไปได้อย่างดี แม้จะเป็นช่วงที่เด็กมีความยุ่งยาก ตึงเครียด ตื่นเต้นต่อสิ่งที่ไม่เชิชม ซึ่งมักจะพบอยู่บ่อยๆ ในพฤติกรรมของเด็กช่วงอายุนี้นี้ การผ่านพ้นปัญหาเหล่านี้ไปได้อย่างปกติจึงมีความสำคัญมาก สำหรับการพัฒนาที่ปกติในขั้นต่อไป แต่ถ้าเด็กไม่สามารถผ่านขั้นนี้ได้ พลังทางเพศที่เกิดในวัยเด็กไปสู่ชายหรือหญิงที่พอใจได้เช่นคนปกติและยึดความรักความสนใจที่มีต่อพ่อแม่ของตนอย่างฝังแน่น โดยที่ไม่สามารถหาผู้อื่นแทนได้ซึ่งทำให้เกิดความปกติต่อการพัฒนาบุคลิกภาพ (Freud, 1920 อ้างถึงในสุรางค์ โค้วตระกูล, 2553)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

พื้นที่สำรองความรู้ของผู้เรียน



## 2.2 แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ

### 2.2.1 แนวคิดของนักจิตวิทยากลุ่มต่างๆ

(The concepts of various psychologists)

ทฤษฎีบุคลิกภาพอาจหมายถึงเทคนิคการคิดลำดับเหตุการณ์จากการสรุปลักษณะโครงสร้างและการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลให้เป็นระบบเข้าใจได้โดยมีหลักการและเหตุผล ความเชื่อที่แตกต่างกันไป ผู้สอนขอยกทฤษฎีที่อาจเกี่ยวข้องมาบางส่วนดังต่อไปนี้

- ทฤษฎีบุคลิกภาพกลุ่มจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic theory) มีแนวคิดที่ว่า บุคลิกภาพเกิดจากจิตใต้สำนึกของมนุษย์ซึ่งคอยควบคุมและบงการพฤติกรรมของบุคคลให้แสดงออกในรูปแบบต่างๆ โดยขึ้นอยู่กับอารมณ์ความรู้สึกมากกว่าการตระหนักรู้ตน ประสบการณ์ในวัยเด็กมีผลต่อพฤติกรรมปัจจุบันและอนาคตอย่างยากจะเปลี่ยนแปลงได้และจะพัฒนาเป็นบุคลิกภาพในเวลาต่อมา เมื่อบุคคลมีสติ สงบ สบาย จิตสำนึกจะคอยควบคุมพฤติกรรมที่แสดงออกภายนอก ส่วนจิตใต้สำนึกซึ่งมีพลังในการขับดันให้แสดงพฤติกรรมต่างๆ มากที่สุดจะแสดงพฤติกรรมก็ต่อเมื่อจิตสำนึกไม่สามารถควบคุมจิตใต้สำนึกได้ เช่น เมื่อบุคคลเกิดความเครียด ตื่นตระหนก กลัว เป็นต้น หากต้องการเข้าใจมนุษย์อย่างแท้จริงจะต้องเข้าใจถึงจิตใต้สำนึกที่เป็นต้นเหตุ นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ได้แก่ ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud), คาร์ล จุง (Carl Jung), อัลเฟรด แอดเลอร์ (Alfred Adler) และคาเรน ฮอร์นีย์ (Karen Horney)
- ทฤษฎีบุคลิกภาพกลุ่มพฤติกรรมนิยม (Behavior Theory) มีแนวคิดที่ว่าบุคลิกภาพของมนุษย์ปรับเปลี่ยนตามอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมซึ่งเกิดจากการเรียนรู้ เนื่องจากเชื่อว่า พฤติกรรมของมนุษย์ขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าภายนอกและการเสริมแรงที่เป็นปัจจัยสำคัญกำหนดลักษณะพฤติกรรมและบุคลิกภาพ โดยมีแนวคิดว่าคุณคนจะมีบุคลิกภาพเช่นไรขึ้นอยู่กับ การเสริมแรงจากบุคคลและกลุ่มสังคมในอดีต เช่น บุคคลที่เคยแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแล้วได้รับการเสริมแรงทางบวกด้วยการชื่นชม เขาก็จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวยิ่งจนกลายเป็นคนที่มีนิสัยหรือบุคลิกภาพก้าวร้าว อย่างไรก็ตามนักทฤษฎีกลุ่มนี้มักถูกวิพากษ์ว่า อธิบายบุคลิกภาพของบุคคลอย่างผิวเผินโดยไม่สนใจเรื่องพลังขับดันชีวภาพและความรู้สึกนึกคิดซึ่งเป็นพลังขับเคลื่อนในการกำหนดลักษณะพฤติกรรมและบุคลิกภาพของบุคคลเช่นกัน นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ได้แก่ เบอร์ฮัส สกินเนอร์ (Burhus Skinner), และพาฟลอฟ (Pavlov)
- ทฤษฎีบุคลิกภาพกลุ่มมนุษยนิยม (Humanistic Theory) มีแนวคิดว่ายธรรมชาติของมนุษย์มีความดีงาม มีความใฝ่ดี รับรู้คุณค่าในตนเอง มีความรับผิดชอบในชีวิตและหน้าที่ของตนเอง มีความต้องการพัฒนาตนเองให้ดียิ่งกว่าปัจจุบัน โดยมีเป้าหมายพัฒนาศักยภาพที่มีในตัวตนให้ถึงจุดสูงสุด มีแนวคิดว่าคุณคนของบุคคลเป็นองค์รวมของหน่วยต่างๆ ที่ประกอบเป็นมนุษย์ ได้แก่ ส่วนรวมของหน่วยย่อยต่างๆ ของสิ่งที่เรียกว่าบุคลิกภาพและความเป็นเอกัตบุคคลที่หน่วยย่อยต่าง ๆ ทำงานร่วมกันอย่างเป็นเอกภาพและพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพของบุคคลเป็นผลมาจากการที่บุคคล

รับรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัวเขาไม่ว่าการรับรู้สิ่งแวดล้อมนั้นจะเป็นไปตามข้อเท็จจริงหรือไม่ก็ตาม นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ ได้แก่ อับราฮัม มาสโลว์ (Abraham Maslow) และคาร์ล โรเจอร์ (Carl Rogers)

- ทฤษฎีบุคลิกภาพกลุ่มจิตวิทยาในเชิงรู้คิด (Cognitive Theory) มีแนวคิดว่าการพฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากกระบวนการสังเกตตัวแบบ การคิด ความเชื่อ และการรับรู้สมรรถภาพของตน แนวคิดนี้เชื่อว่าความสำเร็จที่บุคคลได้รับเกิดมาจากการที่บุคคลมีความเชื่อมั่นใน สมรรถนะแห่งตน (Bandura, 1977 อ้างถึงใน ปริณต ไชยนิษฐ์ และ ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ, 2562) โดยมีหลักการว่าบุคคลมีสมรรถภาพและรับรู้สมรรถภาพนั้น บุคคลจึงมีความเชื่อมั่นในสมรรถภาพและมุ่งมั่นประกอบกิจการตามสมรรถภาพนั้น โดยบุคคลจะสามารถใช้สมรรถภาพแห่งตนมากแค่ไหนขึ้นอยู่กับประสบการณ์ความสำเร็จในอดีต การศึกษาประสบการณ์ของบุคคลอื่น การถูกชักจูงโดยตนเอง โดยหลักการหรือโดยบุคคลอื่นและลักษณะอารมณ์ที่พึงประสงค์ต่อการเอื้อให้เกิดการรับรู้สมรรถภาพแห่งตนซึ่งจะทำให้บุคคลมุ่งมั่นแสดงพฤติกรรมให้ประสบความสำเร็จ นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ ได้แก่ อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura)

ทฤษฎีบุคลิกภาพกลุ่มลักษณะนิสัย (Trait Theory) มีแนวคิดว่ามีมนุษย์มีลักษณะนิสัยหรือคุณลักษณะที่แตกต่างกัน จึงอาจจำแนกบุคคลตามแนวโน้มลักษณะนิสัย เช่น คนขี้เหนียว จะมีความมุ่งมั่นในการใช้จ่ายให้น้อยที่สุดและเน้นรักษาผลประโยชน์เรื่องเงินทองทุกวิถีทาง ลักษณะเด่นของทฤษฎีลักษณะนิสัย คือ 1) มีความคงที่ (Consistency) ซึ่งแต่ละบุคคลมีคุณลักษณะโดดเด่นหลายๆ อย่างภายในตัวและจะแสดงคุณลักษณะนั้นออกมาในสถานการณ์ต่างๆ กันซึ่งเป็น ลักษณะนิสัยที่ค่อนข้างถาวรและ 2) มีความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual differences) ซึ่ง บุคคลแต่ละคนประกอบด้วยกลุ่มลักษณะหลายอย่างซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัวที่ไม่เหมือนใคร โดย ทฤษฎีลักษณะนิสัยมุ่งค้นหาและอธิบายลักษณะนิสัยพื้นฐานของบุคคลเพื่ออธิบายและทำนายบุคลิกภาพของบุคคลนั้น นักจิตวิทยาในกลุ่มนี้ ได้แก่ กอร์ดอน อัลพอร์ต (Gordon Allport), เรมอนด์ แคทเทล (Raymond Cattell), แฮนส์ ไอแซกซ์ (Hans Eysenck), และ คอสตาและแมคเคร (Costa & McCrae อ้างถึงใน กฤติยา จันทรอ่อน และ ศ.ดร.ศรีเรื่อน แก้วกังวาล, 2562)

## 2.2.2 จิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตน

(Psychology of Personality for Self Development: In the “Third World”)

ในหัวข้อนี้ผู้สอนขอยกตัวอย่างประเทศโลกที่สามกับการพัฒนาตนด้วยจิตวิทยาบุคลิกภาพจากบทความที่ผู้สอนเคยสรุปไว้ไม่เคยเผยแพร่ที่ไหน คำที่ผู้สอนขีดเส้นใต้คือคีย์เวิร์ดของจิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตน ดังนี้

### ประเทศอิสราเอล

#### บทนำ

ความมั่นคงทางอำนาจได้ถูกกล่าวถึงทั่วโลก หลักความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นสำคัญ ในสภาพโลกที่เป็นอยู่ ณ ปัจจุบัน ตลาดคือเมฆาครึ้มที่ถูกรังขึ้นเพื่อส่งลมกำเริบ โดยไม่สนใจผู้ใด อาจกล่าวได้ว่า แนวคิดดั่งสมิทธิอยู่ในทุกองของตลาดไร้สิ่งแวดล้อมและธรรมชาติสีเขียว ในตลาดผู้คนคิดหาแต่รายได้ ลดรายจ่าย คลั่งไคล้เรื่องการสะสมทรัพย์สินส่วนบุคคล ไม่จำเป็นที่จะต้องยับยั้งชั่งใจ ไม่ต้องมีกฎของศีลธรรมก็ได้ ไม่ต้องมีสำนึกร่วมกัน เพราะผู้คนต้องการความมั่งคั่งเพื่อการดำรงชีวิตอยู่แล้ว นี่คือการทรยศและหักหลัง อาจกล่าวได้ว่าไม่มีผู้ใดกล้าตั้งคำถามหรือมีข้อสงสัยชวนให้ต้องขบคิดบ้างหรือว่า ความมั่งคั่ง มั่งคั่ง ใครได้ประโยชน์กัน แน่แน่นอนหากเราปล่อยให้คำถามนี้อยู่ภายใต้ประเทศที่มีแต่การควบคุมอำนาจ ข้อคำถามจึงถึงคนตอบ หรือคนตอบอาจหายไปแล้ว

#### ผลลัพธ์ของความมั่นคงทางอำนาจ

คอซตาริกาเป็นประเทศโลกที่ 3 ที่เมื่อครั้งในอดีตเคยเป็นประเทศที่ผ่านการสูญเสียจากการรัฐประหารมานับครั้งไม่ถ้วน เมื่อ 70 กว่าปีที่แล้ว คอซตาริกาเคยยึดหลักความมั่นคงทางอำนาจและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเป็นสำคัญ จึงใช้วิธีปกครองประเทศด้วยกองทัพทหาร ใช้กำลังอาวุธข่มขู่เพื่อการได้มาซึ่งอำนาจและอาวุธ ด้วยแนวคิดแบบเดียวกับดั่งสมิทธิ ที่เชื่อว่า ตลาดคือที่สร้างสมกำไรและไม่สนใจระบบนิเวศ แนวคิดดังกล่าวส่งผลให้เกิดตลาดและการสนองตอบความต้องการก็จริง แต่อีกด้านกลับก่อให้เกิดปัญหาสังคมจากการอยากได้อย่างมีอยาก กลายเป็นเปลี่ยนคอซตาริกาให้เป็นประเทศทุนนิยมด้วยอำนาจทหารอย่างเต็มตัว เป็นผลให้เกิดสงครามกลางเมืองและความสูญเสียบ่อยครั้ง ประชาชนผู้บริสุทธิ์ต้องล้มตายหลายพันคน จากเหตุผลแต่ละครั้งของการรัฐประหาร แต่กระนั้นก็นานพอที่ประเทศคอซตาริกาตกอยู่ภายใต้ระบบเผด็จการทหาร ช่วงซึ่งความไม่อำนาจ และการแก่งแย่งกันเองที่เป็นจุดเริ่มต้นของการเกิดปัญหาสังคมว่าวร้ายสังคมที่ไร้ระเบียบ ผู้คนต่างคลั่งไคล้เรื่องการสะสมทรัพย์สินส่วนบุคคลในชนชั้นที่มีอำนาจ ก่อให้เกิดความไม่เท่าเทียมกันทางสังคม กลายเป็นการเรียกร้องสิทธิผ่านสงครามกลางเมืองนับครั้งไม่ถ้วน ทั้งหมดคือภาพจำสำหรับประชาชนชาวคอซตาริกา

เผด็จการทหารของคอซตาริกาไม่ใช่เรื่องการแบ่งปันว่ามีอยู่จริงเหมือนแนวคิดดั่งสมิทธิ คอซตาริกาในช่วงนั้นจึงมีแต่เรื่องกองบอยอำนาจแทบทั้งสิ้น ส่งผลให้ขาดการดูแลทรัพยากรธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมและผู้คน เพราะใส่ใจแต่เรื่องของการรัฐประหารแย่งชิงอำนาจในการปกครองกันไปมา แล้วจึงดำเนินกลยุทธอยู่ตรงนั้น

#### จากบทเรียนแห่งความสูญเสียสู่ปฐมบทแห่งประชาชน

ชีวิตของประชาชน แท้จริงแล้ววัดได้หรือไม่ แล้วสิ่งที่ระบุอย่างนั้นอย่างนี้ ระบุได้ถึงอัตราความสุขและอัตราจิตสำนึกสาธารณะได้จริงหรือไม่ แต่ความจริงที่ถูกลืมเห็นและได้คำตอบแล้วแน่นอนนั่นคือ ในยุคนั้นคอซตาริกานิยมวัตถุ อาวุธ ไม่ได้สนใจเรื่องความมีจิตสำนึกสาธารณะแต่อย่างใด ผลก็คือประชาชนตกอยู่ในความทุกข์ยาก คอซตาริกาขาดแรงยึดเหนี่ยวทางสังคม ไม่มีใครกล้ารวมตัวกันเพื่อร่วมกันก้าวผ่านความเหินแคว้น เพราะทุกคนไม่เชื่อแรงยึดเหนี่ยวทางสังคม ไม่เชื่อว่าสังคมจะเปลี่ยนแปลงได้ แต่ก็ยังมีกลุ่มคนที่เชื่อจึงมีการรัฐประหารและสงครามกลางเมืองบ่อยครั้ง ประชาชนจึงยอมแพ้และจำนนอย่างเจ็บปวด

ผิดกับปัจจุบันที่คอซตาริกากลายเป็นประเทศที่ยึดหลักประชาธิปไตยมานานตั้งแต่ปี 1984 สงครามจึงอำนาจจบลง เพียงเพราะประชาชนและนายกรัฐมนตรีพร้อมใจกันเปลี่ยนประเทศไปในทิศทางเดียวกัน ผ่านมาแล้ว 70 กว่าปีที่คอซตาริกายอมละทิ้งความเห็นแก่ตัวในองบทางทหาร นายกรัฐมนตรียอมให้ความสำคัญต่อผู้คนและสิ่งแวดล้อม จากบทเรียนแห่งความสูญเสีย ตั้งแต่บัดนี้ประเทศคอซตาริกาจึงกลายเป็นประเทศที่ประชากรมีความสุข ไม่มีกองทัพอาว จากกรยกเลิกและระบุมไว้รัฐธรรมนูญ เพื่อก้าวเข้าสู่ประชาธิปไตยโดยสมบูรณ์ หันมาให้ความสำคัญกับดัชนีความก้าวหน้าทางสังคมแทน รณรงค์เรื่องการให้พลังงานทดแทน เห็นถึงสิ่งแวดล้อม

สิ่งที่น่าสนใจคือ แนวคิดของอิมิล เดอร์โคลมเหมือนจะถูกหยิบมาใช้ในบทเรียนดังกล่าว คอซตาริกากับจิตสำนึกสาธารณะ ย้อนกลับไปในช่วงแรกของการเปลี่ยนประเทศ ประชาชนทุกคนร่วมมือกันปรับปรุงสภาพที่เสื่อมแต่หาก ไม่ว่าจะเป็นสิ่งสิ่งแวดล้อม สิ่งก่อสร้าง และปัญหาเศรษฐกิจสังคม หลายปัญหาถูกขโมยและคิดว่าจิตสำนึกสาธารณะร่วมกัน จนปัจจุบันคอซตาริกาสามารถใช้กระแสไฟฟ้าจากพลังงานธรรมชาติทดแทนได้ 100% คอซตาริกาไม่ต้องการพลังงานจากฟอสซิล หรือถ่านหิน สอดคล้องกับแนวคิดของอิมิล เดอร์โคลม แนวคิดดังกล่าวพูดถึงความพร้อมใจกันมีความยับยั้งชั่งใจจากภาวะที่มาจากภายนอกของจิตใจ และคอซตาริกาใช้กฎศีลธรรมมาควบคุมให้สังคมเกิดความปึกแผ่น ซึ่งเป็นปึกแผ่นที่วันนี้ทั้งสมิทธิและเดอร์โคลมได้เห็นพ้องกันว่า ต้องมีความร่วมมือถึงจะดี แต่ทั้งสองมีจุดหมายไม่เหมือนกัน สมิทธิสนใจกลไกแห่งเหตุผล การจัดระเบียบ และกฎแห่งสมมูล แต่กฎของอิมิล เดอร์โคลมเชื่อว่า....

.....คนต้องมีในสำนึกร่วมกัน ไม่ใช่ส่งเสริมเรื่องทรัพย์สินส่วนบุคคลแบบสมิทมากเกินไป ถ้าเป็นเช่นนั้นสังคมที่มีความสุขอย่างคอสตาริกาจะไม่เกิดขึ้นอย่างเช่นตอนนี้

#### บิดาแห่งเศรษฐกิจทุนนิยมกับหนึ่งในผู้บุกเบิกวิชาสังคมศาสตร์

แนวคิดอดัม สมิท (Adam Smith) ชาวสก็อตแลนด์ ที่ต่อมาเป็นที่รู้จักในฐานะ บิดาแห่งเศรษฐกิจทุนนิยมที่เชื่อในกำลังการผลิตมากกว่าเงินตรา ชาติใดมีกำลังการผลิตหรือมีอาวุธมากกว่า ชาตินั้นเองที่จะกลายเป็นชาติที่มีความมั่งคั่ง หากคอสตาริกายังคงเชื่อดังนี้ คอสตาริกาที่จะยังสร้างความมั่งคั่งมั่นคงด้วยกองทัพทหาร แต่จากบทเรียนแห่งรัฐที่ผ่านมา ชี้ให้เห็นว่าไม่ได้บันดาลให้เกิดสวัสดิการและคองเกรสแห่งอเมริกากลางหรือคอสตาริกา ณ ปัจจุบันได้เลย การผลิต การแบ่งงานกันทำ และการมีเทคโนโลยีเข้ามาช่วยจะเกิดขึ้นไม่ได้ถ้าคอสตาริกายังคงคลั่งใคล้การทหารและเหิงงบประมาณไปให้ส่วนนั้นทั้งหมด ต่อให้เกิดตลาดการค้าเสรีแต่ประชาชนล้มตายหมด คุณค่าจะอยู่ที่ไหน ซึ่งขัดแย้งกับแนวความคิดของอิมิล เดอร์ไคม์ ที่เชื่อในการบังคับใช้ชุดศีลธรรมและค่านิยมเพื่อจัดระเบียบสร้างกติกา และตอบคำถามได้ว่า เราเกิดมาทำไม ซึ่งเป็นคำตอบที่ทำให้คอสตาริกาตัดสินใจเลิกกองทัพทหาร เปลี่ยนงบทางทหารที่เคยถูกใช้เพื่อบันดาลความมั่งคั่งอย่างสุรุ่ยสุร่าย ให้กลายเป็นงบเพื่อสร้างพลังงานทดแทน สำนึกร่วมยิ่งใหญ่ว่าพลังเหนือธรรมชาติ สังคมอาจซับซ้อนเพราะผลประโยชน์และการจัดการทางอำนาจ ซึ่งงานของอดัม สมิทวิเคราะห์การแบ่งงานทางสังคมที่มุ่งตอบสนองความต้องการใช้ชีวิตประจำวัน แต่อาจไม่ได้พูดถึงอย่างอิมิล เดอร์ไคม์ ที่อธิบายถึงการแบ่งความเชี่ยวชาญเฉพาะตามประเภทงาน และรูปแบบของชีวิตทางศาสนาด้วย

จากแนวคิดและข้อสังเกตเชิงวิพากษ์ดังกล่าว ส่งผลให้ผู้สอนได้นำมาวิเคราะห์ระหว่างคอสตาริกาที่เป็นประเทศโลกที่3 ไม่ต่างจากประเทศไทยและเคยเป็นประเทศที่ถูกแทรกแซงการเมืองภายในประเทศไม่ต่างกันด้วย แม้ว่าแต่ละแนวทัศน์จะมีเอกลักษณ์ของตน แต่งานของอิมิล เดอร์ไคม์ พูดถึงเรื่องผลกระทบและความสัมพันธ์ในชุมชนเป็นเรื่องใหญ่ สอดคล้องกับที่คอสตาริกายึดโยงจิตสำนึกสาธารณะเป็นเรื่องใหญ่กว่าเงินตราและความมั่งคั่ง

#### บทสรุป

จากที่ผู้สอนได้กล่าวมา เพียงต้องการกระตุ้นให้เห็นว่า ประเทศไทยอาจเข้มแข็งได้อย่างคอสตาริกา ประชาชนคอสตาริกาให้ความสำคัญกับเสรีภาพสังคม ซึ่งตรงกับแนวคิดของเดอร์ไคม์ ด้วยการบูรณาการทางสังคมกับสิ่งแวดล้อมเข้าด้วยกัน ประชาชนคอสตาริกาและผู้นำสร้างในสำนึกร่วมกัน พัฒนาประเทศร่วมกัน มิใช่การเก็บภาษีหรือจัดหาสวัสดิการไว้ความยั่งยืนให้ คอสตาริกาสร้างระเบียบสังคมและรักษาระเบียบสังคมส่วนรวมร่วมกัน มิใช่สร้างความทันสมัยให้เป็นแบบโลกตะวันตก

ในทัศนะของเดอร์ไคม์ ผู้คนไม่ได้พัฒนาความสามารถและศักยภาพทั้งหมดของเราให้ถึงขีดสูงสุด (อำนาจทางทหารของคอสตาริกา) แต่เรายินยอมสละบางส่วนของเรา สละทรัพย์สิน (สละรูปแบบการปกครองแบบเผด็จการทหารแบบเดิม) เพื่อสังคม (สังคมคอสตาริกา สังคมประชาธิปไตยไร้ทหาร)

และด้วยจุดมุ่งเน้นของฐานความคิดที่ต่างกันระหว่างอดัม สมิท และอิมิล เดอร์ไคม์ให้ความสำคัญกับการปลูกฝังให้อุณหภูมิของค่านิยมร่วมทางจริยธรรมได้แตกต่างกัน (ใช้พลังงานทดแทน เห็นคุณค่าของธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่ถูกทำลาย) อันเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงสังคมเข้าด้วยกัน ผู้สอนมีความเห็นว่า สิ่งที่คอสตาริกาทำ ตรงกับแนวคิดหน้าที่การศึกษาในการขัดเกลาสังคมตามแนวคิดของเดอร์ไคม์ ที่ถ่ายทอดสร้างเสริมจริยธรรมรักษาสังคมสิ่งแวดล้อมและใช้พลังงานทดแทน สร้างความสุขใหม่वलชน ให้ความสำคัญกับดัชนีความก้าวหน้าทางสังคม อันเป็นค่านิยมร่วมและความเชื่อมั่นกันทางปัญญาของคอสตาริกา ซึ่งความก้าวหน้าอาจไม่ได้วัดด้วยจีดีพี หากแต่เป็นดัชนีความก้าวหน้าทางสังคม อันเป็นไร้ซึ่งเงินตราและอำนาจต่างหาก ดัชนีที่พุ่งสูงได้จากจิตสำนึกสาธารณะในความรักประเทศ พวกเราถึงจะอยู่รอดได้อย่างยั่งยืนเหมือนประชาชนและประเทศคอสตาริกา ประเทศโลกที่สาม ประเทศจิตสำนึกสาธารณะ

ปรินุต ไชยนิษฐ์

ผู้สอน

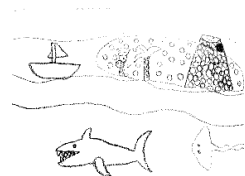
09.07.2019



โดยสรุปศักยภาพของจิตวิทยาบุคลิกภาพเพื่อการพัฒนาตน ดังนี้

- 1) มายาคติ หมายถึง บุคคลควรแยกแยะมายาคติ รู้เท่าทันได้
- 2) การควบคุมทางอำนาจ หมายถึง บุคคลควรรู้เรื่องการควบคุมทางอำนาจในประเทศโลกที่สาม
- 3) อัตราความสุขและอัตราจิตสำนึกสาธารณะ หมายถึง บุคคลคำนึงถึงอัตราความสุขและอัตราจิตสำนึกสาธารณะ
- 4) บุคคลร่วมใจกันปรับปรุงสภาพสาธารณะเพื่อการพัฒนาตน
- 5) บุคคลควรมีความยับยั้งชั่งใจจากภาวะที่มาจากภายนอกของจิตใจ
- 6) บุคคลควรทำความเข้าใจกับกฎศีลธรรมที่มาควบคุมให้สังคม
- 7) บุคคลมีมโนสำนึกร่วมกัน
- 8) บุคคลยึดโยงจิตสำนึกสาธารณะเป็นเรื่องใหญ่กว่าเงินตราและความมั่งคั่ง
- 9) ในทัศนะของเคอร์โคม์ ผู้คนไม่ได้พัฒนาความสามารถและศักยภาพทั้งหมดของเราให้ถึงขีดสูงสุด (อำนาจทางทหารของคอซตาริกา) แต่เรายินยอมสละบางส่วนของเรา สละทรัพย์
- 10) บุคคลปฏิบัติตามค่านิยมร่วมทางจริยธรรม

พื้นที่สำรองความรู้ของผู้เรียน



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                         | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | หน่วยที่ 2 บทเรียนที่ 2.3                                                                                                                                                                                                       |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์ |                                                                                                                                                                                                                                 |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.3 เพื่อให้ตระหนักรู้เกี่ยวกับหลักการปฏิบัติตนเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพที่สมบูรณ์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.3.1 อธิบายวิธีการหลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         | 120 นาที                                                                                                                                                                                                                        |
| 2.3.2 สร้างรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่ให้ความยุติธรรมกับตนเองได้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                         | 60 นาที                                                                                                                                                                                                                         |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 1. แนะนำบทเรียน: ผู้สอนยกกรณีศึกษาอิทธิพลของทุนนิยม สาเหตุจากเรื่องใดช่วงใดของการเลี้ยงดู                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2. ขั้นสอน : รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบประสบการณ์ Experimental และวิธีการสอนด้วยวิธีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก และการสอนโดยใช้คำถาม สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ + ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มสนทนาและอภิปราย นำเสนอตัวอย่างการใช้ชีวิตและประสบการณ์ของตนเองที่สัมพันธ์กับเนื้อหา “การหลุดออกจากความคาดหวัง” และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 2 มีดังนี้ |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.3 พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.3.1 หลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.3.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู: ความเป็นธรรมกับตนเอง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3. ขั้นสรุป: ความสำคัญของการสร้างบุคลิกภาพในแบบการให้ความยุติธรรมกับตนเอง                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2 (ต่อ) จากเอกสารประกอบการสอนเขียน อธิบายวิเคราะห์แลกเปลี่ยนประสบการณ์เล่าภาพยนตร์ที่ตนชอบและเกี่ยวข้องกับแนวคิดในหน่วยที่ 2 (ต่อ) และส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3. เขียนสื่อนิทานออนไลน์ครั้งที่ 4 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | เอกสารอ้างอิง           | หมายเลข 5, 7, 8                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | เอกสารประกอบ            | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | สไลด์ทัศน์วัสดุ         | <ul style="list-style-type: none"><li>● พาวเวอร์พอยท์</li><li>● คลิปวิดีโอ</li><li>● สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>● สื่อมัลติมีเดีย</li><li>● ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 2 รูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)</li></ul> |
| การวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 1. เครื่องมือวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| - วิธีสังเกต                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| - ใบบันทึกเวลาเรียน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| - งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2. วิธีการวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| - สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |
| - สังเกตพฤติกรรมและการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งในชั่วโมงตามตารางสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                                                                                 |

- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง
  - ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
  - ประเมินผลงานการศึกษาค้นคว้าและประเมินผลตามสภาพจริง
- 3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล
- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
  - ขาดหรือมีสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
  - เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## 2.3 พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่

### 2.3.1 หลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเอง

(Leaving the Frame of Self-Image)

พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูแนวใหม่ คือการหลุดออกจากความคาดหวัง ความคาดหวัง (Expectation) มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องอยู่ 11 ประการได้แก่ 1) วัฒนธรรม (culture ideals) 2) ลักษณะของครอบครัว (kind of family) 3) ระดับชั้นทางสังคม (ordinal position) 4) การอบรมเลี้ยงดู (discipline) 5) สถานะของกลุ่ม (group status) 6) การใช้กลไกการหลบหนี (use of escape mechanisms) 7) การบอกเล่าความคาดหวัง (verbalization of aspirations) 8) ความล้มเหลวและความสำเร็จในอดีต (past failures and success) 9) เพศ (sex) 10) เชาวน์ปัญญา (intelligence) 11) บุคลิกภาพ (personality) (Hurlock, 1974) โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) วัฒนธรรม (culture ideals) ธรรมชาติของเด็กเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นจะรับรู้ถึงความคาดหวังของสังคมที่มีต่อตนเอง รวมไปถึงความรับผิดชอบตนเองที่มีต่อสังคมด้วย การตั้งความคาดหวังของบุคคลในสังคมจึงแตกต่างกันไป

2) ลักษณะของครอบครัว (kind of family) ระดับของความคาดหวังจะสูงตามความมั่นคงของสภาพครอบครัว ยิ่งครอบครัวที่มีความมั่นคงมากก็ยิ่งมีความคาดหวังสูงมาก แต่หากเป็นครอบครัวที่ไม่มี ความมั่นคงเกิดการเปลี่ยนแปลงในครอบครัวบ่อยครั้ง ความคาดหวังในอนาคตจะต่ำ

3) ระดับชั้นทางสังคม (ordinal position) ลูกคนแรกกับลูกคนสุดท้ายจะได้รับโอกาสและการส่งเสริมไม่เท่ากัน ทั้งนี้สอดคล้องกับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวด้วย เช่น หากครอบครัวมีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางหรือดี บิดามารดาอาจให้ความหวังและให้โอกาสกับบุตรคนแรกมากที่สุด ตรงข้ามกับครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ลูกคนสุดท้ายจะได้รับการส่งเสริมมากที่สุด เพื่อให้สมาชิกคนหนึ่ง ในครอบครัวทำหน้าที่ชดเชยฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวแทน

4) การอบรมเลี้ยงดู (discipline) การเลี้ยงดูแบบอึดตายิปโดยจะทำให้เด็กไม่หลุดกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเองต่างจากเด็กที่ถูกเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จะตั้งความหวังกับตนเองอย่างสอดคล้องกับความเป็นจริง

5) สถานะของกลุ่ม (group status) สำหรับบุคคลที่มีบุคลิกภาพชอบแยกตัว ความคาดหวังของกลุ่มจะส่งผลกับเขาเพียงเล็กน้อยเท่านั้น สถานะหรือฐานะของบุคคลในเวลาอยู่กับกลุ่มสัมพันธ์กับความคาดหวังที่กลุ่มมีต่อตนเอง หากไม่ได้รับบทบาทจะมีความต้องการเลื่อนขั้นตนเองสู่การเป็นผู้นำในกลุ่ม

6) การใช้กลไกการหลบหนี (use of escape mechanisms) กลไกนี้มีผลต่อการตั้งความคาดหวังมากที่สุดคือ การฝันกลางวัน

7) การบอกเล่าความคาดหวัง (verbalization of aspirations) เมื่อวัยรุ่นบอกความคาดหวังของตนเองให้แก่บุคคลอื่นจะเป็นการท้าทายให้พิสูจน์ตนเอง โดยพยายามทำตามที่ได้พูดไว้เพราะรู้ว่าหลายคนสนใจสิ่งที่ตนเองพูด

8) ความล้มเหลวและความสำเร็จในอดีต (past failures and success) บุคคลที่ประสบความสำเร็จเสมอจะมีแนวโน้มในการตั้งความหวังว่าจะประสบความสำเร็จอีกในอนาคต แต่หากผิดหวังซ้ำๆ มักคิดเสมอว่าจะล้มเหลวอีก

9) เพศ (sex) เด็กผู้ชายจะถูกตั้งความหวังมากกว่าเด็กหญิง ถูกกระตุ้นให้มีความคาดหวังด้านกีฬา การงานและการประกอบอาชีพ แต่เด็กหญิงจะถูกคาดหวังเรื่องการแต่งงาน การได้รับการยอมรับ

10) เขาวนปัญญา (intelligence) หากเด็กอยู่ในกลุ่มที่มีค่านิยมความสำเร็จสูงจะตั้งความคาดหวังให้ตนประสบความสำเร็จเหมือนเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งอาจไม่อยู่บนรากฐานของความเป็นจริง

11) บุคลิกภาพ (personality) คนที่มีความมั่นใจในตนเองจะมีการตั้งความหวังสอดคล้องกับความเป็นจริง หากไม่มีความมั่นใจในตนเอง มักค้นหาจุดมุ่งหมายที่ไม่คำนึงถึงความสามารถของตนเอง (Hurlock, 1974)

พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูแนวใหม่คือการหลุดออกจากความคาดหวังโดยพิจารณาจากปัจจัยทั้ง

11 ข้อที่มีผลทำให้บุคลิกภาพถูกสร้างขึ้นจากพฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูที่มีพื้นฐานจากความคาดหวังทั้งปวง

### 2.3.2 รูปแบบการอบรมเลี้ยงดู: ความยุติธรรมกับตนเอง

(Parenting styles: justice & self)

รูปแบบของการอบรมเลี้ยงดูถูกนำเสนอไว้หลายทฤษฎีด้วยกัน ผู้สอนขอยกแนวคิดหนึ่งมานำเสนอมี 4 รูปแบบดังต่อไปนี้

- 1) รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ (Authoritative Parenting Style) เด็กจะได้รับอิสระตามควรแก่วุฒิภาวะ บิดามารดากำหนดแนวทางปฏิบัติไว้อย่างมีเหตุผล แม้บิดามารดาจะมีการเรียกร้องสูง แต่ในขณะเดียวกันก็ให้ความรักความอบอุ่นและใส่ใจต่อเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กเป็นตัวของตัวเอง
- 2) รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม (Authoritarian Parenting Style) เด็กถูกควบคุมและวางกฎเกณฑ์อย่างเข้มงวดโดยการอธิบายน้อยมาก บิดามารดามักห่างเหิน และปฏิเสธเด็ก
- 3) รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจ (Permissive Parenting Style) เด็กถูกปล่อยให้ทำสิ่งต่างๆ ตามการตัดสินใจของเด็ก บิดามารดาให้ความรักไม่มีอำนาจในการควบคุมพฤติกรรมเด็ก

- 4) รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบทอดทิ้ง (Uninvolved Parenting Style) เป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบบิดามารดาไม่ให้ความสนใจหรือตอบสนองความต้องการของเด็ก ให้การดูแลน้อยมาก (Maccoby and Martin, 1983)

จะเห็นว่าความยุติธรรมกับตนเองจะเกิดกับเด็กได้ก็ต่อเมื่อเด็กได้รับอิสระจากการอบรมเลี้ยงดูในแบบที่ตอบสนองต่อความต้องการของเด็กอย่างแท้จริง ส่งผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานในอนาคตอย่างตรงไปตรงมา



## บทสรุปหน่วยที่ 2

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนจะสามารถเชื่อมโยงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ ความคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ อภิปรายพฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่การมองและวิเคราะห์ผ่านการบอกจุดมุ่งหมายและแรงจูงใจในการเรียนและสร้างความกระจำแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การให้เกียรติผู้อื่น เป็นต้น การค้นพบตัวตนของตัวเองนำไปสู่บุคลิกภาพเกี่ยวกับการมีจิตสำนึกในการการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทยได้จากการมอย้อนกลับไปในธรรมชาติของวัยเด็ก แปลความแนวคิดของนักจิตวิทยาเพื่อนำไปสู่จิตวิทยาบุคลิกภาพในการพัฒนาดนได้ต่อไป บุคคลอาจมาจากพฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูที่ต่างกัน แต่หากบุคคลชัดเจนในมุมมองแห่งการมองตนเองแล้วไซ้ จะสามารถหลุดออกจากกรอบภาพลักษณ์แห่งการมองตนเองได้โดยสิ้นเชิง ถึงตอนนั้นเองจึงเรียกได้ว่าผู้เรียนสามารถนำรูปแบบหรือกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพไปแก้ปัญหาได้



## กิจกรรมหน่วยที่ 2

1. จากคลิปวิดีโอ ให้เชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเขียนแผนที่ความคิด ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค (ถ่ายรูป)และเขียนอธิบายวิเคราะห์แลกเปลี่ยนประสบการณ์เล่าภาพยนตร์ที่ตนชอบและเกี่ยวข้องกับความคิดเชื่อมโยงกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนา บุคลิกภาพ แนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค
2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 3 และ 4 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายในของตนเอง

## แบบฝึกหัดหน่วยที่ 2

1. จงเชื่อมโยงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพ โดยนำประวัติบุคคลสำคัญมาวิเคราะห์
2. จงยกตัวอย่างยูทูบเบอร์แล้วตีความบุคลิกภาพตามแนวคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับบุคลิกภาพ (ห้ามซ้ำกัน)
3. จงยกตัวอย่างกรณีศึกษาในข่าวประจำวันพร้อมวิเคราะห์พฤติกรรมการอบรมเลี้ยงดูสำหรับคนยุคใหม่

## เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 2

1. กฤติยา จันทรอ่อน และ ศ.ดร.ศรีเรณ แก้วกังวาล. (2562). บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ เชวณอาร์มณ  
ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคและการรับรู้ความสำเร็จในอาชีพของพนักงานต้อนรับ  
บนเครื่องบินสายการบินต่างชาติแห่งหนึ่ง. วารสารบัณฑิตศึกษา ปีที่ 16 ฉบับที่ 74 กรกฎาคม –  
กันยายน 2562 หน้า 246-255 เข้าถึงจาก  
<https://so02.tci-thaijo.org/index.php/SNGSJ/article/view/133612/151714>. วันที่เข้าถึง 10  
มกราคม 2564
2. ปริณต ไชยนิชัย และ ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ. (2562). กระบวนการใช้ตัวแบบในการสร้างสื่อส่งเสริม  
ความตระหนักรู้ในอาชีพ. วารสารวิทยาลัยราชสุดาเพื่อการวิจัยและพัฒนาคนพิการ. วารสารปีที่ 15  
ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน ๒๕๖๒. เข้าถึงจาก [https://rs.mahidol.ac.th/rs-](https://rs.mahidol.ac.th/rs-journal/vol.15/vol.15-007.php)  
[journal/vol.15/vol.15-007.php](https://rs.mahidol.ac.th/rs-journal/vol.15/vol.15-007.php) วันที่เข้าถึง 11 มกราคม 2564
3. สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์  
มหาวิทยาลัย.
4. ศรีเรณ แก้วกังวาล. (2553). ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 16. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์  
หมอชาวบ้าน.
5. Hurlock, E.B. (1974). Personality development. New delhi; Mc Graw-Hill
6. Kant, I. (1996). Critique of Pure Reason. Translated by Werner S. Pluhar; introduced by  
Patricia Kitcher. Indianapolis/ Cambridge: Hackett Publishing Co.
7. Maccoby, E.E., and Martin, J. (1983). Socialization in the Context of Family: Parent-Child  
Interaction. In P.H. Mussen (ed.), Handbook of Child Psychology, Vol.4
8. Stoltz, P.G. (1997). Adversity Quotient : Turning obstacles into opportunities . New York  
: John Wiley & Son, Inc.



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 5                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                         | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         | หน่วยที่ 3 บทเรียนที่ 3.1                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี                                                                                                                                                                                                                                     | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์ |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3.1 เพื่อให้เห็นความจำเป็นของหลักวิชาการในการพัฒนาบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ทั้งกาย วาจา ใจ                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3.1.1 ระบุลักษณะคนที่มีความสุขได้                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         | 60 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3.1.2 เชื่อมโยงความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวกและเทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเองได้                                                                                                                                                                                                                           |                         | 120 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 1. แนะนำบทเรียน : ผู้สอนกล่าวนำถึงคนที่มีความสุขมีลักษณะอย่างไร ชักถามแนวคิดคนที่มีความสุขในความคิดของ นศ.เป็นอย่างไร                                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 2. ขั้นสอน : รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้ Action Learning และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ + Action Learning และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 3 มีดังนี้ |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3.1 หลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3.1.1 คนที่มีความสุข                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3.1.2 ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก: เทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเอง                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3. ขั้นสรุป: สรุปด้วยแนวคิดการปรับตัวเพื่อสร้างความสุขอย่างสร้างสรรค์ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จและบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ                               |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 ให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิต แบบประเมินความเครียด ST5 ที่ลิงค์ <a href="https://www.dmh.go.th/test/">https://www.dmh.go.th/test/</a> วิเคราะห์แล้วส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่5 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิด พัฒนาการบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                  | เอกสารอ้างอิง           | หมายเลข 3, 6, 7, 8, 10, 11                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | เอกสารประกอบ            | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | สไลด์ค้นวัสดุ           | <ul style="list-style-type: none"><li>พาวเวอร์พอยท์</li><li>คลิปวิดีโอ</li><li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>สื่อมัลติมีเดีย</li><li>บัตรคำเกี่ยวกับความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก</li><li>แบบทดสอบออนไลน์</li><li>ใบงานหน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี</li></ul> |

#### **การวัดและประเมินผล**

##### **1. เครื่องมือวัดและประเมินผล**

- วิธีสังเกต
- ใบบันทึกเวลาเรียน
- งานที่มอบหมาย

##### **2. วิธีการวัดและประเมินผล**

- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก
- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งที่ในชั่วโมงตามตารางสอน
- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง
- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
- ประเมินผลงานการศึกษาค้นคว้าและประเมินผลตามสภาพจริง

##### **3. เกณฑ์การวัดและประเมินผล**

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจ เพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี

# 3

*Mental and physical health  
for a good personality*

## บทนำ

การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน สิ่งสำคัญคือการเสริมอาวุธทางปัญญาสู่บุคลิกภาพตนเอง ด้วยการเริ่มต้นดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี ทำอย่างไรผู้เรียนจึงมีความสุข โดยในหน่วยที่ 3 ผู้สอนได้หยิบยกและรวบรวมประเด็นหรือคำสำคัญในแต่ละศาสตร์เกี่ยวกับความสุขและการปรับตัวมากล่าวถึงอย่างเข้าใจง่าย โดยมุ่งเน้นการอธิบายเรื่องความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวกและความสัมพันธ์ด้วยจิตวิทยาเชิงบวก ทั้งนี้เพื่อผู้เรียนได้นำไปประยุกต์ใช้พัฒนาตนเองในเรื่องการดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพดี

### 3.1 หลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

#### 3.1.1 คนที่มีความสุข

(Happy Person)

จุดเริ่มต้นของการมีชีวิตอย่างมีความสุขเป็นคำตอบที่มนุษย์เฝ้าค้นหามานานแสนนาน องค์ความรู้จิตวิทยาเชิงบวกก็มีการศึกษามานานแสนนานเช่นกัน ตั้งแต่มีการกำเนิดของอารยธรรมมนุษย์ ที่ได้รับอิทธิพลจากศาสนาและปรัชญาที่พยายามแสวงหาความรู้เพื่อให้มนุษย์เข้าใจตนเองและสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข (Park, 2003) ในทางวิชาการความรู้สึกละพอใจเป็นความรู้สึกที่ดีซึ่งเกิดจากการตอบสนองความจำเป็นเพื่อรักษาสสมดุลในชีวิต เช่น การรับประทานอาหาร การมีเพศสัมพันธ์ และความสะดวกสบายทางกายอื่นๆ ในขณะที่เดียวกัน ความเพลิดเพลิน หมายถึง ความรู้สึกที่ดีที่บุคคลได้ประสบเมื่อทำซ้ำหรือคิดจำกัดของตน เช่น การทำความดี การทำกิจกรรมตามเป้าหมาย ความเพลิดเพลินต่างจากความรู้สึกละพอใจตรงที่กิจกรรมที่ได้ทำนำไปสู่การเจริญเติบโตและความสุขในระยะยาว แต่ทว่านักจิตวิทยายังขาดการอธิบายความเป็นเหตุและผลของพฤติกรรมมนุษย์ เช่น เหตุใดมนุษย์ส่วนใหญ่เลือกความรู้สึกละพอใจมากกว่าความเพลิดเพลิน เช่น เหตุใดมนุษย์จึงเลือกดูทีวีแทนการอ่านหนังสือที่น่าสนใจ (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000)

จะเห็นว่าความสุขอาจมองได้ทั้งแบบความสุขระยะสั้นกับความสุขระยะยาว บุคคลล้วนเลือกได้ว่าการความสุขระยะสั้น (ความรู้สึกละพอใจ) หรือความสุขระยะยาว (ความเพลิดเพลิน) ดังนั้นการศึกษาแนวคิดความสุขจึงมีหลากหลายมุมมองทั้งในด้านความคิด อารมณ์ จิตใจ (Lopez, 2009) โดยในที่นี้ผู้สอนจะเสนอหลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขโดยเริ่มจากการเรียนก่อน เริ่มจากแนวคิดสุนทรียสาธก (Appreciative Inquiry) ของ Cooperrider & Whitney (1999) เป็นกระบวนการศึกษาร่วมกันเพื่อค้นหาล้างที่ดีที่สุดในตนโดยใช้ศิลปะการถามคำถามเชิงบวกให้ได้คำตอบเชิงบวก แล้วนำคำตอบที่ได้มาสร้างสรรค์ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางบวก สำหรับเทคนิคการประยุกต์ใช้แนวคิดสุนทรียสาธกเพื่อส่งเสริมความสุขในการเรียนคือ นิสิตทำกิจกรรม 4D ตามแนวคิดสุนทรียสาธกเพื่อสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ โดยมีขั้นตอนการทำกิจกรรม 4 ขั้นตอน ดังนี้

1) การค้นหาลึกลับที่สุด (Discovery) นิสิตดำเนินการสนทนากลุ่มโดยใช้คำถามเชิงบวกและให้เพื่อนได้มีการแลกเปลี่ยนเรื่องราวผ่านการเล่าเรื่อง แลกเปลี่ยน ประสบการณ์ในเชิงบวกร่วมกัน ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความเป็นนิสิต ความภาคภูมิใจ ความรู้ที่ได้รับจากการเข้า ชั้นเรียนรวมถึงการทบทวนรายละเอียดของความสำเร็จต่างๆ ที่เคยเกิดขึ้นที่มีความเกี่ยวข้องและส่งผลการทำวิทยานิพนธ์

2) การกำหนดผลลัพธ์หรือเป้าหมายที่พึงประสงค์ (Dream) นิสิตสนทนาและระดมความคิดเกี่ยวกับวิสัยทัศน์หรือภาพในอนาคตของการดำเนินการในสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์

3) การออกแบบวิธีการ เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ (Design) นิสิตใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้เพื่อนร่วมกันเสนอแนะแนวทางในการดำเนินการออกแบบหรือวางแผนการดำเนินการเพื่อสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์

4) การดำเนินงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ (Destiny) นิสิตนำเสนอวางแผนงานที่ได้จากการสนทนากลุ่มไปใช้ในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่เกี่ยวกับการเสริมสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์อย่างเป็นรูปธรรม เป็นต้น

อีกแนวคิดที่น่าสนใจคือคนที่มีความสุขตามแนวคิดความกตัญญูรู้คุณ (Gratitude) หมายถึงคนที่ได้รับความสุขจากการแสดงความขอบคุณ แนวคิดนี้เป็นของ McCullough, Emmon, & Tsang (McCullough, Emmon, & Tsang, 2002) เป็นความรู้สึกขอบคุณที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้รับประสบการณ์เชิงบวก สามารถแบ่งองค์ประกอบได้ 4 ด้าน คือ 1) ด้านความเข้มข้น (Intensity) ผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณมาก จะรู้สึกได้ถึงความรู้สึกขอบคุณในจำนวนที่เข้มข้นมากกว่าผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณน้อย 2) ด้านความถี่ (Frequency) ผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณมากจะมีความรู้สึกขอบคุณต่อเหตุการณ์ต่างๆ บ่อยครั้งกว่าผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณน้อย 3) ด้านความแผ่ขยาย (Span) ผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณมาก จะมีจำนวนของสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความรู้สึกขอบคุณในช่วงเวลาใดหนึ่งเวลามากกว่าผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณน้อย 4) ความหนาแน่น (Density) ผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณมากจะรู้สึกขอบคุณต่อกลุ่มคนที่หลากหลายกว่าในแต่ละประสบการณ์เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณน้อย

ส่วนงานศึกษาของ Peterson และ Seligman (2004) เป็นการศึกษาคุณลักษณะเชิงบวกที่สะท้อนจากความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีคุณค่าทางจริยธรรม สามารถแบ่งเป็น 6 องค์ประกอบหลัก 24 คุณลักษณะเด่น ดังนี้ 1) ด้านปัญญาและความรู้ (Wisdom and knowledge) คือ จุดแข็งด้านปัญญาและการแสวงหาความรู้ ประกอบด้วย ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) ความใฝ่รู้ (Curiosity) การใฝ่เรียน (Love of learning) การเปิดใจ (Open-mindedness) และการมองเห็นภาพรวม (Perspective) 2) ด้านการมีกำลังใจ (Courage) คือ การมีจุดแข็งในการกระทำสิ่งใดให้บรรลุเป้าหมาย โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ประกอบด้วย ความซื่อสัตย์ (Honesty) ความกล้าหาญ (Bravery) ความมานะพยายาม (Persistence) และความกระตือรือร้น (Zest) 3) ด้านมนุษยธรรม (Humanity) คือ การมีจุดแข็งด้านความเมตตาและการเป็นมิตรกับผู้อื่น ประกอบด้วย ความอ่อนโยน (Kindness) ความรัก (Love) และปัญญาเชิงสังคม (Social intelligence) 4) ด้านความเที่ยงธรรม (Justice) คือ จุดแข็งที่ช่วยสร้างเสริมความแข็งแกร่งของสังคมและชุมชน ประกอบด้วย ความเสมอภาค (Fairness) ภาวะผู้นำ (Leadership) และการทำงานเป็นทีม

(Teamwork) 5) ด้านการควบคุมอารมณ์ (Temperance) คือ จุดแข็งด้านการประมาณตน ประกอบด้วย การให้อภัย (Forgiveness) ความถ่อมตัว (Modesty) ความรอบคอบ (Prudence) และการควบคุมตนเอง (Self-regulation) 6) ด้านการรู้จัก ความจริงของชีวิต (Transcendence) คือ จุดแข็งด้านการให้ความหมายของการมีชีวิต ประกอบด้วย การรู้คุณค่า ของความงามและความเป็นเลิศ (Appreciation of beauty and excellence) ความรู้สึกสำนึกในบุญคุณ (Gratitude) ความหวัง (Hope) อารมณ์ขัน (Humor) และความเลื่อมใสและศรัทธา (Religiousness)

งานศึกษาชิ้นนี้ชี้ให้เห็นว่าบุคคลสามารถพัฒนาบุคลิกภาพตนเองทั้ง 24 องค์ประกอบโดยองค์ประกอบทั้งหมดเปรียบเสมือนเครื่องมือในการทำให้บุคคลมีความสุขที่หลากหลายและเหมาะสมกับงานที่ทำ เนื่องจากมีการพัฒนาความสามารถของตนเองในหลายวิธี มิได้ผูกขาดอยู่เฉพาะเรื่องของความพอใจและความเพลิดเพลินเพียงอย่างเดียว ซึ่งเป็นเหตุผลสนับสนุนให้ทรงคนนี้ให้ความสำคัญกับคุณลักษณะเชิงบวกที่สะท้อนจากความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีคุณค่าทางจริยธรรมที่จะนำไปสู่ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวกต่อไป

### 3.1.2 ความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก: เทคนิคการสร้างความสุขด้วยตนเอง

(Happiness creates a positive life: Techniques for creating self-happiness)

ในปี ค.ศ. 2011 ศาสตราจารย์ Seligman ได้พัฒนาทฤษฎี "P.E.R.M.A." เป็นแนวคิดในการพัฒนาความสุข (Happiness) และสุขภาวะ (Well-being) ในหนังสือชื่อ "Flourish" โดยมีคำย่อขององค์ประกอบหลักของความสุข 5 องค์ประกอบ คือ 1) สภาวะของอารมณ์ที่ดี (Positive Emotion) เป็นความรู้สึกและอารมณ์ที่มีผลดีต่อบุคคล เช่น ความสุข ความเพลิดเพลิน ความตื่นเต้น ความพอใจ ความภูมิใจ และความอัศจรรย์ใจ 2) ความผูกพันในการทำกิจกรรม (Engagement) เป็นความรู้สึกเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรมจนกระทั่งลืมเวลาที่กำลังผ่านไปโดยกิจกรรมต้องใช้ทักษะความสามารถที่มีความท้าทาย แต่อย่างยิ่งเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ทำให้มีความปรารถนาที่แรงกล้าที่จะทำกิจกรรมนั้นให้บรรลุเป้าหมาย 3) ความสัมพันธ์ที่ดี (Relationships) เป็นความรู้สึกได้รับการยอมรับจากสังคมรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นเกี่ยวกับอาชีพการงาน ครอบครัว คู่ชีวิต และความสัมพันธ์แบบอื่นๆ 4) การรู้สึกว่ามีชีวิตมีความหมาย (Meaning) เป็นการค้นหาความหมายของชีวิตและการเรียนรู้ว่ามีอะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเพื่อช่วยให้พยายามทำตามเป้าหมาย 5) การบรรลุถึงเป้าหมาย (Accomplishment) เป็นการสร้างความสำเร็จและความเชี่ยวชาญให้บรรลุถึงเป้าหมายความต้องการที่ตั้งไว้อย่างเป็นรูปธรรม (Seligman, 2011)

ในความเห็นของผู้สอนหลักของความสุข 5 องค์ประกอบนี้สามารถนำไปสู่หลักการสร้างความสุขที่แท้จริงด้วยตนเอง มาถึงตรงนี้ผู้เรียนอาจสงสัยว่าความสุขที่ไม่จริงคือสิ่งใด ผู้สอนขอเสนอทฤษฎีของศาสตราจารย์ Seligman ให้เห็นภาพชัดขึ้น ท่านได้เคยแต่งหนังสือชื่อ ความสุขที่แท้จริง (Authentic Happiness) โดยแบ่งระดับความสุขของมนุษย์ออกเป็น 3 ชั้น คือ

1) ชีวิตที่สำราญ (The Pleasant Life) เป็นความสุขขั้นแรกของชีวิตคือ การที่มีอารมณ์เชิงบวก เช่น ความเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน ความอัศจรรย์ใจ ภาวะทางอารมณ์ ที่ตอบสนองกับสิ่งที่มากระตุ้นชั่วคราวและจะมีรู้สึกว่ามีแค่ช่วงแรกและระดับของความสุขจะลดลงเรื่อยๆ ยกตัวอย่าง เช่น เราต้องการ

ทานขนมหวาน ตอนทานครั้งแรกจะมีความสุขที่ได้ทานขนมหวานแสนอร่อย แต่เมื่อเราทานบ่อยๆ ก็จะมีรสจืดๆ

2) ชีวิตที่ดี (The Good Life) เป็นความสุขขั้นที่สองของชีวิตคือ การที่เราไม่สนใจติดจอกับสิ่งที่ทำอย่างไม่มีเงื่อนไข ทำให้เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็วโดยที่เราไม่รู้ตัว เช่น การทำงานที่เราทำให้เรารู้สึกสนุก และอยากทำงานอย่างเต็มที่

3) ชีวิตที่มีความหมาย (The Meaningful Life) เป็นความสุขขั้นสูงสุดในชีวิตคือ การที่ได้ทำสิ่งที่เรารักแล้วสิ่งนั้นส่งผลดีต่อให้คนรอบข้างและทำให้เราได้มีความสุขไปด้วย เป็นการเติมเต็มความหมายให้แก่ชีวิตเช่น การได้ทำประโยชน์ให้สังคม เป็นต้น

ความสุขของมนุษย์ 3 ขั้นนี้สามารถอธิบายเรื่องความสุขสร้างสรรค์ชีวิตคิดบวก (Happiness creates a positive life) ได้อย่างชัดเจน และสามารถนำไปพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานต่อไปได้อีกในอนาคต



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                         | หน่วยที่ 3 บทเรียนที่ 3.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์ |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3.2 เพื่อให้เห็นทัศนะใหม่จากแนวทางการสร้างความสุขจากหลักการพัฒนาบุคลิกภาพและการปรับตัว                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3.2.1 เชื่อมโยงการสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวกที่ทำให้รู้คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้าได้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 60 นาที                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3.2.2 เชื่อมโยงแนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกันในครอบครัว                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 120 นาที                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 1. แนะนำบทเรียน: ผู้สอนให้นักศึกษายกตัวอย่างครอบครัวของคุณค่าที่เรารู้จัก ที่มีความสุขสำเร็จในชีวิตครอบครัว (เช่น ดาราผู้มีชื่อเสียง) พิจารณาวิธีการดำรงตนอย่างไร                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 2. ขั้นสอน : รูปแบบการสอนสถานการณ์จำลอง (Simulation) และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบิร์ตและการสอนโดยใช้คำถาม สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์ + สถานการณ์จำลองโดยจำลองการสัมภาษณ์งานโดยมีเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับทักษะการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องด้วยจิตวิทยาเชิงบวก และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 3 มีดังนี้ |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3.2 การปรับตัวอย่างมีความสุขในยุคใหม่                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3.2.1 การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก: คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้า                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3.2.2 แนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกันในครอบครัว                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 3. ขั้นสรุป: สรุปแนวทางการปรับตัวอย่างมีความสุขในยุคใหม่ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3 ให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิตดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสิ้นปี 2550 ที่ลิงค์ <a href="https://www.dmh.go.th/test/">https://www.dmh.go.th/test/</a> อธิบายวิเคราะห์ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค                                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 6 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | เอกสารอ้างอิง           | หมายเลข 1, 2, 4, 5, 10, 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | เอกสารประกอบ            | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | สไลด์ทัศนวิสัย          | <ul style="list-style-type: none"><li>พาวเวอร์พอยท์</li><li>สถานการณ์จำลอง</li><li>ของจริง ได้แก่ บทสัมภาษณ์งานจากบริษัทต่างๆ</li><li>คลิปวิดีโอ</li><li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>สื่อมัลติมีเดีย</li><li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 3 การดูแลสุขภาพกายสุขภาพใจเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี (ต่อ)</li><li>แบบทดสอบออนไลน์</li></ul> |



#### **การวัดและประเมินผล**

##### **1. เครื่องมือวัดและประเมินผล**

- วิธีสังเกต
- ใบบันทึกเวลาเรียน
- งานที่มอบหมาย

##### **2. วิธีการวัดและประเมินผล**

- สังเกตพฤติกรรมภายในและภายนอก
- สังเกตพฤติกรรม การเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลา โดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุก ครั้งในชั่วโมงตามตารางสอน
- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง
- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
- ประเมินผลงานการศึกษาค้นคว้าและประเมินผลตามสภาพจริง
- ประเมินจากการตอบคำถามในสถานการณ์จำลอง
- ประเมินผลการแสดงออกของผู้เรียนที่แสดงถึงการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

##### **3. เกณฑ์การวัดและประเมินผล**

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรม การแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

### **3.2 การปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่**

#### **3.2.1 การสร้างความสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวก: คุณค่าของปฏิสัมพันธ์ตรงหน้า**

(Creating happiness with positive psychology: the value of interaction in front)

บุคลิกภาพมีความสัมพันธ์กับภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ในทุกๆ มิติผู้นำการเปลี่ยนแปลง ที่มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมจะส่งผลให้ประสบความสำเร็จในการพัฒนาในด้านต่างๆ เพราะจะได้รับการยอมรับนับถือจากทั้งผู้ใต้บังคับบัญชาและผู้บังคับบัญชาที่สูงขึ้นไป ทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่น พบความสุข (สุดาทิพย์ ภู่อัครสวัสดิ์ และ สุวดีนา ตั้งสวัสดิ์, 2559) ความแตกต่างที่สำคัญระหว่างหลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในชีวิตการเรียนกับในชีวิตการทำงานอยู่ที่แนวคิดการมองโลก บุคคลสามารถเสริมสร้างความสุขของตน ครอบครองและสังคมได้ด้วยการนำจิตวิทยาเชิงบวกและการจัดการความขัดแย้ง ไปพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานได้ด้วยแนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้ หรือ learned Optimism ของ Seligman (2011) งานศึกษานี้เป็นการศึกษาความมั่นใจและความรู้สึกมุ่งมั่นพยายามต่อสู้เพื่อความสำเร็จโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แนวคิดนี้ได้พัฒนาต่อมาจากแนวคิดการช่วยเหลือตนเองไม่ได้จากการเรียนรู้ (Learned Helplessness) ของ Maier และ Seligman เป็นการศึกษาปรากฏการณ์ทางจิตวิทยากับลูกสุนัขในห้องทดลอง ด้วยการให้ลูกสุนัขยืนบนกล่องที่สามารถปล่อยกระแสไฟฟ้า โดยได้แบ่งกลุ่มการทดลองออกเป็นสามกลุ่ม ได้แก่ 1) กลุ่มลูกสุนัขที่จะต้องโดนกระแสไฟฟ้าช็อตเพียงชั่วคราว 2) กลุ่มลูกสุนัขที่จะต้องโดนกระแสไฟฟ้าช็อตไปเรื่อยๆ แต่สามารถหยุดได้ด้วยการเรียนรู้ที่จะกดปุ่ม 3) กลุ่มลูกสุนัขที่โดนกระแสไฟฟ้าช็อตไปเรื่อยๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งนี้ก่อนที่ผู้ทดลองจะปล่อยกระแสไฟฟ้าช็อตลูกสุนัข จะมีหลอดไฟกระพริบแสงเพื่อให้สัญญาณบอกล่วงหน้าว่า จะโดนกระแสไฟฟ้า

ซีต ซึ่งลูกสุนัขจะเรียนรู้ที่จะรับกระโดดหนีก่อนที่จะถูกกระแสไฟฟ้าช็อต หลังจากผ่านกระบวนการพบว่า ลูกสุนัขกลุ่มที่ 1 และ 2 สามารถผ่านไปได้ แต่ลูกสุนัขกลุ่มที่ 3 มีภาวะซึมเศร้าอย่างเห็นได้ชัด เมื่อเข้าสู่การทดลองที่สอง โดยการนำลูกสุนัขทุกตัวมาใส่ไว้ในกล่องที่ถูกกระแสไฟฟ้าช็อตตลอดเวลา ผลปรากฏว่าลูกสุนัขกลุ่มที่ 1 และ 2 สามารถกระโดดออกมาจากกล่องได้ แต่ลูกสุนัขกลุ่มที่ 3 กลับไม่ทำอะไรเลยนอนอยู่อย่างนั้น เพราะลูกสุนัขกลุ่มที่ 3 เกิดการเรียนรู้แล้วว่า ไม่ว่าจะทำยังไงเขาก็หนีจากการถูกกระแสไฟฟ้าช็อตไม่ได้กล่าวคือ สถานการณ์มันเลวร้ายและเรียนรู้ที่จะไม่สู้กับอุปสรรค ผลจากการทดลองในครั้งนี้ ศาสตราจารย์ Seligman ได้พัฒนาต่อยอดเป็นแนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้ (Learned Optimism) โดยแบ่งการมองโลกในแง่ดีออกเป็น 3 มิติ 1) ความคงทนถาวร (Permanence) เชื่อว่าเหตุการณ์เกิดแบบชั่วคราวหรือถาวร 2) ความครอบคลุม (Pervasiveness) เชื่อว่า เหตุการณ์เกิดขึ้นเฉพาะตนเองหรือเกิดกับคนทั่วไป 3) ความเป็นตนเอง (Personalization) เชื่อว่าเหตุการณ์เกิดขึ้นเพราะตนเองหรือจากบุคคลอื่น (Seligman, 2011)

สำหรับ Seligman แล้วความมั่นใจและความรู้สึกมุ่งมั่นพยายามต่อสู้เพื่อความสำเร็จโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคมีผลต่อการพัฒนาต่อยอดจนกลายเป็นแนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้ (Learned Optimism) สร้างความสุขระยะยาวที่เป็นคำตอบที่มนุษย์เฝ้าค้นหามานานได้จากจิตวิทยาเชิงบวก



### 3.2.2 แนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกัน ครอบครัว

(Concepts and importance of family relationships and Family relationships)

จุดเริ่มต้นของครอบครัวคือความรัก ดังนั้นผู้สอนจึงขอพูดถึงความรักก่อนการสร้างสัมพันธภาพในครอบครัว ดังที่ Steinberg (1986) ได้กล่าวว่า ความรักเป็นความรู้สึกพิเศษที่บุคคลมีต่ออีกคนหนึ่ง ความรักมี 3 องค์ประกอบสำคัญได้แก่ ความใกล้ชิดผูกพัน (Intimacy), การอุทิศตนต่อกัน (Commitment) และอารมณ์รัก (Passion) สอดคล้องกับ Maslow ที่พูดถึงความรักไว้ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ มนุษย์มีความปรารถนาติดตัวมาแต่กำเนิดและความปรารถนาเหล่านี้เรียงลำดับขั้นแรกไปสู่ขั้นสูงขึ้นไป โดยความต้องการที่ต่ำสุดจะต้องได้รับความพึงพอใจเสียก่อน บุคคลจึงจะสามารถผ่านขั้นไปสู่ลำดับขั้นความต้องการที่สูงขึ้นได้ (Maslow, 1970 อ้างถึงใน ชิตขงค์ ส.นันทนานนตร, 2560)

การได้รับความรักจากสมาชิกในครอบครัวไม่ว่าคนใดในช่วงต้นของชีวิตอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ จะทำให้เด็กเติบโตมาตามกลางสภาวะแวดล้อมในครอบครัวที่เหมาะสม การปลูกฝังและซึมซับในความรัก ความเข้าใจคือส่วนประกอบของสัมพันธภาพในครอบครัว เป็นการสร้างสัมพันธที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัวทำให้เด็กเติบโตอย่างมีคุณภาพและลดปัญหาต่างๆ ที่อาจประสบในช่วงวัยรุ่นได้ (Gray, 1977) ดังนั้นถ้าครอบครัวอยู่กับเด็กซึ่งหมายความว่ามีการใช้เวลาร่วมกับเด็กให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ก็จะทำให้สามารถดูแลเอาใจใส่เด็กและอยู่ร่วมในสถานการณ์ล่อแหลมเหล่านั้นเพื่ออยู่ช่วยแนะแนวทางให้แก่เด็กได้ในเวลาที่ต้องการ โดยคำว่าให้การให้และใช้เวลาร่วมกันเพื่อแนะนำสั่งสอนทางคุณธรรมนั้น ควรมีความสม่ำเสมอ อยู่ในความมุ่งมั่นที่จะถ่ายทอดคุณธรรมด้วย เพราะหากเกิดความไม่ต่อเนื่องหรือไม่สม่ำเสมออาจสร้างผลเชิงลบหรือความผิดพลาดมากกว่า (Gunnar, 2000) รวมถึง การให้ความเห็นหรือช่วยเหลือทางคุณธรรม โดยความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีเริ่มจากสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่กับความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นให้ความอบอุ่นของผู้ปกครองที่ถ่ายทอดสู่เด็กซึ่งส่งผลต่อการสนองตอบความต้องการของเด็กอันเป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะต้องปลูกฝังโดยต้องใช้เวลามากและต้องทำให้ลูกมีสุขภาพจิตที่ดีปฏิสัมพันธ์ที่พ่อแม่สร้างกับลูกในส่วนของคุณธรรมนี้เป็นหัวใจของการหาความหมายในชีวิตและการใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย (Siegal, 2010)

และจากแนวคิดและความสำคัญของสัมพันธภาพในครอบครัวและลักษณะสัมพันธภาพระหว่างกัน ในครอบครัวจะช่วยส่งเสริมให้บุคคลพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานอย่างมีทักษะชีวิต หรือ Lifeskills 10 ประการ ได้แก่

- 1) การตัดสินใจ (Decision making)
- 2) การแก้ไขปัญหา (Problem solving)
- 3) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking)
- 4) ความคิดวิจารณ์ญาณ (Critical thinking)
- 5) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication)
- 6) ทักษะสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship skills)

- 7) ความตระหนักในตนเอง (Self-awareness)
- 8) ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy)
- 9) การจัดการ กับอารมณ์ (Coping with emotions)
- 10) การจัดการกับความเครียด (Coping with stress)

พื้นที่คุ้มครองความรู้ของผู้เรียน



### บทสรุปหน่วยที่ 3

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนจะสามารถค้นพบหลักการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและได้แนวทางการปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่ โดยในหน่วยนี้ผู้สอนได้บูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จและบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ เพื่อให้ผู้เรียนเห็นภาพลักษณะของคนที่มีความสุข เพื่อให้ได้แนวคิดการปรับตัวเพื่อสร้างสุขอย่างสร้างสรรค์และได้แนวทางการปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่ อันเป็นทักษะในการแสวงหาความรู้ตลอดชีวิตเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพตนเองอย่างต่อเนื่องด้วยจิตวิทยาเชิงบวก



### กิจกรรมหน่วยที่ 3

1. จากกิจกรรมให้เชื่อมกับข้อความในเอกสารประกอบการสอนเขียนแผนที่ความคิด ส่งงานทางกลุ่ม เพชบุค (ถ่ายรูป) และเขียนอธิบายวิเคราะห์แลกเปลี่ยนประสบการณ์การประยุกต์ใช้แนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้ (Learned Optimism) หรือแนวคิดการมองโลกในแง่ดี (Optimism) ด้วยการเขียนบรรยายเหตุการณ์ในอนาคตก่อนที่นักจิตวิทยาเชิงบวกเรียกว่า Best Possible Self เช่น การสร้างภาพอนาคต และ เขียนบรรยายความสุขที่จะเกิดขึ้นในวันรับปริญญาหรือวันที่ได้เลื่อนตำแหน่ง เป็นต้น
2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนอนูทินออนไลน์ครั้งที่ 5 และ 6 ผ่านกลุ่ม เพชบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายในของตนเอง

### แบบฝึกหัดหน่วยที่ 3

1. สำหรับเทคนิคในการแสดงความคิดความรู้สึกนั้น เรียกว่า Gratitude Journal ให้ผู้เรียนทำ Gratitude Journal โดยการเขียนบันทึกเรื่องราวเกี่ยวกับ บุคคลและสิ่งต่างๆ ที่ทำให้ผู้เรียนรู้สึกขอบคุณระหว่างการเรียนและการทำงานก่อนนอนวันละ 3 เรื่อง จากนั้นให้ทำสื่อบันทึกข้อความรู้สึกขอบคุณต่อบุคคลที่มีบุญคุณต่อผู้เรียนรูปแบบใดก็ได้

### เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 3

1. ชิตขงศ์ ส.นันทนาเนตร. (2560). ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่. นครปฐม, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
2. สุดาทิพย์ ภู่อัครสวัสดิ์ และ สุวัฒนา ตั้งสวัสดิ์. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของนายกองค์การบริหารส่วนตำบลในเขตจังหวัดนครราชสีมา. การประชุมวิชาการเสนอผลงานวิจัยบัณฑิตศึกษา ระดับชาติและนานาชาติ. วันศุกร์ที่ 15 มกราคม 2559 ณ อาคารพจน์ สารสิน มหาวิทยาลัยขอนแก่น
3. Cooperrider, D. L., & Whitney, D. (1999). Collaborating for change: Appreciative inquiry. Oakland, CA: Berrett-Koehler.
4. Gray (1977). The Inclusive Society: Social Exclusion and New Labour London: IEA Health and Welfare UnitHalstead, J.M. (1999). Moral Education in Family Life: the effects of diversity. Journal of Moral Education, 28(3)
5. Gunnar, M.R. (2000). Early adversity and the development, In C.A. Melson (Ed.), The effects of early adversity on neurobehavioral development. The Minnesota Symposia on Child Development. London. UK Erlbaum.
6. Lopez, S. (2009). The Encyclopedia of Positive Psychology. Chichester, UK: Wiley-Blackwell.
7. McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. Journal of Personality and Social Psychology, 82(1), 112-127.
8. Park, C. L. (2003). The Psychology of religion and positive psychology. Psychology of Religion. American Psychological Association 35, 28(4), 1-20.
9. Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC: American Psychological Association.
10. Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York, NY: Atria Books.
11. Seligman, M.E.P. , & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. American Psychologist, 55(1), 5-14.
12. Steinberg, R.J. (1986). A Triangular Theory of Love. Psychological Review, 93(2), 119-135.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                         | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                         | หน่วยที่ 4 บทเรียนที่ 4.1                                                                                                                                                                                                                                 |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์ |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1 เพื่อให้เห็นคุณค่าของการปรับปรุงบุคลิกภาพในการสร้างมนุษยสัมพันธ์                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1.1 ออกแบบกิจกรรมการปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์ได้                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 60 นาที                 |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1.2 วิพากษ์เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 60 นาที                 |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1.3 ใช้หลักการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลให้เข้ากับสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 60 นาที                 |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1. แนะนำบทเรียน: กระตุ้นการเรียนรู้ ด้วยการซักถามรายบุคคลให้เล่าประสบการณ์ วิธีการสร้างมิตรใหม่กับคนที่ไม่รู้จัก มีวิธีทำอย่างไร                                                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 2. ขั้นสอน : รูปแบบการสอนโดยใช้คำถามการจัดการเรียนรู้โดยการใช้ Action Learning และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล )Moral Reasoning( ของโคลเบอร์ก สอนบรรยาย ทาวเวอร์พอยท์ และให้แบ่งกลุ่มเพื่อทำกิจกรรม Action Learning และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 4 มีดังนี้ |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1 การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษยสัมพันธ์                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1.1 การปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1.2 เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.1.3 การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล: พลังแห่งบริบทสร้างสรรค์บุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 3. ขั้นสรุป: สรุปแนวทางพฤติกรรมที่ดีที่นำมาใช้ในการสร้างมนุษยสัมพันธ์ ในสถานการณ์ต่างๆ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองที่ดีที่ประสบความสำเร็จและ รายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 ให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิต ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators (TMHI – 15) ที่ลิงค์ <a href="https://www.dmh.go.th/test/">https://www.dmh.go.th/test/</a> อธิบายวิเคราะห์ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทอินออนไลน์ครั้งที่ 7 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                                                       |                         |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | เอกสารอ้างอิง           | หมายเลข -                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | เอกสารประกอบ            | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | สื่อทัศนวัสดุ           | <ul style="list-style-type: none"><li>• ทาวเวอร์พอยท์</li><li>• คลิปวิดีโอ</li><li>• สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>• สื่อมัลติมีเดีย</li><li>• บัตรคำ</li><li>• แบบทดสอบออนไลน์</li><li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ</li></ul> |

#### **การวัดและประเมินผล**

##### **1. เครื่องมือวัดและประเมินผล**

- วิธีสังเกต
- ใบบันทึกเวลาเรียน
- งานที่มอบหมาย

##### **2. วิธีการวัดและประเมินผล**

- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก
- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งที่ในชั่วโมงตามตารางสอน
- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง

##### **3. เกณฑ์การวัดและประเมินผล**

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น



## ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ

# 4

## *The Art for Personality Development*

## บทนำ

ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพคือรูปแบบหนึ่งของการพัฒนาตนเองโดยใช้นุษย์สัมพันธ์เป็นสิ่งแวดล้อมให้บุคคลอื่นได้ทราบถึงความต้องการของกันและกัน ประกอบไปด้วยวิธีการมุ่งใจและประสานความต้องการของบุคคลและกลุ่ม ศิลปะดังกล่าวตอกย้ำให้มนุษย์กำหนดบทบาทในการอยู่ร่วมกันในสังคม เช่น การสร้างบรรยากาศทางมนุษยสัมพันธ์ การช่วยจรรโลงบุคคลและกลุ่มบุคคลไปในทิศทางเดียวกัน ทุกหัวข้อที่ประกอบกันเป็นเนื้อหาสาระในบทนี้ชี้ชวนให้เห็นว่าการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน มนุษย์สัมพันธ์ถือเป็นปัจจัยแห่งการดำรงชีวิตของคนทุกคนที่เอื้อให้มนุษย์เรียนรู้ที่จะใช้ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพของตนอยู่ด้วยการเรียนรู้ที่จะยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่นและยอมรับบุคคลอื่นบนพื้นฐานของความ เป็นมนุษย์ที่เท่ากัน ไม่คัดแยก แบ่งส่วนหรือเบียดขับ แต่เรียนรู้ที่จะสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกัน เพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงานร่วมกันเองของมนุษย์อย่างเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ดังนั้นการเข้าใจถึงบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน กระบวนการพูดเป็น ฟังเป็นกับอวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์ ภาพรวมของการเสริมบุคลิกและการวางท่าทีให้เหมาะกับบทบาท ทั้งหมดนี้ล้วนเพื่อประโยชน์แห่งการอยู่ร่วมกันเป็นศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพบนพื้นฐานมนุษยสัมพันธ์แทบทั้งสิ้น

### 4.1 การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษยสัมพันธ์

#### 4.1.1 การปรับปรุงบุคลิกภาพเพื่อสร้างมนุษยสัมพันธ์

(Personality improvements to build relationships)

การพัฒนาตนเองเพื่อสร้างรากฐานการมีมนุษยสัมพันธ์นั้นมีหลายรูปแบบ โดยผู้สอนขอเสนอ ดังต่อไปนี้

- 1) ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคล มาจากลักษณะของการรวมกลุ่มของบุคคลที่แตกต่างกัน และมีปฏิสัมพันธ์กันภายในกลุ่ม โดยผลลัพธ์คือรูปแบบของการกระทำที่จะแสดงออกซึ่งความคิดและการปฏิบัติที่ต่างกันอย่างออกไป
- 2) ความสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มที่มีการรวมตัวกันจะทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมที่บุคคลหนึ่งแสดงต่ออีกบุคคลหนึ่ง ในรูปการสื่อสาร ทั้งด้านการกระทำ คำพูด เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ได้ โดยผลผลิตของกลุ่มเกิดจากข้อดีของการแลกเปลี่ยนระหว่างกัน เช่น รางวัล ความสนุกสนาน เพลิดเพลิน สบายใจ ความรู้สึกกระตือรือร้น และการเห็นคุณค่าของการแสดงพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน
- 3) การปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกภายในกลุ่มในกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งร่วมกัน ก่อให้เกิดปฏิสัมพันธ์กันในทุกๆ ด้านทั้งร่างกาย วาจา และอารมณ์
- 4) กลุ่มคือโครงสร้างหรือระบบมีการแสดงบทบาทและกำหนดบทบาทให้กับสมาชิกในกลุ่มบนพื้นฐานการสื่อสารภายในกลุ่มที่ต่างก็เปิดเผยซึ่งกันและกัน

ผู้สอนขอเชื่อมโยงโดยสรุปถึงผลจากการมีมนุษยสัมพันธ์ดังต่อไปนี้

- 1) สมาชิกจะค่อยๆ ปรับตัวเข้าหากัน จากการพยายามช่วยกันทำงานให้สำเร็จ และปรับบุคลิกภาพไปพร้อมๆ กัน โดยแต่ละบุคคลจะปรับบุคลิกภาพให้สอดคล้องกันส่งผลให้เกิดพลังของกลุ่มต่อไป
- 2) สมาชิกจะได้มีโอกาสสื่อสารและแสดงออกถึงความคิด ความเชื่อ ทัศนคติแลกเปลี่ยนระหว่างกัน ปรับการแสดงออกหนักเบาเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ร่วมกัน
- 3) สมาชิกเกิดการปรับตัวเพื่อการแสดงออกทั้งด้านร่างกาย วาจาและอารมณ์ ก่อให้เกิดบุคลิกภาพด้านอารมณ์และความรู้สึกขึ้นในตัวบุคคล
- 4) สมาชิกเกิดการเปิดใจเพื่อการสื่อสารและเปิดเผยซึ่งกันและกัน เป็นการปรับบุคลิกภาพเปิดใจยอมรับและเปิดเผยตัวตนบางส่วน เพื่อการรับผิดชอบบางสิ่งในกิจกรรมร่วมกัน

#### 4.1.2 เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น

(Techniques for building relationships)

เทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นคือการเปิดใจยอมรับธรรมชาติของมนุษย์ ในเรื่องความสัมพันธ์พื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวคิดของกลุ่มจิตวิทยาเกสตัลต อธิบายความเชื่อเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ 7 ประการดังนี้

- 1) ทำความเข้าใจว่าผู้อื่นคือมนุษย์ที่สมบูรณ์ประกอบด้วยส่วนต่างๆ ที่ทำงานประสานกัน อาจมีร่างกาย ความคิด ความรู้สึก การรับรู้ ส่วนต่างๆ เหล่านี้ ไม่ว่าจะมาก็มีประการครบ 32 ประการหรือไม่ก็ตามคือลักษณะที่สมบูรณ์เป็นตัวบุคคลแล้ว
- 2) ทำความเข้าใจว่าสภาพแวดล้อมของผู้อื่นนั่นคือทั้งหมดที่เขาเป็น เพราะมนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของสภาพแวดล้อม
- 3) ทำความเข้าใจว่ามนุษย์เป็นผู้แสดงออกซึ่งพฤติกรรม มนุษย์เลือกได้ว่าเขาจะตอบสนองต่อสิ่งเร้าภายนอกและสิ่งเร้าภายในตัวเขาอย่างไร
- 4) ทำความเข้าใจว่ามนุษย์มีความคิดและความรู้สึกอารมณ์เป็นตัวของตัวเอง เพราะศักยภาพที่จะรับรู้และสัมผัสในตัวเอง
- 5) ทำความเข้าใจว่ามนุษย์มีสิทธิ์ตัดสินใจได้ทุกเรื่องเพราะเขาเองเกิดการรับรู้เช่นกัน
- 6) ทำความเข้าใจว่ามนุษย์รับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- 7) ทำความเข้าใจว่ามนุษย์ไม่สามารถกลับไปยังอดีตและถอยล่อยไปสู่อนาคตได้ สิ่งที่ได้คือรับรู้เหตุการณ์ต่างๆ ในสภาวะปัจจุบันเท่านั้น

#### 4.1.3 การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล: พลังแห่งบริบทสร้างสรรค์บุคลิกภาพ

(Development of interpersonal relationships: The power of creative personality contexts)

บุคลิกภาพล้วนถูกสร้างสรรคจากพลังแห่งบริบทส่งผลให้เกิดการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างกัน บนความคิดความเชื่อที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีศักดิ์ศรี มีความเต็มใจติดตัวมาแต่กำเนิดและสามารถพัฒนาตนเอง ได้เต็มศักยภาพเท่าที่ต้องการ มนุษย์ต้องการการให้เกียรติกัน แต่สิ่งที่แตกต่างกันคือพันธกรรม สิ่งแวดล้อม การอบรมเลี้ยงดู รวมไปถึงวัฒนธรรมที่ดำรงอยู่ ทุกคนล้วนมีความถนัดของตนเอง เพศต่างกัน ความคิด ความสนใจ เจตคติย่อมแตกต่างกัน สิ่งสำคัญคือการยอมรับและพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในรูปแบบที่ดีที่สุด โดยผู้สอนได้สรุปการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจากบริบทแห่งการสร้างสรรคบุคลิกภาพไว้ดังนี้

- 1) พฤติกรรมของมนุษย์ทุกอย่างมีสาเหตุ
- 2) มนุษย์มีความต้องการ เมื่อได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลจะมีความต้องการในลำดับที่สูงขึ้น
- 3) การพัฒนาการของมนุษย์เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพตามช่วงวัย
- 4) มนุษย์ต้องการการพักผ่อนเพื่อชีวิตที่สดชื่น
- 5) มนุษย์เป็นสัตว์สังคมต้องการเพื่อน ต้องการกลุ่ม ต้องการสมาคม ไม่มีใครอยู่คนเดียวในโลก เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม
- 6) ขนบธรรมเนียมประเพณีเป็นปัจจัยปลูกฝังเจตคติ ค่านิยม แนวคิด การตัดสินใจ รวมไปถึง การแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่ทำให้บุคคลแตกต่างกัน
- 7) มนุษย์อยากรู้อยากเห็น อยากเข้าใจในสิ่งที่ตนเองไม่รู้



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               | หน่วยที่ 4 บทเรียนที่ 4.2                                                                                                                                                                                                                    |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                  |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                                                                      |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4.2 เพื่อตระหนักถึงการสร้างบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน                                                                                                                                                                                                                                                              |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4.2.1 อธิบายความจำเป็นที่ต้องพัฒนาเรื่องการพูดและการฟังของตนเองเพื่อเสริมบุคลิกภาพและภาพลักษณ์ในการทำงาน                                                                                                                                                                                                                |               | 60 นาที                                                                                                                                                                                                                                      |
| 4.2.2 ประยุกต์ใช้ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์ได้                                                                                                                                                                                                                                                                            |               | 60 นาที                                                                                                                                                                                                                                      |
| 4.2.3 สรุปภาพรวมของการเสริมบุคลิกได้                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               | 60 นาที                                                                                                                                                                                                                                      |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 1. แนะนำบทเรียน: ผู้สอนกระตุ้นการมีภาพลักษณ์ที่ดีในการสร้างความประทับใจ (First Impression)                                                                                                                                                                                                                              |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 2. ชั้นสอน : รูปแบบการสอนเน้นการเรียนรู้เป็นทีม Team Learning และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoning ของโคลเบิร์ก สอนบรรยายพาวเวอร์พอยท์+การสอนเน้นการเรียนรู้เป็นทีมและจัดการอภิปรายกรณีศึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 4 มีดังนี้ |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4.2 บุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4.2.1 พูดเป็น ฟังเป็นกับอวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4.2.2 ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 4.2.3 ภาพรวมของการเสริมบุคลิก                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 3. ชั้นสรุป: สรุปการสอนเกี่ยวกับบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 601-11-03 หัวข้อ เทคนิควิธีการสื่อความหมาย                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 ให้แบ่งกลุ่มอธิบายวิเคราะห์ยูทูปเบอร์เกี่ยวกับบุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงานงานส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค                                                                                                                                                                                             |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่8 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดเห็นการพัฒนาบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                  |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | สื่อทัศนวัสดุ | <ul style="list-style-type: none"><li>พาวเวอร์พอยท์</li><li>คลิปปริดีโอ/ซีดีซีแอลเอ็มเดีย</li><li>สื่อมัลติมีเดีย</li><li>สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li><li>แบบทดสอบออนไลน์</li><li>ใบงานออนไลน์หน่วยที่ 4 ศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพ</li></ul> |
| การวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| 1.เครื่องมือวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                             |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| - วิธีสังเกต                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                                                                              |
| - ใบบันทึกเวลาเรียน                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                                                                                                                                                                                                                                              |

- งานที่มอบหมาย
- 2.วิธีการวัดและประเมินผล
  - สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก
  - สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกคนครั้งในชั่วโมงตามตารางสอน
  - ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง
  - ประเมินผลตามสภาพจริง
  - ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
- 3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล
  - เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
  - ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
  - เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

#### 4.2 บุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงาน

##### 4.2.1 พูดเป็น ฟังเป็น กับอวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์

(Speak, listen and be nonverbal with creative behavior)

บุคลิกภาพ (personality) หมายถึงรูปแบบความคิด อารมณ์และพฤติกรรมการแสดงออกของแต่ละบุคคลที่มีกลไกทางจิตวิทยาซ่อนอยู่เบื้องหลัง ไม่ว่าจะแสดงออกหรือซ่อนอยู่ภายในก็ตาม (Funder, 2004) ส่วนบุคลิกภาพลักษณะที่จำเป็นในการทำงานคือบุคลิกภาพที่มีความเชื่อมั่นในสมรรถนะแห่งตนหรือ Self-Efficacy (Bandura, 1997 อ้างถึงใน ปริณุต ไชยนิชัย และ ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ, 2562) เป็นบุคคลที่เชื่อในความสามารถที่จะจัดการและดำเนินการในการทำพฤติกรรมจนบรรลุผลสำเร็จ เชื่อในการนำทักษะไปใช้จนประสบความสำเร็จ ไม่ได้คำนึงถึงสิ่งที่กระทำแต่คำนึงถึงความเชื่อมั่นในความสามารถที่มี

Self-Efficacy สร้างจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญาหรือ social cognitive theory ที่สัมพันธ์กับประสิทธิภาพในการทำงานอย่างมาก ทรรศนะของแบนดูรามองว่า Self-Efficacy สามารถจัดการปัญหาทางจิตใจได้ และมีส่วนเกี่ยวข้องกับการตั้งเป้าหมาย การเลือกงานที่มีความยากและท้าทายความสามารถของตน โดยระดับของสิ่งนี้จะเพิ่มหรือลดแรงจูงใจได้ คนที่มี Self-Efficacy ต่ำ จะมีความท้อแท้ สิ้นหวังและสูญเสียความมั่นใจได้ง่ายเมื่อถูกวิจารณ์ในแง่ลบ หากต้องการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน ต้องพัฒนา Self-Efficacy ในการมองตนเอง ไว้ใจตนเอง นอกจากจะทำให้มองการณ์ไกล ช่างสังเกต รู้จักกำกับตนเอง ควบคุมตนเองได้แล้ว ยังสามารถนำตนเองไปสู่ความสำเร็จได้ดีกว่าด้วย (Bandura, 1997 อ้างถึงใน ปริณุต ไชยนิชัย และ ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ, 2562)

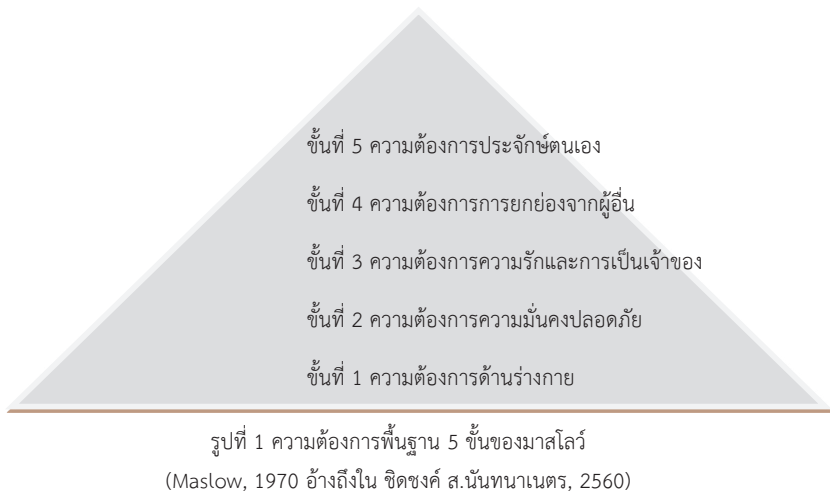
สำหรับ Synder (2000) ได้เสนอมุมมอง 3 ข้อในการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีในการทำงานที่ผู้สอนเชื่อว่าเป็นการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานได้เป็นอย่างดี ดังนี้

- 1) ปลดปล่อยเหตุการณ์ในอดีต แต่ไม่หลีกเลี่ยงความรับผิดชอบ โดยยอมรับความจริงและจัดการปัญหาในทิศทางที่เหมาะสม

- 2) ยินดีกับชีวิตในปัจจุบัน เรียนรู้ที่จะชื่นชมกับสิ่งที่เป็นอยู่แม้ในบางสถานการณ์อาจไม่ต้องการให้เกิดขึ้น แต่สามารถมองสถานการณ์ด้วยความคิดเชิงบวก โดยสะท้อนสิ่งที่ทำให้รู้สึกมีความสุข สนุกสนานท่ามกลางสถานการณ์ดังกล่าว
  - 3) แสวงหาโอกาสที่ดีในอนาคต ไม่เพียงแต่จะชื่นชมกับสิ่งที่เป็นอยู่ แต่คาดหวังสิ่งดีๆ ในอนาคต พยายามทำความเข้าใจถึงความสามารถและข้อจำกัดของตน
- บุคลิกลักษณะที่จำเป็นในการทำงานคือบุคลิกภาพที่มีความเชื่อมั่นในสมรรถนะแห่งตนหรือ Self-Efficacy และมีการพัฒนาการมองโลกในแง่ดีในการทำงาน

#### การพูด

การพูดที่จะประสบความสำเร็จ ผู้พูดต้องทราบความต้องการของผู้ฟังก่อนว่า ผู้ฟังต้องการอะไรโดยพิจารณาจากลำดับความต้องการของมนุษย์ดังรูปที่ 11



การพูดเป็นการรู้จักโน้มน้าวใจ โดยมีปัจจัยที่มีผลต่อการโน้มน้าวใจระหว่างบุคคลอยู่ 4 ประการ ได้แก่ 1) ความดึงดูดใจ (attraction) เช่น ความใกล้ชิดทางกายภาพ ความดึงดูดใจของรูปลักษณ์ภายนอก ความคล้ายคลึงกัน สถานะและรางวัล 2) การครอบงำ (Dominance) หมายถึง ความสามารถในการมีอิทธิพลต่อบุคคลอื่น กลยุทธ์ในการใช้ทักษะหรือความเชี่ยวชาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเพื่อครอบงำบุคคล 3) ความเกี่ยวพัน (Involvement) หมายถึงระดับการเปิดเผยตัวลงกับใคร การเปิดเผยตัวเองทำให้เกิดความเกี่ยวพันถึงอิทธิพลต่อการโน้มน้าวใจระหว่างบุคคล 4) สถานการณ์ (situation) มีอิทธิพลในการกำหนดวิธีและหัวข้อในการสื่อสารระหว่างบุคคล

หลักการพูดให้ครองใจคนคือการเลือกใช้น้ำเสียงขึ้นลง ไม่ราบเรียบ พูดจากใจไม่ใช่จากบทพูด บุคลิกภาพของบางคนอาจถูกตัดคะแนนเนื่องจากน้ำเสียงที่ใช้เป็นแบบโมโนโทน ไม่น่าฟัง การพูดเป็นต้อง

รู้จักควบคุมเสียงให้เป็นธรรมชาติ เน้นให้ถูกคำด้วย ภาษาไทยมีวรรณยุกต์คล้ายเสียงดนตรีที่ช่วยเพิ่มสีสันให้  
ความน่าฟังเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ขึ้นอยู่กับบุคคลจะเพิ่มเสน่ห์ให้ตนเองด้วยเสียงดนตรีดังกล่าหรือไม่  
นอกจากนี้การใช้น้ำเสียงเหมือนเล่าเรื่อง ก็เป็นอีกสิ่งให้ผู้สอนเชื่อว่าช่วยครองใจคนได้ เพราะการเล่าทำให้  
คนฟังเห็นภาพ ชวนติดตาม เพลิดเพลินมากกว่าการบอกให้ฟังหรือการสอน

ส่วนเทคนิคการโน้มน้าวใจด้วยการฟัง ไม่ใช่การพูดนั้นมิให้เห็นจากธนาคารจิตอาสาที่มีอาสาสมัครฟัง  
การฟังช่วยบำบัดทั้งผู้พูดและผู้ฟังได้ ศาสตร์การฟังไม่มีข้อกำหนดใดมากนักนอกจากเห็นทุกคนคือเรา เหมือน  
ส่องกระจกแล้วฟังเสียงตัวเองพูด เห็นอกเห็นใจตลอดการรับฟังจะทำให้การฟังประสบความสำเร็จ ยิ่งไป  
กว่านั้นการฟังที่ประสบความสำเร็จคือการใช้อวัจนพฤติกรรมอย่างเป็นธรรมชาติเข้ามาประกอบด้วย ไม่ว่าจะ  
เป็นสายตา การพยักหน้า โยกตัว การเลือกใช้มือ การมอง การยิ้ม การขมวดคิ้ว เป็นต้น เหล่านี้ล้วน  
แล้วแต่สามารถทำให้ผู้พูดพูดให้เราฟังได้อย่างเปิดเผยและจริงใจ

มาถึงตรงนี้ผู้สอนขอสรุปหลักในการพูดเป็น ฟังเป็น กับอวัจนพฤติกรรมสร้างสรรค์ ดังต่อไปนี้

- 1) ความต้องการของผู้ฟังสัมพันธ์กับการพิจารณาเรื่องที่จะพูด
- 2) รู้เขา รู้เรา
- 3) ผู้พูดต้องแสดงบุคลิกภาพแบบคนเปิดเผย เข้าถึงง่าย ไม่ปิดตัวเอง แสดงออกซึ่งความจริงใจ  
ทั้งก่อนพูด ระหว่างพูด และหลังพูด
- 4) การควบคุมเวลา ควรคุมเวลาให้ดีไม่สั้นหรือยาวเกินไปกว่าจะไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้
- 5) ตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนว่า เราต้องการพูดเพื่ออะไร มีคีย์เวิร์ดสำคัญ
- 6) ตั้งเป้าหมายไว้ชัดเจนว่า เราต้องการพูดหรือฟังเพื่อให้คนที่มาฟังหรือพูด ได้อะไร
- 7) ควบคุมปัจจัยที่ทำให้เกิดความน่าเบื่อระหว่างพูดและฟัง
- 8) เลือกใช้อวัจนภาษาให้เหมาะสม
- 9) ศาสตร์การฟังเป็น ยากกว่าศาสตร์การพูดเป็น แต่ไม่ยากเกินกว่าจะฝึกฝน
- 10) ความจริงใจเปิดเผย ทั้งผู้พูดและผู้ฟังเป็นสิ่งที่พึงกระทำทั้งสองฝ่าย
- 11) เว้นพื้นที่ส่วนตัวให้กันและกันเสมอ
- 12) แสดงออกอย่างจริงใจเปิดเผย แต่ต้องไม่ให้อีกฝ่ายรู้ว่าเราไม่ได้เปิดเผยทั้งหมด
- 13) ทุกคนคือเรา พูดเป็นฟังเป็นอยู่บนพื้นฐานการแสดงออกด้วยอวัจนภาษาอย่างเห็นอกเห็นใจ  
ไม่ใช่สมเพชเวทนาหรือสงสาร
- 14) พูดเป็น ไม่ใช่แปลว่าต้องเป็นนักพูดหรือพูดเก่ง แต่หมายถึงพูดครองใจ โน้มน้าวใจเป็น
- 15) ฟังเป็น ไม่ใช่แปลว่าต้องเป็นนักฟังที่เก่ง แต่หมายถึงฟังอย่างเห็นอกเห็นใจและจริงใจ
- 16) อวัจนภาษาสร้างสรรค์คือการเลือกแสดงออกซึ่งความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจ เอาใจเขามาใส่ใจเราด้วยการแสดงออกที่ไม่ใช้ภาษาพูด



#### 4.2.2 ศิลปะในการสร้างภาพลักษณ์

(The art of creating an image)

การสร้างภาพลักษณ์ คือศิลปะอย่างหนึ่งในการเห็นของเมนด้า ลินเดอเบิร์กและคณะ (Amanda Lindeberg et al, 2012) มองว่าอัตลักษณ์ (image) และภาพลักษณ์ (identity) คือสิ่งเดียวกัน อัตลักษณ์ในมุมมองของลินเดอเบิร์กและคณะคือชุดคุณลักษณะที่ใช้ในการสื่อสารส่งผลให้บุคคล ผลิตภัณฑ์หรือองค์กรมีความหมายและความแตกต่าง ได้แก่ บุคลิกลักษณะ การวางตำแหน่ง วิสัยทัศน์ วัฒนธรรม และความสัมพันธ์ที่ส่งผลให้เกิดข้อแตกต่างจากอัตลักษณ์อื่นๆ อัตลักษณ์คือสิ่งที่สร้างความสัมพันธ์ให้เกิดขึ้นระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสาร เมื่อสารถูกส่งผ่านไปยังผู้รับสาร สารนั้นเองที่ถูกเรียกว่าภาพลักษณ์ที่เกิดขึ้นในความคิดผู้รับสาร ภาพลักษณ์นี้เองที่เป็นความประสงค์ของผู้ส่งสารสะท้อนให้ผู้รับสารเห็นภาพตามสิ่งที่ผู้ส่งสารต้องการ โดยภาพลักษณ์ดังกล่าวคือการสร้างภาพความต้องการให้แก่ผู้รับสาร จึงเป็นเหตุให้สองสิ่งนี้ทั้งอัตลักษณ์และภาพลักษณ์เป็นสิ่งเดียวกัน

โดยสรุปศักยภาพของภาพลักษณ์มีดังต่อไปนี้

- ภาพการรับรู้ที่มาจากความนึกคิดสัมพันธ์กับประสบการณ์ทางตรงและทางอ้อมที่ผ่านมาในอดีตจึงเกิดเป็นกระบวนการรับรู้ต่อบุคคลและองค์กร
- ภาพการรับรู้นี้อาจไม่สอดคล้องกับความจริง
- ประสบการณ์ต่างกันภาพที่เข้าใจย่อมต่างกัน
- ผู้ส่งสารจะเรียกภาพลักษณ์ว่า อัตลักษณ์ ผู้รับสารจะเรียกสิ่งนี้ว่า ภาพลักษณ์
- ภาพลักษณ์สร้างความศรัทธา ความเชื่อถือ ชื่อเสียงจากผู้รับสารได้
- ภาพที่เกิดขึ้นในใจของผู้รับสารจะเป็นภาพที่มีต่อสิ่งมีชีวิตหรือสิ่งไม่มีชีวิตก็ได้

#### 4.2.3 ภาพรวมของการเสริมบุคลิก

(Personality enhancement)

ในหัวข้อนี้ผู้สอนไม่ขอแนะนำเรื่องการเสริมบุคลิกและวางท่าทีอิริยาบถโดยใช้บุคลิกลักษณะเพียงอย่างเดียวเนื่องจากผู้สอนมีทรรศนะว่า ทุกคนมีลักษณะเฉพาะของตนเองตามเพศสภาพที่ตนเลือก จะเป็นและแสดงออกอย่างไรถูกดัดหรือขึ้นว่า ดังนั้นไม่ว่าจะเป็นการยืม รสนิยมการเลือกสิ่งต่างๆ มาเสริมบุคลิกให้กับตนเอง บุคคลสามารถทำได้ตามอิสระ ทำให้ในเอกสารประกอบการสอนวิชานี้ผู้สอนเลือกนำเสนอภาพรวมของการเสริมบุคลิกและการวางท่าทีอิริยาบถโดยใช้แนวคิดบุคลิกภาพประชาธิปไตยเป็นทางเลือกให้กับผู้เรียน ดังนี้

*ความหมายของการเสริมบุคลิกภาพประชาธิปไตย*

ในมุมมองของไอเซนค (Eysenck, 1970 อ้างถึงใน นพมาศ อังพระ (ธีรเวคิน), 2546) ให้ความเห็นเกี่ยวกับลักษณะของบุคคลที่มีองค์ประกอบ 7 ด้าน ได้แก่

- มีความรับผิดชอบ
- ความมีใจกว้าง

- การคำนึงถึงผู้อื่น
- ความสามัคคีธรรม
- ความมีสิทธิ์และศักดิ์แห่งตน
- ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
- การเป็นพลเมืองดีในสังคมประชาธิปไตย

ส่วนความเข้าใจในการปรับบุคลิกภาพเพื่อการทำงานนั้น สารัช บั้วศรี (2520) ได้กำหนดคุณลักษณะบุคลิกภาพประชาธิปไตยในวิถีชีวิตว่า บุคคลหากได้อยู่ร่วมกันในสังคมประชาธิปไตยแล้ว ควรมีการแสดงออกต่อกันและกันบนหลักการประชาธิปไตย 3 ประการคือ

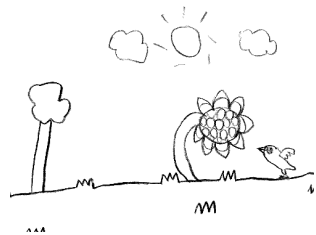
- 1) มีความเคารพซึ่งกันและกัน มีคารวะธรรม หมายถึงการให้เกียรติซึ่งกันและกันทั้งทางกาย วาจา และความคิด เคารพในความคิดของผู้อื่น แสดงความคิดเห็นออกมาโดยไม่ล่วงเกินบุคคลให้โอกาสและเคารพความคิดเห็นของทุกคน
- 2) มีการแบ่งปันร่วมงานกันและประสานงานกัน คือสามัคคีธรรม หมายถึงการที่บุคคลใดมีความสามารถในด้านใดก็ตาม ก็รับอาสาไปทำ ไม่บ่ายเบี่ยงหรือหลีกเลี่ยง ทุกคนร่วมมือกันและประสานงานกันทำงานตามอัตภาพ
- 3) มีความเชื่อมั่นในปัญญา คือปัญญาธรรม หมายถึงการใช้ปัญญาบนความร่วมมือกันอย่างสามัคคี

จะเห็นว่าลักษณะที่เรียกว่าการเสริมบุคลิกภาพประชาธิปไตย จะทำให้บุคคลสามารถเสริมบุคลิกภาพและปรับการวางท่าทีอริยาบถโดยไม่ได้คำนึงถึงการแสดงออกเป็นหลัก แต่คำนึงถึงการเอาใจเขามาใส่ใจเราและการอยู่ร่วมกันด้วยการให้เกียรติและเคารพกันทั้งทางกาย วาจา ใจโดยใช้หลักคารวะธรรม นอกจากนี้การมีจิตใจรับอาสางานไปทำ ไม่ทำเป็นเมินเฉยเก็บศักยภาพของตนเองไว้ เช่นนี้เป็นการใช้หลักสามัคคีธรรม และสุดท้ายการเลือกใช้ปัญญาสามารถสร้างความร่วมมือให้เกิดปฏิสัมพันธ์ของบุคคลได้สำหรับบุคคลแล้วการตีความสำคัญมาก แต่การตีความบุคคลอื่นสำคัญกว่า ขอให้อยู่บนความคิดที่ว่ามีความเข้าใจที่มีมาก่อนหน้านี้ ที่เราไม่สามารถพิสูจน์ถูกหรือพิสูจน์ผิดกับข้อเท็จจริงที่ประจักษ์ได้ ทำได้เพียงดูความน่าจะเป็นไปได้มากกว่าอย่างทีริเคอร์ นักทฤษฎีศาสตร์การตีความกล่าว (Ricoeur, 1979) บุคคลควรหลีกเลี่ยงการตัดสินคนอย่างไม่มีความเป็นประชาธิปไตย เพราะนอกจากจะเป็นการทำลายบุคลิกตนเองแล้วยังเป็นการเลือกการวางท่าทีและอริยาบถอย่างไม่คิดวิเคราะห์และแยกแยะด้วย

เพราะโซเชี่ยลมีเดียได้เชื่อมโยงโลกทั้งโลกให้กลายเป็นโลกเดียว (one earth one world) ถ้อยแถลงเกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพในอดีตอาจไม่สามารถสนับสนุนศีลธรรมและความรักในเพื่อนมนุษย์ได้ทุกมิติ ทุกวันนี้โลกเปลี่ยนไปมาก สรรพสิ่งในสังคมถูกขับเคลื่อนด้วยหลายปัจจัยอย่างไร้ขอบเขต ผู้เรียนอาจลองใช้กลไกของบุคลิกภาพประชาธิปไตยในการจัดเรียงหรือจัดวางการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่ออาชีพของตนเอง กลไกนี้ไม่ได้ทำหน้าที่สั่งการหรือกรอบความคิด ตัวอย่างเช่น การปฏิบัติงานล่วงเวลาให้กับบริษัทที่

ปฏิบัติงานโดยไม่ขอรับโอที เนื่องจากช่วยสถานการณ์โควิด บริษัทประสบปัญหาทางเศรษฐกิจ จึงเลือกใช้หลักสามัคคีธรรมในการพัฒนาบุคลากรเพื่ออาชีพ เป็นต้น

พื้นที่สรุปองค์ความรู้ของผู้เรียน



## บทสรุปหน่วยที่ 4

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนจะเห็นคุณค่าของศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพว่าเป็นรูปแบบหนึ่งของการพัฒนาตนเองโดยใช้มนุษยสัมพันธ์ ไม่ว่าจะเป็นการจูงใจหรือการประสานความต้องการของบุคคลและกลุ่มต่างๆ ศิลปะดังที่กล่าวไปแล้ว ทุกหัวข้อที่ประกอบกันเป็นเนื้อหาสาระในบทนี้ชี้ชวนให้เห็นว่าผู้เรียนควรออกแบบเทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อใช้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสร้างสรรค์บุคลิกภาพและแก้ปัญหาเรื่องการพูดและการฟังของตนเองเพื่อเสริมบุคลิกภาพในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพโดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จและรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศไว้ เพื่อการเสริมสร้างความรู้ในหัวข้อดังกล่าวให้แข็งแรงยิ่งขึ้น

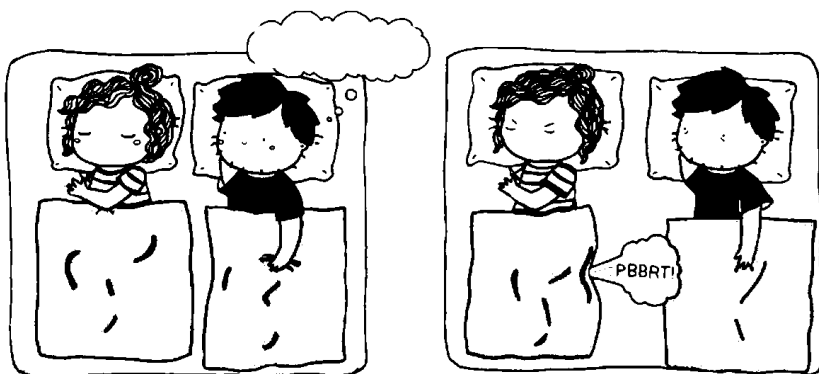


## กิจกรรมหน่วยที่ 4

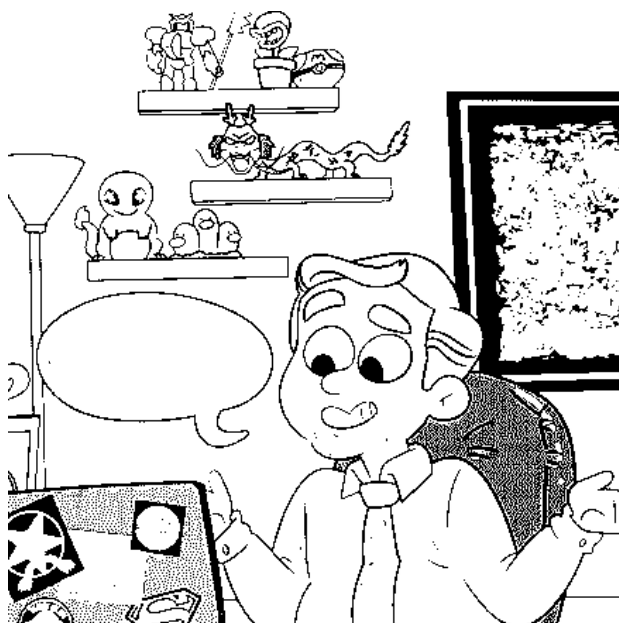
1. จากกิจกรรมให้ทำแบบทดสอบสุขภาพจิต ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators (TMHI – 15) ที่ลิงค์ <https://www.dmh.go.th/test/> อธิบายวิเคราะห์ส่งงานทางกลุ่มเฟซบุค
2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่ 5 และ 6 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายในของตนเอง

## แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4

1. จงออกแบบเทคนิคในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อใช้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลสร้างสรรค์บุคลิกภาพโดยการเขียนเป็นบทสนทนาและบทบรรยายเล่าเรื่องจากภาพที่กำหนดทั้งหมดทุกภาพ เลือกพรรณนะของนักคิดคนใดก็ได้ 1 พรรคนะ (ในหน่วยที่ 4) เพื่อการตีความเชื่อมโยง



รูปที่ 2 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 1



รูปที่ 3 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 2



รูปที่ 4 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 3

2. จงสร้างบทละครพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยศิลปะการสร้างเสริมบุคลิกภาพจากภาพที่กำหนดให้ เลือกพรรณณะของนักคิดคนใดก็ได้ 1 พรรณณะ (ในหน่วยที่ 4)



รูปที่ 5 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 4 รูปที่ 4

[illegible]

[illegible]



## เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 4

1. ชิตขงค์ ส.นันทนาเนตร. (2560). ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่. นครปฐม, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
2. นพมาศ อึ้งพระ (ธีรเวคิน). (2546). ทฤษฎีบุคลิกภาพและการปรับตัว ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 3 ปรับปรุงใหม่. กรุงเทพมหานคร. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
3. ปริณต ไชยนิชัย และ ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ. (2562). กระบวนการใช้ตัวแบบในการสร้างสื่อส่งเสริมความตระหนักรู้ในอาชีพ. วารสารวิทยาลัยราชสุดาเพื่อการศึกษาวิจัยและพัฒนาคนพิการ. วารสารปีที่ 15 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน ๒๕๖๒. เข้าถึงจาก <https://rs.mahidol.ac.th/rs-journal/vol.15/vol.15-007.php> วันที่เข้าถึง 11 มกราคม 2564
4. สาโรช บัวศรี. (2520). ความหมายของประชาธิปไตยในแง่การศึกษา. กรุงเทพฯ: หน่วยงานพิเศษกรมการฝึกหัดครู.
5. Lindeberg, A., Blomkvist, C., Johansson, M., 2012. Understanding the relationship between Brand identity and Brand image A case study of Coop. Retrieve from <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:530562/FULLTEXT01.pdf>
6. Ricoeur, Paul. (1979). "The Model of the text: Meaningful Action Considered as a Text", 73-101. In Paul Rabinow and William M. Sullivan, eds., Interpretive Social Science. Berkeley: University of California Press.
7. Snyder, C.R. (2000) The Past and Possible Futures of Hope. Journal of Social and Clinical Psychology, 19, 11-28. Retrieve from <http://dx.doi.org/10.1521/jsocp.2000.19.1.11>

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               | หน่วยที่ 5 บทเรียนที่ 5.1                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>จุดประสงค์การสอน</b><br>5.1 เพื่อนำแนวทางการฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทของคนยุคใหม่ไปใช้ได้<br>5.1.1 เชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างการแบ่งกลุ่มเจเนอเรชันคนยุคใหม่และอวัจนภาษาที่ทรงพลังได้ 90 นาที<br>5.1.2 ค้นพบเทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน 90 นาที<br><b>วิธีการสอนและกิจกรรม</b><br>1. <b>แนะนำบทเรียน:</b> ผู้สอนยกตัวอย่างการนั่ง การเดิน การแสดงกิริยาท่าทาง การใช้มือที่แตกต่างกันสะท้อนความรู้สึกและการรับรู้ต่างกัน (ให้นักศึกษาแสดงท่าทางเหล่านั้น)<br>2. <b>ขั้นสอน :</b> การจัดการเรียนการสอนโดยใช้กรณีตัวอย่าง (Case) และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบิร์กและการสอนโดยใช้คำถาม และภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ<br>สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์สลับกับสอนโดยใช้กรณีตัวอย่างและภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 5 มีดังนี้<br>5.1 การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของคนยุคใหม่<br>5.1.1 การแบ่งกลุ่มเจเนอเรชันคนยุคใหม่: อวัจนภาษาที่ทรงพลัง<br>5.1.2 เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน: สิ่งที่ต้องในความรู้<br>3. <b>ขั้นสรุป:</b> เทคนิคการฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อกรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จ<br><b>งานที่มอบหมาย</b><br>1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้ ผู้นำกิจกรรม 2 คน ที่เลียงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทำวิดีโอบรรยายภาคการสอนทักษะฯ จากนั้นอัปขึ้นกลุ่มเฟซ<br>2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 9 ผ่านกลุ่มเฟซบุ๊คเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน<br>3. มอบหมายให้แต่ละกลุ่มออกข้อสอบปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนได้สอบปฏิบัติหลังจากเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ 10 กลุ่มละ 1 ข้อ |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข 1, 2, 3, 4, 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | สื่อทัศนวัสดุ | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาวเวอร์พอยท์</li> <li>กรณีตัวอย่างการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</li> <li>คลิปวิดีโอเกี่ยวกับการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</li> <li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท</li> </ul> |
| <b>การวัดและประเมินผล</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.เครื่องมือวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- วิธีสังเกต</li> <li>- ใบบันทึกเวลาเรียน</li> <li>- งานที่มอบหมาย</li> </ul> </li> <li>2.วิธีการวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก</li> <li>- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งในชั่วโมงตามตารางสอน</li> <li>- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง</li> <li>- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง</li> <li>- ประเมินจากภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</li> <li>- ประเมินผลตามสภาพจริง</li> </ul> </li> <li>3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป</li> <li>- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน</li> <li>- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น</li> </ul> </li> </ol> |  |                                                                                                                        |

## การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท

# 5

*Practicing courageous skills  
demonstrated with manners*

## บทนำ

การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่งในโลกของการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ เพราะไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกในรูปแบบใดล้วนนำไปสู่การตีความหลากหลายความหมายแทบทั้งสิ้น เทคนิคเพียงไม่กี่เทคนิคบางที่อาจเปลี่ยนชีวิตของคุณก็ได้ทั้งชีวิตก็เป็นได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับการฝึกฝนและการยอมรับในคุณลักษณะเชิงบวกของตนเองที่ซุกซ่อนอยู่ การยึดติดกับชุดความรู้เดิมๆ ที่ครอบงำ อาจส่งผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพที่จะนำไปสู่การค้นพบตัวตนต่อไปในอนาคต

## 5.1 การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของคนยุคใหม่

### 5.1.1 การแบ่งกลุ่มเจเนอเรชันคนยุคใหม่: อัจฉริยะภาษาที่ทรงพลัง

(Generation Generation: Modern, Powerful Language)

การใช้ชีวิตและบุคลิกภาพของคนยุคใหม่ มีแนวโน้มการแสดงออกของบุคคลที่มีบุคลิกภาพหลากหลาย ผู้สอนขอแบ่งเป็นบุคลิกภาพหลักกับตัวเอง และบุคลิกภาพบวกกับตัวเอง เพื่อความเข้าใจของผู้อ่านอย่างง่าย ดังตารางที่ 2 ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 2 บุคลิกภาพของคนยุคใหม่

| บุคลิกภาพลบกับตัวเอง                                                            | บุคลิกภาพบวกกับตัวเอง                         |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| บุคลิกภาพแบบไม่มั่นคงทางอารมณ์                                                  | บุคลิกภาพที่มีความยืดหยุ่นทางอารมณ์           |
| (Costa & McCrae อ้างถึงใน กฤติยา จันทอร่อน และ ศ.ดร.ศรีเรื่อน แก้วกังวาล, 2562) | บุคลิกภาพที่มีความยืดหยุ่นทางอารมณ์           |
| หวั่นไหวง่าย (พึงพอใจในชีวิตน้อยกว่าบุคคลทั่วไป)                                | ใจเย็น อดทนอดกลั้น                            |
| วิตกกังวล (ไม่สงบ)                                                              | ผ่อนคลาย ไม่ซีเรียส                           |
| โกรธ (อารมณ์แปรปรวนง่าย)                                                        | อารมณ์สงบ โกรธยาก                             |
| หมดกำลังใจ หดหู่ (สุขน้อย)                                                      | ให้กำลังใจตัวเองและคนรอบข้างเสมอ              |
| ประหม่า (เคอะเขิน ไม่มั่นใจ)                                                    | มีความกล้า มีความมั่นใจในตนเอง เชื่อในศักยภาพ |
| หุนหันพลันแล่น (รับมือกับสิ่งกระตุ้นไม่ได้)                                     | อารมณ์นิ่งสงบความเคลื่อนไหว                   |
| ไม่มั่นคง เพราะบาง (อยู่ในสภาวะกดดันไม่ได้)                                     | แก้ปัญหาอารมณ์ได้ มีภูมิก้าวทางอารมณ์         |
| รับมือกับความเครียดไม่ได้                                                       |                                               |

การใช้ชีวิตขึ้นอยู่กับการสั่งสมประสบการณ์ด้านการทำความเข้าใจว่าทุกสิ่งล้วนเชื่อมโยงและมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันอย่างแยกไม่ได้ ภาพสะท้อนดังกล่าวจะเป็นองค์รวมที่กระตุ้นให้บุคคลยุคใหม่ที่มีบุคลิกภาพบวกกับตัวเองมีความกล้าหาญที่จะแสดงความเป็นตัวตนออกมาพร้อมศักยภาพอย่างใช้ชีวิตจำกดดังที่พบเห็นผ่านสื่อเป็นจำนวนมาก

โลกยุคหลังสมัยใหม่จะพบว่า บุคคลนอกจากจะสร้างความสัมพันธ์ต่อกันและกันผ่านการปฏิสัมพันธ์พูดคุยแล้ว ยังมีการสร้างสัมพันธ์ภาพผ่านตัวหนังสืออีกด้วย ด้วยเทคนิคการพิมพ์บางประการทำให้การสื่อสารทางตัวอักษรมีความหมายและช่วยสร้างสัมพันธ์ภาพเชิงบ่าบัดได้ เช่น การใช้ข้อความที่มีลักษณะสำนวนภาษาพูดที่มีความหมายใกล้เคียงกับการพูดด้วยวาจา ตัวอย่างเช่น การใช้ไอคอนแสดง

อารมณ์ (Emoticon) เป็นตัวแทนของอวัจนภาษาที่ทรงพลังของคนเจนเนอเรชันนี้ ไอคอนดังกล่าวมีผลต่อการแสดงออกทางอวัจนภาษาที่ขาดไปได้ เช่น การใช้สัญลักษณ์ ^\_^ แทนการยิ้ม หรือการพิมพ์ -\_- แทนความรู้สึกด้านลบ ^\_\_\_\_^ แทนความรู้สึกดีใจมาก TT แทนการร้องไห้หรือเศร้า น้ำตาไหล เป็นต้น (Suler, 2004) การใช้สัญลักษณ์เทคนิคการพิมพ์จึงกลายเป็นพฤติกรรมของกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่ไปโดยปริยาย จะเห็นว่าปัจจุบันกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่มีมุมมองการสร้างบุคลิกภาพของตนเองผ่านสื่อต่างๆ หลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็น ช่องยูทูบ (youtube) ไอจี (Instagram) เฟสบุ๊ก (facebook) แสดงให้เห็นถึงความสอดคล้องกับแนวคิดอัตถิภาวนิยมที่ผู้สอนกำลังจะกล่าวต่อไป

สำหรับแนวคิดอัตถิภาวนิยมมีทฤษฎีระบุว่า มนุษย์มีเสรีภาพในการเลือก (Freely-choosing) การตระหนักรู้ในตัวเอง (Self-awareness) มีความเฉพาะตัว (Unique) ใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย (Meaning-oriented) และเป็นสิ่งมีชีวิตที่ดำรงอยู่อย่างองค์รวม (Whole being) (Cain, 2002) การแสดงออกของกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่ผ่านโซเชียลมีเดียและแอปพลิเคชันต่างๆ แสดงให้เห็นถึงความมีอิสระในการเลือกที่จะเป็นเพราะต่างตระหนักรู้ในตัวเอง จึงสร้างสรรค์บุคลิกภาพเฉพาะตัวออกมาผ่านพื้นที่สาธารณะ และเริ่มที่จะใช้ชีวิตอย่างมีความหมายในแบบของตัวเอง การสร้างสรรค์ดังกล่าวของกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่คือการให้ความสำคัญกับความเข้าใจตนเองและเข้าใจชีวิตในแบบองค์รวม ไม่ว่าจะเป็นการขายของออนไลน์ การเป็นยูทูบเบอร์ การสร้างสรรค์ผลงานผ่าน Tiktok เป็นต้น ตอกย้ำว่ามีสิ่งที่ซ่อนอยู่ในองค์ความรู้ของทุกคน ทั้งหมั่นเฝ้าระวังคือแนวทางของกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่ที่ต้องการถ่ายทอดแนวคิดและความเฉพาะตัวด้วยความตระหนักรู้ในตัวเองผ่านสื่อสังคมมีเดีย เป็นแนวคิดอัตถิภาวนิยมดังกล่าวที่ว่า “การมีชีวิตอยู่คือความสามารถที่จะกระทำผ่านประสาทสัมผัสของตนเอง ไม่ว่าจะเป็น การมองเห็นหรือได้ยิน รับรู้สิ่งที่กำลังเกิดขึ้น ได้สูดกลิ่น หรือการได้สัมผัสและได้มีอารมณ์ความรู้สึก การมีชีวิตคือการตระหนัก (to be aware) ถึงการมีอยู่ของสีสัน สัมผัส เสียง ผู้คนรอบตัว สิ่งก่อสร้าง ต้นไม้ทุ่งหญ้า การมีชีวิตคือการได้คิดถึงเมื่อวาน วันนี้ และวันพรุ่งนี้ คือการได้กังวลกับสิ่งที่ยังมาไม่ถึง และพะวง กับสิ่งที่เกิดขึ้นและผ่านไปแล้ว คือการได้รู้จักรัก เกลียด รื่นเริง ร้องไห้ คาดหวัง อิจฉาริษยา การมีชีวิตอยู่คือการประกอบขึ้นของทุกสิ่งทุกอย่างซึ่งเป็นเครื่องหมายของการมีชีวิตอยู่ทั้งหมด แปลว่าชีวิตคือการตระหนักรู้ในสรรพสิ่ง (Life is awareness) ถ้าไม่ตระหนักในสรรพสิ่ง การมีชีวิตอยู่จะกลายเป็นการปราศจากชีวิต” (Bugental, 1978) การตระหนักที่ว่านี้สามารถแสดงออกผ่านพฤติกรรมของกลุ่มเจนเนอเรชันคนยุคใหม่ที่น่าความเป็นตัวเองออกมาสร้างสรรค์สื่อความหมายในรูปแบบต่างๆ ทั้งหมดทั้งปวง

#### 5.1.2 เทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน: สิ่งที่ซ่อนในความรู้

(Techniques for developing emotional intelligence at work: hidden things in knowledge)

ความก้าวหน้าทำให้มนุษย์ในภาวะสมัยใหม่เห็นความหมายของสรรพสิ่งทั้งที่เป็นโลกของวัตถุ ชีวิตมนุษย์และสังคม ล้วนเชื่อมโยงกันอย่างเป็นเส้นตรง และยังให้ความหมายกับอนาคตอย่างไร้ชีวิตจำกัด เพราะฉะนั้นไม่ว่าเราจะแยกส่วนหรือเห็นความแตกต่างหลากหลายในท่ามกลางวิวัฒนาการไปอย่างไร องค์รวมของความก้าวหน้าก็สามารถสร้างความเชื่อมโยงให้กลับมาสัมพันธ์กันอย่างลำดับได้อย่างดี บุคคลที่ไม่เป็นองค์รวม (total person) จะกลายเป็นผู้ประสบกับปัญหาหนึ่งในชั่วขณะหนึ่ง สามารถจัดการกับมันได้

แค่ในส่วนนั้นในขณะนั้น เพื่อที่จะพบในภายหลังว่าได้เกิดผลข้างเคียง (side effect) ต่ออีกส่วนหนึ่ง และนำไปสู่ปัญหาในอีกส่วนเสียหนึ่ง ซึ่งเขาก็จะต้องจัดการอย่างแยกส่วนและไม่แน่ใจในผลข้างเคียงที่จะเกิดขึ้นต่อไปด้วย (วีระ สมบูรณ์, 2550) แต่หากมีความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงานจะทำให้บุคคลมีความรู้แบบองค์รวม ทั้งหมดนี้คือเทคนิคและองค์รวมคือสิ่งที่ซ่อนอยู่ในความรู้

หลักการใช้อ็กรวมพัฒนาเทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงาน ผู้สอนขอสรุปดังนี้

- 1) จงรู้เท่าทันว่าการกระทำของมนุษย์ถูกชี้นำโดยมายาภาพในการรับรู้
- 2) จงเชื่อมโยงความรู้ความเข้าใจของมนุษย์ต่อสิ่งต่างๆ รอบตัวและต่อตัวมนุษย์เอง ถือเป็นส่วนหนึ่งของระบบนิเวศ
- 3) จงตระหนักว่าสถานการณ์ของโลกปัจจุบันคืออารยธรรมเทคนิคและหากสิ่งใดไม่สามารถถูกทำให้เป็นส่วนหนึ่งของมันได้ มักจะถูกกำจัดทิ้งไป
- 4) จงรับรู้ด้วยว่าองค์ความรู้ที่ถูกแยกส่วน แยกขาดออกจากกันมักจะถูกจำกัดภายใต้วิถีของเทคโนโลยีที่ตีกรอบทุกสิ่งทุกอย่าง
- 5) จงเชื่อมโยงจิตสำนึก โลกทัศน์และวัฒนธรรมเข้าด้วยกันในความรู้ เพราะวิถีคิดหรือกระบวนทัศน์เช่นนี้จะไม่ส่งผลร้ายต่อชีวิตและจิตใจของคนทำงาน
- 6) จงยอมรับให้ได้ว่ามนุษย์กับผลประโยชน์เป็นของคู่กัน ดังคำกล่าวของ Adam Smith ที่ว่า เราไม่ได้คาดหวังอาหารมื้อค่ำของเราจากความเอื้ออาทรของพ่อค้าเนื้อ พ่อค้าเครื่องดื่ม หรือพ่อค้าขนมปัง แต่เรากำลังคาดหวังจากความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัวของพวกเขา เราไม่ได้สื่อสารกับมนุษยธรรมของพวกเขา แต่กำลังสื่อสารกับความรักตัวเองของพวกเขา ไม่ได้พูดกับพวกเขาถึงความจำเป็นของเรา แต่พูดกับเขาในเรื่องผลประโยชน์ที่พวกเขากำลังจะได้รับต่างหาก

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               | หน่วยที่ 5 บทเรียนที่ 5.2                                                                                                                                                             |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                               |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                                                                       |
| 5.2 เพื่อปลูกฝังให้ชอบซึ่งสิ่งหลักการแสดงออกที่เหมาะสมด้วยมารยาท                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                                                                       |
| 5.2.1 ประยุกต์ใช้ทักษะในการพูดโดยสร้างเทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่างเป็นของตนเองได้                                                                                                                                                                                                                                                                  |               | 90 นาที                                                                                                                                                                               |
| 5.2.2 ใช้เทคนิคการแสดงออกที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวผ่านอวัจนภาษาได้                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               | 90 นาที                                                                                                                                                                               |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |                                                                                                                                                                                       |
| สอบปฏิบัติการแสดงออกมารยาท กิจกรรม “การฝึกพูดบทบาทสมมติตามสถานการณ์” ใช้วิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบิร์กและการสอนโดยใช้คำถาม สอบปฏิบัติการฝึกมารยาททักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท และการจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 5 มีดังนี้ |               |                                                                                                                                                                                       |
| 5.2 หลักการแสดงออกที่เหมาะสม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                       |
| 5.2.1 ทักษะพื้นฐานในการพูด: เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่าง                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                       |
| 5.2.2 การฝึกภาษาท่าทางและการแสดงออกด้วยท่าทางต่างๆ                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                                                       |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                       |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้ ผู้นำกิจกรรม 2 คน ที่เลี้ยงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทอดวิธีอธิบายการการสอนทักษะๆ จากนั้นอัปเดตกลุ่มเฟซ                 |               |                                                                                                                                                                                       |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อออนไลน์ครั้งที่ 9 ผ่านกลุ่มเฟซบุ๊คเพื่อสะท้อนความคิดเห็นการพัฒนาบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                                                                                                       |
| 3. มอบหมายให้แต่ละกลุ่มออกข้อสอบปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนได้สอบปฏิบัติหลังจากเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ 10 กลุ่มละ 1 ข้อ                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                       |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข 1, 5, 7                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | สื่อทัศนวิสัย | <ul style="list-style-type: none"><li>พาวเวอร์พอยท์</li><li>กรณีตัวอย่าง</li><li>กรณีศึกษา</li><li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 5 การฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาท (ต่อ)</li></ul> |
| การวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                                                       |
| 1.เครื่องมือวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |               |                                                                                                                                                                                       |
| - วิธีสังเกต                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                       |
| - ใบบันทึกเวลาเรียน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                                                                                                                                                                                       |
| - งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                       |
| 2.วิธีการวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                                                                                                       |
| - สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                       |
| - สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกคนครั้งในชั่วโมงตามตารางสอน                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                       |
| - ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                       |



- ประเมินผลตามสภาพจริง
  - ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
  - ประเมินจากภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ
  - ประเมินผลการแสดงออกของผู้เรียนที่แสดงถึงการพัฒนาดตนเองอย่างต่อเนื่อง
- 3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล
- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
  - ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
  - เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## 5.2 หลักการแสดงออกที่เหมาะสม

### 5.2.1 ทักษะพื้นฐานในการพูด: เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่าง

(Basic speaking skills: techniques for conveying different ideas)

ในหัวข้อนี้ผู้สอนขอเริ่มด้วยการสรุปหลักการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน โดยขอเปิดไว้กว้างๆ เพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้เรียนดังนี้

- 1) เลือกแสดงออกอย่างเข้าใจมนุษยอย่างองค์รวม
- 2) คำนึงถึงเฉพาะตัวของตนเองแต่อยู่บนความสร้างสรรค์
- 3) การแสดงออกอย่างมีเป้าหมายของตนเอง ทั้งวาจา ร่างกายและจิตใจ
- 4) ทำความเข้าใจแก่นของตัวบุคคลที่สื่อสารด้วย ไม่ละทิ้งหรือมองข้ามบริบทของสังคมและสิ่งแวดล้อมของบุคคลที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย
- 5) ทำความเข้าใจกับตัวเองให้มาก เพราะยิ่งเข้าใจมากเท่าไร ก็จะมีทางเลือกที่จะปรับเปลี่ยนการแสดงออกเพื่อวิถีชีวิตที่มีสุขภาวะมากขึ้น
- 6) ก่อนการเลือกแสดงออกควรนำแนวคิดสุขภาวะแบบองค์รวม (Holistic model) ไปพิจารณาประกอบที่พัฒนาโดย Alfred Adler โดย Sweeney และ Witmer (1991) ได้เสนอไว้อย่างน่าสนใจว่า มนุษย์มีภาระงานแห่งชีวิต (Life Task) อยู่ 5 ด้านที่ทำให้มีสุขภาวะแบบองค์รวม ได้แก่ ด้านจิตวิญญาณ ด้านการกำกับตนเอง (ประกอบด้วย การรับรู้คุณค่าในตนเอง การรับรู้ว่าคุณค่าตนควมคุ้มกันตนได้ การมีความเชื่อบนฐานความจริง ความเป็นธรรมชาติและการตอบสนองทางอารมณ์ ไหวพริบสติปัญญา การแก้ปัญหา และความคิดสร้างสรรค์ การมีอารมณ์ขัน และความแข็งแรงของร่างกายและโภชนาการ) ด้านการทำงาน ด้านความรัก และด้านมิตรภาพ

การพูดเป็นเรื่องของการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างระบบประสาท ความคิด และพฤติกรรม หลายคนอาจมองการพูดว่ายากและกลัวการพูด ยังเป็นการพูดในที่สาธารณะ ยิ่งวิตกกังวล การพูดในที่สาธารณะจำเป็นต้องเข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ของความวิตกกังวลก่อนว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไร (Clevenger, 1959) อย่างไรก็ตามผู้สอนขอเสนอ 16 แนวทางที่จะนำไปปรับใช้ได้ง่ายๆ จากประสบการณ์ของผู้สอน เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะพื้นฐานในการพูดเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงาน ดังต่อไปนี้

- 1) ใช้เทคนิคการเปิดเรื่องพูด เช่น เทคนิคการตั้งคำถาม เทคนิคการยกตัวอย่างเกินจริง เทคนิคการทำให้สิ่งไม่มีชีวิตมีชีวิต ตัวอย่างการใช้เทคนิคการทำให้สิ่งไม่มีชีวิตมีชีวิต เช่น คุณเคยได้ยินเสียงของต้นไม้ไหมครับ (กำลังจะพูดเรื่องสถานการณ์ป่าไม้) เป็นต้น
- 2) ใช้เทคนิคการเล่าเรื่องไม่ใช้การพูดที่เหมือนอ่านให้ฟัง
- 3) บอกถึงความจำเป็นที่ทุกคนต้องฟังเรื่องที่กำลังจะพูด โดยเชื่อมโยงไปถึง 5 ลำดับชั้นความต้องการของมาสโลว์และพยายามคัดเลือกเรื่องที่มีสาระสำคัญแห่งชีวิตซ่อนอยู่
- 4) แสดงถึงศักยภาพความเฉพาตัว ความรู้และความชำนาญก่อนพูดแต่ระวังไม่ให้เป็นการสร้างความรู้สึกว่ากำลังถูกโอ้อวด หรือยกตนข่มท่าน
- 5) อ้างถึงประสบการณ์ร่วมกันเพื่อลดระยะความห่างระหว่างผู้พูดและผู้ฟัง
- 6) ผึกฝนด้วยการบันทึกวิธีโอระหว่างพูด แล้วย้อนกลับมาดูและฟังตนเอง จะพบข้อปรับปรุงทุกครั้ง
- 7) หาเอกลักษณ์การใช้เสียงของตนเองให้พบ
- 8) การเน้นเสียงระหว่างพูด ควรกระทำอย่างเหมาะสม
- 9) ศึกษาเรื่องราวที่จะนำมาพูดให้เข้าใจถ่องแท้ เพื่อขจัดความหวาดกลัวและวิตกกังวลระหว่างพูด
- 10) พยายามไม่ใช้คำที่ละเอียดซับซ้อนยากต่อการทำความเข้าใจ แม้จะเป็นคำพูดสวยหรูก็ตาม เพราะภาษาพูดไม่เหมือนภาษาเขียนที่มีเวลามากมายให้ย้อนกลับมาอ่านทบทวนหลายครั้ง
- 11) หากไม่รู้จำตัวเองก็จะแสดงออกได้แต่ความโอ้อวด ดังนั้นควรทำความรู้จักกับตัวเองให้ดีกว่าก่อนพูดทุกครั้ง และกระตือรือร้นที่จะพูดตลอดเวลา (ควบคุมอาการอย่างเหมาะสม) เพื่อแสดงถึงความตั้งใจ
- 12) หลีกเลี่ยงการใช้คำพูดแบ่งแยก เช่น วันนี้มีคนฟังผู้ชายหรือผู้หญิงมากกว่ากัน หรือ คนที่นั่งด้านหน้าตั้งใจมาก (คนที่นั่งหลังฟังแล้วจะรู้สึกถูกแบ่งแยก) เป็นต้น
- 13) เลือกเรื่องพูดที่เป็นบวกมากกว่าลบ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นขึ้นอยู่กับความต้องการวัตถุประสงค์ก่อนพูดด้วย
- 14) ไม่ควรเขียนบทพูด แต่ควรเขียนแค่หัวข้อที่จะพูด และทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ชักซ้อมพูดทั้งนี้เพื่อความเป็นธรรมชาติ พูดออกมาจากหัวใจจริงๆ จะเห็นว่าการซ้อมแต่ละครั้ง แทบจะพูดไม่เหมือนกันสักครั้ง
- 15) คำนึงถึงองค์รวม (Holistic view) ให้มากเพื่อให้ผู้ฟังรับฟังเรื่องที่ผู้พูดต้องการถ่ายทอดอย่างต่อเนื่องจนจบอย่างไม่ตะขิดตะขวงใจ
- 16) ควรมีข้อคิดปิดท้ายเสมอ โดยโยงให้เชื่อมกับบทเปิดอย่างลงตัว
- 17) อาจใช้เทคนิคการบุคลาธิษฐาน (ทำให้สิ่งที่ไม่มีชีวิตกลับมีชีวิตเช่น ผมร้องไห้ไปพร้อมๆ กับสายฝน) หรือเทคนิคการสัทพจน์ (เลียนเสียงธรรมชาติ) การกล่าวเกินจริงหรือดิพจน์ (ดิฉันวิ่งตามรถคันนั้นอย่างไม่คิดชีวิต, สุนัขตัวนั้นตัวใหญ่ราวกับมังกรในดรากรอนบอล เป็นต้น
- 18) ใช้คำพูดเชื่อมโยงประสบการณ์ให้ใกล้กัน เช่น ผมชอบการดูหนังหนึ่งผมว่ามันน่าจะอยู่ในใจใครหลายคนที่นั่งอยู่ ณ ที่นี้ ผมกำลังพูดถึง โคนัน เป็นต้น

พื้นที่สรุปความรู้ของผู้เรียน



## 5.2.2 การฝึกภาษาท่าทางและการแสดงออกด้วยท่าทางต่างๆ

(Posture language training and Various gestures)

การศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการฝึกภาษาท่าทางนั้น ต้องอาศัยความรู้ด้านการสื่อสารเข้ามาเกี่ยวข้องอย่างละเอียด ดังคำกล่าวไทยๆ ที่ว่า

“ธรรมดว่ารักเขามักรู้

เพราะพูดบอกเหตุสิ่งเกตุง่าย

เจรจาพามีแยบคาย

ใครอย่าหมายว่าจะปิดไม่มีดลเลย”

เพราะทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทางล้วนสื่อความหมายได้ทั้งหมดเห็นได้ชัดจากศิลปะการเล่นโขนของไทย มักใช้การกำหนดท่าทางแสดง สามารถถ่ายทอดความรู้สึกให้ผู้ชมทราบ ไม่ต่างอะไรกับการพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงาน ทำอย่างไรการแสดงออกภาษาท่าทางของเราจึงทำให้เราได้งานและได้คนร่วมงานที่มีความสุข คำตอบอยู่ที่การสังเกต หากเรารู้จักใช้การสังเกต สังเกตเขาและรับรู้ว่าเขาสังเกตเรา การใช้ภาษาท่าทางของเราจะส่งเสริมให้บุคลิกภาพในการทำงานของเราน่าสนใจ น่าร่วมงานด้วย ความรู้สึกบางอย่างเช่น เขม่น ไม่ถูกชะตา ควรเก็บไว้ไม่แสดงออก เพราะเป็นลบ ขึ้นชื่อว่าลบคือต่ำลง ถ้าบุคคลต้องการให้บุคลิกภาพพัฒนา การพัฒนาหมายถึงสูงขึ้น ควรเลือกแสดงออกสิ่งที่เป็นบวกจะเหมาะสมกับการทำงานมากกว่าที่จะแสดงออกปฏิกิริยาท่าทางและสีหน้าเพื่อระบายอารมณ์เท่านั้น จงจำไว้ว่า ภาษาพูดปิดเบือนง่ายแต่ภาษาท่าทางปิดเบือนยากกว่ามากมายนัก เพราะถูกแสดงออกจากส่วนลึกของความรู้สึกนึกคิด และผู้พูดมักปล่อยภาษาท่าทางออกจากความรู้สึกที่แท้จริง **พูดให้ชัดก็คือภาษาท่าทางคือภาษาที่สื่อสารความจริงออกมาได้มากกว่าภาษาพูด** ส่วนอิทธิพลของภาษาท่าทางบางทีอาจมากกว่าในบางสถานการณ์การทำงานก็เป็นได้ การคำนึงถึงการแสดงออกเพื่อการเอื้ออาทรต่อกันเป็นดีที่สุดทั้งนี้ควรคำนึงถึงบริบทของความเป็นสำคัญ จงเชื่อว่าบุคคลมีการตีความหมายภาษาท่าทางตลอดเวลาอย่างอัตโนมัติ

การทดลองทำคือคุณสมบัติที่ดีในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน การศึกษาค้นคว้าผนวกกับการฝึกฝนคือสิ่งที่ให้คำตอบได้ว่า อะไรเหมาะสมหรือไม่ ดังที่หนังสือ “โครงสร้างของการปฏิวัติในวิทยาศาสตร์ที่แปลจาก The Structure of Scientific Revolutions by THOMAS S.KUHN ได้กล่าวว่า นักวิทยาศาสตร์พวกเขาดำเนินการอย่างไรเมื่อพวกเขาตระหนักว่ามีบางสิ่งได้เบี่ยงเบนในระดับรากฐานซึ่งอยู่ในระดับที่การฝึกฝนพวกเขาไม่ช่วยในการจัดการสิ่งเหล่านี้ และไม่ควรไปค้นคว้าทางประวัติศาสตร์แต่เพียงด้านเดียว สิ่งที่มาจะต้องเป็นการทดลองดูมากกว่าและมีความสมบูรณ์น้อยกว่าสิ่งที่ได้ผ่านมาแล้ว (คูห์น ทอมัส เอส แปลโดย สิริเพ็ญ พิริยจิตรกรกิจ, 2544)

มาถึงตรงนี้การทดลองที่จะฝึกภาษาท่าทางผู้สอนมีทรรศนะว่า ควรฝึกที่จะเลือกแสดงออกหรือไม่แสดงออกดีกว่าที่จะฝึกภาษาท่าทางว่าท่าไหนสื่อความหมายใด เพราะผู้เรียนมีเสรีภาพที่จะคิดสร้างสรรค์ภาษาท่าทางของตัวเองอยู่แล้ว ผู้สอนมีหน้าที่เพียงให้คำแนะนำและบอกถึงอิทธิพลของภาษาท่าทางเพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานในอนาคตต่อไป แต่ผู้สอนจะขอสรุปภาษาท่าทางและความหมายไว้ ณ ที่นี้เพื่อให้เห็นภาพตรงกัน ดังต่อไปนี้

- 1) การสัมผัสโดยการจับมือ ลูบหลังหรือโอบไหล่ การกอด เป็นการแสดงความไว้นื้อเชื่อใจให้กำลังใจ
- 2) การยืนทิ้งระยะแค่นั้นอยู่ทีปริมาณของความรักทีมีต่อกัน (ไม่ใช่แค่รักแบบหนุ่มสาวเท่านั้น)
- 3) การใช้สายตาและขนาดของดวงตา การสบตา แสดงความรู้สึได้ดี
- 4) การยิ้ม แสดงออกถึงความเป็นกันเอง
- 5) สีหน้า แสดงออกว่าคิดอะไอยู่
- 6) ลักษณะท่าเน้งแสดงออกว่ากำลังรู้สึ้อย่างไร หรือแสดงออกถึงความสำคัญของสิ่งทีกำลังทำอยู่
- 7) ท่ายืน แสดงออกถึงสถานการณ์ทีกำลังเผชิญอยู่
- 8) การเดิน แสดงออกถึงบุคลิกลักษณะเฉพาะตัวและความกระตือรือร้นในการทำงาน
- 9) การแสดงออกตามส่วนต่างๆ ของร่างกายและการเคลื่อนไหว บ่งบอกถึงจิตใจทีเป็นอยู่

พื้นที่สำรองความรู้ของผู้เรียน



## บทสรุปหน่วยที่ 5

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนจะได้บูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จ และนำเทคนิคการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในการทำงานไปใช้ ทั้งยังได้ค้นพบอวัจนภาษาที่ทรงพลังสำหรับการปรับใช้ในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน โดยสามารถประยุกต์ใช้เทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่างผ่านการพูดได้อีกด้วย หลักการสำคัญไม่ได้อยู่ที่ว่าผู้เรียนมีมารยาทหรือไม่ แต่อยู่ที่ผู้เรียนได้พบแนวทางในการฝึกทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทได้อย่างเหมาะสมหรือไม่ต่างหาก

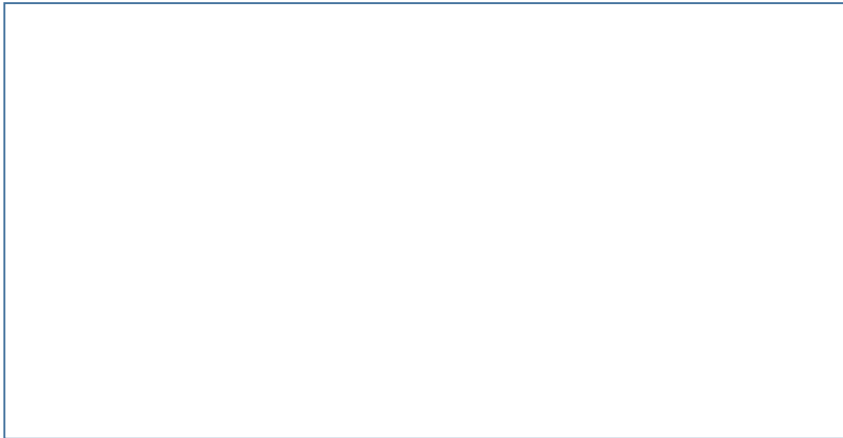


### กิจกรรมหน่วยที่ 5

1. ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนทักษะความกล้าแสดงออกด้วยมารยาทให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้
  - ผู้นำกิจกรรม 2 คน
  - พี่เลี้ยงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน
  - สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทำวิดีโอบรรยายการสอนทักษะๆ จากนั้นอัปขึ้นกลุ่มเฟซ
2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่ 9 และ 10 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายในของตนเอง

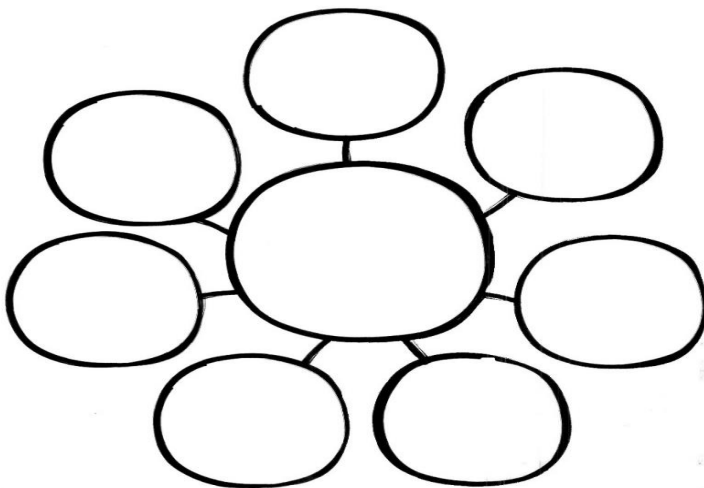
### แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5

1. จงออกแบบเทคนิคในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้หลักการองค์รวม (total person) ในแผนที่ความคิดด้านล่าง



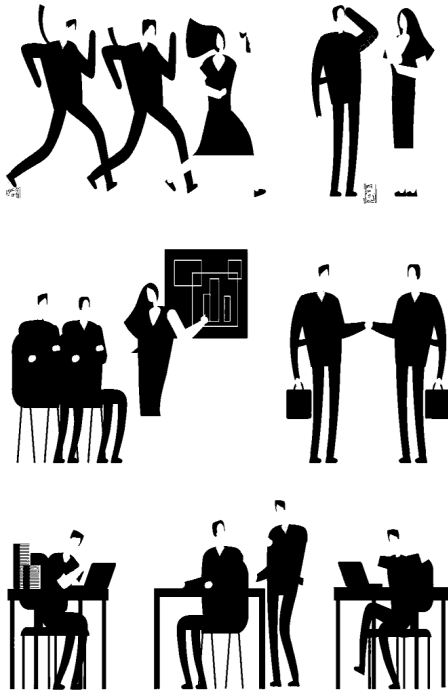
รูปที่ 6 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 รูปที่ 5

2. จงบอกเทคนิคการถ่ายทอดความคิดที่แตกต่างผ่านการพูด โดยไม่ซ้ำกับในเอกสารประกอบการสอนฉบับนี้ลงใน Spiral ด้านล่าง



รูปที่ 7 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 รูปที่ 6

3. จากภาพจงวิเคราะห์ห่อว์จ่นภาษาที่แสดงออกในภาพและบอกถึงพลังของมันที่มีต่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน รวมถึงวาดภาพต่อไปที่ควรเกิดขึ้นพร้อมคำอธิบาย



รูปที่ 8 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 5 รูปที่ 7

พื้นที่วาดภาพต่อไป



## เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 5

1. กฤติยา จันทร์อ่อน และ ศ.ดร.ศรีเรื่อน แก้วกั้งวาล. (2562). บุคลิกภาพห้าองค์ประกอบ เชวณอาร์มณัความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคและการรับรู้ความสำเร็จในอาชีพของพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินสายการบินต่างชาติแห่งหนึ่ง. วารสารบัณฑิตศึกษา ปีที่ 16 ฉบับที่ 74 กรกฎาคม – กันยายน 2562 หน้า 246-255 เข้าถึงจาก <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/SNGSJ/article/view/133612/151714> วันที่เข้าถึง 11 กุมภาพันธ์ 2564.
2. คูห์น ทอมัส เอส แปลโดย สิริเพ็ญ พริยจิตรกรกิจ. (2544). โครงสร้างของการปฏิวัติในวิทยาศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
3. วีระ สมบูรณ์. (2550). แบบแผนและความหมายแห่งองค์รวม. พิมพ์ครั้งที่ 1. สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง: กรุงเทพฯ
4. Bugental, J. F. T. (1978). Psychotherapy and process: The fundamentals of an existential-humanistic approach. New York: McGraw-Hill.
5. Cain, D. J. (2002). Defining characteristics, history and evolution of humanistic psychotherapies. In D.J. Cain & J. Seeman (Eds.), humanistic psychotherapies; Handbook of research and practice. Washington, DC: American Psychological Association.
6. Clevenger, T. (1959). A synthesis of experimental research in stage fright. Quarterly Journal of Speech, 45, 134-145.
7. Suler, J. (2004). The psychology of text relationships In R. Kraus. J. Zack, & G. Sticker (Eds.), Online counseling: A handbook for mental health professionals (pp.19-50). San Diego, CA Academic Press.
8. Sweeney, T. J., & Witmer, J. M. (1991). Beyond social interest: Striving toward optimum health and wellness. Individual Psychology, 47, 527-540.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               | หน่วยที่ 6 บทเรียนที่ 6.1                                                                                                                                                                 |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                   |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |                                                                                                                                                                                           |
| 6.1 เพื่อใช้ความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยาในการต่อรองไปปรับใช้เพื่อการแข่งขันได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์                                                                                                                                                                                                                                                  |               |                                                                                                                                                                                           |
| 6.1.1 แก้ปัญหาโดยใช้หลักการเจรจาต่อรองเพื่อสร้างบรรยากาศในองค์กรได้                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               | 90 นาที                                                                                                                                                                                   |
| 6.1.2 สร้างรูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรมได้                                                                                                                                                                                                                                                                                             |               | 90 นาที                                                                                                                                                                                   |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                                                                                                           |
| 1. นำเข้าสู่บทเรียน: ผู้สอนยกตัวอย่างการทำงาน การติดต่อประสานงานทางธุรกิจกับการเจรจาต่อรองและการแข่งขันที่เป็นธรรม                                                                                                                                                                                                                                  |               |                                                                                                                                                                                           |
| 2. ขั้นสอน: การจัดการเรียนรู้แบบสร้างองค์ความรู้Constructivism รูปแบบการสอนเน้นการเรียนรู้เป็นทีม และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบิร์ตสอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์และจัดกิจกรรม “ทีมเจรจา” และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 6 มีดังนี้ |               |                                                                                                                                                                                           |
| 6.1 จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               |                                                                                                                                                                                           |
| 6.1.1 การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ: การสร้างบรรยากาศขององค์กร                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               |                                                                                                                                                                                           |
| 6.1.2 รูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรม: การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง                                                                                                                                                                                                                                                                       |               |                                                                                                                                                                                           |
| 3. ขั้นสรุป: สรุปความจำเป็นของจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีมที่นำไปสู่โลกแห่งการแข่งขันอย่างเป็นทำในบรรยากาศการทำงาน                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                           |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |               |                                                                                                                                                                                           |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6 ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีมให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้                                                                                                                    |               |                                                                                                                                                                                           |
| ● ผู้นำกิจกรรม 2 คน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               |                                                                                                                                                                                           |
| ● พี่เลี้ยงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                           |
| ● สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทอดวิธีอธิบายการการสอนทักษะ                                                                                                                                                                                                                                                                                      |               |                                                                                                                                                                                           |
| ● จากนั้นอัฟขึ้นกลุ่มเพื่อ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |                                                                                                                                                                                           |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทินออนไลน์ครั้งที่10 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                           |
| 3. มอบหมายให้แต่ละกลุ่มออกข้อสอบปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนได้สอบปฏิบัติหลังจากเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ 13 กลุ่มละ 1 ข้อ                                                                                                                                                                                                                                       |               |                                                                                                                                                                                           |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข 2, 6                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | สื่อทัศนวิสัย | <ul style="list-style-type: none"><li>● พาวเวอร์พอยท์</li><li>● กรณีตัวอย่าง</li><li>● คลิปวิดีโอเกี่ยวกับจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม</li></ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• สื่อโซเชียลมีเดีย</li> <li>• สื่อมัลติมีเดีย</li> <li>• สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul> |
| <b>การวัดและประเมินผล</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.เครื่องมือวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- วิธีสังเกต</li> <li>- ใบบันทึกเวลาเรียน</li> <li>- งานที่มอบหมาย</li> </ul> </li> <li>2.วิธีการวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก</li> <li>- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งที่ชั่วโมงตามตารางสอน</li> <li>- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง</li> </ul> </li> <li>3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป</li> <li>- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน</li> <li>- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น</li> </ul> </li> </ol> |  |                                                                                                                                                                  |

## การแข่งขันอย่างเป็นธรรม

# 6

## *Fair Competition*

## บทนำ

การแข่งขันอย่างเป็นธรรมในนิยามของเอกสารประกอบการสอนเล่มนี้คือการแข่งขันด้วยการกำหนดกลยุทธ์ในการเอาชนะด้วยการหาข้อยุติที่ยอมรับร่วมกัน เป็นหลักการเจรจาต่อรองที่ทรงคุณค่าต่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน เนื่องจากเป็นกระบวนการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์หรือบริการในด้านต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างการทำงาน เพื่อให้ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องพยายามหาข้อยุติที่ยอมรับร่วมกัน และพอใจในข้อยุติหรือข้อตกลงนั้นๆ โดยประกอบไปด้วย 1) การทำความรู้จักคู่เจรจา ซึ่งเป็นขั้นตอนที่ต้องใช้การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีอย่างฉันทกัลยาณมิตร การสังเกต การรับฟังและเรียนรู้คู่เจรจา การทำความเข้าใจ และยอมรับพื้นฐานความแตกต่างของแต่ละคน ซึ่งทั้งหมดจะนำไปสู่แนวทางการช่วยประเมินสิ่งที่เกี่ยวข้องและเข้าใจปัญหา 2) กำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ โดยต้องกำหนดความต้องการในเรื่องที่จะเจรจาต่อรองของทั้ง 2 ฝ่าย และรับรู้ข้อมูลย้อนกลับของอีกฝ่าย อาจมีเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่คล้ายกัน ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อตกลงที่ใกล้เคียงกันและพอใจทั้งสองฝ่าย 3) เริ่มกระบวนการเจรจาต่อรอง ในขั้นนี้จะเป็นการเริ่มใช้ทักษะและกลยุทธ์ในการเจรจาต่อรองมาใช้ในสถานการณ์ต่อรองนั้นๆ ด้วยการทบทวนปัญหา และเริ่มที่ปัญหาที่มีความสำคัญก่อน การใช้ภาษา บรรยายการสังเกต ภาษากาย 4) การตกลงในหลักการและปฏิบัติตามข้อตกลง ขั้นนี้คือการยืนยันและยอมรับข้อตกลงภายหลังเสร็จสิ้นการเจรจาต่อรองโดยมีการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร ขณะที่ทั้งสองฝ่ายยังร่วมเจรจากันอยู่เพื่อลดความเข้าใจผิดหลังเจรจาต่อรอง จะเห็นว่าทั้ง 4 ข้อ คือหลักในการเสริมบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยทักษะการเจรจาต่อรอง เป็นวิธีการสื่อสารระหว่างบุคคลในการจัดการความขัดแย้งและสร้างแรงจูงใจตอบสนองความต้องการและความพึงพอใจเพื่อชีวิตในการทำงานที่มีความสุข ซึ่งทั้งหมดนี้คือการแข่งขันอย่างเป็นธรรมในโลกการทำงาน ผู้สอนจะขอก้าวในรายละเอียดต่อไป

## 6.1 จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ

### 6.1.1 การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ: การสร้างบรรยากาศองค์การ

(Effective negotiation: Creating an organizational climate)

เพราะการเจรจาต่อรองเป็นสิ่งที่คนทำงานต้องใช้ไม่มากก็น้อยและถือเป็นการแข่งขันอย่างเป็นธรรมอย่างหนึ่งในโลกการทำงาน แต่จะมีประสิทธิภาพมากน้อยขนาดไหนนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่างอาจแตกต่างกันไปตามแต่ละสถานการณ์ และทุกครั้งที่เกิดการเจรจาต่อรองจะเกิดการแลกเปลี่ยนหรือสิ่งตอบแทนตามมา

20 ข้อของการใช้จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพในโลกของการทำงานที่ทำให้เกิดการแข่งขันอย่างเป็นธรรมมีดังนี้

1. ความสำเร็จจากการหาข้อยุติเพื่อบรรลุความต้องการ
2. ผลลัพธ์ที่ได้คือสิ่งที่ต้องการโดยต้องพึงผู้อื่น
3. ไม่ทะเลาะเบาะแว้ง แต่ใช้ความร่วมมือกัน
4. ใช้การสื่อความหมาย
5. ใช้กระบวนการไกล่เกลี่ย แก้ปัญหา

6. สร้างความไว้วางใจแลกเปลี่ยนความต้องการ
7. ควรมีทั้งวิธีที่แข็งและวิธีที่อ่อน
8. ใช้ความสามารถในการพูดเพื่อลดความขัดแย้งอย่างอดทน
9. ปิดบังความคิดโดยไม่ใช้การโกหก
10. ถ่อมตัว มีเสน่ห์แต่ไม่หลงเสน่ห์ฝ่ายตรงข้าม
11. ตระเตรียมและวางแผนดี
12. สามารถคิดภายใต้แรงกดดัน
13. ใช้ถ้อยคำที่ลึก
14. ใช้อำนาจด้วยคำพูดเป็น
15. ซื่อสัตย์
16. มีทักษะในการฟังอย่างมาก
17. มีมุมมองที่กว้าง
18. เคารพผู้อื่น
19. พูดให้น้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อไม่ให้ตนเองกลายเป็นผู้เสนอข้อต่อรองก่อน เพื่อลดการเสียเปรียบ
20. พยายามอ่านใจผู้อื่นให้ได้

การแข่งขันอย่างเป็นธรรม สิ่งสำคัญเพื่อการเข้าใกล้ความเป็นธรรมให้มากที่สุดควรใช้การสร้างบรรยากาศคือจุดเริ่มต้นของการเริ่มใช้ทักษะและกลยุทธ์ในการเจรจาต่อรองมาใช้ในสถานการณ์ต่อรองนั้นๆ โดยหัวข้อนี้ Likert (1976) ได้สรุปไว้อย่างน่าสนใจและสามารถเชื่อมโยงเข้ากับการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่ออาชีพได้ 6 หลักการดังตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** บรรยากาศของคการ: ผลลัพธ์แห่งการใช้กลยุทธ์การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ

| บรรยากาศของคการ: ผลลัพธ์แห่งการใช้กลยุทธ์การเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพ |
|-------------------------------------------------------------------------|
| การติดต่อสื่อสารภายในองค์กร                                             |
| การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ                                              |
| การคำนึงถึงผู้ปฏิบัติงาน                                                |
| อำนาจและอิทธิพลในองค์กร                                                 |
| เทคนิคและวิทยาการที่ใช้ในองค์กร                                         |
| แรงจูงใจ                                                                |

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่า การติดต่อสื่อสารอย่างเปิดเผยและการเจรจาโดยให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการตัดสินใจและกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจน การเอาใจใส่ ที่อยู่บนอำนาจและอิทธิพลของทั้งผู้นำและผู้ตาม ทั้งหมดคือบรรยากาศที่ดีหลังจากได้ใช้กลยุทธ์ในการเจรจาต่อรองที่ยอมรับความแตกต่าง ลดความขัดแย้ง เกิดความพึงพอใจของทุกฝ่ายในการทำงาน เป็นการพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงานที่สามารถปรับเปลี่ยน

ตามสภาพแวดล้อมได้อย่างเหมาะสม แน่นอนว่าบรรยากาศที่ดีส่งผลให้บุคคลในองค์กรที่ต้องการรู้ความ เป็นไปขององค์การเป็นทุนเดิมอยู่แล้วนั้น รู้สึกถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์กร หากผู้นำใจกว้างกล้า เจริญจากต้อรองอย่างเปิดเผย ผู้ปฏิบัติงานก็จะปฏิบัติงานให้ผลที่ดี เอาใจใส่ พึงพอใจในหน้าที่การงานของ ตนเอง ทั้งนี้ต้องใช้ดุลยพินิจและการวินิจฉัยตนเองเพื่อการตัดสินใจ กลยุทธ์ในการเจรจาต่อรองจะสร้าง บรรยากาศแห่งความไว้วางใจ เปิดเผยและรับผิดชอบร่วมกันในทุกๆ มิติ แต่หากกระตือรือร้นความไว้วางใจกันต่ำ บรรยากาศก็จะเต็มไปด้วยความไม่สร้างสรรค์ ซึ่งกลยุทธ์ในการเจรจาต่อรองจะช่วยให้เกิดการแข่งขันอย่าง เป็นธรรม เปิดโอกาสในการติดต่อสื่อสารเพื่อความรับผิดชอบร่วมกันได้

### 6.1.2 รูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรม: การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง

ในหัวข้อนี้ ผู้สอนขอยกแนวคิดเกี่ยวกับสัมพันธภาพที่ตระหว่างบุคคลตามแนวคิด Beyer and Marshall (1980) ที่สะท้อนให้เห็นองค์ประกอบของสัมพันธภาพไว้ 6 องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องและเกิดขึ้น ได้จากการฝึกทักษะการเจรจาต่อรองภายใต้เวลาที่เหมาะสมนำไปสู่การแข่งขันที่เป็นธรรม ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 องค์ประกอบในการฝึกทักษะการเจรจาต่อรองภายใต้เวลาที่เหมาะสม

|                                                        |                               |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------|
| การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน                       |                               |
| การสนับสนุนกันและกัน                                   |                               |
| ความเป็นมิตรรื่นรมย์                                   | การลดทอนความเป็นตัวของตัวเอง  |
| การทำงานของกลุ่มที่มุ่งความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายร่วมกัน | เพื่อเพิ่มทักษะการเจรจาต่อรอง |
| การติดต่อสื่อสารแบบเปิด                                |                               |
| การเป็นอิสระจากการควบคุม                               |                               |

จากตารางที่ 4 มีรายละเอียดของนิยามดังนี้

การให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หมายถึง ความคิดเห็นที่เกิดจากการเจรจาต่อรองที่แสดงออก ถึงความเต็มใจในการแบ่งปันเอื้อเฟื้อความรู้ให้แก่กัน

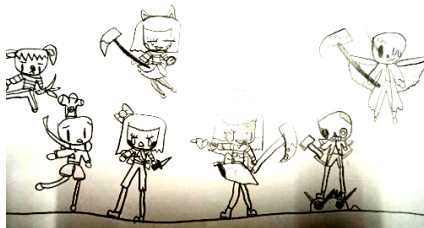
การสนับสนุนกันและกัน หมายถึง ความคิดเห็นในการเจรจาต่อรองที่แสดงออกถึงความเต็มใจที่จะ รับฟังความคิดเห็น การให้ข้อมูลย้อนกลับในทางบวก และรับฟังอย่างจริงจัง

ความเป็นมิตรรื่นรมย์ หมายถึง ความคิดเห็นในการเจรจาต่อรองที่แสดงออกถึง ความอบอุ่น ระหว่างเจรจาต่อรอง รวมไปถึงการสร้างบรรยากาศที่สบายผ่อนคลาย และมีความสนใจห่วงใยกันและกัน

การทำงานของกลุ่มที่มุ่งความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายร่วมกัน หมายถึง ความคิดเห็นในการเจรจา ต่อรองที่แสดงออกถึงการให้ความร่วมมือระหว่างกันและกัน มีการติดต่อประสานงานกันและกระตุ้นการ ทำงานของกันและกันได้เป็นอย่างดี

การติดต่อสื่อสารแบบเปิด หมายถึง ความคิดเห็นที่แสดงออกถึงการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างมี อิสระ ทำให้รู้สึกปลอดภัย มั่นคงที่จะเจรจากันอย่างต่อเนื่อง สามารถจัดการกับความขัดแย้งได้อย่างเปิดเผย และตรงไปตรงมา

ความเป็นอิสระจากการคุกคาม หมายถึง ความคิดเห็นที่แสดงออกในลักษณะที่ทำให้ผู้เจรจาทำงานด้วยความสงบ รู้ลึกถึงความจริงใจ ปลอดภัยที่จะพูดคุยด้วย ไม่มีความหวาดระแวง และให้ข้อติเตียนอย่างสร้างสรรค์





|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               | หน่วยที่ 6 บทเรียนที่ 6.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 6.2 เพื่อเห็นคุณค่าของแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 6.2.1 สรุปใจความสำคัญของรูปแบบและความหมายของแรงจูงใจได้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               | 90 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 6.2.2 ปรับใช้ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการเพื่อการการทำงานเป็นทีมได้                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |               | 90 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• สอบปฏิบัติการแสดงออกมารยาทโดยใช้การจัดการเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experimental Instruction) และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบิร์กและภาคปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพและการสอนโดยใช้คำถาม</li><li>• กิจกรรม “จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม” (จับฉลาก) และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 6 มีดังนี้<br/>6.2 แรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม<br/>6.2.1 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ<br/>6.2.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ: จุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาค้นหาตัวตน</li></ul> |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. แบบฝึกหัดหน่วยที่7ให้ทำโปรแกรมวัดแววจิตพิพ: แบบทดสอบรู้จักตนเอง ผ่านลิงค์ <a href="https://www.v-cop.go.th/wudwaew/">https://www.v-cop.go.th/wudwaew/</a> จากนั้นวิเคราะห์ที่เชื่อมโยงกับเนื้อหาที่เรียนในเอกสารประกอบการสอนและส่งงานผ่านเฟสกลุ่ม</li><li>2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนู่นออนไลน์ครั้งที่11 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน</li></ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข 1, 3, 4, 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | สื่อทัศนวัสดุ | <ul style="list-style-type: none"><li>• พาวเวอร์พอยท์</li><li>• กรณิ์ตัวอย่าง</li><li>• คลิปวิดีโอเกี่ยวกับจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม</li><li>• สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>• สื่อมัลติมีเดีย</li><li>• สื่อเทคโนโลยีการศึกษา</li><li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 6 การแข่งขันอย่างเป็นธรรม (ต่อ)</li></ul> |
| การวัดและประเมินผล                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <ol style="list-style-type: none"><li>1.เครื่องมือวัดและประเมินผล<ul style="list-style-type: none"><li>- วิธีสังเกต</li><li>- ใบบันทึกเวลาเรียน</li><li>- งานที่มอบหมาย</li></ul></li></ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

## 2.วิธีการวัดและประเมินผล

- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก
- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุก ครั้งในชั่วโมงตามตารางสอน
- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง
- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
- การสอบปฏิบัติการกล้าแสดงออกด้วยมารยาทเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ
- ประเมินผลตามสภาพจริง

## 3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้ รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## 6.2 แรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีม

### 6.2.1 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ

(The form and meaning of motivation)

ในการแข่งขันที่เป็นธรรมในโลกการทำงานนั้น การทำงานเป็นทีมควรต้องสร้างแรงจูงใจด้วยการพัฒนาสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เพราะมนุษย์มีสัมพันธภาพดังกล่าวเกิดขึ้นตั้งแต่กำเนิดและเกิดขึ้นตลอดเวลา ทุกคนมีประสบการณ์แตกต่างกัน ถ้าสิ่งเหล่านี้มีประสบการณ์การเกิดที่ไม่น่าจรรโลงใจนักจะนำมาซึ่งความไม่พึงพอใจ ความเครียด และวิตกกังวล การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคลคือรูปแบบการสร้างแรงจูงใจในการทำงานเป็นทีม ทำให้เกิดทักษะทางสังคมของแต่ละบุคคลในขณะร่วมงานด้วยทฤษฎีการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล Devito (1993) ทฤษฎีการดึงดูดความสนใจ (Attention Theory) มีหลักการอยู่ 4 ประการดังนี้

- 1) การดึงดูดความสนใจด้านกายภาพและบุคลิกภาพ โดยทำให้เกิดความเป็นมิตร อ่อนน้อม จริงใจ อยากร่วมกันเป็นทีมเดียวกัน
- 2) ความใกล้ชิดทางกายภาพ โดยเริ่มจากวันแรกๆ ของการทำงาน ต่อมาค่อยๆ พัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิดมากขึ้นเรื่อยๆ จนมาถึงวันที่ทำงานเป็นทีมเดียวกัน
- 3) การเสริมแรง เป็นการเพิ่มความสัมพันธ์ใกล้ชิดสนิทสนม เช่น เมื่อถึงวันครบรอบการปฏิบัติงาน มีการให้ของขวัญ หรือการเปิดเผยความคิดและความรู้สึกของกันและกัน เปิดใจคุยกัน
- 4) ความคล้ายคลึงกัน เช่น การแสดงความคิดเห็นด้วยต่อทัศนคติ ความเชื่อ ความคิด นำไปสู่ความใกล้ชิดสนิทสนมและเกิดความรู้สึกใจที่ต่อการทำงานเป็นทีมเดียวกัน

อนึ่ง นอกจากมาสโลว์ที่พูดถึงทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ (Maslow's Hierarchy of Needs Theory) ซึ่งเป็นทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจกลุ่มเชิงเนื้อหา (Content Theories) ซึ่งศึกษาปัจจัยด้านความต้องการของคนเป็นสำคัญ ทฤษฎีกลุ่มนี้ยังมีทฤษฎี ERG ทฤษฎีความต้องการ 3 อย่างและทฤษฎีสองปัจจัยของเฮิร์สเบิร์ก หรือกลุ่มทฤษฎีเชิงความคิดและกระบวนการด้วย ที่มุ่งศึกษาความสัมพันธ์ของ

ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีอิทธิพลต่อกันและส่งผลต่อกระบวนการความคิด จะเห็นว่ายังมีอีกหลายรูปแบบและหลายความหมาย แรงจูงใจมีความสำคัญต่อการปฏิบัติงานและการพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงาน แรงจูงใจคือเพื่อขับเคลื่อนในการแข่งขันที่เป็นธรรมในโลกแห่งการทำงาน เพราะงานใดๆ ที่มีประสิทธิภาพต้องประกอบด้วย 2 ส่วนได้แก่ ส่วนที่หนึ่งความสามารถหรือทักษะในการปฏิบัติงานของบุคคล และส่วนที่สองแรงจูงใจเพื่อโน้มน้าวบุคคลให้ใช้ความสามารถหรือทักษะในการปฏิบัติงาน ในที่นี้ผู้สอนจะขอกล่าวถึงรูปแบบและความหมายของแรงจูงใจเพื่อผู้เรียนได้นำไปปรับใช้ในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ

| ผู้เสนอแนวคิด               | รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| สุพานี สฤษฐาวานิช<br>(2552) | แรงจูงใจในการทำงานเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะแรงจูงใจทำให้เกิดการกระทำคือพนักงานต้องการทำงาน มีความมุ่งมั่นและใช้ความอดทนในการทำงาน พยายามเพื่อให้มีคุณภาพ ใครขาดแรงจูงใจจะมีการเฉื่อยชา ทำให้พ้นวันไปงานคุณภาพต่ำ                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Herzberg; et al.<br>(1959)  | บุคคลต้องการความสุขจากการทำงาน โดยแรงจูงใจในการทำงานที่เป็นปัจจัยแรงจูงใจมี 5 ประการได้แก่ 1) ความสำเร็จในการทำงานของบุคคล 2) การได้รับการยอมรับนับถือ 3) ลักษณะงานที่ปฏิบัติ 4) ความรับผิดชอบ และ 5) ความก้าวหน้า ส่วนองค์ประกอบเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมในการทำงานเป็นปัจจัยค้ำจุน ได้แก่ เงินเดือน โอกาสในการก้าวหน้า ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงานทุกระดับ สถานภาพของอาชีพ นโยบายและการบริหาร สภาพการทำงาน ความเป็นอยู่ส่วนตัว ความมั่นคงในงานและวิธีการปกครองบังคับบัญชา |

จากตารางที่ 5 รูปแบบและความหมายของแรงจูงใจ จะเห็นได้ว่าอาการขาดแรงจูงใจจะให้การพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงานไม่ประสบความสำเร็จ บุคคลจะเต็มไปด้วยความเฉื่อยชา ทำงานให้จบๆ ไปในแต่ละวัน แต่หากบุคคลเต็มไปด้วยแรงจูงใจ ความสุขจากการทำงานจะเกิดขึ้นจากลักษณะงานที่ปฏิบัติได้ตลอดเวลา โดยคนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะมีความต้องการ 3 ประการคือ 1) ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในการทำงาน ทำงานได้ดีกว่าคนอื่น สามารถบรรลุเป้าหมายได้ยาก แก้ปัญหาที่ซับซ้อน และสามารถพัฒนาวิธีการที่ดีขึ้นในการทำงาน คนแบบนี้มักชอบทำงานกับคนเก่ง 2) ความต้องการในอำนาจ ต้องการที่จะเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมของคนอื่นได้ สามารถควบคุมคนและงานได้ โดยจะมีความต้องการในอำนาจเพื่อตนเองกับความต้องการในอำนาจเพื่อสังคม 3) ความต้องการมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ต้องการการยอมรับจากกลุ่ม เป็นที่ชื่นชอบของเพื่อน สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้และเป็นมิตรที่ดี

พื้นที่สรุปองค์ความรู้ของผู้เรียน



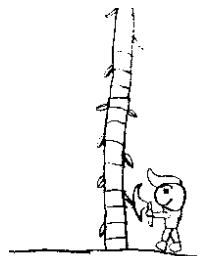
## 6.2.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ: จุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตน (Theory of responsiveness: the purpose of changing oneself to find oneself)

เหตุผลที่ผู้สอนต้องอธิบายทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการซึ่งเป็นทฤษฎีของมาสโลว์ ในหัวข้อนี้ก็เนื่องจากโลกแห่งการทำงานที่เต็มไปด้วยการแข่งขันจะเป็นธรรมชาติ ขึ้นอยู่ที่บุคคลเริ่มคิดที่จะเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตนหรือไม่ต่างหาก ในหัวข้อนี้ผู้สอนจะพูดถึงการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตนผ่าน ทฤษฎีการตอบสนองความต้องการ การพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานมีความสำคัญยิ่ง ดังคำกล่าวของ Hoffman (1996) ที่ว่าการส่งสมความเชี่ยวชาญในงานอาชีพเป็นภววิสัยในระดับบุคคล (Subjectivity of individual) โดยมีคุณลักษณะด้านจิตวิทยา พฤติกรรมนิยม เชาวน์ปัญญาที่สามารถทำนายประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานได้ โดยความสามารถเกิดจากการสั่งสมที่ละน้อย

ดังนั้นผู้สอนจึงขอสรุปจุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตนบนฐานทฤษฎีเกี่ยวกับการตอบสนองความต้องการ โดยเป็นข้อมูลจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สรุปเป็นประเด็นที่ผู้เรียนจะนำไปใช้ปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพเพื่อการทำงานได้ ดังนี้

- 1) ความต้องการที่จะสร้างแรงจูงใจที่จะพัฒนาความรู้และความสามารถของตนเองให้มากขึ้น
- 2) ความต้องการที่จะสร้างความเชี่ยวชาญในสายอาชีพที่ตนสนใจ โดยค้นหาข้อมูลในสายอาชีพ
- 3) ความต้องการศึกษาความรู้ที่จำเป็นในงาน
- 4) ความต้องการศึกษาติดตามองค์ความรู้เทคโนโลยีวิทยาการใหม่ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานที่สนใจ
- 5) ความต้องการมองเห็นตัวเองให้เป็นผู้นำ ไม่ใช่ผู้ตาม
- 6) ความต้องการที่จะกระตือรือร้นสร้างสรรค์ผลงานและผลสัมฤทธิ์
- 7) ความต้องการสนับสนุนให้มีกระบวนการจัดการความรู้ผ่านการแลกเปลี่ยนประสบการณ์
- 8) ความต้องการพร้อมเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง ไม่ย่อท้อง่าย ๆ
- 9) ความต้องการยอมรับการปรับสภาพแวดล้อม ปรับตัวทันต่อการเปลี่ยนแปลง
- 10) ความต้องการความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
- 11) ความต้องการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา
- 12) ความต้องการสื่อสารกับบุคลากรในองค์กร
- 13) ความต้องการคิดสร้างสรรค์และลุกขึ้นมาทำสิ่งใหม่เสมอ
- 14) ความต้องการค้นหาตัวตนให้เจอด้วยการไม่ปฏิเสธงานแม้เป็นงานใหม่ไม่เคยทำ
- 15) ความต้องการรับความรู้จากผู้อื่นผ่านการดำรงชีวิตร่วมกัน
- 16) ความต้องการสังเกต
- 17) ความต้องการกำกับตนเองเสมอ
- 18) ความต้องการไม่ละทิ้งโอกาสในการใช้ทักษะความรู้ความสามารถที่ได้สะสมมา
- 19) ความต้องการเชื่อมั่นในศักยภาพตนเอง
- 20) ความต้องการมุ่งมั่นในทางบวก

พื้นที่สรุปองค์ความรู้ของผู้เรียน



## บทสรุปหน่วยที่ 6

มาถึงตรงนี้ผู้เรียนจะได้เข้าใจถึงจุดมุ่งหมายแห่งการเปลี่ยนตัวเองเพื่อค้นหาตัวตนจากทฤษฎีไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ การลดทอนความเป็นตัวเองคือรูปแบบการต่อรองเพื่อการแข่งขันที่เป็นธรรมซึ่งจะช่วยเพิ่มทักษะการต่อรองได้ การแข่งขันอย่างเป็นธรรมในนิยามของเอกสารประกอบการสอนเล่มนี้ อย่างที่กล่าวไว้ข้างต้นว่าคือการแข่งขันด้วยการกำหนดกลยุทธ์ในการเอาชนะด้วยการหาข้อยุติที่ยอมรับร่วมกัน เป็นหลักการเจรจาต่อรองที่ตรงคุณค่าต่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน จากกิจกรรมผู้เรียนจะได้สร้างสัมพันธภาพที่อย่างฉันท์กัลยาณมิตร ได้การสังเกต ได้รับฟังและเรียนรู้คู่เจรจา รวมถึงการทำความเข้าใจ และยอมรับพื้นฐานความแตกต่างของแต่ละคน ซึ่งทั้งหมดจะนำไปสู่แนวทางการช่วยประเมิณสิ่งที่เกี่ยวข้องและเข้าใจปัญหา การเจรจาต่อรองในการทำงานของทั้ง 2 ฝ่าย เป็นหลักในการนำไปพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยทักษะการเจรจาต่อรอง เป็นวิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ



## กิจกรรมหน่วยที่ 6

1. ให้แบ่งกลุ่มสมมติว่าตนเองเป็นเมนเทอร์ที่จะมาช่วยสอนจิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพและแรงจูงใจกับการทำงานเป็นทีมให้กับเพื่อนๆ แต่ละกลุ่มเลือกหัวข้อที่ยากมาสอนเพื่อนๆ โดยแบ่งหน้าที่ในกลุ่มดังนี้

- ผู้นำกิจกรรม 2 คน พี่เลี้ยงประจำกลุ่มเพื่อนๆ กลุ่มละ 1 คน สมาชิกกลุ่มอื่น 1 คนทำหน้าที่ถ่ายทำวิดีโอบรรยายการสอนทักษะๆ จากนั้นอัปขึ้นกลุ่มเฟซ

2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนูทิตินออนไลน์ครั้งที่10-11 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดพัฒนาการบุคลิกภาพภายใน

3. มอบหมายให้แต่ละกลุ่มออกข้อสอบปฏิบัติเพื่อให้ทุกคนได้สอบปฏิบัติหลังจากเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ 13 กลุ่มละ 1 ข้อ

### แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6

1. จาก 20 ข้อของการใช้จิตวิทยาในการเจรจาต่อรองที่มีประสิทธิภาพในโลกของการทำงานที่ทำให้เกิดการแข่งขันอย่างเป็นธรรม จงเลือกมาเขียนเป็นบทสนทนาสร้างเป็นบทละครจากภาพที่กำหนด



รูปที่ 9 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6 รูปที่ 8

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





pixtastock.com - 45169211

รูปที่ 10 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 6 รูปที่ 9

[illegible]

## เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 6

1. สุพานี สฤณภูวนิช. (2552). พฤติกรรมองค์การสมัยใหม่: แนวคิดและทฤษฎี. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
2. Beyer and Marshell. (1980). Interpersonal Communication as Perceived by Nurse Educator in Collegial Interaction. *Nursing Research*, 30: 11-117
3. Devito, J.A. (1993). *Manages: Building Interpersonal Communication Skills*. (2<sup>th</sup> ed.). New York: Harper Collin College Publishers.
4. Herzberg; et al.(1959). *The motivation to work*. New York. John Willey and sons.
5. Hoffman, R. R. (1996). How Can Expertise be defined? Implications of Research from cognitive psychology. In R. Williams, W. Faulkner, & J. Fleck (Eds.), *Exploring Expertise: Issues and Perspectives* (pp. 81-100). UK: Palgrave Macmillan.
6. Likert, R., & Likert, J. G. (1976). *New ways of managing conflict*. McGraw-Hill.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                         | หน่วยที่ 7 บทเรียนที่ 7.1                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ                                                                                                                                                                                                                                                             | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์ |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| จุดประสงค์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.1 เพื่อปลูกฝังการเสริมพลังอำนาจในตนเองผ่านสื่อเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพในการทำงานวิชาชีพที่ตนสนใจ                                                                                                                                                                                                                                 |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.1.1 ประยุกต์ใช้หลักการใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต                                                                                                                                                                                                                                           |                         | 90 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 7.1.2 ยกตัวอย่างการประยุกต์ใช้สมบุรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อได้                                                                                                                                                                                                                                             |                         | 90 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| วิธีการสอนและกิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 1. นำเข้าสู่บทเรียน: ผู้สอนยกตัวอย่างครอบครัวตัวอย่าง คนในสังคมที่ประสบความสำเร็จในการครองงาน ครอบครัว ครอบครัวจากการใช้เจตคติความคิดความเชื่อและแสดงพฤติกรรมนั้นๆ                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 2. ชั้นสอน: การจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยี การจัดการเรียนรู้โดยใช้สื่อดิจิทัล และวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผลMoral Reasoningของโคลเบิร์กและการสอนโดยใช้คำถาม สอนบรรยาย พาวเวอร์พอยท์และจัดการอภิปรายกรณีศึกษา แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกและผิด หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 7 มีดังนี้ |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.1 บทสรุปการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเอง                                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.1.1 การใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต                                                                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7.1.2 สมบุรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อ                                                                                                                                                                                                                                                                        |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 3. ขั้นสรุป: 1) ความสำคัญของการใช้อุปสรรคและความยากลำบากในชีวิตพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน 2) ใช้ความคิดสร้างสรรค์เพื่อสมบุรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุข โดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 600-11-01 หัวข้อ กรณีศึกษาว่าด้วยบุคคลซึ่งเป็นแบบอย่างพลเมืองดีที่ประสบความสำเร็จ                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| งานที่มอบหมาย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 ให้ทำโปรแกรมวัดแววอาชีพ: แบบทดสอบรู้จักตนเอง ผ่านลิงค์ <a href="https://www.v-cop.go.th/wudwaew/">https://www.v-cop.go.th/wudwaew/</a> จากนั้นวิเคราะห์ที่เชื่อมโยงกับเนื้อหาที่เรียนในเอกสารประกอบการสอนและส่งงานผ่านเฟสกลุ่ม                                                                         |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนอนไลน์ครั้งที่11 ผ่านกลุ่มเฟซบุคเพื่อสะท้อนความคิดเห็นการพัฒนาบุคลิกภาพภายใน                                                                                                                                                                                       |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | เอกสารอ้างอิง           | หมายเลข 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | เอกสารประกอบ            | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | สื่อดิจิทัล             | <ul style="list-style-type: none"><li>กรณีตัวอย่าง</li><li>พาวเวอร์พอยท์</li><li>คลิป์วิดีโอ</li><li>สื่อโซเชียลมีเดีย</li><li>สื่อดิจิทัล</li><li>สื่อมัลติมีเดีย</li><li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ</li><li>แบบทดสอบออนไลน์</li></ul> |

#### **การวัดและประเมินผล**

##### **1. เครื่องมือวัดและประเมินผล**

- วิธีสังเกต
- ใบบันทึกเวลาเรียน
- งานที่มอบหมาย

##### **2. วิธีการวัดและประเมินผล**

- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก
- สังเกตพฤติกรรมการเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งที่ในชั่วโมงตามตารางสอน
- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง

##### **3. เกณฑ์การวัดและประเมินผล**

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมาสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## การเสริมพลังอำนาจตนเอง ผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

# 7

*Self empowerment to  
Personality Development Media*

## บทนำ

ในโลกแห่งการทำงานเรียกได้ว่าเป็นโลกแห่งชีวิตจริงที่แตกต่างอย่างสิ้นเชิงกับโลกในรั้วมหาวิทยาลัย สิ่งสำคัญของการสร้างความสุขในโลกแห่งการทำงานได้อย่างยั่งยืน คงต้องรู้จักพลิกอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิตให้พินาศโอกาสแห่งการแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ ด้วยการสำรวจความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตนของตลาดแรงงาน เพื่อการปรับบุคลิกภาพตามความต้องการของตลาดแรงงานและเพื่อความสุขในโลกแห่งการทำงานที่มั่นคงต่อไป สื่อมีอิทธิพลอย่างมากต่อโลกยุคปัจจุบัน เทคนิคการสะท้อนตัวตนผ่านสื่อถูกใช้ทุกวันโดยที่เราไม่รู้ตัวว่าคือรูปแบบแห่งการเสริมพลังอำนาจตนเอง เช่น การโพสต์เฟสบุ๊ค การนับยอดไลค์ การเล่น Tiktok การอัปเดตสถานะผ่านไลน์หรือโซเชียลมีเดีย ล้วนแล้วแต่เป็นการรายงานตัวตนผ่านสื่อเพื่อเสริมพลังอำนาจตนเองโดยอัตโนมัติ เหล่านี้คือพฤติกรรมการสะท้อนบุคลิกภาพของตนเองผ่านสื่อแทบทั้งสิ้น ในบั้นนี้จะชวนให้ผู้เรียนได้ขบคิดว่าหากจะนำรูปแบบแห่งการเสริมพลังอำนาจตนเองมาปรับใช้เพื่อการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานผ่านสื่อ นั้นจะต้องทำอย่างไร

### 7.1 บทสรุปการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเอง

#### 7.1.1 การใช้สื่อเสริมพลังอำนาจตนเองด้วยอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต

(Using media for self-empowerment with obstacles and Adversity in life)

จากบทที่ 2 ในทฤษฎีของสตอลท์ซ (Stoltz, 1997) อุปสรรคและความยากลำบากในชีวิตเป็นปัจจัยและองค์ประกอบที่ทำให้บุคคลล้มเลิกหรือเพียรพยายามกระทำและมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพ โดยเขาได้เสนออุปสรรคและวิกฤตในชีวิตที่สามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

- วิกฤตทางสังคม (Social Adversity) คือ ความทุกข์ที่เกิดภายในสังคมที่เราอาศัยอยู่ เช่น อันตรธานจากอาชญากรรม ปัญหาครอบครัว ความเสื่อมทางศีลธรรม และการขาดศรัทธาในธรรมเนียมรวมถึงระบบการศึกษา
- วิกฤตที่ทำงาน (Workplace Adversity) คือ ความทุกข์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิต การทำงาน เช่น ความไม่มั่นคงในอาชีพการงาน อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางเศรษฐกิจ ทำให้องค์กรต้องปรับตัวตามเช่น การจัดการใหม่ (Re-engineering) การปรับโครงสร้างองค์กร (Restructuring) การปรับขนาดองค์กร (Resizing) การปรับขนาดให้เล็กลง (Downsizing) การฟื้นฟูใหม่ (Revitalizing) และการกระจายอำนาจ (Decentralizing) การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้สืบเนื่องมาจากสมมติฐานว่า การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพขององค์กร เช่น ลดจำนวนคนลงแต่ทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น ต้นทุนก็ต่ำลงทำให้ได้กำไรเพิ่มขึ้น การเปลี่ยนแปลงองค์กรดังกล่าวทำให้เกิดผลกระทบกับการจ้างงาน การเลิกจ้าง การกำหนดอัตราค่าจ้างใหม่อันมีผลกระทบต่อบุคคลที่ได้รับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว
- วิกฤตระดับปัจเจกบุคคล (Individual Adversity) เป็นความทุกข์และอุปสรรคที่เป็นผลกระทบเป็นขั้นๆ ถ่ายทอดมาจากวิกฤตทางสังคมและวิกฤตที่ทำงาน การเอาชนะปัญหาและอุปสรรคในระดับ

ปัจเจกบุคคลสามารถปรับเปลี่ยนได้โดยการสร้างวิกฤตให้เป็นโอกาสและการพัฒนาความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคให้มีระดับที่สูงมากเพียงพอ

ความคิดเรื่องอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิตของสโตลท์หันไปสู่การรับรู้ความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคลเพื่อผ่านพ้นอุปสรรคความยากลำบากหรือเหตุการณ์ที่คับขัน หรือมีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของบุคคลทำให้เปลี่ยนแปลงความสามารถของบุคคลในการควบคุมสถานการณ์ในการทำงานได้ ยกตัวอย่างเช่น สำหรับผู้ที่มีแนวคิดในการค้นหาสาเหตุของปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นว่ามาจากสาเหตุใด โดยการวิเคราะห์ทั้งตนเองและสิ่งแวดล้อมภายนอก และกำหนดบทบาทให้ตนเองเป็นเจ้าของปัญหา มีหน้าที่รับผิดชอบในการแก้ปัญหา นั้นสู่การศึกษาเรียนรู้จนสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ การพิจารณาสิ่งแวดล้อมภายนอกเป็นการมองโลกในแง่ดี ส่วนการพิจารณาตนเองเป็นการตำหนิตนเองในระดับที่เหมาะสม เพื่อกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ที่จะแก้ไขปรับปรุงตนเองจากความผิดพลาดที่เกิดขึ้น มีความรู้สึกผิดในระดับที่เหมาะสม ไม่โทษตัวเองพร่ำเพรื่อจนทำให้หมดกำลังใจ สำหรับผู้ที่มีการมองว่าอุปสรรคมีพื้นฐานมาจากความรับผิดชอบของตนเอง ขอบตำหนิหรือโทษตัวเองมากเกินไป อันจะทำให้เสียกำลังใจและทำลายความหวังและพลังใจในตนเอง ความรู้สึกนี้หากสะสมเป็นเวลานานจะทำให้หมดกำลังใจ ท้อถอย ซึมเศร้าและยอมแพ้ในที่สุด การตำหนิหรือกล่าวโทษตนเอง หากอยู่ในระดับที่พอดี จะทำให้เกิดการเรียนรู้ และปรับปรุงพฤติกรรมให้ดีขึ้น ในขณะที่เดียวกันหากกล่าวโทษตัวเองมากเกินไปจะนำมาซึ่งความเสียใจ โดดเดี่ยว และมีโอกาสทำร้ายผู้อื่นได้ (Stoltz, 1997)

มรรควิธีที่สโตลท์ชี้ให้เห็นแนวคิดชุดนี้คือ หนทางสู่ความสำเร็จจากความสามารถของบุคคลในการตอบสนองหรือเอาชนะเหตุการณ์ที่ยากลำบาก ตอกย้ำให้รู้ว่าสถานการณ์วิกฤตใดๆ ก็สามารถแก้ไขและฝ่าฟันไปได้ด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเองในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน

การมีศักยภาพในตนเองหรือที่เรียกว่าการมีพลังอำนาจ (Power) จากการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะบุคคลที่ลงมือปฏิบัติ สามารถรับรู้ได้จากพฤติกรรมและผลงาน พลังอำนาจทำให้เกิดความรู้สึกที่ได้ทำสิ่งที่แตกต่าง ทรงคุณค่า เกิดการเรียนรู้เพิ่มพูนทักษะความสามารถในการทำงาน สำนึกรับผิดชอบต่อหน้าที่ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีน้ำใจ มีสัมพันธไมตรีต่อกัน รักสามัคคี เชื้อเอื้อ ไว้วางใจกัน สร้างความตื่นตัวกระตือรือร้นในการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน (Cunningham and Corderio, 2000) ซึ่งบุคคลที่มีพลังอำนาจในตนเองดังกล่าวจะสามารถผลิตผลงานที่มีคุณภาพ มีความกระตือรือร้นและความพร้อมในการทำงาน พึงพอใจกับภาระหน้าที่ที่ได้รับ (Fisher, 1993)

พลังอำนาจในตนเองเป็นสิ่งที่ดี เพราะจะทำให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและวิธีการทำงานในทางที่ดีขึ้น บุคคลจะมีพัฒนาการทางความรู้ ความคิดและทักษะการทำงาน (Dalton, et.al, 2001)

อนึ่งรูปแบบที่หลากหลายของการเสริมพลังอำนาจตนเองถูกนำมาใช้ในหลายกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนได้ทราบศักยภาพของตนเอง เช่น การที่บางสถาบันการศึกษาได้จัดกิจกรรมการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองของผู้นำนักศึกษาด้วยเกม ช่วยให้ผู้นำนักศึกษาได้ฝึกการรู้จักตนเอง ทราบศักยภาพของตนเองในการดำเนินงาน เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการดำเนินงาน ผู้นำนักศึกษาได้ดึงเอาศักยภาพตนเองออกมาใช้ปฏิบัติงานตามบทบาทที่ได้รับมอบหมายขององค์กรนักศึกษา พลังอำนาจที่เกิดขึ้นในตัว

ของผู้มีหน้าที่ศึกษายังมีส่วนช่วยในการกระตุ้นกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียนอื่นในสถาบันการศึกษาด้วย (เพ็ญพรรณ พิทักษ์สงคราม, 2561) ซึ่งเครื่องมือที่ใช้อาจเป็นเกม เป็นสื่อ เป็นกิจกรรมใดๆ ทั้งหมดก็เพื่อปลูกฝังอำนาจให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนทั้งสิ้น

### สื่อ

ทุกวันนี้ การเกิดขึ้นของสื่อหลอมรวมทำให้การติดต่อสื่อสารรวดเร็วกว่าเดิมและผสานกันทั้งโลกไว้ด้วยกัน ผลที่ตามมา คือพลังข่าวสารที่ครอบงำสังคมและวัฒนธรรมทุกภาคส่วน ในปัจจุบันการพัฒนาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศไม่ได้หยุดนิ่ง สื่ออินเทอร์เน็ตมีการพัฒนาไปอย่างมาก เพื่อการติดต่อสื่อสารที่เพิ่มขึ้น ดังนั้นกล่าวได้ว่า การเปลี่ยนแปลงของระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ สามารถแบ่งสื่อออกเป็น 2 ประเภทตามลักษณะของการใช้สื่อ คือสื่อแบบดั้งเดิมและสื่อใหม่ ดังนี้

1. สื่อดั้งเดิม (traditional media) หมายถึง สื่อที่ผู้ส่งสารทำหน้าที่ส่งสารไปยังผู้รับสารได้ทางเดียวที่ผู้รับสารไม่สามารถติดต่อกลับทางตรงไปยังผู้ส่งสารได้ สามารถแบ่งย่อยได้ดังนี้

- สื่อทำหน้าที่ส่งสารเพียงอย่างเดียว หมายถึง สื่อทำหน้าที่ส่งสารด้วยหนังสือหรือเสียงหรือภาพไปเพียงอย่างเดียว ได้แก่ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่อวิทยุ
- สื่อที่ทำหน้าที่ส่งสารสองอย่าง คือส่งทั้งภาพและเสียงไปพร้อมกัน ได้แก่ สื่อโทรทัศน์ สื่อภาพยนตร์

2. สื่อใหม่ (new media) หมายถึง สื่อที่เอื้อให้ผู้ส่งสารและผู้รับสารทำหน้าที่ส่งสารและรับสารได้พร้อมกันเป็นการสื่อสารสองทางและสื่อยังทำหน้าที่ส่งสารได้หลายอย่างรวมกัน คือ ภาพ เสียง และข้อความไปพร้อมกัน โดยรวมเอาระบบเทคโนโลยีของสื่อดั้งเดิมเข้ากับความก้าวหน้าของระบบเทคโนโลยีแบบประสม (multimedia) ปัจจุบันสื่อใหม่พัฒนาขึ้นหลากหลายที่เป็นที่รู้จักและนิยมกันมากคือสื่ออินเทอร์เน็ต สื่อโทรศัพท์เคลื่อนที่ นอกจากนี้ในอนาคตสื่อใหม่พัฒนายิ่งขึ้น โดยการนำเอาสื่อดั้งเดิมโดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อโทรทัศน์มาผนวกรวมกับสื่ออินเทอร์เน็ต เรียกว่า สื่อโทรทัศน์แบบปฏิสัมพันธ์ ที่ทำหน้าที่ส่งสารหลายอย่างเช่นกัน คือ ภาพ เสียง และข้อความ ดังนั้นเมื่อผู้บริโภคดูรายการโทรทัศน์แบบเฉพาะบุคคลจะสามารถมีปฏิสัมพันธ์ผ่านสื่ออินเทอร์เน็ตพร้อมกัน (พริตติ สมบัติพานิช, 2547)

ผู้เรียนลองนำกรอบแนวทางเพื่อวิเคราะห์สื่อมาพิจารณาว่า คุณสมบัติอันทรงพลังของสื่อสามารถบันดาลให้เกิดการเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพได้อย่างไร ดังนี้

### กรอบแนวทางเพื่อวิเคราะห์การพัฒนาสื่อโดยเชื่อมโยงอย่างองค์รวมจากแนวคิดสังคมวิทยา

1. การกระทำของมนุษย์เกี่ยวข้องกับเป้าประสงค์ต่างๆ และความมุ่งหวังที่อยากพัฒนาไปให้สูงขึ้น
2. ความต้องการของคนส่วนใหญ่เหมือนกันบนใด ความต้องการในระดับที่สูงกว่าจะถูกเรียกเป็นแรงจูงใจของบุคคล
3. โลกแบบกลับด้าน เป็นโลกซึ่งผลตอบแทนเชิงลบสามารถกลับกลายเป็นผลตอบแทนเชิงบวก
4. บุคคลจะเริ่มเปิดใจยอมรับผ่านการตั้งคำถามเชิงวิพากษ์และการสะท้อนคิดเชิงวิพากษ์กับตนเองอย่างสมเหตุสมผลได้ก่อนที่จะยอมรับความทุกข์หรือความไม่พอใจ จนสามารถแลกเปลี่ยนกระบวนการเปลี่ยนแปลงกับบุคคลอื่น



5. การใคร่ครวญภายในตนเองหรือโดยผ่านญาณตรศนะ อารมณ์และสิ่งที่อยู่เหนือเหตุผล ว่าสามารถนำไปสู่การสร้างสรรค์ตนเองในระดับจิตใหม่และการขยายจิตสำนึกสู่การยอมรับความจริงในความหมายและมุมมองใหม่ได้

6. ผลลัพธ์ที่เกี่ยวข้องกับตนนำไปสู่ผลลัพธ์ที่เกี่ยวข้องกับมุมมองต่อโลก

7. การมอ้ยอนอดีต จะทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้มากขึ้น เกิดความคิดความเชื่อชุดใหม่ และมีการปฏิบัติการตามโนทัศน์ใหม่ที่เกิดจากการได้เรียนรู้ด้วยการใคร่ครวญไตร่ตรองอดีต ทั้งนี้ก็ยังคงเป็นอีกหนทางในการปลดปล่อยพลังอำนาจในตนเอง (ปริศน ไขยนิษฐ์, 2563)

หากนำแนวคิดทั้ง 6 ข้อมาเป็นกรอบแนวทางเพื่อวิเคราะห์การพัฒนาสื่อ จะทำให้สื่อมีพลัง เกิดผลลัพธ์ต่างๆ มากมายได้ ผู้สอนจึงคิดว่าหากเราได้ลองนำสื่อมาพัฒนาบุคลิกภาพของผู้เรียนโดยสื่อนั้นเกิดจากการสร้างสรรค์ของผู้เรียนเอง เพราะสื่อสามารถสร้างค่านิยมอุดมคติได้ ด้วยการผลิตเข้าไปเรื่อยๆ กระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพอาจเกิดขึ้นได้อย่างช้าๆ โดยมีแนวโน้มแปรผันไปตามสิ่งที่สื่อนำเสนอ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้เรียนได้สร้างสรรค์ขึ้นด้วยตนเอง กิจกรรมดังกล่าวผ่านสื่อจึงนับได้ว่าเป็นรูปแบบแห่งการเสริมพลังอำนาจในตนเอง

### 7.1.2 สมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกสร้างสุขสะท้อนตัวตนผ่านสื่อ

(Positive Perfectionism to happiness reflecting self to media)

ในหัวข้อนี้ผู้สอนอธิบายจากทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมหรือ Perfectionism โดยลักษณะดังกล่าวเป็นการเพียรพยายามของนักคิดและนักปราชญ์ชาวตะวันตกในการสร้างมาตรฐานที่เป็นเลิศของมนุษย์ ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมเป็นที่รู้จักมากขึ้นจากศาสตร์ทางด้านจิตวิทยาจนได้รับการยอมรับว่าเป็นลักษณะทางบุคลิกภาพที่มีความเป็นสากลของมนุษย์ตั้งแต่ค.ศ. 1980 เนื่องจากนำมาระบุเป็นเกณฑ์หนึ่งในการวินิจฉัยโรคย้ำคิดย้ำทำ (obsessive-compulsive disorder: OCD) โดยผู้สอนจะได้นำลักษณะดังกล่าวมาอธิบายหัวข้อการปรับตัวอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่และครอบครัวที่มีสุขเนื่องจากลักษณะดังกล่าวนี้เกิดจากการมุ่งมั่นกระทำสิ่งต่างๆ เพื่อให้ได้ข้อบกพร่อง และตั้งมาตรฐานที่สูงเกินจริงทำให้บุคคลไม่เกิดการปรับตัว ไม่มีความสุข แต่ลักษณะดังกล่าวใช่ว่าจะมีแต่ผลลบ ด้านบวกยังผลให้บุคคลมีแรงจูงใจสูงขึ้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นดังที่ Hamachek (1978) ได้อธิบายไว้ถึง 2 มิติดังนี้

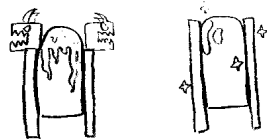
มิติที่ 1 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในเชิงปกติ normal perfectionists บุคคลมีการแสวงหาความสมบูรณ์แบบโดยมีการตั้งมาตรฐานที่สูงในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งและมีความมุ่งมั่นในการทำเพื่อความเป็นเลิศ

มิติที่ 2 ลักษณะสมบูรณ์แบบนิยมในเชิงวิตกกังวล neurotic perfectionists บุคคลมีความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ เช่นวิตกกังวลเกี่ยวกับความผิดพลาด วิตกกังวลเกี่ยวกับความสงสัยในการกระทำ วิตกกังวลกลัวว่าคนอื่นจะไม่พอใจในตนเองและวิตกกังวลว่าเรื่องจริงจะไม่เป็นอย่างที่คิดไว้

ธรรมชาติของบุคคลจะมีสองลักษณะดังกล่าวอยู่ในตัวเอง แต่ปริมาณมากน้อยต่างกันขึ้นอยู่กับความคิดความเชื่อและทัศนคติในการปรับตัว ครอบครัวและการเลี้ยงดูมีส่วนสำคัญยิ่งดังที่กล่าวมาแล้ว บุคคลจะมุ่งมั่นทำตามศักยภาพอย่างเต็มที่เท่าที่ตนเองมีมากกว่าการวิตกกังวล นั่นแปลว่าบุคคลมีลักษณะ

สมบูรณ์แบบนิยมเชิงบวกมากกว่าการวิตกกังวลว่าจะผิดพลาด *ควรหาวิธีทำอะไรให้ตนเองรู้สึกยินดีใน*  
*การแสวงหาความสมบูรณ์แบบมากกว่าการกลัวที่จะพบความล้มเหลว มุ่งเน้นสิ่งที่ทำให้ประสบ*  
*ความสำเร็จมากกว่าการกังวลเปรียบเทียบกับผลงานตนเองกับมาตรฐานที่ไม่ได้อยู่ในโลกแห่งความเป็น*  
*จริง หากครอบครัวให้ความรักและเข้าใจไม่คาดหวัง บุคคลจะพบความสุขในโลกยุคใหม่อย่างแท้จริง*  
*โลกที่ทุกคนมีอิสระในการใช้ชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ โลกที่ทุกคนคือเรา ไม่แบ่งแยก ไม่กดขี่*

พื้นที่สรุปองค์ความรู้ของผู้เรียน



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |               | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |               | หน่วยที่ 7 บทเรียนที่ 7.2                                                                                                                                                                                                                                                |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>จุดประสงค์การสอน</b><br>7.2 เพื่อให้ตระหนักถึงการใช้อย่างมีประสิทธิภาพตามความต้องการของตลาดแรงงาน<br>7.2.1 เขียนการใช้แนวทางการเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงานได้ 180 นาที<br><b>วิธีการสอนและกิจกรรม</b><br>1. <b>นำเข้าสู่บทเรียน:</b> ผู้สอนสุ่มนักศึกษาเพื่อซักถามอุปนิสัยที่สร้างแรงบันดาลใจของตนเองมีอย่างไร<br>2. <b>ขั้นสอน:</b> วิธีการสอนโดยใช้คำถามและวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบอร์ก<br>สอนบรรยายพาเวอร์พอยท์และจัดการอภิปรายกรณีศึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและหาข้อสรุปเหตุผลที่ถูกต้องและผิด<br>หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 7 มีดังนี้<br>7.2 ความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน<br>7.2.1 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของตลาดแรงงาน<br>3. <b>ขั้นสรุป:</b> เน้นความสำคัญของการพัฒนาพฤติกรรมการเห็นคุณค่าในตนเอง และการมีอุปนิสัยการสร้างแรงบันดาลใจ<br>ในเชิงบวกโดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ<br><b>งานที่มอบหมาย</b><br>1. แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 ให้ทำโปรแกรมวัดแววอาชีพ: แบบวัดความถนัดทางอาชีพ ผ่านลิงค์ <a href="https://www.v-cop.go.th/wudwaew/">https://www.v-cop.go.th/wudwaew/</a> จากนั้นวิเคราะห์เชื่อมโยงกับเนื้อหาที่เรียนในเอกสารประกอบการสอนและส่งงานผ่านเฟสกลุ่ม<br>2. พิมพ์ข้อความสะท้อนความคิดความรู้สึก (Reflect) เขียนสื่อนอนินออนไลน์ครั้งที่ 13 ผ่านกลุ่มเฟซบุ๊คเพื่อสะท้อนความคิด<br>พัฒนาการบุคลิกภาพภายใน |               |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | เอกสารอ้างอิง | หมายเลข -                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | เอกสารประกอบ  | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | สื่อทัศนวัสดุ | <ul style="list-style-type: none"> <li>พาเวอร์พอยท์</li> <li>วิดีโอ/โซเชียลมีเดีย</li> <li>สื่อทัศนูปกรณ์</li> <li>แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>เอกสารประกอบการสอน</li> <li>บัตรคำเกี่ยวกับความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของตลาดแรงงาน</li> <li>ใบงานอิเล็กทรอนิกส์</li> </ul> |
| <b>การวัดและประเมินผล</b><br>1. เครื่องมือวัดและประเมินผล<br>- วิธีสังเกต<br>- ใบบันทึกเวลาเรียน<br>- งานที่มอบหมาย<br>2. วิธีการวัดและประเมินผล<br>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก<br>- สังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้และส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุก                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |                                                                                                                                                                                                                                                                          |

ครั้งในชีวิตตามตารางสอน

- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง
- ประเมินจากผลงานการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างการจัดการเรียนรู้และหลังจัดการเรียนรู้และผลการรายงานตนเอง
- ประเมินผลตามสภาพจริง

3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมีสาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## 7.2 ความต้องการบุคลิกภาพการทำงานของคนตลาดแรงงาน

### 7.2.1 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อตามความต้องการของคนตลาดแรงงาน

(Self-Empowerment to media with Labour market)

ในหัวข้อนี้ผู้สอนจะชวนผู้เรียนมองผ่านมุมมองของความต้องการบุคลิกภาพของคนตลาดแรงงานซึ่งเป็นปลายทางของผู้เรียนบางคนบ้าง คนที่ตลาดแรงงานนั้นต้องการอาจมีลักษณะต่างๆ เพื่อผู้เรียนได้พิจารณาตนเองผู้การเสริมพลังอำนาจตนเอง ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ความต้องการบุคลิกภาพของคนในตลาดแรงงานในลักษณะต่างๆ ต้องการ

| ลักษณะงาน                                            | ความต้องการบุคลิกภาพของคนในตลาดแรงงานในลักษณะต่างๆ ต้องการ                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| งานขายและบริการ                                      | มีทักษะในการเจรจา ละเอียตรอบคอบ ใจรักงานขายและบริการ กล้าแสดงออก ชยัน อดทน ตรงต่อเวลา                                                                                              |
| งานการจัดการตลาด                                     | ชอบวางแผนและกำหนดกลยุทธ์ทางการตลาดและแบบจำลองทางธุรกิจ ชอบการวิเคราะห์เพื่อการตัดสินใจทางธุรกิจ มีความสามารถด้านภาษา มีไหวพริบและบุคลิกลักษณะที่เหมาะสมกับการปฏิบัติหน้าที่        |
| งานเกี่ยวกับภาษาอังกฤษ                               | มีความมั่นใจในการฟังพูดอ่านเขียนภาษาอังกฤษ สรุปประเด็นเนื้อหาสำคัญได้ดี ไหวพริบเหมาะสม                                                                                             |
| งานเกี่ยวกับช่างซ่อมต่างๆ หรือด้านวิศวกรรม พหารดาร์ว | ชอบกิจกรรมที่ใช้แรงกายมากกว่ากิจกรรมที่ต้องคิดวิเคราะห์ ชอบทำกิจกรรมกลางแจ้ง มีความแข็งแรงทางกายและใจที่มั่นคง อดทน บากบั่น                                                        |
| งานเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์                              | ชอบคิดวิเคราะห์ วางแผนก่อนลงมือ ชอบศึกษาหาความรู้ มีเหตุและผลสูง                                                                                                                   |
| งานเกี่ยวกับศิลปะ                                    | ให้ความสำคัญกับอารมณ์ จินตนาการ มีความคิดสร้างสรรค์ เป็นตัวของตัวเอง รักอิสระ เก็บตัว                                                                                              |
| งานที่เกี่ยวกับการสื่อสาร                            | ชอบช่วยเหลือผู้คน เข้าใจผู้อื่น ชอบเข้าสังคม รู้กาลเทศะ เข้าใจเพื่อนมนุษย์ ชอบการปรับตัว มีการวางตัวเหมาะสม ประนีประนอม มีทักษะในการเจรจาต่อรองและสร้างและรักษามิตรภาพระหว่างบุคคล |

จะเห็นว่าในตารางที่ 6 นั้นได้นำเสนอความต้องการบุคลิกภาพของคนในตลาดแรงงานในลักษณะต่างๆ ต้องการ เมื่อผู้เรียนทราบรายละเอียดตรงนี้ ลองมาวิเคราะห์ตัวเองว่าควรเสริมพลังอำนาจในตนเองผ่านสื่อเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพให้เป็นไปอย่างที่ต้องการได้อย่างไร

ตัวอย่างการใช้สื่อพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานมีให้เห็นจากการสร้างทัศนคติอย่างสร้างสรรค์ด้วยรายการโทรทัศน์สร้างแรงบันดาลใจ ผู้ผลิตรายการต้องคำนึงถึงผู้ชมหรือผู้รับสื่อด้วยว่า ทัศนคติของบุคคลนั้นสามารถถูกทำให้เปลี่ยนแปลงได้หลายวิธี อาจจะโดยวิธีที่บุคคลได้รับข่าวสารนี้อาจมาจากบุคคลอื่น หรือมาจากสื่อประเภทต่างๆ ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงส่วนประกอบของทัศนคติด้านความรู้ หรือการรับรู้ (Cognitive component) ซึ่งเป็นที่เชื่อกันว่าถ้าส่วนประกอบส่วนใดส่วนหนึ่งเปลี่ยนแปลง ส่วนประกอบอื่นก็จะมีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงด้วยเช่นกัน เช่น ถ้าส่วนประกอบของทัศนคติด้านความรู้เปลี่ยนแปลง ก็จะมีแนวโน้มทำให้ส่วนประกอบด้านอารมณ์ (Affective Component) และส่วนประกอบทางด้านปฏิบัติ (Behavioral Component) เปลี่ยนแปลงได้ (ปริณุต ไชยนิษฐ์และคณะ, 2564)

เพราะการสร้างพลังอำนาจตนเองขึ้นอยู่กับหลักการสร้างความสุข และการสร้างพลังดังกล่าวเกิดขึ้นได้ในทุกสถานการณ์ไม่ว่าแม้แต่สถานการณ์ที่เป็นงานเป็นการอย่างยิ่งยวดอย่างอาชีพการทำงานวิจัย ดังตัวอย่างงานของปริณุต ไชยนิษฐ์และเรืองสิน ปลื้มปั่น (2563) ที่ได้พูดถึงการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมไว้ว่า ถือเป็นการวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วมกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเข้าด้วยกัน เกิดชุดความรู้ใหม่ นักวิจัยต้องการสร้างการปลดปล่อยเพื่อการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นในชุมชน โดยคณะวิจัย ชุมชนและแกนนำชาวบ้านมีส่วนร่วมในการสะท้อนที่ย้อนแย้งผ่านการวิจัยทุกขั้นตอนบนหลักการสร้างความสุขตั้งแต่ ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ ร่วมทำ ร่วมตรวจสอบและร่วมรับประโยชน์ควบคู่ไปกับกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน โดยยึดประชาชนเป็นศูนย์กลางแห่งการเสวนาและแก้ปัญหาโดยใช้กระบวนการเรียนรู้ผ่านการพูดคุยแลกเปลี่ยน

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| แผนการสอนสัปดาห์ที่ 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                 | วิชา 602-12-03                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                 | หน่วยที่ 7 บทเรียนที่ 7.2                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| ชื่อหน่วย หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                 | เวลาเรียน 3 คาบ/สัปดาห์                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>จุดประสงค์การสอน</b><br>7.2 เพื่อให้ตระหนักถึงการใช้อสื่อพัฒนาบุคลิกภาพตามความต้องการของตลาดแรงงาน<br>7.2.2 สาธิตการแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพได้ 180 นาที                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>วิธีการสอนและกิจกรรม</b><br><b>กิจกรรมนำเสนอผลงาน:</b> การแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพผ่านสื่อสร้างสรรค์โดยใช้การจัดการเรียนรู้โดยใช้เทคโนโลยีและวิธีการสอนด้วยทฤษฎีการปลูกฝังจริยธรรมด้วยเหตุผล Moral Reasoning ของโคลเบิร์กและการจัดการเรียนรู้แบบโครงงานโดยบูรณาการเนื้อหาให้สัมพันธ์กับรายวิชา 602-11-01 หัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ หัวข้อการเรียนรู้ในหน่วยที่ 7 มีดังนี้<br><u>7.2.2 การแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ</u><br>กิจกรรมนำเสนอผลงานประกอบด้วย: <ul style="list-style-type: none"> <li>• คลิปวิดีโอที่เผยแพร่สู่สาธารณะทางออนไลน์ เช่น ช่องทางยูทูบ และเฟซบุ๊ก พร้อมร่วมกันวิเคราะห์อภิปรายกลุ่ม การสร้างสื่อพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อสังคม (หัวข้อเสนอแนะ: “ตัวตน: บุคลิกภาพเพื่อสังคม”) ผลงานเข้าประกวดและโครงงานคุณธรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ เพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม เมตตา กรุณา ความเห็นอกเห็นใจและเสียสละเพื่อส่วนรวมของสังคมและสิ่งแวดล้อม</li> <li>• ทำแบบทดสอบหลังเรียนในเว็บไซต์กรมแรงงานเป็นแบบทดสอบบุคลิกภาพ</li> </ul> |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| สื่อการสอน/อุปกรณ์การสอน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | เอกสารอ้างอิง   | หมายเลข 5, 8                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | เอกสารประกอบ    | หนังสือเรื่อง เอกสารประกอบการสอนวิชาการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | สไลด์ทัศน์วัสดุ | <ul style="list-style-type: none"> <li>• พาวเวอร์พอยท์</li> <li>• คลิปวิดีโอ</li> <li>• โซเชียลมีเดีย</li> <li>• สไลด์ที่ครูปรนึ่งสำหรับการนำเสนอของนักศึกษา</li> <li>• แบบทดสอบออนไลน์</li> <li>• ใบงานอิเล็กทรอนิกส์หน่วยที่ 7 การเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ (ต่อ)</li> </ul> |
| <b>การวัดและประเมินผล</b><br>1.เครื่องมือวัดและประเมินผล<br>- วิจัยสังเกต<br>- ใบบันทึกเวลาเรียน<br>- งานที่มอบหมาย<br>2.วิธีการวัดและประเมินผล<br>- สังเกตบุคลิกภาพภายในและภายนอก<br>- สังเกตพฤติกรรม การเข้าเรียนและส่งงานที่ได้รับมอบหมายตามขอบเขตที่ให้และตรงเวลาโดยเช็คการมาเข้าเรียนของนักศึกษาทุกครั้งที่เข้าชั่วโมงตามตารางสอน<br>- ประเมินจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมายทุกครั้งตามกำหนดเวลาที่แจ้ง<br>- ประเมินจากกิจกรรมนำเสนอผลงาน: การแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพผ่านสื่อสร้างสรรค์                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

### 3.เกณฑ์การวัดและประเมินผล

- เกณฑ์ผ่านพฤติกรรมการแสดงออกของนักศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับดีขึ้นไป
- ขาดหรือมลายาย ถูกตัดคะแนนครั้งละ 1 คะแนน
- เกณฑ์ผ่านผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมที่มอบหมาย ส่งงานไม่ตรงกำหนดเวลาที่แจ้งจะถือว่า ขาดส่งงาน 1 ครั้ง และไม่ได้รับคะแนนจากผลสัมฤทธิ์ของงานหรือกิจกรรมนั้น

## 7.2.2 การแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ

### (Self Identification to media for career to personality)

การรู้จักตนเองคือการรับรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนและยอมรับที่จะปรับแก้ไขจุดด้อยได้ เพื่อการวางแผนแสดงตัวตนในการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพที่เหมาะสม การพัฒนาตนไปสู่เป้าหมายต้องใช้สติและปัญญา โดยการเรียนรู้ตัวเองควรเริ่มที่การสำรวจตัวเอง บันทึกการวางแผนอาชีพ ทำแบบวัดความถนัดทางอาชีพ เป็นต้น โดยบุคคลควรมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการศึกษากับการประกอบอาชีพทั้ง 4 ขั้น อันได้แก่ 1) ความตระหนักรู้ในอาชีพ (Career Awareness) 2) ความเข้าใจในอาชีพ (Career Orientation) 3) การสำรวจอาชีพ (Career Exploration) และ 4) การเตรียมการสู่อาชีพ (Career Preparation) (ปริญญ์ ไขวญนิษฐ์ และ ปราณีญา สุวรรณณัฐโชติ, 2562) ซึ่งในหัวข้อนี้ผู้สอนขอว่าด้วยเรื่องการแสดงตัวตนเพื่อการทำงาน การรับรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนและยอมรับที่จะปรับแก้ไขจุดด้อยได้ ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 การรับรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนและยอมรับที่จะปรับแก้ไขจุดด้อย

| การรับรู้จุดเด่น<br>การยอมรับและปรับแก้ไขจุดด้อย                                         | ตัวอย่างอาชีพที่กำหนดคุณสมบัติ |
|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| มีร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง<br>ส่วนสูงน้ำหนักสัมพันธ์กัน                                    | ทหาร ตำรวจ พลศึกษา             |
| ความเชี่ยวชาญในทักษะการพูด<br>และการใช้ภาษา                                              | มัคคุเทศก์ ครูอาจารย์          |
| ความสามารถในการเรียนและระดับคะแนน                                                        | แพทย์ วิศวกร นักวิทยาศาสตร์    |
| ความขยัน ความละเอียดรอบคอบ วินัย                                                         | ทุกอาชีพ                       |
| ไม่ชอบคณิตศาสตร์ รักงานศิลปะ                                                             | จิตรกร                         |
| มีหลายเสียง                                                                              | นักพากย์                       |
| หน้าตาบุคลิกภาพไม่ดึงดูดใจ<br>สามารถทำงานในที่แคบและที่เดิมๆ<br>ได้นาน (ห้องบันทึกเสียง) |                                |
| เป็นตัวของตัวเอง คิดคอนเทนต์เก่ง                                                         | ยูทูบเบอร์                     |
| มีความคิดนอกกรอบ เรียนไม่เก่ง เกรดไม่ดี                                                  |                                |
| พูดไม่เก่ง เขียนเก่ง จับประเด็นดี<br>ชอบอ่านหนังสือ                                      | นักเขียน                       |

จากตารางที่ 7 การรับรู้จุดเด่นจุดด้อยของตนและยอมรับที่จะปรับแก้ไขจุดด้อย ชี้ชวนให้เห็นแนวทางในการแสดงตัวตนผ่านสื่อเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพโดยควรเริ่มต้นจากการแก้ไขและยอมรับตนเองก่อน โดยบุคคลควรนำเอาผลการสำรวจในด้านต่างๆ มาประมวลเพื่อประกอบการพิจารณา เช่น มีบุคลิกภาพแบบใด ความสามารถด้านใด ชอบทำกิจกรรมใด ควรประกอบอาชีพและพัฒนาบุคลิกภาพไปในทิศทางใด ซึ่งผู้สอนขอยกตัวอย่างการเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ โดยเริ่มต้นจากการทบทวนและการรู้จักตนเองของวิรัตน์ เองคงดี (ชื่อเฟสบุค: Wirat Hengkongdee) ที่โพสต์ข้อความผ่านเฟสบุคส่วนตัวดังนี้



“พิธีกรที่เก่ง เขาเป็นกันอย่างไร พอถึงขั้นนี้ ต้องทำงานกับพิธีกรใหม่อยู่หลายงาน เลยต้องคิดว่าจะแนะนำเขาอย่างไรบ้าง เลยเรียบเรียงให้เป็นเรื่องเป็นราวไปเลยดีกว่า ขอออกตัวมาแต่ไกลก่อนครับว่า ผมเองไม่ได้มีความสามารถด้านพิธีกร โดยส่วนตัว เพียงแต่ รวบรวมคำแนะนำจากครูบาอาจารย์ จากการสังเกตเองบ้าง จากประสบการณ์นิดหน่อย มาเล่าสู่กันฟังโดยเฉพาะช่วงโควิดที่ผ่านมา เห็นผู้คนหันมาจัดรายการ Live online ของตัวเองกันเยอะ ก็เมื่อจะเป็นประโยชน์บ้าง นิดๆหน่อยๆ สำหรับผู้ที่ผ่านมามีเห็นครับ ขอข้ามเรื่องคุณสมบัติพื้นฐานการทำงานทั่วไปอย่าง บุคลิกดี ตรงเวลา ทำการบ้าน พูดชัดถ้อยคำ รู้กาลเทศะไปนะครับ

1 ทำหน้าที่ดำเนินรายการ พิธีกร ไม่ว่างงานไหน รายการโทรทัศน์ เกมโชว์ ทอล์คโชว์ Event งานแต่ง งานวัด ล้วนมีจุดร่วมเดียวกันคือ ดำเนินรายการ ทำอย่างอื่นเสริมได้ แต่หน้าที่หลักคือ ดำเนินรายการนะครับ2 เป็นตัวของตัวเอง สโลว์ของตัวเอง เขาเลือกคุณเพราะคุณเป็นคน อย่าพยายามไปเหมือนคนอื่น ไม่ต้องเลียนสูงเหมือนคุณปัญญา ไม่ต้องลีลาเหมือนน้ำเน่า 3 เชื่อมสิ่งที่เกิดขึ้นกับผู้ชม รู้สึกเสมอว่า เราเป็นคนเดียวที่ได้รับมอบหมายให้คุยกับผู้ชม ไม่ว่าจะทางบ้านหรือ ตรงหน้า บางทีมีแขก คุณแต่กับแขกเพลินจนแยกต่งพูดกับตัวเอง 4 รู้จักพื้นที่ เวที ใครอยู่ตรงไหน เข้าออกเมื่อไหร่ อย่างไร พิธีกรเก่งๆหลายคน มาถึงเขาลามก่อนเลยว่า กล้องอยู่ในบ้าน ตัวไหนกว้างตัวไหนแคบ เวลาจะคุยกับผู้ชมให้มองกล้องไหน เดินไปตรงไหนได้บ้างที่มีกล้องรับและไมค์ก 5 เข้าใจ Script ให้ถ่องแท้ ไม่เข้าใจให้รีบถามทีมงาน ว่าทำไมต้องทำแบบนี้แบบนี้ แรงจูงใจคืออะไร ลามแบบนี้เพราะอะไรเพราะถ้าคุณเองไม่เข้าใจ จะทำให้คนอื่นเข้าใจได้ยิ่ง 6 หาหัวใจสำคัญของ Script ให้เจอว่าสาคัญที่ต้องการสื่ออะไร อะไรต้องเป๊ะห้ามผิด อะไรต้องเน้น อะไรผ่านได้เน้นหมดทุกอย่าง มันจะได้เน้นชัดอย่างทวนและจำเป็น Sequence + keywordจนเล่าได้เป็นฉากๆต้นกลางจบ เหมือนเล่าพล็อตหนังไม่ต้องเป๊ะทุกคำ ถ้ามันไม่เข้าปาก ให้ปรับเป็นคำของเรา (เว้นแต่เจ้าของงานไม่ยอม) 7 ทหารอณณของงานให้เจอ ว่างานนั้น ต้องการอารมณ์ไหน สนุก ตื่นเต้น จริงจัง และอะไรจะทำให้สิ่งเหล่านั้นเกิดถ้าจังหวะนั้นต้องการให้ ตื่นเต้นพิธีกรเองก็ต้องตื่นเต้น ต้องการให้เศร้า ต้องการให้ซึ่งคุณก็ต้องรู้สึกก่อน ถึงจะขึ้นกับผู้คนได้8 อย่าพูดเยอะกว่าแขก โดยเฉพาะรายการทอล์ก

ไม่ต้องกลัวไม่ได้ขึ้น เรามีนหน้าที่ทำให้แขกพูดออกมา ไม่ใช่พูดซะเอง ออกความเห็นซะเอง ผู้ชมไม่ได้อยากฟังความเห็นเรา 9 ฟังอย่างเอาเป็นเอาตาย นอกจากการบ้านที่ทำมาก่อน การฟังคนตรงหน้า จะทำให้การพูดคุยลื่นไหล และลึกซึ้ง ถ้าแขกพูดกับคุณ แต่ตาคุณดู Script ว่าต่อไปจะถามอะไร แขกจะล่องลอยเลย ไม่รู้คุยให้ใครฟังสิ่งที่เกิดตรงหน้า คำพูด รีแอคชั่น สำคัญกว่าScript เพราะบางครั้ง Script ไปไม่ถึง ไม่ล่วงรู้ก่อนได้ว่าอะไรจะเกิดขึ้น 10 อย่ากรู้อยากเห็นไปหมด อย่ากรูเกี่ยวกับแขกหรือเรื่องที่คุยกัน บางทีพิธีกรที่เก๋ รู้เยอะ หรือเรื่องที่จะคุยรู้อยู่แล้ว เลยใช้เงาถามแขก พอแขกก็ไม่ได้พูด ผู้ชมเลยไม่ได้รู้ไปด้วย ทุกอย่างก็จืด 11 ต้องเดาให้ออกว่าผู้ชมอยากรู้อะไร บางที Script ไม่ได้เขียนมาให้ถาม ต้องแทนตัวเองเป็นผู้ชมว่าต้องสงสัยเรื่องนี้แน่ๆ 12 ขยายสิ่งที่แขกพูด แยกออกจะพูดไม่เก่ง อธิบายผ่านๆ หรือ พูดไม่รู้เรื่อง ใช้ศัพท์ยาก ควรขยายให้ชัดเจน ไม่ต้องกลัวจะดูไม่ฉลาด หน้าที่ของเราคือทำให้ผู้ชมรู้เรื่องก่อน ให้คิดซะว่าคนที่ฟังที่สุด ก็ยังฟังไม่รู้เรื่องหรือไปจนถึงผู้ชมควรรู้อะไรเพิ่มเติมต้องเกริ่น ต้องย้อนเรื่องไหนก่อนแต่ก็อย่าเยอะเกิน อันนี้ต้องวัดเอาเองเรื่องนี้คุณสรวทแถมมาก 13 หากทางลงให้กับผู้ร่วมรายการบางครั้งคุยกันไปเกิดความตึงเครียด พิธีกรเก่งๆจะหาทางลงให้กับแขกด้วยการไม่บีให้เขาถึงตาย หรือถามเปิดทางให้อธิบายไปทางอื่นบ้าง เหลือที่ยืนให้เขาบ้าง ไม่มีใครมาเพื่อให้เราทรมานเกียรติและศักดิ์ศรี และไม่ใช่หน้าที่ของพิธีกรด้วย 14 ไม่จำเป็นต้องตลก (เว้นแต่โปรดิเวเซอร์ชี้ว่ามันคือหน้าที่ของคุณ และมีคนอื่นดำเนินรายการแล้ว) ไม่ต้องคอยขัดแถมกรู้อยู่ตลอดเวลา การเป็นพิธีมีอารมณ์ขันเป็นดาบ2คม แห้งถูกจังหวะก็ดี แต่ถ้าไม่ใช่ก็เละเทะ แคล่ถามหรือนำ ให้แขกพูดหรือทำสิ่งที่สนุกสนาน จะดีกว่าเล่นมุขด้วยตัวเอง ถ้าทำมากเกินไป ภาษาในวงการเขาเรียก เล่นมุขเอาเข้าตัวเองหมด 15 ไม่จำเป็นต้องมีท่าทางที่สลดคลั่งกับข้อของรายการ หรือวลีจำ เว้นแต่โปรดิเวเซอร์เขาอยากได้จริงๆ อันนี้เขวกันข้าๆ บางอันถึงจะตลกแต่ก็ทำให้จำได้จริง 16 เลี่ยงคำติดปาก หรือสร้อยคำที่ไม่มีประโยชน์ทบทวนหนอย่ว่าจำเป็นต้องพูดหรือไม่ เช่น “ในส่วนของ” หรือคำลงท้าย คำขึ้นต้นที่เราใช้ดี

เกินไป อย่าง “มันเป็นอะไรที่แบบว่า” หรือบางคำมันมีความหมายไปอย่างอื่น เช่น “เรามาคุยกับคนนี้นักกว่า” หรือ “เพื่อให้มันเป็นการเสียเวลา” คำนี้ แปลว่า เรื่องหรือ คนที่คุยด้วยเมื่อกี้ เป็นสิ่งที่เสียเวลาและบ่อยครั้งเป็นการคุยกับคนสำคัญ 17 ไม่ต้องเรียกชื่อตัวเองตลอดเวลา มันทำให้รู้สึกว่ายากพอรีเซนต์ตัวเองแล้วแต่อยากให้คนจำได้อันนี้พิธีกรบางประเภทอาจจะต้องการ เห็นได้ตามห้างและงาน event ต่างๆก็คงแล้วแต่จุดประสงค์ของเขา ไม่ว่ากัน 18 ไม่จำเป็นต้องพูดตลอดเวลา บางจังหวะปล่อยให้องค์ประกอบอื่นทำงานบ้าง ความเงียบ หรือ ดนตรี หรือภาพที่เกิดตรงหน้า ก็ทำหน้าที่เล่าเรื่องหรือสร้างอารมณ์อยู่แล้ว เช่นในงานแต่งงาน บ่าวสาวกำลังจะตัดเค้ก หรือสวมแหวน เขาเลือกเพลงมาเปิดในจังหวะนั้นแต่พิธีกรก็บรรยายตลอดว่า เป็นภาพที่น่าประทับใจมากจนใคร บลาๆเลยไม่มีใครได้ยินเพลงเลย ทั้งที่เนื้อเพลงความหมายดีมาก น่าเสียดายและจะกลายเป็นงานปิดทองฝังลูกนิมิตไปซะหมด คงเคยเจอกันบ้าง งานที่พอพิธีกรลงเวทีแล้ว แยกในงานรู้สึกสบายหู (บางงานอาจถูกปริฟว่า อย่าให้เกิด เคตแอร์ อันนี้ก็เห็นใจ ) 19 หากพวกก่อนเริ่มงาน เช่น กำลังจะถ่ายทำรายการโทรทัศน์ ทุกคนอยู่ในสตูดิโอ แต่ยังไม่ถ่าย รอนันนี้ พิธีกรเก่งๆ จะเดินไปคุยกับคนดู ถามไถ่ว่ามาจากจังหวัดไหนยังงี้ แวตดากล้อง อำแม่บ้าน แกล้งทีมงาน พอเริ่มทำงาน ทุกคนจะตอบรับเขาทันที แบบคนที่รู้จักกัน 20 หากสิ่งเรื่องที่จะพูดด้วยตัวเอง เคยดูรายการกึ่งตลกตลกเพลงมัยค์รับ พอผู้ร่วมรายการมาถึง พิธีกรนี้แทบจะสำรวจหัวจรดเท้า หาเรื่องฮา เรื่องแซวและเรื่องนี้พบบ่อยกับงาน Event ที่บางครั้งต้องหาเรื่องพูดถ่วงเวลา จากความคิดพลาดไป คนที่เก่งจะเดินหัวหึ่งก่อน ว่าที่มีอะไร บั่นโคเลือนหายาก ทองน้ำแอร์เย็น ร้านนั้นกำลังดัง หรือแม่แต่ ไปคุยกับเจ้าของงานถามชื่อ เจ้าของบริษัท ถามประวัติมันนี่ เพื่อเอามาคุยค้นเวลา หรือสร้างความประทับใจได้มากขึ้น 21 สำหรับทีมงาน ถ้าเป็นการบันทึกเทปและตัดต่อได้ คำเปิดรายการ หรือคำอธิบายอะไรยากๆ ที่ต้องท่องจำเป๊ะๆ ให้ดำเนินรายการผิดๆถูกๆไปก่อนเอามวลให้สิ้นไหล แค่นี้ก็คิดเรื่องผิดๆเป็นใช้ได้ แล้วมาถ่ายเจาะทีหลังได้ เพราะพอถ่ายไปๆ เขาจะคล่องขึ้นเกริ่นน้อยลง ยิ่งไปเค้นให้เขาพูดให้ถูก ซึ่งทุกคนต้องรอ ก็จะต้องคิดค้นไปกันใหญ่ ถ่ายให้จบเหลือเขาไว้ INSERT แค่นั้นเดียว เขาก็จะไม่ต้องเกรงใจคนอื่น รวมถึงประโยคที่ต้องพูดซ้ำๆ เหมือนกันทุกตอน ถ้าไม่คิดว่าเสียผ้าไม่ Continue หากไม่ได้เปลี่ยน ตัดต่อในหัวแล้วไม่จำเป็นต้องถ่ายใหม่ หรือให้ถ่าย 10 รอบก็แทบจะเหมือนเดิมทุกกระเบียดนิ้ว ก็ใช้ภาพเก่าบ้างก็ได้ การทำงานแบบนี้ช่วยผ่อนแรงทีมงานทั้งเบื้องหน้าเบื้องหลัง จะช่วยให้คนทำงานยินดีให้ความร่วมมือ เวลาเราต้องทำอะไรเพราะเขาจะเข้าใจว่าเรากำลังรอบคอบแล้วอะไรๆจะเป็น อะไรไม่จำเป็น ตอนนี้นักออกเพียงแค่นี้อาจจะไม่เป็นประโยชน์เลยหรือไม่เข้ากับยุคสมัยแล้วบ้าง ลองพิจารณากันเองนะครับ

ปล.ใครอยากเพิ่มเติมอะไรได้เต็มที่เลยนะครับ ” (วิรัตน์ เสงคตติ, 2563)

จะเห็นว่ากระบวนการบันทึกและเผยแพร่เรื่องราวดังกล่าวของคุณโจ วิรัตน์ เสงคตตินั้นคล้ายเป็นการมอญย้อนอดีตและการเรียนรู้ผ่านสื่อ ถือได้ว่าเป็นการรายงานตัวตนผ่านสื่อเพื่อเสริมพลังอำนาจตนเองโดยอัตโนมัติ การมอญย้อนอดีตเช่นนี้จะทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้มากขึ้นเกิดความคิดความเชื่อชุดใหม่ การปฏิบัติการตามมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดจากการได้เรียนรู้ด้วยการใคร่ครวญไตร่ตรองอดีต (ปริศน ไขยนิษฐ์, 2563) คล้ายเป็นรูปแบบการยอมรับตนเองโดยใช้สื่อที่สร้างสรรค์ขึ้นจากการประกอบร่างกันของตัวอักษรบนแพลตฟอร์มเฟซบุค การโพสต์เช่นนี้ตีความได้ว่าผู้สอนได้ผ่านกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพมาระยะหนึ่งด้วยการโพสต์ และการโพสต์ครั้งนี้ไม่ใช่ครั้งแรก นอกจากนั้นบุคคลยังสามารถใช้หลักการของแบบฉบับของพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพที่มีอิทธิพลต่อการเลือกอาชีพที่บุคคลจะเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตนและได้เน้นการที่บุคคลควรต้องรู้จักบุคลิกภาพของตนเองและมีความรู้เกี่ยวกับอาชีพตามรูปแบบของฮอลแลนด์ โดยท้ายสุดจะก่อให้เกิดความตระหนักรู้ในอาชีพ (Career Awareness)

(ปริณุต ไชยนิชัย, 2555) สำหรับแบบทดสอบเพื่อให้รู้จักตัวเอง สามารถเข้าไปใช้บริการได้ที่ระบบบริการด้านการส่งเสริมการมีงานทำ หรือ VGNEW e-Services ที่ประกอบด้วยระบบบันทึกการวางแผนอาชีพ (Career Planning) และระบบทดสอบต่างๆ ทางเว็บไซต์ [www.vgnew.com](http://www.vgnew.com) ท้ายสุดความภาคภูมิใจในตนเองจะนำบุคลิกภาพของเราไปสู่การพัฒนาได้ การรับฟังและไม่เหยียดหยามตนเองทำให้ตนมีชีวิตชีวาเป็นจุดเริ่มต้นของการดูแลศักดิ์และศรีของตนอย่างมีสุนทรียศาสตร์ด้วยการเปิดใจรับฟังประสบการณ์ใหม่ๆ พร้อมกับสร้างการเรียนรู้ให้ตนเองตลอดเวลา (ปริณุต ไชยนิชัยและคณะ, 2564) ซึ่งทั้งหมดจะส่งผลต่อการรู้จักตนเองนำไปสู่การแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพ ในเรื่องบุคลิกภาพเพื่อการทำงานจุดเริ่มต้นคือ ตัวตน (Self) เป็นการเริ่มต้นที่จะดูแลเอาใจใส่ตัวตน



## บทสรุปท้ายหน่วยที่ 7

ในโลกแห่งการทำงานเรียกได้ว่าเป็นโลกแห่งชีวิตจริงที่แตกต่างอย่างสิ้นเชิงกับโลกในรั้วมหาวิทยาลัยอย่างที่ท่านกล่าว และคงไม่มีใครใช้ชีวิตอยู่ในรั้วดังกล่าวไปชั่วชีวิต เพราะมหาวิทยาลัยคือโลกจำลองที่เต็มไปด้วยพื้นที่แห่งการแสดงความคิด ตัวตนและการฝึกฝนพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน เมื่อผู้เรียนมีโอกาสดังกล่าวนี้ให้คุ้มค่าที่สุด ถึงในบั้นปลายจะเป็นบทสุดท้ายของเอกสารประกอบการสอน แต่ไม่ได้แปลว่าการอ่านเพียงอย่างเดียวจะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานได้ เพราะท้ายที่สุดผู้เรียนต้องได้รับการฝึกทักษะทางบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ทั้งกายวาจาและใจ กล่าวแสดงออกอย่างมีมารยาทที่เหมาะสมสอดคล้องกับงานวิชาชีพที่ตนสนใจ ซึ่งทักษะดังกล่าวถือเป็นทักษะที่สำคัญที่สุดของการเสริมพลังอำนาจตนเองและอย่างที่ดีอดทนและคณะได้กล่าวว่าพลังอำนาจในตนเองเป็นสิ่งที่ดี เพราะจะทำให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและวิธีการทำงานในทางที่ดีขึ้น มีพัฒนาการทางความรู้ ความคิดและทักษะการทำงาน (Dalton, et.al, 2001) การมีศักยภาพในตนเองหรือที่เรียกว่าการมีพลังอำนาจ (Power) จากการเสริมสร้างพลังอำนาจ (Empowerment) เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะบุคคลที่ลงมือปฏิบัติ สามารถรับรู้ได้จากพฤติกรรมและผลงาน พลังอำนาจทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีที่ได้ทำสิ่งที่แตกต่างกัน ทรงคุณค่า เกิดการเรียนรู้เพิ่มพูนทักษะความสามารถในการทำงาน สำนักรับผิดชอบต่อหน้าที่ มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีน้ำใจ มีสัมพันธไมตรีต่อกัน รักสามัคคี เชื่อถือไว้วางใจกัน สร้างความตื่นตัวกระตือรือร้นในการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน และทั้งหมดคือบุคลิกภาพที่สังคมทุกสังคมแห่งการทำงานกำลังต้องการ ผู้เรียนทดลองพิสูจน์ด้วยตนเองได้ ด้วยการค้นหาแหล่งข้อมูลพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงานได้เพิ่มเติมจากแหล่งบริการสารสนเทศของตลาดแรงงาน ดังที่ผู้เรียนได้เคยเรียนผ่านมาแล้วจากรายวิชา 602-11-01 ในหัวข้อ แหล่งบริการสารสนเทศ



## กิจกรรมหน่วยที่ 7

กิจกรรมนำเสนอผลงาน: การแสดงตัวตนเพื่อการทำงานอย่างมีบุคลิกภาพผ่านสื่อสร้างสรรค์

- คลิปวิดีโอที่เผยแพร่สู่สาธารณะทางออนไลน์ เช่น ช่องทางยูทูบและเฟซบุค พร้อมร่วมกันวิเคราะห์อภิปรายกลุ่ม การสร้างสื่อพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อสังคม (หัวข้อเสนอแนะ: “ตัวตน: บุคลิกภาพเพื่อสังคม”)
- ผลงานเข้าประกวดและโครงการคุณธรรมจิตอาสาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ เพื่อส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม เมตตา กรุณา ความเห็นอกเห็นใจและเสียสละเพื่อส่วนรวมของสังคมและสิ่งแวดล้อม
- ทำแบบทดสอบหลังเรียนในเว็บไซต์กรมแรงงานเป็นแบบทดสอบบุคลิกภาพ

### แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7

1. จงเขียนความเรียงเรื่อง “อะไรอยู่ในสะกิดแผล” โดยเชื่อมโยงทฤษฎีของนักคิดคนใดก็ได้บทใดก็ได้ แต่ท้ายสุดผู้อ่านความเรียงต้องได้แนวคิดเกี่ยวกับการเสริมพลังอำนาจตนเองผ่านสื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

[illegible]

2. จงเขียนข้อคิดจากภาพที่สะท้อนเนื้อหาที่ได้จากหน่วยที่ 7 โปรดวงเล็บหลังคำตอบเพื่อระบุหน้า



รูปที่ 11 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 10

[illegible]



รูปที่ 12 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 11

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



รูปที่ 13 แบบฝึกหัดหน่วยที่ 7 รูปที่ 12

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





## เอกสารอ้างอิงหน่วยที่ 7

1. เพ็ญพรรณ พิทักษ์สงคราม. (2561). การเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองของผู้ນักศึกษา: แนวทางการพัฒนาด้วยกิจกรรมนอกหลักสูตร. วารสารวิชาการ สถาบันการศึกษา ปีที่ 10 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2561.  
<http://164.115.27.97/digital/files/original/b5c5fb2ca486135da7bd854e4472e76f.pdf>
2. พรจิต สมบัติพานิช. (2547). โฆษณาในทศวรรษที่ 2000-2010: การศึกษาถึงปัจจัยด้านสื่อที่มีต่อรูปแบบโฆษณา. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
3. ปริศน ไขยนิษฐ์. (2555). การส่งเสริมความตระหนักรู้ในอาชีพด้วยพอดคาสต์ที่ไ้กลยุทธ์เมตาคอนิชั่นสำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีความบกพร่องทางการเห็น. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
4. ปริศน ไขยนิษฐ์ และ ปราวีณยา สุวรรณณัฐโชติ. (2562). กระบวนการใช้ตัวแบบในการสร้างสื่อส่งเสริมความตระหนักรู้ในอาชีพ. วารสารวิทยาลัยราชสุดาเพื่อการวิจัยและพัฒนาคนพิการ. วารสารปีที่ 15 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน ๒๕๖๒. เข้าถึงจาก <https://rs.mahidol.ac.th/rs-journal/vol.15/vol.15-007.php> วันที่เข้าถึง 11 มกราคม 2563
5. ปริศน ไขยนิษฐ์. (2563). การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของคณพิการผู้ประสบวิกฤตด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเองกรณีศึกษา สื่อน้องสื่ออิเล็กทรอนิกส์ “จิตสดใสแม้กายพิการ” ของอาจารย์ก่าพลทองบุญนุ่ม. วารสารวิทยาลัยราชสุดาเพื่อการวิจัยและพัฒนาคนพิการ. วารสารปีที่ 16 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม 2563.
6. ปริศน ไขยนิษฐ์, ณัฐพล วันตาและสุเมษย์ หนกหลัง. (2564). การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กด้อยโอกาสที่ติดราตัวเองว่าอ่านไม่ออก: การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม. วารสารวิทยาลัยราชสุดาเพื่อการวิจัยและพัฒนาคนพิการ. วารสารปีที่ 17 ฉบับที่ 1 มกราคม – มิถุนายน 2564.
7. ปริศน ไขยนิษฐ์และเรืองสิน ปลื้มปัน. (2563). วิจัยบนฐานแห่งหลักการสร้างความสุขและการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง. วารสารศิลปศาสตร์ราชมงคลสุวรรณภูมิ. วารสารปีที่ 2 ฉบับที่ 3 กันยายน - ธันวาคม 2563.
8. ปริศน ไขยนิษฐ์, ญู ทดแทนคุณ, เรืองสิน ปลื้มปัน, ทรงวุฒิ โยเกษมุขและสมพงษ์ เกษานุช. (2564). การพัฒนาสื่อสร้างแรงบันดาลใจด้วยกระบวนการในการพัฒนาบุคลิกภาพเพื่อการทำงาน กรณีศึกษา รายการโทรทัศน์ตามรอยพระองค์ท่านผ่านครูสู่ห้องเรียน: สถานีวิทยุโทรทัศน์การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม. วารสารศิลปศาสตร์ราชมงคลสุวรรณภูมิ. วารสารปีที่ 3 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2564.
9. วิรัตน์ เฮงคงดี. (2563). เข้าถึงจาก <https://www.facebook.com/wirat.hengkongdee>. วันที่เข้าถึง 1 มกราคม 2563

10. Cunningham and Corderio. (2000). Educational Administration: A problem – based approach. Boston: Allyn and Bacon.
11. Dalton, J. H., Elias, M. J., and Wandersman, A. (2001). Community psychology: linking individuals and communities. Australia: Wadsworth.
12. Fisher, K. (1993). Leading self – direct work teams: A guide to developing new team leadership skills [2017, Mar 12] Retrieved available from:  
<http://www.Southwestern.edu/ hoaglans/fob2.html>
13. Hamachek, D.E., (1978). The dimensions of perfectionism. Cognitive Therapy and Research, 14(5), 449-468.
14. Stoltz, P.G. (1997). Adversity Quotient : Turning obstacles into opportunities . New York : John Wiley & Son, Inc.







เพราะโครงสร้างสังคม  
เต็มไปด้วยอติวิสัยและวัตถวิสัย  
การต่อรองกับโครงสร้าง  
ด้วยการพัฒนาบุคลากร  
เพื่อการทำงาน  
จึงเป็นสิ่งหนีไม่พ้นนักศึกษา  
จำต้องขวนขวาย  
และพัฒนาตนเอง  
ด้วยพัฒนศึกษาศาสตร์  
อยู่ตลอดเวลา

...

คร่อม  
๗

ISBN 978-616-582-526-9



9 786165 825269

พิมพ์ที่ ProTexts.com