

**ตอนที่ 2 ● ความรู้เรื่องประสบการณ์ของการฝึกภาคปฏิบัติและการสัมมนา**

- การประเมินผลการฝึกภาคปฏิบัติ
- รายงานการฝึกภาคปฏิบัติที่นักศึกษาจะต้องกระทำในระหว่างการฝึกและ  
ส่งให้อาจารย์นิเทศก์ตรวจ เมื่อไปนิเทศที่หน่วยการฝึกนั้น
- รายงานผลของการฝึกปฏิบัติ ที่นักศึกษาจะต้องส่งอาจารย์นิเทศก์หลังจาก  
เสร็จสิ้นการฝึกภาคปฏิบัติแล้ว
- ตัวอย่างประสบการณ์จากการรายงานการฝึกภาคปฏิบัติที่หน่วยงานฝึกต่าง ๆ
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การสอนกิจกรรมแนะแนว”
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดทำป้ายสนเทศ”
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การให้คำปรึกษาแก่นักเรียน”
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดทำวารสารแนะแนว”
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดฉายภาพยนตร์”
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดเชิญวิทยากรมาบรรยายให้ความรู้”
  - ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดนิทรรศการแนะแนวการศึกษาและอาชีพ”
  - ตัวอย่างบทความข้อความและถ้อยคำที่ใช้กับป้ายสนเทศ
- ตัวอย่างประสบการณ์จากการรายงานการสัมมนาระหว่างการฝึกภาคปฏิบัติ
- ความรู้และประสบการณ์บางเรื่องที่ได้จากรายงานการสัมมนาระหว่างการ  
ฝึกภาคปฏิบัติของนักศึกษา

## ความรู้เรื่องประสบการณ์ของการฝึกภาคปฏิบัติและการสัมมนา

การฝึกภาคปฏิบัติด้านการให้คำปรึกษาและแนะแนว ในหน่วยงานสถานศึกษาระดับมัธยม เป็นงานที่กว้างขวาง แต่ละหน่วยงานที่นักศึกษาทำการฝึกปฏิบัตินั้นจะมีความพร้อมและประสิทธิภาพของการบริหารงาน และการจัดบริการแนะแนวที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ หลายประการ ซึ่งมีผลทำให้นักศึกษาวิตกกังวลหรือ ด้วยไม่ทราบว่าจะเตรียมตัวอย่างไร จับงานอะไรก่อนหลัง

ความรู้และประสบการณ์จากการฝึกปฏิบัติที่นักศึกษาจะได้รับส่วนใหญ่ อาจจะแบ่งดังนี้

1. งานที่ทำร่วมกันอาจารย์พี่เลี้ยงของหน่วยงานฝึก
2. งานที่ได้รับมอบหมายจากอาจารย์พี่เลี้ยงให้ทำ
3. งานที่นักศึกษาคิดสร้างสรรค์ทำขึ้น
4. งานที่ได้แต่มอง ๆ รับทราบและเรียนรู้ แต่ไม่ต้องทำ
5. ความรู้ ประสบการณ์ ลักษณะการทำงาน และบุคลิกภาพของอาจารย์พี่เลี้ยง

ความรู้และประสบการณ์ดังกล่าว เป็นสิ่งที่นักศึกษาจะต้องศึกษา ทำความเข้าใจลงมือกระทำ และใช้ความรู้ความสามารถในทางทฤษฎี สร้างสรรค์งานแปลก ๆ ใหม่ ๆ ขึ้นมา พร้อมทั้งฝึกตนเองให้เป็นผู้ที่สังเกต ช่างคิด มองปัญหาต่าง ๆ เป็นสิ่งท้าทาย หมั่นซักถาม แสวงหาความรู้ใหม่ ๆ อย่างไม่หยุดยั้ง จากอาจารย์พี่เลี้ยง อาจารย์ที่นิเทศก์จากภาค บุคคลอื่น ๆ ในหน่วยงานและนอกหน่วยงาน ทั้งหมดนี้ย่อมจะช่วยให้นักศึกษาฝึกงานอย่างมีคุณค่า เกิดประโยชน์ทั้งในส่วนตนและหน่วยงานนั้น ๆ

**การประเมินผลการฝึกภาคปฏิบัติ** จัดเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในการพิจารณาถึงประสิทธิภาพของการฝึกภาคปฏิบัติ จึงได้กำหนดส่วนสำคัญ ๆ ไว้ 3 ประการ คือ

1. การฝึกภาคปฏิบัติที่ภาคฯและที่หน่วยงานต่าง ๆ (การใช้ความรู้ความคิดด้วยการลงมือกระทำ)
2. การรายงานผลจากการฝึกภาคปฏิบัติ (การให้ประสบการณ์ด้วยการเขียนและบันทึก)
3. การสัมภาษณ์ (การให้ประสบการณ์ด้วยการพูดตอบคำถาม)

รายงานการฝึกภาคปฏิบัติที่นักศึกษาจะต้องกระทำในระหว่างการฝึก และส่งให้อาจารย์นิเทศก์ตรวจ เมื่อไปนิเทศที่หน่วยการฝึกนั้น ๆ มีดังนี้

1. สมุดบันทึกประจำวัน สมุดเล่มนี้ให้บันทึกการทำงานทุกอย่างที่กระทำในแต่ละวัน เป็นเรื่อง ๆ ไป โดยไม่ต้องละเอียดนัก แต่ก็อย่าสรุปจนเกินไป เพื่อให้อาจารย์นิเทศก์ได้ตรวจสอบงานที่นักศึกษาได้ปฏิบัติในทุก ๆ ครั้งที่มีกรณีนิเทศ



แบบฟอร์ม บันทึกการจัด(สอน)กิจกรรมแนะแนวในชั้นเรียน

วัน เดือน ปี ชั้น เวลา	รายการ	หมายเหตุ
	1. เรื่อง ..... 2. จุดประสงค์ 3. เนื้อหา.. 4. ขั้นตอนของการดำเนินการจัด(สอน)กิจกรรมแนะแนว ควรประกอบด้วย 1. ชี้นำเข้าสู่เรื่อง ..... 2. ชี้นำเข้าสู่เรื่องหรือเนื้อหา 3. ชี้นำการประเมินผล... 5. อุปกรณ์และแหล่งวิทยาการ ..... 6. อื่น ๆ เช่น 1. มอบหมายงานให้ทำเป็นการบ้าน การค้นคว้า การทำ รายงาน การหาข้อมูลต่าง ๆ การเตรียมตัวสำหรับ การเรียนครั้งต่อไป 2. การแจ้งหัวข้อเรื่องที่จะสอนในครั้งต่อไป เป็นต้น	ผลของการสอน ตัวครู..... ตัวผู้เรียน บรรยากาศของ ห้องเรียน

3. สมุดบันทึกผลการฝึกปฏิบัติเรื่องอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากการสอนกิจกรรมแนะแนว เช่น การให้คำปรึกษา การจัดป้ายสนเทศ การจัดนิทรรศการ การจัดเชิญวิทยากรมาบรรยาย การศึกษารายกรณี การกรอกเก็บระเบียบแบบแผน และงานอื่น ๆ ที่ได้กระทำ สมุดเล่มนี้จะไม่มีการตรวจ แต่เป็นการบันทึกประสบการณ์ต่าง ๆ ที่นักศึกษาได้รับการฝึกมาโดยตลอด เพื่อนำมาเขียนเป็นรายงานผลของการฝึกปฏิบัติทั้งหมดสำหรับส่งอาจารย์นิเทศก์เมื่อเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติแล้ว

รายงานผลของการฝึกปฏิบัติที่นักศึกษาจะต้องส่งอาจารย์นิเทศก์หลังจากเสร็จสิ้นการฝึกภาคปฏิบัติแล้ว เพื่อสำหรับการประเมินผล มีดังนี้

1. สมุดบันทึกประจำวัน
2. สมุดบันทึกการสอนกิจกรรมแนะแนว

3. รายงานผลของการฝึกปฏิบัติที่ภาคฯ (พร้อมทั้งให้ข้อคิดข้อเสนอแนะและประโยชน์ที่เป็นของตน)
  4. รายงานผลของการฝึกปฏิบัติที่หน่วยการฝึกต่าง ๆ (โดยบันทึกแยกประสบการณ์ต่าง ๆ เป็นเรื่อง ๆ รวมทั้งการสอนกิจกรรมแนะแนวด้วย พร้อมทั้งให้ข้อคิดและประโยชน์ของแต่ละเรื่อง และรวมถึงข้อคิดและประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกปฏิบัติทั้งหมด)
  5. รายงานการปฐมนิเทศ (พร้อมทั้งให้ข้อคิดข้อเสนอแนะประโยชน์ที่ได้รับที่เป็นของตนเอง)
  6. รายงานการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ (ถ้ามี) (พร้อมทั้งให้ข้อคิดและประโยชน์ที่ได้รับที่เป็นของตน)
  7. รายงานการสัมมนาซึ่งประกอบด้วยการสัมมนาระหว่างฝึก 4 ครั้ง และการสัมมนา รวม (พร้อมทั้งการให้ข้อคิดและประโยชน์ของการสัมมนาด้วย)
  8. รายงานการศึกษารายกรณี หรือรายงานการให้คำปรึกษา รายงานเหล่านี้ อาจรวมในข้อ 4 หรือจะแยกต่างหากก็ได้
- รายงานเหล่านี้นักศึกษาควรจะได้รับคืนทุกคน ภายหลังจากอาจารย์นิเทศก็ได้ตรวจเสร็จแล้ว เพื่อนักศึกษาจะได้นำไปใช้ต่อไป

## ตัวอย่างประสบการณ์จากการรายงานการฝึกภาคปฏิบัติที่หน่วยงานฝึกต่าง ๆ ของ วาสนา สุทนต์ นักศึกษาฝึกงานภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2522

### ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การสอนกิจกรรมแนะแนว”

#### วัตถุประสงค์ของการสอน

- เป็นการให้ข้อมูลในเรื่องของการศึกษา อาชีพ ส่วนตัว สังคม เช่น รู้จักการที่จะเลือกเรียนวิชาด้านต่าง ๆ การเตรียมตัวในอาชีพมีอย่างไร จะต้องศึกษาอะไร การปรับตัวกับสภาพแวดล้อมได้เป็นสุข การให้ข้อมูลที่จำเป็นแก่ผู้เรียนเพื่อนำไปใช้ในการเลือกและตัดสินใจ

- ให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ถึงเรื่องการพัฒนาตน หรือพัฒนาบุคลิกภาพของตน เพื่อให้รู้จักเข้าใจ ยอมรับตนเองและผู้อื่นอย่างถูกต้อง สามารถที่จะดำรงชีวิตตนให้อยู่ในโลกร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

#### วิธีการสอนเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์

- ตัวผู้สอนจะต้องจัดบรรยากาศสภาพในห้องให้เป็นกันเอง ให้ผู้เรียนมีอิสระ มีความสบายใจ ได้แสดงออกด้านความคิด การพูดจา กริยาท่าทาง การซักถาม แต่ทั้งนี้ก็ต้องมี

ขอบเขตของวินัยในตนเองพอสมควรว่าตอนใดควรจะพูด ควรจะฟัง คำพูดของเราควรจะออก ในรูปของการกระตุ้น ประยุกต์ด้วยหลักจิตวิทยา ตามที่เห็นสมควรและเหมาะสม ในระหว่างการสอนควรคิดว่าจะทำอย่างไร ให้ผู้เรียนกล้าแสดงออกในการพูด ความคิดและให้เกิดความสนุกด้วย และควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการอภิปราย แก้ปัญหา วางโครงการต่าง ๆ ร่วมกันกับผู้สอนให้มากที่สุด ซึ่งเราจะต้องพิจารณาว่าจะให้อะไรแก่เขาอย่างไร เนื้อหาที่เรานำมาถ่ายทอด และกระตุ้นเด็กโดยวิธีต่าง ๆ เพื่อที่จะให้เด็กรับรู้ และเห็นทั้งด้านความคิดและการกระทำ ซึ่งจะสามารถซึมซับเข้าไปในสมอง ในการสอนเราอาจนำเอาเหตุการณ์ต่าง ๆ มาอภิปรายกับผู้เรียนให้เห็นข้อดี ข้อเสียว่ามีอย่างไร

- ในบางอย่างเราอยากจะรู้เจตคติของผู้เรียนว่าใครมีความเห็นอย่างไร เราจะรู้ได้จากข้อมูลมากและจะได้รู้จักผู้เรียนมากขึ้น ชั่วโมงการสอนแนะนำ เป็นสพานเชื่อมโยงผู้เรียนเข้าสู่บริการแนะแนว

- วิธีการสอนแบบอุปมา โดยให้ผู้เรียนเกิดการคิดสร้างสรรค์ ให้ผู้เรียนได้เข้าใจผู้อื่น เราอาจวางแผนให้ผู้เรียนคิดทำอะไรจะช่วยทำให้ผู้เรียนใกล้ชิดเรา และผู้เรียนจะรู้สึกว่าเป็นกันเองกับผู้สอน

- ในการที่จะทำให้การสอนได้ผลดีขึ้นนั้น เราควรต้องศึกษาหาความรู้มาเป็นอย่างดี จึงจะสามารถสอนได้ถูกต้อง สมตามความมุ่งหมายของการแนะแนว

น เดือน ปี เวลา ห้อง	รายการ	หมายเหตุ
30 พ.ย. 22 ม.2/5	เรื่อง การรู้จักและการเข้าใจตนเอง วัตถุประสงค์ เพื่อต้องการให้เด็กได้รู้จักสำรวจตนเองใน ด้านต่าง ๆ เพื่อที่จะรู้จักตนเองดีขึ้น	ผลของการสอน ม.2/5 เป็นชั่วโมงแรก ตื่นเต้นมาก ผู้เรียนให้ ความสนใจดี แต่มีผู้เรียน
12 ธ.ค. 22 ม.2/4	เนื้อหาในการสอน การรู้จักตนเองจะช่วยในการวางแผนชีวิต ซึ่งจะต้องเริ่ม ตั้งแต่การเลือกเวลาเรียนตามหลักสูตรใหม่ 2523 ซึ่งเป็นหลัก สูตรกว้างมีวิชาให้เลือกเรียนตามความถนัด ความสนใจ และ ความสามารถ ปัญหาอยู่ที่ว่า นักเรียนจะรู้จักและเข้าใจตนเอง ได้หรือไม่ อย่างน้อยที่สุด เราพอจะรู้สึกว่าคุณเองชอบอะไร ไม่ ชอบอะไร มีความสามารถทางไหนบ้าง มีนิสัยเป็นอย่างไร การ รู้จักตนเองในสิ่งเหล่านี้ จะช่วยให้เราวางแผนชีวิตได้ว่า เราจะ	บางคนชอบแซว รู้สึก ว่าผู้เรียนชอบกิจกรรม มากและขอร้องให้มีกิจ กรรมบ่อย ๆ ม.2/4 ครูดำเนินการได้ ดีขึ้นมาก ผู้เรียนได้ความ

วัน เดือน เวลา ห้อง	รายการ	หมายเหตุ
	<p>เรียนอะไร จะมุ่งเข็มไปทางไหน ฉะนั้นการรู้จักตนเองอย่างถูกต้องเป็นสิ่งจำเป็น เราต้องไม่หลอกตนเอง หรือลำเอียงเข้าข้างตนเอง ยกตัวอย่าง เช่น นักเรียนคนหนึ่งเป็นคนเจ้ากรรม ชอบเถียงครูถึงเหตุผลอ้างมากมาย และคิดว่าตนเองได้ใช้สิทธิ์ที่ควรจะได้ แต่ครูลงความเห็นว่าเป็นคนกระด้าง และอวดดี การรู้จักตัวเองจึงไม่ใช่ของง่าย อย่างไรก็ตาม ความเห็นของบุคคลกลัซิดหลาย ๆ คน ก็มีส่วนช่วยให้เรารู้จักตัวเองถูกต้องขึ้น</p> <p><b>แนวทางที่จะช่วยให้เรารู้จักตนเอง</b></p> <p>พยายามตอบคำถามอย่างจริงจัง โดยไม่เข้าข้างตัวเองว่า</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● เราเป็นคนแบบไหน</li> <li>● เราชอบอะไร</li> <li>● เราอยากเป็นคนแบบไหน</li> <li>● เรามีอุดมคติอย่างไร</li> </ul> <p>โดยให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริง และยอมรับความจริงภาคตนเองถนัดทางด้านใด วิชาใด</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ควรฟังคำวิจารณ์ของคนอื่นบ้าง เพื่อที่จะเป็นการตรวจสอบตัวเราเองทั้งในด้านอุปนิสัย และความสามารถ ความถนัดซึ่งจะทำให้เรารู้จัก และได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเองได้ดีขึ้น</li> <li>● มีอุดมคติของตัวเอง เช่น อยากมีอุปนิสัย ความประพฤติ และคุณสมบัติต่าง ๆ เช่น อยากเป็นบุคคลมีชื่อเสียง แต่อุดมคตินี้ ต้องพอเหมาะพอดี ไม่ควรตั้งไว้สูงเกินไป จนเป็นไปไม่ได้</li> <li>● อุดมคติของแต่ละคน คือความปรารถนาในชีวิต ต้องการเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ จะช่วยในการวางแผนชีวิตได้มาก อุดมคติจึงมีความสำคัญ ที่เราจะเป็นอะไรในวันข้างหน้า</li> </ul> <p><b>กิจกรรมและอุปกรณ์</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● แจกกระดาษให้นักเรียนคนละแผ่นเพื่อเขียนบรรยายในสิ่งที่เรากำหนดหัวข้อให้ คือ</li> <li>● เราเป็นคนแบบไหน</li> <li>● เราชอบอะไร</li> <li>● เราอยากเป็นคนแบบไหน</li> <li>● เรามีอุดมคติอย่างไร</li> </ul>	<p>สนใจมาก ครูรู้สึกสนุก แต่ก็มีหลายคนเอางานอื่นมาทำ</p>

วัน เดือน ปี เวลา ห้อง	รายการ	หมายเหตุ
	<p><b>วิธีสอน</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● อธิบายถึงเนื้อหาและวัตถุประสงค์ให้เด็กเข้าใจพร้อมทั้งยกตัวอย่างประกอบ</li> <li>● เมื่ออธิบายแล้วให้เด็กได้เขียนบรรยายโดยกำหนดเวลาให้ประมาณ 15 นาที</li> <li>● เสร็จแล้วถามถึงความรู้สึกที่ได้เขียน</li> <li>● เวลาเหลือให้เด็กเล่นเกมส์เกี่ยวกับความไวในการฟัง โดยนำเกมส์การบอกให้ทำตามคำสั่งมาใช้</li> <li>● นำวิธีการอุปมาอุปไมมมาใช้ หลังจากเสร็จสิ้นเนื้อหาข้างบนแล้ว โดยใช้วิธีเทียบส่วนตรง เช่น ถ้าเราเป็นดอกไม้ หรือผึ้ง หรือ โต๊ะ กระดาน ดินสอ ฯลฯ เพราะเรารู้สึกอย่างไร และให้ข้อสรุปโดยรวมกันอภิปรายในกลุ่มผู้เรียน</li> </ul>	

### ข้อคิดที่ได้จากการสอนกิจกรรมแนะแนว

- ในการสอนควรที่จะมีการวางแผนการ ว่าควรจะให้เนื้อหาอะไรก่อน อะไรหลัง (ง่าย-ยาก)
- ในการเข้าสอนแต่ละครั้ง เราควรจะมีการเตรียมการสอนให้พร้อม เพื่อที่เราจะได้เกิดความมั่นใจตนเอง และแม่นยำในเนื้อหามากขึ้น จะได้อธิบายถึงวิธีการดำเนินการสอน ขั้นตอน ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์ และเรียนรู้ได้มากและได้ผลดี
- ในการสอนแต่ละครั้ง ควรสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนที่มีต่อการสอนในแต่ละครั้งของเรา เพื่อที่จะสำรวจการสอนของเราว่า ผู้เรียนสนใจมากน้อยเพียงใด ถ้าไม่สนใจเท่าที่ควรจะได้หาวิธีการ เพื่อจะปรับปรุงให้ดีขึ้นอีก
- ควรที่จะมีการประเมินการสอน เพื่อที่จะได้ทราบว่าการสอนของเราเป็นอย่างไร ผู้เรียนสนใจพอใจที่จะเรียน และได้เรียนมากน้อยแค่ไหน
- จากการฝึกสอน ซึ่งเป็นประสบการณ์ครั้งแรกในการสอน เราควรที่จะมีการสังเกตการสอนของเพื่อนร่วมงานว่าเป็นอย่างไร มีจุดดี จุดด้อยอะไร เพื่อที่จะนำมาช่วยในการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น และอะไรที่เป็นจุดดีของเพื่อน จะได้นำมาประยุกต์ใช้กับการสอนของเราให้ดีขึ้น



## ประโยชน์ที่ได้จากการสอนชั่วโมงแนะแนว

- ได้รับประสบการณ์ ในการสอนหลายด้าน เช่น วิธีการพูด วิธีการนำเสนอเข้ามามีสอน การนำเกมส์เข้ามาประยุกต์เชื่อมโยงกับการสอน
- ทำให้รู้จักฝึกการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนว่ามีลักษณะอย่างไร
- เป็นแนวทางที่จะนำผู้เรียนที่มีพฤติกรรมหรือมีปัญหามาให้คำปรึกษาและแนะแนวที่ห้องแนะแนว
- เรียนรู้บุคลิกภาพของตนเองว่า เหมาะสมหรือไม่ และหาทางปรับปรุงตนเอง ให้ดีขึ้น
- - เป็นแนวทางที่จะนำไปใช้ ในการทำงานในโรงเรียน ถ้าต้องไปประกอบอาชีพแนะแนว เพื่อการทำงานจะได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น เนื่องจากการได้เรียนรู้ และมีประสบการณ์มาก่อน

## ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดทำป้ายสนเทศ”

### วัตถุประสงค์โดยทั่วไปของการจัดทำป้ายสนเทศ

1. เพื่อเป็นการให้ความรู้ในด้านต่าง ๆ แก่ผู้เรียน เช่น
  - 1.1 ในด้านการศึกษา ว่ามีสาขา แขนง สาย คณะใดบ้าง ให้ประโยชน์อะไรบ้าง จะนำไปใช้ในการทำงานด้านใดบ้าง วิธีการ และเนื้อหาในการเรียนสถาบันที่เปิดสอน การเปิดรับสมัคร
  - 1.2 ในด้านอาชีพ เพื่อให้ผู้เรียนได้ทราบถึงอาชีพต่าง ๆ ว่ามีมากมาย อาชีพใดมีลักษณะการทำงานอย่างไร จะต้องเรียนในด้านใด ความก้าวหน้าของงานมีมากน้อยเพียงใด สถาบันสถานที่ทำงานมีที่ไหนบ้าง
  - 1.3 ในด้านส่วนตัว ก็ต้องการให้ผู้เรียนรู้จักตัวเอง ได้ข้อมูลความรู้ในการปฏิบัติตนเอง ให้สามารถปรับตัว มีพฤติกรรมที่เหมาะสม ความคิดที่ดี และสามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขสมควรแก่อัตภาพ
2. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดีแก่ผู้เรียน

### ตัวอย่างในการจัดป้ายสนเทศ

#### 1. แนะนำห้องแนะแนว

**วัตถุประสงค์** เพื่อต้องการให้ผู้เรียนทั่วไป ได้รู้จักห้องแนะแนวได้มากขึ้น และเพื่อให้ทราบว่าห้องแนะแนวมีอะไรบ้าง ที่จะให้บริการแก่ผู้เรียนได้

**อุปกรณ์ที่ใช้** 1. เป็นคำกลอนเกี่ยวกับการแนะแนว ซึ่งคัดมาจากวารสารแนะแนว แต่งโดยสวัสดิ์ สุวรรณอักษร มีใจความว่า

“การแนะแนว	คืออะไร	ใครรู้บ้าง
คือแนวทาง	พัฒนา	อย่างฉงน
ที่มุ่งหมาย	ให้เด็กเรา	เข้าใจตน
รู้จักขวน	ขวายหาทาง	สร้างตนเอง
การแนะแนว	ยังมุ่งหมาย	ให้เด็กนั้น
แก้หรือกัน	ปัญหาไซร์	ให้ตรงเผ็ง
รู้จักโลก	ทุกสิ่งอัน	ไม่หวั่นเกรง
ปรับตัวเอง	อย่างฉลาด	ปราดเปรื่องเอย”

## 2. บริการแนะแนวมี 5 อย่าง คือ

“บริการแนะแนวมีห้าอย่าง  
 หนึ่งคือทางการสำรวจตรวจทุกด้าน  
 ทดสอบเด็กให้รู้จักจริงสิ่งต้องการ  
 สองเสริมด้านข่าวสารไว้ให้ครบครัน  
 สามบริการคำปรึกษาปัญหาเด็ก  
 เรื่องใหญ่เล็กช่วยผ่อนคลายเป็นแปรผัน  
 สี่จัดวางเด็กทุกคนทั่วหน้ากัน  
 ห้าคอยหมั่นติดตามผลทุกคนเอย”

**หมายเหตุ** การจัดป้ายสนเทศในครั้งนี้ เป็นการให้ข้อเสนอแนะแก่ผู้เรียน เกี่ยวกับบริการของ  
 ห้องแนะแนว ที่ผู้เรียนสามารถจะมารับบริการได้ เมื่อนักเรียนต้องการ

**ผลที่ได้จากการจัด** มีผู้เรียนสนใจอ่านกันพอสมควร จากการสังเกต และทำให้ผู้เรียน  
 ได้ทราบว่าเรามีอะไรให้บ้าง

## 2. จัดป้ายวันเฉลิมพระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

**วันที่จัด** วันที่ 4 ธันวาคม 2522

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ผู้เรียนได้ทราบถึงวันสำคัญของปวงชนชาวไทย คือวันพระราชสมภพ  
 ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และการจัดได้โยงเข้าสู่การแนะแนว โดย  
 ให้ทราบว่าท่านเป็นนักแนะแนวที่สำคัญพระองค์หนึ่งของพลกนิกรชาวไทย  
 พระองค์ทรงบำบัตทุกข์ บำรุงสุข แก่พลกนิกรชาวไทยทั้งให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ  
 เกี่ยวกับอาชีพ เศรษฐกิจ การศึกษา ความเป็นอยู่แก่ประชาชนด้วย

## อุปกรณ์

1. พระบรมฉายาลักษณ์ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และพระราชกรณียกิจของพระองค์
2. คำกลอนถวายพระพร ซึ่งมีใจความว่า  
ลักษณะบารมี

องค์สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณปิสิฐพงศ์  
เสริมศรีพระราชวงศ์ กษัตริย์  
ราชฎ์ขึ้นชมพระเถลิงถวัลลธิปไตย  
คันทุขสยามรัฐ ประชา  
ทั่วทุกมณฑลภูมิพระยศกิริติประชา  
กฎแจ้งสมัญญา พระองค์  
สรวมศรีไตรรัตนาคุณอดุลม  
ดลวยสุพรทรง สราญ  
ของทรงพระเจริญพระชนม์จรรกาล  
เป็นขวัญสยามนาน นรินทร์

**ผลที่ได้** จากการจัดในครั้งนี้ เป็นที่สนใจของอาจารย์และผู้เรียนมากกว่าเดิม เนื่องจากผลงานในครั้งที่ 1 ได้สร้างความสนใจบ้าง และในครั้งนี้แต่ละหมวดวิชา ก็จัดพร้อมกันด้วย ตามห้องเรียนผู้เรียนก็จัดกันในแต่ละห้อง

### 3. การจัดป้ายสนเทศเกี่ยวกับสุขภาพจิต เรื่อง คุณเป็นโรคประสาทหรือเปล่า

#### วันที่จัด

- วัตถุประสงค์**
1. เพื่อต้องการให้ผู้เรียนทราบถึงลักษณะของโรคประสาทว่ามีลักษณะอย่างไร เช่น อาการย้ำทำย้ำคิด หมกมุ่นอยู่กับตนเอง ฯลฯ
  2. เพื่อให้ทราบถึงสาเหตุของโรคประสาท ตลอดจนแนวทางการรักษา และการป้องกัน

#### อุปกรณ์

เป็นป้ายสนเทศเขียนว่า

1. **หาเหตุผลเข้าข้างตนเอง** เป็นวิธีการที่จะทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจ เมื่อพบกับข้อบกพร่องของตนเอง เช่น การที่คุณมีร่างกายที่อ้วนเกินไป แต่คุณมีผมที่สลวย ก็จงพยายามบอกกับคุณเองว่า ถึงแม้ว่าเราจะอ้วนแต่เราก็มีผมสลวย

**2. การทำสมาธิ** เมื่อคุณมีความวิตกกังวล กลุ้มใจ ทำให้คุณไม่สามารถจะทำสิ่งใด ๆ ได้ ลองหันมานั่งทำสมาธิดูบ้าง เพื่อจิตใจของคุณจะได้ปลอดโปร่งแจ่มใส สามารถจะมองหาสาเหตุแห่งปัญหาของคุณได้ และคุณยังจะสามารถค้นพบวิธีที่จะแก้ปัญหาของคุณได้อย่างฉลาด และถูกต้องอีกด้วย เช่น ในขณะที่กำลังสอบคุณสับสนเมื่อดูตำรา ลองหันมาทำสมาธิดูบ้าง เมื่อจิตใจของคุณสงบ คุณจะสามารถดูตำราได้อย่างเข้าใจ

**3. การมองโลกในแง่ดี** ขอให้คุณเป็นคนมองโลก มองผู้อื่นอย่างกว้างขวาง และคุณ จะสบายใจ เช่น การที่คุณมาโรงเรียนเช้าวันหนึ่ง คุณพบกับเพื่อนแล้วเพื่อนไม่พูดกับคุณ คุณก็อย่าเพิ่งโกรธหรือโมโหเพื่อน พยายามคิดว่าเพื่อนของคุณอาจจะมองไม่เห็น หรือว่ากำลังคุยกับคนอื่น อยู่ทำให้เรามองไม่เห็นคุณก็ได้

### ผลที่ได้

- ก็เพื่อเป็นแนวทางในการสำรวจตัวเองของผู้เรียน ว่าเขามีลักษณะอย่างนั้นหรือไม่และถ้ามีจะหาทางป้องกันแก้ไขอย่างไรบ้าง เพื่อการพัฒนาสุขภาพจิตของตนให้สมบูรณ์
- ได้รับความสนใจจากบรรดาอาจารย์ และผู้เรียนมากขึ้น มีผู้เรียนมาจดรายละเอียดไปก็มี

### ข้อคิดที่ได้จากการจัดทำป้ายสนทนา

- ควรที่จะมีความคิดสร้างสรรค์ในการทำ หรือเขียนเรื่องราวเนื้อหา ให้เป็นที่น่าสนใจ
- จะต้องเป็นผู้ที่คิดว่า หากความรู้และสิ่งที่เป็นประโยชน์ พร้อมทั้งสิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ อยู่เสมอ
- การทำงานควรที่จะรู้จักหัดทำ ถ้าไม่รู้จักลองก็คงจะไม่มีใครเป็น เพราะไม่มีใครเป็นมาแต่เกิด เราควรที่จะรู้จักหัด ไม่ใช่ดีแต่พูดว่าไม่เป็น หรือฉันทำไม่ได้ สิ่งเหล่านี้เราสามารถฝึกฝนกันได้
- ในการทำงานควรที่จะมีการฟังเหตุผลของคนอื่นบ้างว่า เหมาะสมหรือไม่ ไม่ควรยึดความคิดของตนเป็นหลัก และดื้อรั้นอยู่ตลอดเวลา ไม่ควรจะใช้อารมณ์ ความแค้นงอนมาใช้ในการทำงาน ซึ่งจะก่อให้เกิดความไม่สบายใจ อึดอัดใจแก่ผู้ร่วมงานเป็นอันมาก
- ในการทำงานถ้าสมาชิกเห็นความสำคัญของงานเป็นใหญ่จะก่อให้เกิดความร่วมมือประสานกันเป็นอย่างดี และถ้าสมาชิกที่เห็นกับกลุ่มเป็นใหญ่ ก็ควรที่จะมีการให้กำลังใจแก่กลุ่มในการทำงานร่วมกัน
- ในการดำเนินงาน ทำงาน ควรจะมีการประเมินผลงานว่าได้รับความสนใจ มากน้อยเพียงใดจากผู้เข้าชม และควรที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้นโดยควรมีส่วนช่วยร่วมกันระดมความคิด
- สิ่งที่ต้องคำนึงก็คือ ประเมินดูว่า การจัดแต่ละครั้ง เด็กได้อะไร ได้ประโยชน์มากน้อยเพียงใด ข้อดีของการจัดแต่ละครั้งมีอะไร ข้อเสียที่ควรปรับปรุงมีอะไร

- การจัดทำป้ายสนเทศควรจะดูเหตุการณ์ สถานการณ์ปัจจุบันว่าดึงดูดใจเด็กมากน้อยเพียงใด

- ควรจัดให้เหมาะกับเทศกาล ฤดูกาล

- ควรดูโอกาสที่น่าจะเป็นไปได้ ว่าข้อมูลมีมากน้อยแค่ไหน ให้เหมาะสมกับงาน

### ประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดทำป้ายสนเทศ

- ได้เรียนรู้วิธีการ ค้นหา และคัดเลือกข้อมูลที่จะนำมาเขียนว่าอะไรบ้างที่น่าสนใจ และน่าจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้เรียน

- ได้เรียนรู้และฝึกหัดวิธีการในการเขียน ประดิษฐ์ตัวอักษรให้เป็นที่น่าสนใจ ได้รับความสนใจแก่ผู้พบเห็นเพื่ออยากจะทำ

- ได้เรียนรู้ เข้าใจ วิธีการ ที่จะจัดอย่างไรให้เป็นที่สะดุดตา และน่าสนใจแก่ผู้พบเห็น

- ได้เรียนรู้ถึงการทำงานร่วมกัน ในกลุ่มสมาชิกที่ฝึกงาน ว่าแต่ละคนเป็นอย่างไร บางคนดีแต่พูด ไม่ทำ ส่วนคนที่ทำไม่ค่อยพูด

- ได้เรียนรู้และเข้าใจสิ่งต่าง ๆ เช่น ความรู้รอบตัว สุขภาพจิต บุคลิกภาพ การใช้ชีวิต ให้เป็นประโยชน์ ฯลฯ และข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกอาชีพได้กว้างขวางขึ้น

- ได้ฝึกความอดทน และความคิดในการทำงาน

- ทำให้รู้จักคิด มีความคิดสร้างสรรค์ขึ้น

ฯลฯ

### ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การให้คำปรึกษาแก่นักเรียน”

#### วัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา

- เพื่อที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถที่จะหาทางที่จะช่วยตนเอง ในการตัดสินใจเลือกรู้จักคิด รู้จักมองตน และรู้จักที่จะวางแผนชีวิตในอนาคตของตนได้อย่างฉลาด ในการแก้ปัญหาของตนเอง และสามารถปรับตัวเอง ให้เข้ากับบุคคลและสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี

- เป็นการฝึกผู้ฝึกงานให้ได้รับการฝึกงานด้านนี้ ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ และให้พบกับสภาพจริง ๆ ให้รู้จักนำเอาทฤษฎีมาประยุกต์ใช้ รวมทั้งใช้ความรู้ความสามารถไหวพริบให้เกิดประโยชน์ในด้านการให้คำปรึกษา

## บันทึกการให้คำปรึกษา

วันที่ 17 พฤศจิกายน 2522 เวลา 15.30 - 17.00 น.

สถานที่ ห้องแนะแนว

ชื่อผู้มารับคำปรึกษา ด.ญ.นวลเพ็ญ สวัสดิ์ (นามสมมติ)

ชื่อผู้ให้คำปรึกษา น.ส.วาสนา สุทนต์

**ลักษณะของปัญหา** มีความไม่สบายใจ ตัดสินใจไม่ได้ว่าจะให้ของขวัญแก่เพื่อนดีไหม เพราะเพื่อนจะออกจากโรงเรียนและไปเรียนต่อต่างประเทศ บอกเพื่อนแล้วว่าจะให้เขา แต่เขาบอกว่าไม่ยกได้ แต่นวลเพ็ญก็อยากให้ไว้เป็นที่ระลึก และเธอก็คิดว่าเพื่อนไม่ยกได้ของ ๆ เธอ เพราะของเธอดี ไม่สวยงาม หรือมีค่าเท่ากับของเพื่อน เพราะว่าเขาร่ำรวยในความรู้สึกของเธอ เธอยกให้เพื่อน แต่กลัวเพื่อนจะไม่รับหรือเมื่อรับไปแล้วจะไม่รักษาเก็บของเธอไว้ เธอมาร้องไห้ว่า ไม่มีคนเข้าใจ ความรู้สึกที่เธอรักและหวังดีต่อเพื่อน และเธอบอกว่าเธอเป็นคนคิดมากใจน้อยและเธอขอความเห็นจากข้าพเจ้าว่า จะให้ของดีหรือไม่ เธอยกจะให้เขา

**การช่วยเหลือ** ได้พูดให้นวลเพ็ญได้เข้าใจถึงความแตกต่างของบุคคลว่าคนเราไม่เหมือนกัน การที่จะให้เพื่อนเขาเหมือนเรา เข้าใจเรา เหมือนกับที่เรา รู้สึกนั้นเป็นไปได้ เราต้องคิดว่า เขาเป็นอย่างไร เราเป็นอย่างไร ความรู้สึกก็จะแตกต่างกันแล้ว ในเรื่องของการให้ของถ้า นวลเพ็ญคิดว่าอยากให้เขา แล้วนวลเพ็ญสบายใจก็คิดว่าควรจะให้หรือไม่ละ และในการให้ของคนอื่นนั้น เราไปถามเขาว่าจะให้ของนั้น ตามความรู้สึกของนวลเพ็ญคิดว่าจะพูดต่อเพื่อนอย่างไร ถ้า นวลเพ็ญจะเป็นฝ่ายรับ เธอตอบว่าก็พูดว่าไม่ต้อง นวลเพ็ญพูดต่อว่า เพื่อนบอกว่าไม่ยกได้เลย ทำให้เกิดน้อยใจ ข้าพเจ้าจึงบอกว่าคิดหรือไม่ว่า เพื่อนเขาอาจใช้คำพูดไม่สละสลวย เพราะพูดไม่เป็น และเขาอาจเกรงใจเราหรือเปล่า เธอตอบว่า ไม่หรอก เขาไม่ยกได้ของ ๆ หนูจริง ๆ แต่หนูอยากให้เขา ข้าพเจ้าจึงให้เธอคิดว่า ถ้าเธอทำและทำให้สบายใจโดยที่ไม่ระแวงว่าเขาจะเก็บรักษาหรือไม่ เธอคิดว่าควรกระทำไหม และเมื่อเธอกระทำสิ่งใดไปแล้ว เธอสบายใจ เธอหวังผลจะให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เธอคิดว่าจะเป็นไปดังใจหรือไม่ ครูอยากให้นวลตัดสินใจเองว่าคิดว่าจะอะไร ที่เหมาะกับเรา ขอให้หนูกลับไปคิดนะคะ

### วิธีการที่ใช้ในการให้คำปรึกษา

- ใช้วิธีการสะท้อนความรู้สึกบ้าง
- ใช้วิธีสมมติบทบาทว่าเธอรู้สึกอย่างไรถ้าต้องเป็นอย่างนั้น
- ให้ความอบอุ่นใจและเป็นกันเองกับเธอ
- สร้างสัมพันธภาพที่ดี เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ เชื่อมั่นในตัวเอง

- บางครั้งใช้วิธีการให้ข้อมูล และหาข้อเลือกให้ตัดสินใจเองตามความรู้สึกของเธอ
- ใช้คำถามเพื่อเจาะถึงความรู้สึกความเข้าใจของเธอ
- แสดงถึงการยอมรับเข้าใจเธอ ทางใบหน้า มีการพยักหน้า และรับฟัง เข้าใจและให้คำปรึกษาด้วยความจริงใจ
- ใช้การรับฟังโดยให้เด็กได้พูด แสดงความรู้สึกความคิด

### ผลที่ได้

- สามารถทำให้นวลเพ็ญเข้าใจถึงตนเองและผู้อื่นบ้าง และทำให้เธอเกิดความคิดและแนวทางในการที่จะตัดสินใจในโอกาสต่อไป ซึ่งการตัดสินใจของเธออาจจะต้องใช้เวลาน้ำ
- ทำให้นวลเพ็ญเกิดความสบายใจขึ้นบ้าง ซึ่งสังเกตได้จากสีหน้า การแสดงออก ว่าความวิตกกังวลได้ลดลง
- เธอเกิดความไว้วางใจ เชื่อมั่นในตัวข้าพเจ้าพอสมควร ซึ่งเธอได้กล่าวว่า “ไว้หนูตัดสินใจได้แล้วหนูจะมาบอกอาจารย์นะคะ”

### ความรู้สึกของข้าพเจ้าในการให้คำปรึกษาในครั้งนี้

- คิดว่าตนเองยังบกพร่องบ้าง ในการใช้คำพูด และวิธีการบางวิธี เช่น การถามความรู้สึกของเธอ ความคิดของเธอ ยังใช้คำพูดที่ไม่เข้าถึงจิตใจเธอมากนักแต่ก็เป็นการหาข้อมูลได้ด้วยวิธีหนึ่ง
- ข้าพเจ้าคิดว่าข้าพเจ้าเข้าถึงความคิด ความรู้สึกของเธอพอสมควร แต่ไม่สามารถที่จะใช้คำพูดอย่างไรดี เพื่อให้เธอเข้าใจและเกิดความรู้สึกว่าเราเข้าใจเธอได้ดี

### ข้อควรปรับปรุง

- ควรจะพยายามฝึกการใช้คำพูดให้เป็นที่สละสลวย และแสดงถึงความเข้าใจเธอมากยิ่งขึ้น

### บันทึกการให้คำปรึกษา

วันที่ 24 ธันวาคม 2522 เวลา 15.30 - 16.45 น.

สถานที่ ห้องแนะแนว

ชื่อผู้รับคำปรึกษา ด.ญ.จันทร์เพ็ญ (นามสมมติ)

ชื่อผู้ให้คำปรึกษา น.ส.วาสนา สุทนต์

**ลักษณะของปัญหา** เข้ากับเพื่อนไม่ได้ เพื่อน ๆ ไม่ยอมรับเธอคิดว่าอยู่บ้านแม่ไม่รัก ทะเลาะกับน้อง อยู่ในห้องเรียนถูกเพื่อนปฏิเสธ เธอกล่าวว่า “ไม่มีใครเข้าใจหนูเลย ทำไมถึงเป็นเช่นนี้ ทั้งที่หนูก็ทำตัวดีและเข้าใจเพื่อนแล้ว”

### **การให้ความช่วยเหลือ**

ได้พยายามพูดให้เธอรู้จักคิดและสำรวจตัวเอง “ลองคิดดูซิคะว่าเราทำอะไรที่ทำให้เพื่อนไม่พอใจบ้างหรือเปล่า” จันทร์เพ็ญตอบว่า “เธอคงทำอะไรที่ทำให้เพื่อนไม่พอใจ แต่หนูก็พยายามปรับปรุงให้ดีขึ้นกว่าตอนที่แล้วนะคะ” แล้วข้าพเจ้าพูดว่าไหนลองคิดดูอีกทีซิว่าอะไรบ้างที่ทำให้เราคิดว่าเราทำไม่ดี จันทร์เพ็ญตอบว่า “หนูไม่ทราบ แต่หนูคิดว่าหนูพยายามทำดีแล้วนะ” ข้าพเจ้าพูดว่า “ให้หนูลองคิดดูนะคะ ถ้าคิดได้ว่าเรามีอะไรที่คิดว่าบกพร่องบ้าง ไม่มีใครหรอกที่จะดีพร้อมทุกอย่าง แต่เราจะทำอย่างไรเพื่อปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นได้อีก เพื่อที่จะอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ถ้าคิดได้อย่างไร อย่าลืมมาบอกครูนะคะ” แต่จันทร์เพ็ญตอบว่าหนูคิดว่าหนูทำตัวดีแล้ว และปรับปรุงขึ้นแล้วคะข้าพเจ้าพูด “เอาละถ้าหนูคิดว่าหนูปรับปรุงแล้ว หนูปรับปรุงอะไรคะ” ลองพูดให้ครูฟังบ้างได้ไหมคะ” จันทร์เพ็ญตอบว่า “เช่นการช่วยเหลือเพื่อน แต่ว่าเพื่อนเขาไม่ชอบที่หนูช่วยเหลือ” ข้าพเจ้า “ในการช่วยเหลือใคร เราจะต้องดูซิว่าเขาต้องการความช่วยเหลือจากเราหรือเปล่า ถ้าเขาทำได้ เขาไม่ต้องการความช่วยเหลือ เราควรจะทำหรือไม่คะ” จันทร์เพ็ญตอบว่า “ก็ไม่ต้องซิคะ”

### **วิธีการให้คำปรึกษา**

- มีการให้เด็กรู้จักสำรวจตัวเอง เพื่อการเข้าใจตนเอง
- ใช้วิธีบทบาทสมมติบ้าง
- ใช้วิธีการสะท้อนความรู้สึก
- ใช้วิธีให้ความกระจ่างในพฤติกรรมของตนเองแก่เด็ก
- ใช้วิธีการให้ข้อมูล และข้อเสนอแนะบ้าง
- สร้างสัมพันธภาพที่ดีแก่ผู้เรียน เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ และความกล้าที่จะแสดงออก
- ใช้วิธีการให้เด็กเล่าเรื่องราว ความรู้สึก เป็นการระบายความอัดอั้นไม่สบายใจ
- มีการแสดงออกถึงความเข้าใจ รับฟัง สนใจตั้งใจที่จะฟังเรื่องของเขา
- กระตุ้นให้รู้จักคิดถึงการกระทำของเขาเอง

### **ผลที่ได้รับ**

- ให้เธอได้ระบายออกซึ่งความไม่สบายใจ ให้เธอรู้สึกว่ามีคนรับฟังเธอบ้าง
- เธอรู้สึกเข้าใจถึงการกระทำที่ไม่ดีของตนเอง และคิดจะปรับปรุง โดยการแสดงการพยักหน้าแสดงถึงการรับรู้และเข้าใจ



- ทำให้เด็กเกิดความไว้วางใจ จากการพูดของเด็กว่า “หนูจะมาหาอาจารย์อีกนะคะ”

### ความรู้สึกของข้าพเจ้าในการให้คำปรึกษาตลอดการฝึก

- ไม่เป็นที่พอใจเท่าที่ควร เพราะไม่สามารถที่จะทำให้เด็กรู้จักคิดถึงตนเอง ได้มากเท่าที่ควร
- คิดว่าตนเองยังไม่รู้จักวิธีที่จะพูดให้เหมาะสมเท่าใดนัก

### ข้อควรปรับปรุง

- ข้าพเจ้าควรพยายามที่จะค้นคว้าศึกษาดำรอ่านให้มากขึ้น เพื่อจะได้รู้จักพูดหาวิธีกระตุ้นให้เด็กได้รู้จักสำรวจและคิดถึงการกระทำของตนเองให้ดียิ่งขึ้น

### ประโยชน์ที่ได้จากการให้คำปรึกษาตลอดเวลาของการฝึก

- ทำให้ได้ฝึกวิธีการให้คำปรึกษาให้มีความชำนาญ และมีความสามารถมากขึ้น
- ได้ประสบการณ์จากเหตุการณ์ เรื่องราวต่าง ๆ ที่ยังไม่เคยพบ เพื่อที่จะได้นำมาเป็นแนวทางในการที่จะเรียนรู้และรับรู้สิ่งอื่น ๆ ต่อไป
- ทำให้ได้รู้จักและเข้าใจถึงปัญหาต่าง ๆ มากขึ้น และหาวิธีช่วยเหลือ
- ทำให้เกิดความเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลมากขึ้น
- ทำให้รู้จักวิธีการในการพูด การคุย และสร้างบุคลิกภาพที่เหมาะสมให้กับตนเองมากขึ้น
- เป็นการเรียนรู้ ความรู้สึก อารมณ์ของบุคคลให้เข้าใจดีขึ้น
- เกิดความเข้าใจในลักษณะของการเป็นผู้ให้คำปรึกษามากยิ่งขึ้นว่าควรมีลักษณะใด และควรจะทำตัววางตัวอย่างไร
- ทำให้ได้เข้าใจถึงสภาพการณ์ต่าง ๆ ในสังคมได้มากขึ้น
- ช่วยให้เกิดความรู้สึกกว้างขวางในการมองโลก
- เกิดการเรียนรู้ในบุคลิกภาพของเด็กแต่ละคนมากขึ้น
- ทำตนเองให้เป็นประโยชน์กับผู้อื่นได้
- ช่วยทำให้ผู้อื่นเกิดความสบายใจขึ้นบ้าง
- รู้จักที่จะพลิกแพลง ดัดแปลงการหาวิธีการต่าง ๆ มาใช้ช่วยในการแก้ปัญหา
- ทำให้ได้ความรู้และประสบการณ์ของการให้คำปรึกษามากยิ่งขึ้น

### ข้อคิดที่ได้จากการให้คำปรึกษาตลอดเวลาของการฝึก

- ทำให้เกิดความคิดได้ว่า การที่จะให้คำปรึกษาหรือการแนะแนวแก่ใครนั้น ผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาจะต้องมีความรู้ความเข้าใจ ทั้งจากทฤษฎีและการปฏิบัติมาก ๆ

- จะต้องเป็นผู้ที่รู้จักเสาะแสวงหาความรู้ตลอดเวลา
- การมองคน เราจะต้องมองด้วยความเที่ยงธรรม ไม่มีอคติ พิจารณาไตร่ตรอง อย่างละเอียดถี่ถ้วนก่อนที่จะตัดสินใคร
- การที่จะสร้างความมั่นใจ ความเชื่อถือ ความไว้วางใจให้ผู้อื่นยอมรับเรา ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของเราว่าควรจะทำตัวและวางตัวอย่างไร
- ในการให้คำปรึกษา เราจะต้องมีความอดทนในการที่จะรับฟังปัญหาเรื่องราวต่าง ๆ ด้วยความตั้งใจ สนใจ และจริงใจที่จะช่วยให้แนวทาง ในการที่เขาจะตัดสินใจได้ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการเป็นผู้ให้คำปรึกษาที่ดี
- การที่จะให้ข้อมูลใดไป ควรเป็นข้อมูลที่มีความชัดเจน ไม่คลุมเครือ และควรเป็นข้อมูลที่ทันสมัยต่อสภาพเหตุการณ์
- ผู้ให้คำปรึกษาควรเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติเหมาะสมหลาย ๆ อย่าง เช่น เป็นผู้ที่มีความรู้สึกไว และรู้จักจับจุดของปัญหาให้ได้ มีความอดทน ยอมรับและเคารพในหน้าที่ของตน เป็นผู้ที่มีความจริงใจ อารมณ์มั่นคง หนักแน่น และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ฯลฯ

### ความรู้สึกในการทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษา

- คิดว่าตนเองได้ทำตนให้มีคุณค่า มีประโยชน์ในการที่ช่วยให้ผู้อื่นได้เกิดความสุขสบายใจ
- พอใจที่ตนเองได้ทำหน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาอย่างเต็มที่ และมีความตั้งใจจริง
- รู้สึกว่าตนเองจะต้องเสาะแสวง และค้นคว้าความรู้ที่อยู่ตลอดเวลา เพื่อนำมาเป็นแนวทางในการเรียนรู้และประสบการณ์ในการที่จะนำมาเป็นแนวทางในการเข้าใจโลก และมองโลก ได้ลึกซึ้งกว้างขวางขึ้น
- คิดว่าตนเองจะต้องฝึกฝนและหาประสบการณ์อีกมาก ๆ

### ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดทำวารสารแนะแนว”

#### วัตถุประสงค์ของการทำวารสารแนะแนว

- เพื่อต้องการที่จะให้ความรู้ในด้านต่าง ๆ แก่นักเรียนและผู้สนใจอื่น ๆ
- เพื่อที่จะเป็นสื่อสัมพันธ์ระหว่างฝ่ายแนะแนวกับนักเรียน

#### ประโยชน์ที่ได้จากการทำวารสารแนะแนว

- ทำให้เรียนรู้และมีประสบการณ์ในการจัด คัดเลือกเนื้อหาที่คิดว่ามีประโยชน์มาจัดพิมพ์
- เรียนรู้วิธีการพิมพ์วารสาร
- เรียนรู้วิธีการจัดทำรูปเล่ม
- ทำให้มีประสบการณ์ในการทำงานร่วมกัน

- ทำให้ได้แนวคิดแนวคิดที่กว้างขวางขึ้น มีความคิดสร้างสรรค์ ได้รับสิ่งแปลกใหม่เพิ่มขึ้น
- ได้เรียนรู้วิธีการเขียนบทความอันจะเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น

### ข้อคิดที่ได้จากการจัดทำวารสารแนะนำ

- งานอะไรก็ตาม ถ้าเราไม่ริเริ่มที่จะทำ ไม่ลงมือทำ งานนั้นก็จะไม่สำเร็จ ไม่มีผลงานออกมา
- เราควรจะทำงานทำ ไม่ใช่ให้งานมาหาเรา
- การทำงานควรจะมีจุดหมาย วัตถุประสงค์หรือวันเพื่อความสำเร็จ
- การทำงานแม้ไม่ได้รับความร่วมมือ ช่วยเหลือจากผู้อื่น หรือผู้ร่วมงานก็ตาม แต่ถ้าเรามีความตั้งใจจริงและพยายามมากขึ้นผลสำเร็จก็จะตามมา
- ความรับผิดชอบในงานเป็นสิ่งที่จะต้องได้รับการปลูกฝังให้มีในพวกเรา
- ความบกพร่องที่เกิดขึ้นจากการทำครั้งแรกจะเป็นแนวทางในการปรับปรุงงานขั้นต่อไปให้ดียิ่งขึ้น
- การแก้ไขข้อบกพร่องควรจะมองอย่างละเอียดถี่ถ้วน

### ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดฉายภาพยนตร์”

#### วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เรียนรู้จัก รับทราบถึงวิธีการปฏิบัติตนในการเรียน ว่าสิ่งที่ดีควรจะเอาอย่างไร เช่นจากเรื่องประชาธิปไตยในสายเลือด
- เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้ ความเข้าใจในอาชีพต่าง ๆ ได้รู้จักลักษณะของงานในแต่ละอาชีพว่าเป็นอย่างไร เช่น จากเรื่องอุตสาหกรรมไทย การทำผ้าไหม การปลูกอ้อย การเลี้ยงไข่มุก นครโมกุล การปลูกองุ่น การเลี้ยงสุกร
- เพื่อเป็นการเผยแพร่กิจกรรมของการแนะนำให้กว้างขวางยิ่งขึ้น

การจัดฉายภาพยนตร์เกี่ยวกับงานอาชีพอันเป็นการให้ข้อเสนอแนะทางการอาชีพให้กับผู้เรียนที่สนใจในทุกระดับชั้น ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์ช่วยเหลือจากธนาคารกรุงเทพ สาขา สุริวงค์ โดยการไปติดต่อขอยืมฟิล์มมา

#### เรื่องที่จะจัดฉายภาพยนตร์ มี

1. เรื่องประชาธิปไตยในสายเลือด เป็นภาพยนตร์สารคดีชนะเลิศการประกวดภาพยนตร์ ซึ่งภาพยนตร์เรื่องนี้เป็นของธนาคารกรุงเทพ เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับการเรียนการสอนแบบประชาธิปไตย ซึ่งมีครูเป็นผู้ควบคุมชั้นเรียนเท่านั้น โดยที่ผู้เรียนจะเป็นผู้ดำเนินการเรียนใน

ชั้นเรียนเองทั้งหมด เป็นการเรียนที่ฝึกให้ผู้เรียนควบคุมตนเอง มีเหตุผล รู้จักการยอมรับเหตุผลของผู้อื่น กล้าที่จะแสดงออกในทางที่ถูกต้อง เป็นการเปิดเผยตนเอง และฝึกตนเองไปด้วย

2. **เรื่องอุตสาหกรรมไทย** เป็นภาพยนตร์ที่แนะนำให้ความรู้ในอาชีพต่าง ๆ ของไทย โดยนำเอาเศษวัสดุที่เหลือใช้ หรือวัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่น นำมาประดิษฐ์ให้เป็นของใช้ให้สวยงาม เช่น เศษผ้า ไบลาณ ตันกล้วย ผักตบชวา โดยนำมาประดิษฐ์เป็นสิ่งต่าง ๆ เช่น รองเท้า หมวก สุนัขพวงมณี สุนัขพวงมณี กระเป๋า ของ กล่องเก็บจดหมาย ภาพยนตร์ชุดนี้เกี่ยวกับอาชีพ เป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือน นักเรียนสามารถนำไปใช้กับชีวิตประจำวัน

3. **เรื่องการทำผ้าไหม** เป็นภาพยนตร์ที่แนะนำให้ความรู้ในอาชีพการทำผ้าไหม วิธีการทำของจังหวัดอุบลราชธานี ตั้งแต่วิธีการเลี้ยงต้นหม่อนเก็บมาให้ตัวไหมกิน จนถึงการนำทอเป็นเส้นใย ย้อมสีและขดเป็นผ้าไหมสำเร็จ ซึ่งมีขั้นตอนในการทำที่ยุ่งยากมากกว่าที่จะออกมาเป็นชิ้นผ้าไหม

4. **เรื่องการปลูกอ้อย** ภาพยนตร์เพื่อการเกษตร เป็นการแนะนำให้ความรู้ถึงวิธีการปลูกอ้อย การดูแลรักษา ตลอดจนการคัดเลือกพันธุ์อ้อยที่ดีมาปลูกไว้เป็นพ่อพันธุ์ต่อไป

5. **เรื่องการเลี้ยงไข่มุก** เป็นภาพยนตร์ที่แนะนำให้ความรู้ในเรื่องอุตสาหกรรมการทำไข่มุกที่จังหวัดภูเก็ต ซึ่งเป็นมุกเลี้ยงซึ่งมีวิธีการต่าง ๆ เช่นการใส่สารเคมีลงไปในตัวหอยเพื่อให้สารเคมีนั้นทำปฏิกิริยากับสารในตัวหอยเกิดเป็นไข่มุก ซึ่งต้องใช้ขั้นตอนในการทำอย่างละเอียดซับซ้อนมาก กว่าที่จะออกมาเป็นไข่มุกที่นำมาเป็นเครื่องประดับที่สวยงามของสุภาพสตรี

6. **เรื่องนครโมกุล** เป็นภาพยนตร์ที่แนะนำให้ความรู้เกี่ยวกับอาชีพสำหรับราษฎรที่ไม่มีอาชีพ คือการไปขุดหินจากภูเขา ที่อำเภอไชยบาดาล จังหวัดลพบุรี ซึ่งเป็นหินที่มีความสวยงามมาก และเป็นอาชีพหนึ่งซึ่งทำรายได้ให้แก่ผู้สนใจ และทำการขุดได้ไม่น้อยทีเดียว เป็นอาชีพที่ไม่ต้องลงทุนมาก เพียงแต่ลงแรงไปขุดและนำมาเจียรระไนก็จะได้หินที่สวยงามมาก

7. **เรื่องการปลูกองุ่น** เป็นภาพยนตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการในการปลูก และเลี้ยงดูแลต้นองุ่นซึ่งเป็นอาชีพที่ทำรายได้ให้กับผู้ทำการปลูกมาก เพียงแต่ต้องขยันดูแลรักษาต้นองุ่นอย่างใกล้ชิดก็จะได้องุ่นที่มีผลโต รสดี เป็นที่ต้องการของตลาด

8. **เรื่องการเลี้ยงสุกร** เป็นภาพยนตร์ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการเกษตร แนะนำอาชีพการเลี้ยงสุกร ซึ่งวิธีการเลี้ยงโดยการคัดพ่อพันธุ์ที่ดี แม่พันธุ์ที่ดีมาเลี้ยงไว้ นำอาหารที่ซื้อหรือหาได้เอง เช่น ผักตบชวาหรือรำ ผักบุง ซึ่งเป็นอาหารที่สุกรชอบ เมื่อถึงเวลาสุกรเจริญเติบโตเต็มที่แล้วก็สามารถนำไปขายได้รายได้ดี

## ข้อคิดและประโยชน์ที่ได้

- เป็นการให้ความรู้แก่นักเรียนในการเรียนรู้ด้านอาชีพ
- เป็นการปลูกฝังความรู้สึกและเจตคติที่มีต่ออาชีพต่าง ๆ อย่างกว้างขวาง
- การจัดทำควรมีการประชาสัมพันธ์เผยแพร่ให้มากกว่านี้

## ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดเชิญวิทยากรมาบรรยายให้ความรู้”

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ความรู้ ข้อคิด ประสบการณ์แก่ผู้เรียนทั้งในด้านการศึกษา และสุขภาพจิต อารมณ์ส่วนตัวและสังคม
2. เพื่อให้ข้อมูลแก่ผู้เรียนให้มีความรู้แปลก ๆ ใหม่ ๆ
3. เพื่อให้ผู้เรียนมีการพัฒนาและทันต่อโลก ทั้งในด้านความรู้และความคิดอย่างกว้างขวาง

## ตัวอย่างการจัดเชิญวิทยากรมาบรรยายให้ความรู้แก่ผู้เรียน จัดโดยฝ่ายแนะแนวของโรงเรียน

### 1. เรื่องการวิเคราะห์สถานการณ์ในประเทศอิหร่าน

วัน เวลา ที่จัด	18 ธันวาคม 2522	เวลา.....
วัตถุประสงค์	เพื่อให้ผู้เรียนได้ทราบถึงเหตุการณ์ของโลก โดยเฉพาะประเทศอิหร่าน ซึ่งกำลังเป็นข่าวที่เป็นที่สนใจกันทั่วไป	
วิทยากร	อาจารย์จากคณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	
ผลที่ได้	มีผู้เรียนสนใจฟังกันมาก และเป็นที่สนใจแก่ผู้เรียนมาก เพราะจะมีการซักถามกันอยู่ตลอดเวลา	
ความรู้สึก	ดีใจมากที่มีผู้ให้ความสนใจ	

### 2. เรื่องการเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา

วัน เวลา ที่จัด	4 มกราคม 2523	เวลา.....
วัตถุประสงค์	เพื่อต้องการให้ผู้เรียนในระดับชั้น มศ.5 ได้ทราบเกี่ยวกับวิธีการดูหนังสือสอบ วิธีการเลือกคณะ สถาบัน วิธีการเลือกและจัดอันดับคณะวิชา สถาบัน ในการสมัครสอบเพื่อเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา และบรรยายถึงการเลือกเรียนในสถานต่าง ๆ ที่มีชื่อมหาวิทยาลัย เช่น สถาบันเกี่ยวกับอาชีพต่าง ๆ ไม่หวังให้ผู้เรียนต่อระดับมหาวิทยาลัยอย่างเดียว แต่ได้เห็นคุณค่าของการเรียนทางด้านวิชาอาชีพอื่น ๆ ด้วย	

<b>วิทยากร</b>	อาจารย์จากมหาวิทยาลัย 2 ท่าน ตัวแทนนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 2 ท่าน
<b>ผลที่ได้</b>	ได้รับความสนใจจากผู้เรียน มศ.5 เป็นส่วนมาก ซึ่งเห็นได้จากการซักถามกัน ตลอดเวลา
<b>ความรู้สึก</b>	ดีใจที่ให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์ และเขามีความสนใจดี

**ข้อคิดที่ได้จากการจัดเชิญวิทยากรมาบรรยาย**

- ในการจัดเชิญวิทยากรนั้น ควรที่จะจัดเชิญผู้มีความรู้ ความสามารถ ทั้งในด้านวิชาการ และการพูดจา เพื่อที่จะก่อให้เกิดความเข้าใจ กระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจที่จะฟังกันมากขึ้น
- การที่จะจัดเชิญวิทยากร ควรที่จะมีการจัดเชิญตามวาระโอกาสที่เหมาะสม เช่น ผู้เรียน จะสอบแข่งขันเข้าสถาบันต่าง ๆ ก็ควรจัดเชิญวิทยากรมาในระยะก่อนสอบ เพื่อเป็นการเตรียม ผู้เรียน และหัวข้อที่พูดก็ควรเหมาะสมกับวาระและโอกาส
- การที่จะให้ผู้สนใจฟังนั้น เราควรที่จะมีการประชาสัมพันธ์ที่ดีพอ กว้างขวางพอ เพื่อให้ เป็นที่รับทราบถึงประโยชน์ที่จะได้จากการฟัง
- ในบางโอกาสที่จะจัดเชิญวิทยากร ควรจะมีการสอบถามถึงความต้องการ ความสนใจ ของผู้เรียนว่ามีด้านใด และสนใจมากน้อยแค่ไหนก่อน จึงค่อยจัดเชิญ

**ตัวอย่างการเขียนรายงาน “การจัดนิทรรศการแนะแนวการศึกษาและอาชีพ”**

**วัตถุประสงค์ของการจัด**

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้ทราบข้อมูลทางการศึกษาต่อและอาชีพ
2. เพื่อเป็นแนวทางในการเลือกตัดสินใจในการเรียน และการประกอบอาชีพต่อไป

ในอนาคต

3. เพื่อส่งเสริมและขยาย แสดงผลงานของการแนะแนวให้ผู้อื่นได้เข้าใจ และเห็นประโยชน์ ของการแนะแนว

**วิธีการดำเนินการ** .....

**แผนผังการแสดงผลการจัดนิทรรศการ** (พร้อมทั้งการติดรูปภาพแสดงประกอบ เพื่อให้เห็นการจัดนิทรรศการอย่างชัดเจน).....

## ประโยชน์ที่ได้จากการจัดนิทรรศการ

- ทำให้ผู้เรียนได้ข้อมูลในด้านการศึกษาและอาชีพ เพื่อที่จะเป็นแนวทางในการตัดสินใจเลือกเรียนได้อย่างฉลาดและเหมาะสมกับความสนใจ ความสามารถ สติปัญญา ความถนัด และอื่น ๆ
- ทำให้เราได้รู้จักวิธีการจัดว่าควรจะมีวิธีการดำเนินงานเป็นขั้นตอนอย่างไร
- ทำให้เราได้ทราบถึงแหล่งข้อมูลต่าง ๆ เพื่อการติดต่อและนำมาแสดง จัดให้ผู้เรียนชม
- ทำให้เรามีประสบการณ์ในการที่จะร่วมกันทำงานให้ประสบความสำเร็จ

## ข้อคิดที่ได้จากการจัดนิทรรศการ

- ในการจัดงาน ควรมีการดำเนินงานและวางแผนให้แน่นอน
- การทำงานควรมีความร่วมมือกันจึงจะทำให้งานพบกับความสำเร็จ
- การนำข้อมูลที่จะให้ประโยชน์แก่ผู้เรียนและผู้อื่นนั้น ควรเป็นข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน
- การจัดเราควรมีประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ให้คนอื่นได้รับรู้ เพื่อที่จะมารับบริการจากเรา งานอะไรก็ตามถ้าขาดการประชาสัมพันธ์จะทำให้ผลงานไม่ได้รับความสนใจเท่าที่ควร

## ตัวอย่างบทความข้อความและถ้อยคำที่ใช้กับป้ายสนเทศ

### ป้ายสนเทศ

ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างข้อความที่ใช้เขียนที่ป้ายสนเทศ เพื่อให้ข้อคิด เตือนใจแก่ผู้เรียน และในขณะเดียวกันครูแนะแนวอาจนำข้อความเหล่านี้ไปสอนและอภิปรายร่วมกับผู้เรียนในชั่วโมงแนะแนวได้เป็นอย่างดี พร้อมทั้งนี้ครูแนะแนวอาจให้ผู้เรียนช่วยกันรวบรวม เรื่องราว ข้อความ ที่เป็นประโยชน์เพื่อนำมาติดป้ายสนเทศให้ความรู้แก่ผู้อื่นได้อีกด้วย

ข้อความต่อไปนี้เป็นส่วนใหญ่ได้รวบรวมมาจากรายงานการฝึกภาคปฏิบัติของนักศึกษาที่ฝึกในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2522 และจากวารสารต่าง ๆ

### เด็กดี

- เด็กดี คือ เด็กที่ไม่เป็นผู้ร้าย และทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน
- เด็กดี คือ เด็กที่ผูกมิตร กับใครก็ได้
- เด็กดี คือ เด็กที่มีความเมตตากรุณา แก่ผู้ทุกข์ยาก
- เด็กดี คือ เด็กที่มีความกระตือรือร้น ไปเรียนหนังสือ

.....

- น่ารัก คือ รู้สึกเขิน ถ้าทานคนเดียว
- น่ารัก คือ ตักอาหาร ให้เพื่อนก่อน

.....

### เรียนดีต้องมี 3 ชอบ

1. **อยากเรียนดี** ท่านต้องชอบครูอาจารย์ทุกคนที่สอน การเกลียดครู ไม่เคยปรากฏว่า ให้ผลเรียน ที่ดีกับใครเลย
2. **อยากเรียนดี** ท่านต้องชอบเรียน ถือว่าการเรียนรู้เป็นเรื่องสนุก ได้ความรอบรู้ เฉลียวฉลาด
3. **อยากเรียนดี** ท่านต้องชอบวิชาที่เรียน อย่าคาดคิดว่า วิชานั้นไม่ดี เรียนยาก ไม่มีประโยชน์ ทุกวิชามีคุณค่าทั้งนั้น ท่านจงชอบวิชาที่เรียนเสมอ

ถ้าท่านมี 3 ชอบนี้แล้ว ก็เท่ากับ ท่านเรียนรู้ และสำเร็จไปแล้วไม่ต่ำกว่า 90%

.....

### เตือนใจ

#### อ่านหนังสืออย่างไรดี?

หนังสือเป็นมิตรแท้ ถ้าเราอ่านหนังสือเป็น เราจะได้รับประโยชน์สุดที่จะคณานับ หนังสือจะเป็นมิตรทางใจที่ดีของเราได้นั้น เราต้องรู้หลักการคบมิตร หรือการอ่านหนังสือ ดังนี้

- ก่อนอ่านถามตัวเองเสมอว่า อ่านทำไม และกำลังจะอ่านเรื่องอะไร
- ขณะอ่าน พยายามตัดประเด็นความคิดเห็น หรือหลักวิชาความรู้ของผู้เขียนเอาไว้เป็นประโยชน์แก่เรา

.....

- เลือกอ่านหนังสือที่เขียนโดยผู้รู้ ผู้ชำนาญ และผู้เชี่ยวชาญจริง ๆ
- อ่านอย่างใช้ดุลยพินิจ อย่าเชื่อง่าย หนังสือบางเล่มเป็นแต่แนวคิดเลื่อนลอย ขาดหลักวิชา

.....

### ลักษณะของคนสมบูรณ์แบบ

#### คุณลักษณะอันดีของชาย

● **มีความคิดอ่านหนักแน่น** ไม่ได้หมายความว่า ผู้ชายมีความคิดที่ลึกกว่า แต่หมายความว่า ผู้ชายมีความคิดแยกแยะ หนักแน่น ประกอบไปด้วยเหตุผล มองอะไรกว้างไกลกว่า และมองไปที่ปลายทางมากกว่า

- **กระตือรือร้น และรู้จักแข่งขัน** ผู้ชายมีลักษณะของการยอมรับ การท้าทายได้มากกว่า



โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านธุรกิจการงาน เขาจะมีความสามารถให้การยอมรับ ความเป็นจริง ได้มากกว่า รู้จักที่จะรับผิดชอบ และชัยชนะได้อย่างหนักแน่น

- **การยอมรับและการถกวิจารณ์** เมื่อเข้าไปอยู่ในสังคม ไม่ว่าสังคมของการทำงานหรือทั่วไป การถูกมองเฟื่องเลี้ยง และวิจารณ์ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ ผู้ชายจะมองเห็นการวิจารณ์ เหมือนบันไดไปสู่ประสบการณ์และการปรับปรุงใหม่อีกครั้ง

- **ความเป็นผู้นำ** แน่นอนทั้งทางสรีระและบุคลิกภาพ ผู้ชายจะได้เปรียบตรงที่มีลักษณะของการเป็นผู้นำได้ดีกว่า มีความเชื่อมั่นเด็ดเดี่ยวมากกว่า เรียนรู้ได้ไว และออกจะมีความคล่องตัวมาก

- **ความแข็งแรง** ผู้ชายจะได้โอกาสและจังหวะทางชีวิตมากกว่า ตรงที่มีลักษณะเข้มแข็ง ได้อย่างไม่ขัดกับทางสรีระของร่างกาย

- **สร้างความผูกพัน** ผู้ชายนั้นแพศไม่จุกจิกและไม่สร้างเกราะกำแพงการคบเพื่อน หรือมนุษยสัมพันธ์มากกว่าผู้หญิง(บางคน) จึงทำให้แพศนี้สนทง่ายมากกว่าในเวลาเท่า ๆ กัน

- **การกล้าเสี่ยง** รู้จักที่จะกล้าได้กล้าเสีย และรู้จักที่จะตัดสินใจได้รวดเร็วกว่า

.....

#### **คุณลักษณะอันดีของหญิง**

- **การรักษาผลประโยชน์** ผู้หญิงเป็นเพศที่ไม่ค่อยยอมเสียเปรียบอะไร แม้ว่าขณะเดียวกัน จะไม่ชอบที่จะเอาเปรียบอะไรเหมือนกัน

- **ความรู้ดีและความสวยงาม** เป็นความพิเศษอย่างหนึ่งทางธรรมชาติที่จะทำให้ผู้หญิง เป็นเพศที่ขอมองมากกว่า จนใครบางคนเปรียบผู้หญิงประดุจดอกไม้ประดับโลก

- **ความอ่อนหวานอ่อนโยน** ที่รู้จักนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการพูดจาต่อรองอะไร ๆ ต่าง ๆ เพื่อที่จะให้ออกผลเป็นที่น่าพอใจมากขึ้น

- **ความอ่อนแอ** รู้จักที่จะใช้น้ำตาเอาตัวรอดในยามที่เกิดภาวะคับขัน หรือเป็นที่ระบาย ความคับแค้น ขัดข้องของตน

- **ความละเอียดและอ่อนไหว** จึงมักจะมองอะไรได้ลึกซึ้งมากกว่า จนบางครั้งออกจะเป็น การคิดมากเกินไปด้วยซ้ำ แต่ก็ยังจัดว่าเป็นลักษณะที่ดีเพราะไม่มองอะไรหยาบ ๆ หรือผิวเผิน

- **ความประหยัด** ผู้หญิงมักจะคิดเล็กคิดน้อยเกี่ยวกับการใช้เงิน จะต้องเรียกร้องการ ตอบแทนให้คุ้มกับเงินทองที่เสียไป จึงมักเป็นเพศที่ได้รับมอบหมายเก็บเงินได้มากกว่า

- **เจ้าระเบียบ** บางครั้งเป็นสิ่งที่ดี เพราะถ้าโลกนี้ไม่มีระเบียบอะไรหลายอย่างก็คงจะ ละเอะ ไม่มีขั้นตอนที่ดีเป็นแน่ แต่ในขณะที่เดียวกันการเป็นคนเจ้าระเบียบ (มากเกินไป) ก็จะเป็น คนน่าเบื่อเช่นกัน

.....

### การเอาชนะปมด้อย

- จงหัดพอใจในตนเองก่อนเป็นอันดับแรก
- มีใจหนักแน่น อดทน อย่าอ่อนไหวง่าย
- มีอารมณ์ขันสนุก ไม่ถือสาหาความอะไรมากนัก
- ไม่เอาจริงจังกับชีวิตมากเกินไป
- จงหัดเป็นคนไม่คิดอะไรมากนัก
- ฝึกเอาไว้ว่า ปมด้อยเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับคนเรา
- พยายามสร้างความเด่นของเรา อย่าอาย

.....

### การเป็นคนเชื่อมั่นในตนเอง

- นึกว่าเราเป็นคนมีค่าเหมือนคนอื่น ๆ
- แสดงความสามารถเท่าที่มีให้ปรากฏแก่สังคม
- มั่นใจในสิ่งที่เราทำไปบริสุทธิ์
- ไม่เป็นพิษเป็นภัยกับผู้อื่น
- ขณะที่พูดหรือทำอะไรนั้น จงคิดว่าตนมีความสามารถ มีความสำคัญที่สุด
- เก่งที่สุดคือตัวเราในขณะนี้
- ไม่หวังผลเลิศในการทำงานมากเกินไป
- ยอมรับความผิดพลาดที่ตนเองเป็นผู้ทำ

.....

### การเลือกทางศึกษา

การเลือก	ทางศึกษาต่อ	ขอให้คิด
จงถือจิต	เรานี้หนอ	เป็นข้อใหญ่
จงคำนึง	ถึงปัญหา	ทุกท่าไป
วิชาไหน	เราถนัด	จัดว่าดี
อีกทั้ง	ความสนใจ	ฝึกใฝ่ชอบ
ช่วยประกอบ	ให้เราเดิน	เป็นศักดิ์ศรี
ทั้งเรื่อง	ทุนการศึกษา	ปัญญาดี
เป็นเรื่องที่	ควรครุ่นคิด	พิจารณา

สติปัญญา

ความสนใจ

ความถนัด

เงินทุน

## วิธีสร้างสุขภาพจิตที่ดี

- คือการเผชิญความจริง สัจจะคือสิ่งที่หนีไม่พ้น เราต้องพร้อมที่จะเผชิญความจริงในชีวิตประจำวัน
- คือการต่อสู้ด้วยเหตุผล ด้วยความจริง ด้วยวิจาร์ณญาณ ด้วยความยุติธรรม ด้วยความกล้าหาญ ปราศจากอคติ หรือทิฐิมานะ
- คือการยอมรับความพ่ายแพ้ เมื่อถึงคราวแพ้ ไม่มีใครจะชนะไปทั้งหมด คนहतเดินใหม่ ๆ ทุกคน เคยหล้มทุกคน เคยมีจังหวะชีวิตที่ผิดพลาด เราต้องยอมรับความพ่ายแพ้อย่างผู้มีน้ำใจนักกีฬา
- คือการรู้จักสละนุกสนาน ไม่เป็นคนทีเริงเริงอยู่ตลอดเวลา อารมณ์ขันบางครั้งช่วยแก้ไขสถานการณ์ที่ร้ายกลายเป็นดี ช่วยยืดเหนี่ยวมิตรภาพให้ยั่งยืนถาวร ช่วยให้ผู้ที่กำลังพ่ายแพ้ กลับมามานะพยายาม ฯลฯ

.....

## ยิ้มอย่างไรให้มีเสน่ห์

**การยิ้ม** จะบอกความรู้สึกต่าง ๆ ได้ เช่น ความสุข ความรัก ความมีไมตรี ความเป็นมิตร ความไม่สัดชื่น

การยิ้มจะเป็นเครื่องปรุงแต่งจิตใจ ให้สดชื่น กระปรี้กระเปร่า ทั้งทำให้คนอยากมองเรา อยากพูดคุยด้วย เคยสังเกตไหมว่า การยิ้มมีหลายชนิด จะยิ้มแตกต่างกันอย่างไร ลองมาดูกัน

1. **ยิ้มเสยะ** เป็นยิ้มที่เกิดจากคนที่ไม่ต้องการจะยิ้มให้ใคร เพราะกำลังมีเรื่องหนักอกอยู่ แต่ยิ้มเพื่อมารยาท หรือเป็นยิ้มในยามที่หัวใจ กำลังรุ่มร้อนเหลือกำลัง เต็มไปด้วยความหมั่นไส้ อิจฉา ริษยา แต่ต้องยิ้ม เพื่อมิให้เขาจับความรู้สึกของเราได้

2. **ยิ้มสยอง** เป็นยิ้มที่เกิดจากอุบัติเหตุของการกิน กำลังห่ม่าเพลิน ๆ มีคนเข้ามาพบ ทักทาย จำเป็นเหลือเกินที่ต้องแสดงให้เขาเห็นว่า เราเป็นคนมีไมตรีจิต เลยยิ้มให้เสีย โดยลืมนึกถึงว่า ในปากกำลังเคี้ยวอะไร รอยยิ้มนี้จึงมีทั้ง กว้างเตี้ยวเอย หมูเอย ถ้างอกเอย ประดับประดา เต็มปาก

3. **ยิ้มใบตองแห้ง** เป็นยิ้มที่มักเกิดเมื่อยามปลายเดือน อีกหลายวันกว่าเงินเดือนจะออก ก็ยิ้มไม่ค่อยจะออกเอาเสียเลย

4. **ยิ้มนางงาม** เป็นยิ้มที่เหมือนเครื่องจักรออโตเมติก เห็นใครก็ฉีกยิ้มให้ เป็นยิ้มจอมมாயา บางคนยิ้มนานเกินไป เหงือกมันเกิดแห้ง เพราะอากาศเข้าปากมากเกินไป ปากก็ติดแห้งอก เลยยิ้มค้าง นำเกลียดจะตายไป

5. ยิ้มซีเนมาสโคป คล้ายยิ้มนางงาม เห็นใครก็เป็นยิ้ม กิ่งคาไม่ต้องวัดละ ฉีกมุมปาก ให้กว้างออกไป ให้มากที่สุด เท่าที่จะมากได้ เรียกว่า ฉีกยิ้มกันเต็มที่

6. ยิ้มด้วยตา ยิ้มแบบที่น่ารักที่สุด เป็นยิ้มจากหัวใจ ยิ้มที่ทำให้โลกสดใส

แล้วยิ้มอย่างไรนะ ถึงจะมีเสน่ห์

ก็ยิ้มด้วยตา ยิ้มด้วยหัวใจ นั่นแหละ มีเสน่ห์ที่สุด

.....

● อย่างลัทธิศัตรูที่ทำร้าย จงกลัวเพื่อนที่ยกยอ...การยกยอเป็นสิ่งที่ไม่ควรประพฤติ เพราะเขารู้เท่า และจะทำให้เขารังเกียจ ควรมองสิ่งที่ดีงามในผู้อื่น เราจะได้มีข้อชมเชยที่ตรงกับความจริง

● จงค้นหาคุณความดีในคนอื่น เพื่อสรรเสริญด้วยใจจริง...เหตุที่คนทุกวันนี้หาความดีในคนอื่นจะชม ไม่ใคร่ได้ จนต้องแสร์งยกยอเขา นั้น ก็เพราะวันหนึ่ง ๆ เรามัวคิดแต่เรื่องตัวของเราเองเสียทั้งวัน

● ถ้าเราเปลี่ยนแง่คิดเสียใหม่ หันไปสนใจในคุณงามความดีของผู้อื่นที่เราติดต่อกับ เรา ก็จะมีข้อชมเชยเขาด้วยใจจริงได้

.....

### จงตั้งใจฟังและปล่อยให้เขาพูด

● คนส่วนมาก มักฝึกไปกับเรื่องที่ต้องต้องการจะพูด จึงมิได้ตั้งใจฟัง

● ทุกคนชอบผู้รู้จักฟัง แต่หาคนที่รู้จักฟังได้ยาก

● คนที่ฟังใครพูดได้ไม่นาน คอยพูดสอด พูดขัด หรือไม่สนใจฟังคำพูดของคนอื่น คนชนิดนี้แหละที่สังคมเมินหน้า

● คนที่พูดเรื่องเกี่ยวกับตัว และคิดแต่เรื่องของตัวเองนั้น กล่าวว่าเป็นคนไร้การศึกษา ถึงจะมีความรู้สึกเพียงใด ก็ต้องจัดว่าเป็นคนไร้การศึกษา

● จงเป็นคนฟังที่ตั้งใจฟัง จงสนับสนุนให้คนอื่นได้พูดเรื่องเกี่ยวกับตัวของเขา

.....

● คนเดินถนนที่ราบเรียบ มักชะล่าใจ ชอบวิ่ง จึงล้มบ่อย

● คนเดินบนทางที่ขรุขระ มักระวัง เพราะความกลัว จึงปลอดภัย

.....

● มักน้อย อิมง่าย...มักได้ อิมยาก

.....

● อ่านหนังสือที่ไม่เคยอ่าน เสมือนหนึ่งเราได้พบเพื่อนใหม่

● อ่านหนังสือที่เคยอ่านแล้ว เสมือนเราได้พบเพื่อนเก่า

.....

- ชีวิตเราเกิดมามีวันสิ้นสุด แต่ความรู้ไม่มีวันสิ้นสุด

.....

- อยู่คนเดียวระวังความคิด อยู่กับมวลมิตรระวังวาจา

.....

- จากเคยประหยัด ไปสู่การสุรุ่ยสุร่าย ง่ายเหมือนลงสระเล่นน้ำ
- จากเคยสุรุ่ยสุร่าย ไปสู่การประหยัด ยากยิ่งกว่าขึ้นภูเขา

.....

มีเหตุการณ์ 4 สิ่ง เมื่อผ่านไปแล้ว จะไม่หวนกลับมาอีก

1. วาจาที่ออกจากปาก
2. หนูที่ยังออกไป
3. เวลาที่ผ่านพ้นไป
4. โอกาสที่พลาดไป

.....

### ถ้าเราผิดก็ควรยอมรับเต็มที่

● ถ้าเรารู้สึกผิด ก็จงอย่าให้อีกฝ่ายหนึ่งต้องปริปากว่าเราเลย ควรจะกล่าวโทษตัวของเราเองเสียก่อน การตัดไฟแต่หัวลมเช่นนี้ อีกฝ่ายหนึ่งจะกลับเห็นมาเห็นใจ กลับทำให้เขาอภัยความผิดของเรา และยอมรับว่า เขาก็ผิดไปไม่น้อยกว่าเหมือนกัน

.....

### ข้อคิดเกี่ยวเรื่องเวลา

- เวลาและกระแสน้ำไม่เคยคอยใคร...
- เวลาเหมือนกับสายน้ำที่ไหลไปแล้ว ไม่มีวันหวนกลับมาอีก...
- อย่าพึ่งลังเลให้เสียเวลา เพราะเวลาไม่เคยรอใคร...
- เมื่อชีวิตเรายังมีเวลาอยู่ จำต้องใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ หากให้เวลาผ่านไปแล้ว มันจะไม่กลับมาหาเราอีก...
- หากท่านรักสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต ท่านควรรักเวลาของวันนี้ เวลาของพรุ่งนี้ก็ยังไม่เป็นที่แน่นอน อย่าหวังมากนัก...
- คนที่จะได้ประโยชน์มากที่สุด คือคนที่รู้จักใช้เวลาอย่างคุ้มค่า ส่วนคนที่เป็นฝ่ายเสียเปรียบ คือคนที่ใช้เวลาให้หมดไปอย่างไร้ประโยชน์...

.....

- คุณค่าแห่งความเป็นมนุษย์นั้น เป็นเรื่องี่ทุกคนต้องสำนึกอยู่ตลอดเวลา ความฉลาดหรือโง่เขลา ความเก่งหรือไม่เก่งจึงไม่เป็นตัวปัญหาสำคัญนัก เพราะโลกผลิตคนเช่นนี้ได้เสมอ

- ความเป็นผู้มีคุณธรรม ศีลธรรม และเมตตาธรรมต่างหากที่เป็นปัญหา เนื่องจากนับวันสิ่งเหล่านี้มีแต่จะหายากและจืดจางไปจากหัวใจมนุษย์มากขึ้นทุกที
- คนที่มีความรู้ ความสามารถ หากขาดคุณธรรมเสียแล้ว ก็คงไร้ซึ่งคุณสมบัติอันดีของความ เป็นมนุษย์

.....

### คุณนิสัยของคนจากกีฬาที่ชอบ

กีฬาที่คุณชอบ ไม่ว่าจะคุณเล่นเองหรือชอบดู จะเปิดเผยบุคลิกภาพของคุณออกมา  
กีฬาอะไรบ้างที่เปิดเผยนิสัยคน

- ฟุตบอล** ไม่ว่าจะแฟนฟุตบอลหรือคนเล่น เป็นคนที่มีความโน้มเอียงความ สัมพันธ์กับคนอื่นและเข้ากับเพื่อนบ้านได้ดี
- บาสเกตบอล** ถ้าชอบกีฬาประเภทนี้ เป็นคนมีความทะเยอทะยาน ใช้ชีวิตหรูหรา และมีเซาว์ปัญหาไว
- มวยปล้ำ** เป็นคนที่มีความฉับไวต่อสิ่งแปลก ๆ มีรสนิยมต่อสิ่งใหม่ ๆ และรู้ว่า จะตรึงใจผู้อื่นได้อย่างไร
- กอล์ฟ** เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นตัวเอง ฟุ้งตนเอง อดทน และรอบคอบ
- มวย** เป็นคนที่ยืนอยู่บนขา 2 ขาของตนเอง มีจิตใจเป็นอิสระไม่ก้มหัวให้ใคร
- เทนนิส** เป็นคนซื่อสัตย์และกิริยาอาการสุภาพ จะฝึกตัวเองให้ทำสิ่งที่เหมาะสม ทุกสภาวะ
- แข่งรถ** เป็นคนทะเยอทะยาน มีเป้าหมายกว้างไกล และชอบเสี่ยงภัย
- แข่งม้า** มีอารมณ์โรแมนติกอยู่ในหัวใจ ชอบทำในสิ่งที่เป็นหนึ่งเสมอ
- โบว์ลิ่ง** เป็นคนมีพลังสูง และมีบุคลิกภาพกล้าแข็ง
- ว่ายน้ำ** เป็นคนชอบสายกลาง และมักวิตกกังวลกับปัญหาที่เกิดขึ้น
- ตกปลา** ชอบพักผ่อน อดทน พิถีพิถัน ใช้ความอดสาหะอย่างมากก่อนจะทำงาน ะไร

ถ้าไม่ชอบกีฬาอะไรเลย เป็นคนที่ไม่ชอบการแข่งขัน ชิงดี มีน้อยใช้น้อยแต่พอตัว และอนุรักษนิยมไม่ก้าวให้ทันโลก

.....

### อักษรชื่อของคุณเปิดเผยนิสัยและสิ่งที่คุณชอบและไม่ชอบ

อักษรในที่นี้หมายถึงว่า เมื่อคุณเขียนเป็นภาษาอังกฤษ พยัญชนะคำแรกและคำสุดท้าย สามารถเปิดเผยอุปนิสัยของคุณได้มากมาย

**ถ้าชื่อของคุณเริ่มต้นด้วย เอ เอ และ เอส** จะเป็นคนที่รักอิสระ ชอบเปลี่ยนแปลงและสร้างสรรค์

**ถ้าขึ้นต้นด้วย บี เค หรือ ที** จะเป็นคนที่มีความร่วมมือกับคนอื่น และเป็นคนที่จริงจังสำคัญอันละเอียดและค่อนข้างที่จะมีอารมณ์

**ถ้าขึ้นต้นด้วย ซี แอล ยู** จะเป็นคนที่มีจินตนาการ และมีการสื่อสารสัมพันธ์ และตามธรรมชาติค่อนข้างจะเป็นคนที่มองโลกในแง่ดี

**ถ้าขึ้นต้นด้วย ดี เอ็ม และ วี** เป็นคนที่มีจิตสำนึก มีระเบียบวินัย มีการทำอะไรเป็นหลักฐาน เป็นคนที่มีความรับผิดชอบและอนุรักษนิยม

**ถ้าขึ้นต้นด้วย อี เอ็ม ดับบลิว** เป็นคนที่มีความกระตือรือร้น และชอบทดลอง และชอบเรียนรู้ด้วยการกระทำ

**ถ้าขึ้นต้นด้วย เอฟ โอ และ เอ็กซ์** เป็นคนที่มีความตั้งใจอย่างแรงกล้า ที่จะคงอยู่กับครอบครัวและชุมชนของตน และมีโน้มน้าวใจในการที่จะรักษาแบบฉบับของบุคคลไว้ หรือเป็นคนที่ค่อนข้างชาตินิยมจัด

**ถ้าขึ้นต้นด้วย จี พี และ วาย** เป็นคนที่ชอบบงการ ชอบความสมบูรณ์แบบเด็ดขาด และมีความกระตือรือร้น

**ถ้าขึ้นต้นด้วย เอช คิว และ แซด** เป็นนักแก้ปัญหาและมีอิทธิพลต่อบุคคลที่ใสสะอาดหาความร่ำรวยและอำนาจ

**ถ้าขึ้นต้นด้วย ไอ และ อาร์** เป็นนักปรัชญาหรือเป็นคนที่มีความเห็นอกเห็นใจและต้องการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์

**ถ้าพยัญชนะต่อไปนี้ลงท้ายชื่อของคุณ ก็หมายถึง**

**เอ เอ เอส** เป็นบุคคลที่ชอบอิสระ

**บี เค ที** เป็นคนหัวไหนไหวง่าย

**ซี แอล ยู** เป็นคนที่ชอบสัมพันธ์และชอบแสดงออกด้วยตนเอง

**ดี เอ็ม วี** ชอบถ่อมตัวโดยมีมารยาทเพียงเล็กน้อย

**อี เอ็ม ดับบลิว** ชอบเปลี่ยนแปลง ไม่ใช่เป็นบุคคลที่ยึดมั่นอนุรักษนิยม

**เอฟ โอ เอ็กซ์** รักสวยรักงาม

**จี พี วาย** ชอบวิเคราะห์ คุณจะเป็นคนศึกษาทุกสิ่งทุกอย่างอย่างรอบคอบ

**เอช คิว แซด** เป็นคนที่ทรหดอดทนอย่างยิ่ง

**ไอ อาร์** เป็นคนที่มีความอดกลั้น และไม่ค่อยอิจฉาตาผู้อื่น

.....

- ไม่ยินดีในสิ่งที่ตนได้ ไม่พอใจในสิ่งที่ตนมี  
...เป็นคนอาภัพอัปโชคที่สุดในโลก
- ยินดีในสิ่งที่ตนได้ พอใจในสิ่งที่ตนมี  
...เป็นคนโชคดีที่สุดที่สุดในโลก
- มัวเมาในสิ่งที่ตนได้ หลงไหลในสิ่งที่ตนมี  
...คือการสร้างเรือนจำขังตัวเองในโลก
- เห็นโทษในสิ่งที่ตนได้ เห็นภัยในสิ่งที่ตนมี  
...คือความเป็นอิสระในโลก

.....

● ความกังวลใจ คือศัตรูของชีวิต อดีตหรือความฝัน อนาคตคือความไม่แน่นอน ปัญหาปัจจุบันเท่านั้นที่เราจะแก้ไขได้

- ไม่มีใครสร้างความเดือดร้อนใจให้แก่เราได้ นอกจากตัวเราเอง
- ไม่มีอะไรเป็นของเรา แม้แต่ตัวเราเอง
- โกรธคนอื่น เหมือนจุดไฟเผาตัวเอง
- เมตตาคนอื่น เหมือนสร้างบ้านให้ตัวเอง

.....

● การแก้ปัญหาชีวิตที่ยุ่งยากลำบากใจ ไม่ใช่อยู่ที่ประชดให้มันเพิ่มปริมาณ หรือหลีกเลี่ยงมันด้วยการหลบหนี แต่จะแก้ไขได้ด้วยการศึกษา พิจารณาให้รู้เหตุที่มาของความยุ่งยากนั้น ความสามารถในการค้นพบต้นเหตุที่นั่นแหละ คือ การเริ่มหลุดพ้นจากปัญหานั้น

.....

- ถ้าท่านคิดถึงแต่ความหลัง ท่านจะพบรังแห่งความเศร้า
- ถ้าท่านมีแต่ความมัวเมา ท่านจะพบความปวดร้าวภายหลัง
- ถ้าท่านทำดีเพื่อต้องการเด่น ท่านจะพบเขม่นจากญาติมิตร
- ถ้าท่านทำดีเพื่อน้ำจิต ท่านจะพบชีวิตอยู่อย่างสบาย
- ถ้าท่านหวังพึ่งแต่คนอื่น ท่านจะต้องกลืนน้ำตาตัวเอง
- ถ้าท่านรู้จักใช้เวลา ท่านจะไม่พบกับความสูญเสียที่น่าเสียใจ

.....

- อย่าพยายามทำคนอื่นให้เหมือนใจเรา เพราะเราก้ทำให้เหมือนใจคนอื่นไม่ได้
- อย่าทำตัวเป็นผู้รับอย่างเดียว จงทำตัวเป็นผู้ให้ด้วย



- อย่าทำตัวเองให้เด่นกว่างาน                                      จงทำงานให้เด่นกว่าตัว
- อย่าพยายามทำสิ่งที่ได้ให้เท่ากับใจ                                จงพยายามทำใจให้เท่ากับสิ่งที่ได้

.....

- ถ้าอยากเป็นคนงาม                                      อย่าว่าวามโกรธง่าย
- ถ้าอยากมีอำนาจ                                        อย่าขาดความยุติธรรม
- ถ้าอยากเป็นคนสบาย                                    อย่าเบื้อหน้ายความเพียร
- ถ้าอยากเป็นคนดัง                                      อย่าหวังความสงบ
- ถ้าอยากเป็นคนมั่งมี                                    อย่าเป็นคนดีแต่จ่าย
- ถ้าอยากเป็นคนนำสมัย                                อย่าทำลายวัฒนธรรม
- ถ้าอยากเป็นคนมีเกียรติ                              อย่าเหยียดหยามคนอื่น
- ถ้าอยากมีความรู้                                        อย่าลบหลู่อาจารย์

.....

**การประชาสัมพันธ์ชักจูงให้ผู้เรียนมาใช้ห้องแนะแนว**

- การบินไทย รักคุณเท่าฟ้า แต่แนะแนว รักคุณมากกว่า
- น้ำเป็นของปลา ฟ้าเป็นของเรา แนะแนวเป็นของนักเรียน
- ใครจะรักคุณจริง มาซิ? ก้าวมารับน้ำใจจากเรา
- อดีตคือความฝัน ปัจจุบันคือความจริง
- อนาคตเป็นสิ่งไม่แน่นอน มาวางแผนชีวิตกับการแนะแนว จะก้าวไกล
- ยามคุณหัวเราะะ โลกจะหัวเราะไปกับคุณ
- ยามคุณร้องไห้                                      คุณจะร้องไห้คนเดียว  
มาซิ? แนะแนวจะช่วยซับน้ำตาให้ท่าน
- อดีต    ท่านหมดสิทธิ์ไปแล้ว
- อนาคต    ท่านยังไม่มีสิทธิ์
- ปัจจุบัน    ท่านมีสิทธิ์เต็มที
- จงใช้สิทธิ์    กับชีวิตของท่าน  
แนะแนวคืออะไรใครรู้บ้าง

.....

**เกมกลยุทธ์ของฝ่ายแนะแนว**

เกมกลยุทธ์ของฝ่ายแนะแนวนี้นักผู้นำไปใช้ได้อย่างถูกต้อง และเหมาะกับกาลเทศะ แล้วจะได้ประโยชน์มาก คือ

1. ใช้เป็นสื่อเพื่อให้เกิดการรู้จักและเข้าใจบุคคล
2. ใช้เป็นสื่อเพื่อล้วงความรู้สึกนึกคิดของบุคคล สำหรับศึกษาต่อไป
3. ใช้สำหรับ “การทนายใจ” ในเทศกาลที่มีการจัดนิทรรศการ

### คุณชอบสัตว์อะไรต่อไปนี้

- |          |            |
|----------|------------|
| 1. ปลา   | 5. แมว     |
| 2. ลิง   | 6. ช้าง    |
| 3. สุนัข | 7. ม้า     |
| 4. นกยูง | 8. สิงห์โต |

โปรดเลือก 1 ชนิด

### คำตอบของสัตว์ที่คุณชอบและเลือก

**ปลา** คุณเป็นคนมีนิสัยอ่อนโยน เข้าใจไหนเข้าได้ ส่วนมากมิตรสหาย ชอบนิสัย ในความเป็นคน หัวอ่อนของคุณ เป็นคนไม่ชอบสังคม ไม่ชอบทำเด่น ชอบเก็บตัว อยู่คนเดียว อาจจะรื้อน ดื้อดึงบางเวลา แต่เป็นคนรักความยุติธรรม ชื่นชอบความรู้สึกเก่ง ไม่ชอบพิธีรีตรอง ชอบทำอะไรตามสบาย ทนต่อระเบียบวินัยได้ คุณปรารถนาความรักที่มั่นคง และตั้งอยู่บนกฎเกณฑ์ที่แน่นอน เชื่อสัจย์ต่อความรัก แต่ไม่ตกหลุมรักง่าย ๆ ส่วนมากจะถูกรักก่อน

**ลิง** คุณเป็นคนมีอารมณ์ขัน มีนิสัยอยากเห็นโดยไม่สิ้นสุด ชอบสิ่งใหม่ ๆ คุณเป็นคนที่มีเหลี่ยมสูง เป็นคนที่เสียสละ ถ้ามีความปรารถนาจะได้สิ่งไหนแล้วต้องได้ และต้องหาทางที่จะเป็นเจ้าของ เป็นคนไม่มีปัญหา รู้จักทำตัวให้มีชีวิตชีวา ชอบแพชชั่น แต่งตัวทันสมัยอยู่เสมอ เป็นผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่างก่อนผู้อื่นเสมอ คุณเป็นคนขยัน และไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อยต่อการทำงาน ชอบหยอกล้อกระเซ้าแหย่ผู้อื่น ชอบรู้อะไรล่วงหน้า เป็นคนที่มีลางสังหรณ์ หากคุณมีความรัก จะไม่รักด้วยใจ จะต้องสงสัยก่อน ใช้สมองตีตรรกะคิด ไตร่ตรองอยู่เสมอ เป็นผู้ฉลาดในเรื่องรัก เป็นคนมีหลายหน้า จึงดูไม่แก่เร็ว

**สุนัข** ความสุขของคุณ คือการได้ร่วมรับรู้กับผู้อื่น คือต้องให้ผู้อื่นได้รู้เห็นด้วย ชอบแบ่งความสุขให้คนอื่นในเรื่องความรักเป็นเรื่องเดียวกับมิตรภาพ คุณมีแนวโน้มที่จะให้มีขึ้นอย่างรวดเร็ว คุณลึกลับใจ ในเรื่องบุคลิกภาพของคุณ เพราะไม่แน่ใจว่า อะไรจะเหมาะกับคนอย่างคุณ คุณเป็นคนมีอารมณ์รุนแรง และค่อนข้างเจ้าอารมณ์ในบางครั้ง เป็นคนคิดการณ์ไกล เข้าใจโลกและชีวิต เข้าใจผู้อื่นแต่ไม่เข้มแข็งพอ คุณเป็นคนร่าเริงแจ่มใส แต่เนื่องจากเป็นคนอารมณ์รุนแรง และชอบสิ่งที่เป็นอันตราย การเลือกคู่ครองจึงสำคัญมาก เพราะความดีนร้อนอย่างไม่หยุดยั้งของคุณ จะทำให้คุณไม่เป็นปกติสุขนัก เป็นคนเสียสละ และอุทิศตนเพื่อผู้อื่น

**นกยูง** คุณชอบให้คนที่แวดล้อมตัวคุณ พูดถึงตัวคุณ ในทำนองยกย่องชมเชย เป็นคนต้องการแสดงออก ต้องการเด่นกว่าคนอื่น เรื่องการงานต้องไม่ให้ใครตีบทพร่อง เป็นคนอวดดี และต้องการให้ผู้อื่นเห็นว่า ตัวคุณเป็นผู้รู้ทุกสิ่งทุกอย่างในโลก คุณเป็นคนใจอ่อน อ่อนไหวง่าย ใครชักชวนหรือพูดแบบใด ก็เป็นไปตามคำชวน มีเพื่อนน้อยคนที่จะรู้จักนิสัย และความเป็นอย่างที่แท้จริงของคุณ เป็นคนลืมหืมตาในบางครั้ง และไม่ค่อยกล้าสู้กับความจริง มีรสนิยมสูง ชอบให้ผู้อื่นสนใจทุกอย่างในตัวคุณ ชอบให้ผู้อื่นสนใจมอง ถ้ารักใคร ก็ชอบให้มีนิสัยเหมือน ๆ กัน จึงหาคู่รักได้ยาก และไม่สมหวังนัก คุณเป็นคนปากหวาน เป็นคนมั่นใจในตัวเอง จึงไม่แคร์ต่อสิ่งใดทั้งสิ้น

**แมว** เป็นคนมีอารมณ์รุนแรงพอใช้ เวลาสุขก็สุข เวลาทุกข์หรือโกรธแค้น ก็รู้สึกมากจนน่ากลัว คุณออกจะดุและหงุดหงิดโดยหาสาเหตุไม่ได้ในบางครั้ง ชอบเสียงและเล่นกับไฟ เป็นคนดื้อรั้น และดันทุรัง ถ้ามีเพื่อนที่แข็งแกร่งกว่า คุณจะอ่อนให้เขา ถ้าพบคนที่อ่อนกว่าคุณก็จะข่ม แต่โดยเหตุที่คุณมีเสน่ห์ มีความน่าสงสารในบางอย่าง ทุกคนจึงอภัยให้ คุณชอบหาเรื่องใส่ตัว อยู่เฉยไม่ได้ เป็นต้องหาทางทำอะไรสักอย่าง ซึ่งผลที่ได้จะทำให้คุณกลุ้มใจ เป็นคนทันสมัย ทันแพชั่น ชอบเครื่องเพชรพลอย เป็นคนมีเสน่ห์ชอบทำอะไรแปลก ๆ ในสิ่งที่ผู้อื่นไม่ทำ เป็นคนละเอียดอ่อน และไม่แคร์อะไรเท่าไรหรอก

**ช้าง** เป็นคนเรียบสงบ เก็บตัวและสง่าผ่าเผย มีอารมณ์เยือกเย็น เป็นผู้ที่ได้รับความสำเร็จในอนาคต เพราะความเป็นคนเก็บความรู้สึกเก่ง มีความซื่อสัตย์ ถ้ามีความรัก ก็แบบมิตรภาพ คือมีความมั่นคง ไม่เปลี่ยนแปลงง่ายต่อเหตุการณ์ รักความสันโดษ แต่ก็เข้ากับผู้อื่นได้ดี เป็นคนรู้งาน รู้การ ไม่จู้จี้ขี้บ่น มีข้อเสียบางอย่าง คือทำงานไม่มีความละเอียด ออกจะสะเพร่าในบางครั้ง ไม่ชอบเสื้อผ้า อาหารที่ฟูฟัว แพรวพราวมากเกินไป ชอบของที่เข้มแข็ง และทนทาน ชอบงานที่ให้ความมั่นคงแก่ตนเอง เป็นคนมั่นคงในความรัก

**ม้า** ชอบแสวงหาความสุขอยู่ตลอดเวลา เป็นคนชอบสิ่งสวยงาม และสูงสง่า มีรสนิยมสูง เอื้อเฟื้อ มีอารมณ์ขัน หนึ่งในอุดมคติทั้งหลาย คือการเสาะแสวงหารักแท้ เป็นคนเห็นการณ์ไกล เป็นคนรอบรู้ มีความรักที่ยิ่งใหญ่ ชอบทำงานอิสระ ไม่ชอบให้ใครมาบังคับมากเกินไป ชอบทำงานประเภทติดต่อประชาสัมพันธ์ และงานส่วนตัวอื่น ๆ เป็นคนแต่งตัวเก่ง ชอบของเก๋ ๆ รสนิยมสูง แบบคลาสสิก

**สิงห์โต** เป็นคนนักปกครองประเภทเผด็จการ ต้องการให้ผู้อื่นอยู่ใต้อำนาจ คุณกำหนดจุดหมายในชีวิตไว้สูงมาก และพยายามสุดความสามารถ ที่จะป็นปายให้ถึงจุดนั้น จะต้องแสดงตัวเป็นหนึ่งเสมอ ต้องการให้ผู้อื่นนับถือและยกย่องในตัวคุณ ชอบที่จะแสดงอำนาจบาทใหญ่ ความเป็นคนเจ้าอารมณ์ของคุณ จะทำให้ผู้อื่นเจ็บตัว ดังนั้นสิ่งที่คุณแสดงออกมาบางอย่าง จึงควรระมัดระวัง

และรักษาหัวใจผู้อื่นไว้ให้มาก เพราะอาจจะเป็นอันตรายต่อตัวคุณเองในภายหลัง เป็นคนที่มีความ  
รุนแรง โดยมีความปรารถนาที่จะเป็นฝ่ายถูกรัก มีความทะเยอทะยาน มีรสนิยม และความต้องการ  
ที่จะทำอะไรให้เป็นจริงเป็นจังขึ้นมา และต้องทำให้สิ่งนั้นบรรลุผลสำเร็จ ชอบความโอ้อาหารุหฺรหฺรและ  
เอ็กเกริก

## เกมกลยุทธ์ของฝ่ายเนะเนว

### เรื่อง สี สี สี

สี ดังต่อไปนี้จะบอกลักษณะบางอย่างของคุณได้ ซึ่งคุณเองในบางอย่างก็ไม่ทราบ ถ้า  
อยากทราบว่าคุณมีลักษณะอย่างไร คุณก็เลือก "สี" ที่คุณชอบที่สุดเพียงสีเดียว

1. สีชมพู
2. สีส้ม
3. สีฟ้า
4. สีเหลือง
5. สีแดง
6. สีเขียว
7. สีม่วง
8. สีน้ำตาล

**สีชมพู** คุณเป็นคนที่ยิ้มไปด้วยความรัก ที่จะมอบให้แก่ผู้อื่น น่ารักน่าเอ็นดู มีเสน่ห์ดึงดูดใจ  
คุณสมบัติข้อนี้จึงทำให้คุณมีแต่ความอบอุ่น ความรุนแรงไม่สามารถทำให้คุณอารมณ์เสียได้เลย  
คุณนี่ยอดชมมัดเลย รู้ตัวหรือเปล่าว่าคุณมีเสน่ห์แค่ไหน ชายคนใดที่เขาแอบรักคุณ เขาจะมองคุณด้วย  
สายตาเปี่ยมไปด้วยความรัก และความหวงแหน จนคนอื่นเขาอิจฉาคุณ บ้านของคุณก็เป็นที่บ้าน  
จริง ๆ จึงเต็มไปด้วยความเข้าใจซึ่งกันและกัน เพราะเหตุนี้ไงล่ะ เสื้อผ้าที่คุณสวมใส่จึงมักเป็น  
ประเภทริ้ว ๆ เนื้อนุ่มนุ่ม ดูเรียบริ้ว แต่เกินที่ การแต่งหน้า คุณก็ชอบแต่งอ่อน ๆ แบบเปรี้ยว ๆ  
คุณก็แต่งได้ น้ำหอมที่เหมาะสมกับคุณก็เป็นประเภทหอมเย็น ๆ ดังกุหลาบยามเช้า

**สีส้ม** ใจคุณเป็นของคุณ คุณชอบพบปะคนมากหน้าหลายตา คุณจะพอใจที่คุณได้ทำอะไรตามใจ  
ชอบ คุณมีชีวิตอยู่ด้วยความพึงพอใจของคุณ และคุณก็ชอบใช้ชีวิตแบบง่าย ๆ ไม่มีพิธีรีตรอง  
คุณเป็นคนใจเย็น แม้คุณจะชอบอะไรก็ตามแต่ใจคุณก็ตามที่ ในส่วนลึกของจิตใจคุณหรือความ  
ปรารถนาของคุณ ในด้านรสนิยมการแต่งกายและการใช้น้ำหอมนั้นคุณชอบใช้ของที่ใคร ๆ เขา  
ว่า ถ้าใครใช้ของประเภทนี้แสดงบ่งบอกว่ามีรสนิยมสูง สำหรับคุณ อะไรไม่สำคัญเท่ากับความ  
จริงใจที่พึงมีให้กัน

**สีฟ้า** คุณเป็นคนจริง มั่นคงในอารมณ์ และเชื่อถือได้ หากคุณมีโอกาสได้นั่งโต๊ะ ในตำแหน่งผู้บริหาร รู้หรือเปล่าว่าคุณจะพบความสำเร็จในหน้าที่การงาน และคุณมีสิทธิ์ที่จะกุมเงินก้อนใหญ่ คุณอุทิศตัวเสียสละเพื่อเพื่อนที่คุ้นเคยใจเสมอ คุณไม่ชอบข้อปึงตามสถานที่ต่าง ๆ แต่คุณเป็นคนชอบใช้ของดี ๆ และแต่งตัวดี ๆ ดูว่าคุณเป็นคนกระฉับกระเฉงมีใช้น้อยทีเดียว

**สีเหลือง** คุณมีปัญหาจนแะ มีความคิดเป็นของตนเอง และค่อนข้างจะเป็นคนที่ว่าเหวอยู่สักหน่อย คุณเป็นคนมีความไม่ฝืนและทะเยอทะยาน คุณมักจะประสบกับสิ่งที่คุณปรารถนาเสมอ แต่คุณมักพบความเจ็บปวดเสมอ เพราะคุณเป็นคนตรงเกินไป เรื่องการแต่งกายคุณก็รักที่จะวิ่งตามแฟชั่น คุณมีคุณสมบัติพิเศษด้วยการดีไซน์ออกแบบต่าง ๆ ซะด้วยซิ

**สีแดง** คุณเป็นคนรือรือ ๆ ชอบสนุกสนานในสายตาคอนอื่น คุณจึงเป็นคนร่าเริงแจ่มใส แต่บางครั้งคุณก็มีอารมณ์ฉุนเฉียว นั่นเป็นเพราะคุณมักจะยึดถือเอาอารมณ์ของคุณเป็นเอก คุณเป็นคนที่มีปฏิสัมพันธ์แต่ไม่ใช่เป็นคนดื้อรั้นหรือกนะ แต่คุณก็ชอบที่จะทำอะไรแผลง ๆ ซะด้วย เพราะคุณชอบเป็นคนเด่นและแปลกกว่าคนอื่น การแต่งหน้า ก็ชอบแต่งแบบเดี่ยว ๆ คุณชอบทรงผมทันสมัย และกลิ่นน้ำหอมที่ใช้ก็ เซ็กซี่เหลือเกิน

**สีเขียว** คุณเป็นคนที่มีวิญญูณแห่งความเป็นคนที่ชอบริเริ่ม นายกอง คุณเป็นคนที่น่าไว้วางใจ เป็นพลเมืองที่ดี และเป็นแม่บ้านที่ดีด้วย คุณชอบสนุกสนานกับการใช้ชีวิตอยู่นอกบ้าน การพบปะสังสรรค์พูดคุยกันในเพื่อนฝูงมักจะหลีกเลี่ยงการซุบซิบนินทาไม่ได้ คุณเองก็เอะระวังไว้ด้วย เพราะคุณจะพบกับเรื่องอึดอัดตันใจได้ เรื่องการแต่งกาย คุณก็ใส่ใจ และพิถีพิถันมาก เพราะคุณแคร์กับการได้แต่งกายเป็นที่ขวนมองของผู้พบเห็นมาก คุณชอบดอกไม้ที่ให้ความสดชื่น และให้ความรู้สึกใหม่ ๆ กลิ่นน้ำหอมที่คุณเลือกใช้ก็มักจะเป็นประเภทหอมระรื่น ๆ

**สีม่วง** คุณมีวิญญูณแห่งความเป็นศิลปิน แต่แปลกแะ ที่คุณเต็มไปด้วยเล่ห์เหลี่ยม และเปี่ยมไปด้วยความโลเล บางคนขามองดูคุณราวกับคุณเป็นคนลึกลับ แต่เขาเหล่านั้นก็พอใจที่คุณเป็นคนกว้างขวาง ใจดี และคุณสมบัติประการหลังนี้แหละที่ทำให้คุณเป็นคนมีเสน่ห์ คุณสมบัติประจำตัวของคุณก็คือ เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์ ชอบตกแต่ง ออกแบบของใช้ กระจุ้มกระจิม คุณเป็นคนชอบใช้ของแพงเหมือนกันแะ ไม่ว่าจะเป็เครื่องแต่งกาย หรือน้ำหอมก็ตามที

**สีน้ำตาล** คุณซีเรียสกับปัญหาต่าง ๆ แม้ว่า มันอาจเป็นปัญหาของเพื่อนคุณเท่านั้น ไม่ได้เกี่ยวข้องกับตัวคุณเลยสักนิด แต่คุณก็พลอยกังวลไปด้วย บางครั้งมากกว่าเจ้าของปัญหาเสียอีก เรื่องการแต่งกาย คุณไม่ค่อยพิถีพิถันเท่าไรนัก คุณถือว่าการชำระล้างร่างกายให้สะอาดหมดจดต่างหาก ที่สำคัญที่สุด เรื่องการแต่งหน้าแต่งตาปะพรมน้ำหอมให้ดูเซ็กซี่ไม่อยู่ในรสนิยมของคุณเลย เกือบลืมไป

คุณเป็นคนประหยัดด้วยซี ดีจริง ๆ นอกจากนี้คุณไม่ชอบคนที่เอาเปรียบคุณ ในขณะที่เดียวกัน คุณไม่ปรารถนาจะเอาเปรียบใครเหมือนกัน คุณชอบที่จะทำอะไรโดยมีเงื่อนไขข้อตกลงที่ทัดเทียมกัน

## **ตัวอย่างประสบการณ์จากการรายงานการสัมมนาระหว่างการฝึกภาคปฏิบัติ ของ วาสนา สุทนต์ และนักศึกษาคนอื่น ๆ ซึ่งฝึกงานภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2522 วัตถุประสงค์ของการสัมมนาระหว่างการฝึกภาคปฏิบัติ**

1. เพื่อให้นักศึกษาได้นำทฤษฎีหลักการทางจิตวิทยาที่ได้ศึกษา และประสบการณ์ที่ได้จากการฝึกปฏิบัติมาวิเคราะห์ วิจารณ์ และฝึกการแก้ปัญหาการให้คำปรึกษาและแนะแนว
2. เพื่อให้เป็นการศึกษาค้นคว้า และแก้ปัญหาร่วมกันระหว่างนักศึกษาด้วยกัน และระหว่างนักศึกษากับอาจารย์
3. เพื่อให้นักศึกษาได้มีโอกาสเสนอแนะ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ต่าง ๆ เพื่อการเรียนรู้ร่วมกัน
4. เพื่อเป็นการรวบรวมข้อปัญหาต่าง ๆ แนวความคิดสรุปเป็นแนวทางที่จะเป็นประสบการณ์ที่จะเป็นประโยชน์สำหรับการฝึกภาคปฏิบัติในรุ่นต่อไป
5. เพื่อให้นักศึกษาจะได้นำเอาแนวทางและวิธีการที่ถูกต้อง อันเป็นผลที่ได้จากการศึกษาวิชานี้ไปเป็นพื้นฐานสำหรับการทำงานต่อไปในอนาคต

**อาจารย์ผู้ฝึกได้แจกแจงรายละเอียดของการสัมมนาระหว่างการฝึก เพื่อให้นักศึกษาได้เข้าใจถึงความสำคัญของการสัมมนาแต่ละครั้ง ๆ ซึ่งสรุปได้ดังนี้**

- เมื่อได้ฝึกงานกันมาแล้วก็จะมาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้ ความคิดเห็น และปัญหาที่ได้ประสบซึ่งกันและกัน โดยที่ทุกคนจะต้องแสดงออกให้มากที่สุด ตามกำหนดเวลาเป็นโรงเรียน ๆ ไป

- ในการสัมมนาแต่ละครั้ง ให้สมาชิกทุกคนพูดกัน วิเคราะห์ร่วมกัน ในจุดเน้นที่การสัมมนากำหนดไว้ และสมาชิกทุกคนต้องถือเป็นหน้าที่ที่จะต้องเตรียมตัวเอง และกลุ่มมาเป็นอย่างดี การสัมมนาจึงจะได้ประโยชน์มากสมตามความมุ่งหมาย

- ระหว่างที่มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และปัญหาต่าง ๆ ร่วมกันนี้ สมาชิกทุกคนจะช่วยกันรับฟังและช่วยกันคิดหาวิธีการแก้ปัญหาร่วมกันในแต่ละโรงเรียน

- หากสมาชิกกลุ่มโรงเรียนใด หรือคนใด มีปัญหาอึดอัดใจ ไม่สบายใจ อันเกิดจากการฝึกปฏิบัติก็ขอให้ได้พูด ได้ระบายออกมาเต็มที่ แล้วเราจะมาช่วยกันพิจารณาและหาทางช่วยบรรเทา

ความไม่สบายใจเหล่านั้น แต่ทั้งนี้ขอให้สมาชิกช่วยกันรักษาเรื่องราวต่าง ๆ เป็นความลับ และควรรู้ว่าสิ่งใดควรพูด สิ่งใดไม่ควรพูดมิฉะนั้นอาจก่อให้เกิดความเสียหายแก่ฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดได้

● ในการสัมมนาแต่ละครั้ง จะมีการเสนอผลงานใหม่ ๆ หรือวิธีการทำงานที่ได้ผล จากการที่ได้เห็น หรือได้สัมผัสจากโรงเรียนที่ฝึกมาแชร์กัน อันเป็นการแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ซึ่งกันและกัน จึงขอให้สมาชิกทุกโรงเรียนเตรียมตัวในเรื่องนี้ด้วย และถือเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง

● ในการสัมมนาการฝึกงานแต่ละครั้งจะช่วยให้นักศึกษาเกิดความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการฝึกงานได้เข้าใจละเอียดถี่ถ้วนมากขึ้น ๆ เพราะในขณะที่ฝึกงานทุกคนยังเคืองคว้างทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ถ้าสมาชิกทุกคนได้ค้น คิด แสวงหา ลงมือทำ และนำเอาสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นมาสัมมนาร่วมกันก็จะเกิดความเข้าใจแจ่มแจ้งในเรื่องงานแนะแนวเป็นอันมาก

### จุดเน้นของการสัมมนาครั้งนี้

1. ความรู้ ประสบการณ์ และปัญหาต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้จากการฝึกงานภาคปฏิบัติ
2. สภาพห้องแนะแนว การจัด และการบริหารงานแนะแนวของโรงเรียนเป็นอย่างไร มีแนวทางหลักการจะปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพอย่างไร

รายละเอียดของการสัมมนา.....

### ประโยชน์ที่ได้รับจากการสัมมนาครั้งนี้

1. ทำให้ทราบถึงปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในงานด้านแนะแนว และสภาพของห้องแนะแนว สภาพแวดล้อมในการทำงาน
2. เป็นการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ซึ่งสามารถนำไปปรับปรุงการเรียนการสอน การทำงานด้านแนะแนวในโรงเรียนให้ดีขึ้น
3. ก่อให้เกิดการเรียนรู้ถึงวิธีการทำงานที่ดีว่าควรที่จะมีความสามัคคีกัน

### ข้อคิดที่ได้รับจากการสัมมนาครั้งนี้

1. ในการทำงานอะไรก็ตามเราจะได้พบกับประสบการณ์ที่แปลกไปกว่าการเรียน ปัญหาต่าง ๆ ที่เราพบ เราจะต้องพยายามแก้ไขให้ปัญหานั้นหมดไป หรือทุเลาลง แต่การแก้ปัญหาที่เราจะต้องดูสภาพการณ์และเวลาที่เหมาะสมด้วย
2. ในการทำงานใดก็ตาม ความขัดแย้งย่อมมี ขึ้นอยู่กับว่าเราพยายามและปรับปรุงตนเอง และหาทางให้สภาพความขัดแย้งลดลงด้วยการพยายามอดทนและใจเย็น
3. งานใดก็ตามถ้าเรามีความตั้งใจจริงแล้ว ผลของความสำเร็จก็ตามมา
4. การทำงานควรมีการวางแผนให้เป็นขั้นตอน
5. การที่จะปรับปรุงการแนะแนวให้ดีขึ้น ผู้ทำหน้าที่จะต้องเป็นผู้ที่เข้าใจสภาพการณ์ของโรงเรียนด้วยว่าเหมาะสมและโอกาสอำนวยให้หรือไม่

6. การทำงานใดก็ตาม ถ้าอยากให้มีผู้เห็นความสำคัญของฝ่ายเรายอมรับเรา เราก็ต้อง  
แสดงความสามารถสร้างผลงานออกมาสู่สายตาของผู้อื่น

7. การที่จะได้รับความร่วมมือจากผู้อื่น เราควรสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อเขาก่อน

.....

### จุดเน้นการสัมมนาครั้งที่ 2

1. ความรู้ ประสบการณ์ และปัญหาต่าง ๆ ที่ได้เพิ่มเติมจากการฝึกภาคปฏิบัติ
2. การใช้บริการแนะแนวของผู้เรียนในโรงเรียนมีมากน้อยเพียงใด จะมีแนวทางในการปรับปรุงแต่ละแห่งอย่างไร

รายละเอียดของการสัมมนา.....

### ประโยชน์ที่ได้รับจากการสัมมนาครั้งนี้

1. ทำให้แต่ละคนได้เรียนรู้สิ่งแปลก ๆ ใหม่ ๆ ของการทำงานว่ามีอะไรบ้าง ทั้งในด้านการเรียน การสอน การให้ข้อมูล และลักษณะการทำงาน ฯลฯ โดยที่แต่ละคนจะแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน
2. ช่วยเพิ่มพูนประสบการณ์ให้มากยิ่งขึ้นจากการฟัง เพื่อที่จะนำไปเป็นแนวทางในการทำงานและการปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น

### ข้อคิดที่ได้จากการสัมมนาครั้งนี้

1. ในการทำงานอะไรก็ตาม เราควรสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง
2. ในการสอน ผู้สอนควรให้ผู้เรียนรู้จักคิด และมีการสื่อสารซึ่งกันและกันเพื่อให้เกิดความเข้าใจต่อกัน
3. ในการที่จะเข้าถึงตัวผู้เรียนให้ได้นั้น เราควรสร้างบุคลิกภาพของเราให้เป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจของผู้เรียนเสียก่อน มีสัมพันธภาพที่ดี มีความจริงใจไม่เสแสร้ง
4. การกระทำสิ่งใดเราควรประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ โฆษณาให้คนอื่นเขาเห็นผลงานไม่ควรแต่คิดว่าทำดีมีคนเห็น แต่เราควรที่จะแสดงผลงานของเราบ้าง มิใช่ตั้งหน้าตั้งใจทำงานเพียงอย่างเดียว ควรให้คนอื่นได้รู้ผลงานด้วย
5. ในการแก้ปัญหาเกี่ยวกับนิสัยคนในการทำงานนั้น ถ้าเราไม่สามารถแก้ได้ก็ควรทำใจยอมรับในตัวและลักษณะของการกระทำของคน ๆ นั้น
6. ในการทำงาน เราควรชี้แจงอธิบายให้ผู้อื่นได้เข้าใจถึงวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายของเราเพื่อที่จะไม่เข้าใจเราผิด



## ความรู้สึกของการสัมมนาครั้งนี้

รู้สึกว่าจะแต่ละคนพยายามที่จะถ่ายทอด และรับรู้สิ่งแปลกใหม่ของกันและกัน ด้วยความสนใจและตั้งใจ

.....

### จุดเน้นของการสัมมนาครั้งที่ 3

1. ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับจากการสอนกิจกรรมโฮมรูม กิจกรรมสำรวจ และกิจกรรมในชั่วโมงแนะแนว ในแต่ละแห่งมีปัญหาที่ต้องการการปรับปรุงตัวบุคคลที่สอนและสิ่งอื่น ๆ อย่างไร
2. มนุษย์สัมพันธ์ ความร่วมมือในการทำงานระหว่าง  
อาจารย์แนะแนวและบุคลากรในโรงเรียน  
อาจารย์แนะแนวและนักศึกษา  
นักศึกษาและเพื่อนร่วมงาน(นักศึกษา)

รายละเอียดของการสัมมนา.....

### ความรู้สึกในการสัมมนาครั้งนี้

รู้สึกว่าจะแต่ละคนต้องการที่จะพูด แสดงออก ให้ข้อคิดเห็นกันมาก และรู้สึกว่าจะหลังจากการฝึกงานที่ผ่านมา ทำให้ผู้ร่วมกลุ่มสัมมนาหลายคนมีความสามารถและกล้าแสดงออกดี

### ประโยชน์ที่ได้รับจากการสัมมนาครั้งนี้

1. ทำให้เข้าใจการสอนแนะแนวได้มากยิ่งขึ้น ว่าควรจะทำเนิ่นการอย่างไรให้เหมาะสม โดยแต่ละโรงเรียนได้เสนอวิธีการของตนทำให้แต่ละคนได้คิดและรู้จักที่จะนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับตนเอง
2. ได้เข้าใจถึงปัญหาในการดำเนินงานและหาวิธีที่จะปรับปรุง โดยอาจารย์และเพื่อนนักศึกษาฝึกงานได้ช่วยกันเสนอแนะ
3. ทำให้รู้จักที่จะสำรวจตัวเองมากยิ่งขึ้น
4. ฝึกการฟังและการพูดให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

### ข้อคิดที่ได้จากการสัมมนาครั้งนี้

1. ในการทำงานใด ๆ มนุษย์สัมพันธ์ที่ดีจะก่อให้เกิดความร่วมมือร่วมใจในการทำงานร่วมกัน
2. ในการสอนของแต่ละคนมีวิธีการและเทคนิคการสอนต่างกัน แม้ในเนื้อหาเดียวกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลว่าจะใช้วิธีใดให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์

3. ในการสอนแต่ละครั้งควรที่จะใช้การสอนในลักษณะที่ทำให้เด็กได้แสดงออกถึง ความรู้ ความสามารถ ศักยภาพของเขาบ้าง
4. ในการแก้ปัญหาเด็กไม่สนใจเรียน และแสดงอาการกระเซ้าเซ้าแหย่ เราควรจะต้องดูว่า เด็กเป็นอย่างไร ต้องการอะไร ควรที่จะสังเกตพฤติกรรมของเขา และหาทางแก้ไข โดยวิธีละมุนละม่อม ไม่ควรใช้อารมณ์
5. ในการที่จะให้เด็กได้แสดงออก เราควรคำนึงถึงเด็กที่ไม่กล้าบ้าง และหาทางช่วยเหลือ อาจจะโดยสร้างความอบอุ่น พูดคุย ให้เขากล้าขึ้น เพราะในเด็กบางคนเขามีความสามารถอยู่ในตัว แต่ไม่มีโอกาสนำเสนอหรือแสดงให้ผู้อื่นได้เห็น ได้รับความไว้วางใจ ไม่กล้า ไม่มั่นใจตนเอง หรืออาจเป็นเพราะไม่ไว้วางใจผู้อื่น
6. เนื้อหาในการที่จะนำไปสอนเด็ก เราควรที่จะเตรียมและดูว่า จะสอนอะไรให้เหมาะสม กับเด็กระดับวัยนี้ การสอนในเนื้อหาเดียวกันแต่ต่างระดับกัน เราก็สามารถที่จะเอาไปใช้ได้โดยการใช้เทคนิคและวิธีที่จะให้เด็กเกิดการรับรู้แตกต่างกัน
7. บุคลิกภาพของเราเป็นสิ่งสำคัญในการที่จะสร้างความมั่นใจ ความเชื่อถือ ความไว้วางใจ ความศรัทธาที่เด็กมีต่อเรา เราควรเข้าถึงเด็กให้ได้ ด้วยความสามารถและบุคลิกภาพของเรา
8. การทำงานร่วมกัน ควรจะมีการยอมรับในหลักการและเหตุผล เพื่อจะทำให้งานสำเร็จ ลุล่วงด้วยดี
9. การทำงานควรมีการแจกจ่ายงานให้เหมาะสมกับบุคคล และทุกคนต้องมีความรับผิดชอบ
10. เราควรที่จะยึดคุณค่าของบุคคลว่าเขามีคุณค่าในตัวเอง โดยเราควรให้ความสำคัญแก่เขา เคารพในศักดิ์ศรีของเขา

#### จุดเน้นการสัมมนาครั้งที่ 4

- สมรรถภาพ ความสามารถในการทำงานของอาจารย์แนะแนวและคณะครูของโรงเรียน เป็นอย่างไร อันเป็นเหตุให้มีผลหรือไม่มีผลให้งานแนะแนวประสบความสำเร็จ และกว้างขวางจนเป็นที่รู้จักดี
- ผลของการฝึกปฏิบัติงานก่อให้เกิดความนิยมและศรัทธา ในการประกอบอาชีพมากน้อยเพียงใดทั้งในปัจจุบันและอนาคต

รายละเอียดของการสัมมนา.....

#### ประโยชน์ที่ได้รับจากการสัมมนาครั้งนี้

1. ทำให้ได้ประสบการณ์ในการฟังผู้อื่นมากขึ้น

2. ทำให้กล้าพูดกล้าคิด กล้าแสดงออกถึงความรู้สึกได้มากขึ้น
3. ทำให้เกิดการเรียนรู้ถึงวิธีการทำงานที่ดีและให้มีประสิทธิภาพว่า เราควรมีความอดทน ตั้งใจจริง คิดริเริ่ม มีความพยายาม ฯลฯ
4. ทำให้แต่ละคนได้สำรวจและมองตนเองว่า เหมาะสมหรือไม่กับงานนั้นๆ สิ่งใดบ้าง ที่ควรสร้างเสริมปรับปรุงตนเอง

### ข้อคิดที่ได้จากการสัมมนาครั้งนี้

1. การมองอะไร เมื่อเรามองดูคนอื่นแล้วควรหวนกลับมามองดูตนเอง การมองคนอื่นควรมองด้วยความเที่ยงธรรม ในการที่จะวิเคราะห์ตัดสินเขา เราควรพิจารณาอย่างละเอียดถี่ถ้วน
2. ในการสอนนั้น การลงโทษนักเรียนควรใช้เหตุผล ไม่ควรใช้อารมณ์ การทำโทษควรอธิบายชี้แจงให้เด็กเข้าใจถึงการกระทำของเรา
3. การทำงานควรรอบคอบไตร่ตรอง พิจารณาถึงลักษณะของงานและตนเองว่าเหมาะสมกันหรือไม่ บทบาทและหน้าที่ความรับผิดชอบของตนมีมากน้อยแค่ไหน และเราทำได้พร้อมสมบูรณ์หรือไม่ ควรจะปรับปรุงอย่างไร
4. มนุษย์สัมพันธ์ในการทำงานเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้งานสำเร็จและดำเนินไปด้วยความร่วมมือร่วมใจกันอย่างดี
5. ในการทำงาน ถ้าได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจะทำให้ผู้ทำเกิดกำลังใจทำงาน แต่เราต้องให้คนเขาเห็นความสำคัญของเราด้วย โดยการแสดงผลงานให้ผู้อื่นเห็น
6. ได้ทราบถึงคุณลักษณะของครูแนะแนวว่ามีอะไรบ้าง ควรเป็นอย่างไร และเป็นการรู้จักมองตนเองกับงาน
7. ปัญหาของผู้อื่น และวิธีแก้ไข สามารถที่จะเป็นแนวทางสำหรับเรา เมื่อต้องไปพบกับปัญหาเช่นนั้นจะประยุกต์วิธีแก้ไขอย่างไร
8. การจะทำอะไรก็ตาม เราควรจะมีสติและเข้าใจอย่างชัดเจนเสียก่อน เพื่อจะได้ป้องกันความผิดพลาด
9. ทำให้เราเกิดการสร้างเสริมและพัฒนาความคิดได้กว้างขวางขึ้น

### ความรู้สึกจากการสัมมนาในครั้งนี้

ทุกคนแสดงความรู้สึกและแสดงออกอย่างเต็มที่เกี่ยวกับความนิยมและศรัทธา ในการประกอบอาชีพแนะแนวต่อไป บางคนรู้สึกเป็นงานหนักมาก ต้องรับผิดชอบสูง ไม่นั่นใจจะทำได้ใหม่ บางคนก็รู้สึกท้อแท้งานอาชีพนี้ไม่เหมาะกับตน ในขณะที่อีกหลายคนก็มองเห็นงานอาชีพนี้เป็นงานท้าทายที่น่าสนใจใคร่รู้และใคร่อยากทำจริง ๆ

## ความรู้และประสบการณ์บางเรื่องที่ได้จากการรายงานการสัมมนา ระหว่าง การฝึกภาคปฏิบัติของนักศึกษา ซึ่งพอจะสรุปได้ดังนี้

### ก. ข้อคิดเกี่ยวกับการจัดบริการแนะแนวเข้าถึงตัวเด็ก

● ในการจัดบริการแนะแนวเข้าถึงตัวผู้เรียน บางโรงเรียนจัดกว้างขวาง บางโรงเรียน จัดยังไม่กว้างขวางนัก ในการจัดควรเน้นที่ตัวผู้เรียนก่อน ต่อมาก็คือครู และผู้ปกครอง ซึ่ง จำแนกเป็น 5 ประการ

1. **จัดกิจกรรมแนะแนวอย่างต่อเนื่องกัน** ส่วนใหญ่จะจัดเป็นครั้งคราวให้กับผู้เรียน ตามความเหมาะสม และความต้องการของแต่ละกลุ่ม จะช่วยให้ผู้เรียนใช้บริการแนะแนวมากขึ้น เป็นการเผยแพร่และชักชวนให้ครูและผู้ปกครอง ตลอดจนบุคคลภายนอกได้ทราบ และเข้ามา เกี่ยวข้องกับบริการแนะแนวของโรงเรียน

- จัดสัปดาห์แนะแนวการศึกษาต่อและอาชีพ
- จัดประชุมนิเทศ
- จัดปัจฉิมนิเทศ
- จัดโครงการเรียน-การลงทะเลียน
- จัดนิทรรศการยาเสพติด
- จัดนิทรรศการกามโรค
- จัดนิทรรศการทางจริยธรรม
- เชิญผู้มาอภิปราย บรรยาย ให้ความรู้ด้านการศึกษา อาชีพส่วนตัว และสังคม
- จัดฉายภาพยนตร์ สไลด์
- จัดหาทุนการศึกษาและสัมภาระผู้เรียนที่ขอกุณ
- ทดสอบต่าง ๆ ทางความสนใจทางอาชีพ และความถนัดทางการเรียน
- จัดทำวารสารแนะแนว หรือทำจุลสาร
- จัดป้ายสนเทศ
- จัดให้มีการประชุมรายกรณี (Case Conference) โดยเชิญผู้ปกครอง อาจารย์ ฝ่ายต่าง ๆ เข้าร่วมฟัง

2. **จัดการสอนกิจกรรมแนะแนวโดยสม่ำเสมอ** จะเป็นสะพานเชื่อมโยงให้เด็กมาใช้ บริการแนะแนวมากขึ้น

3. **จัดสภาพห้องแนะแนวให้มีลักษณะที่ยั่วยุ** กระตุ้น ให้ผู้เรียนมาใช้บริการ แนะแนวให้มากขึ้น เช่น

- จัดเกมส์ที่ก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ให้ผู้เรียนมาเล่น

- จัดให้ผู้เรียนมาศึกษาอ่านเอกสาร ตำรา จุลสาร ที่เกี่ยวกับการแนะแนว
- จัดฉายสไลด์ และภาพยนตร์เป็นครั้งคราว
- จัดกิจกรรมที่ฝึกทักษะ ฝึกสมอง การหายใจ และการดูบุคลิกภาพ ฯลฯ
- ฯลฯ

#### 4. จัดให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล และเป็นกลุ่ม

5. จัดให้มีการประชุมสัมพันธ์ ให้ผู้เรียน ครู ผู้ปกครอง ได้ทราบถึงบริการแนะแนวให้อะไรกับเขา และเขาควรจะให้ความร่วมมืออย่างไรกับฝ่ายแนะแนวของโรงเรียน การประชาสัมพันธ์กระทำออกในรูปแบบ ป้ายสนเทศ โปสเตอร์ เอกสาร วารสาร และจุลสาร เป็นต้น

- ปัจจัยที่จะทำให้งานแนะแนวกว้างขวาง เข้าถึงตัวผู้เรียนและครูผู้ปกครอง
  1. หัวหน้าที่ดูแลแนะแนวและครูแนะแนว ลำคัญที่สุด ต้องมีความศรัทธาเริ่มทำงาน ทำเสมอ ขยันงาน ขยายงาน มีความเข้มแข็งในการทำงาน มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี อดทนและเสียสละ ฯลฯ
  2. การสนับสนุน การให้กำลังใจ การติดตามผลงานอย่างสม่ำเสมอของผู้บริหารโรงเรียนจะช่วยให้งานแนะแนวคล่องตัว ยิ่งถ้าผู้บริหารเรียนการแนะแนวด้วยยิ่งดีมาก
  3. สภาพของห้องแนะแนว และการจัด มีอะไรดึงดูดบ้าง เช่น ตัวครูสามารถเข้าถึงตัวผู้เรียนได้มากน้อยแค่ไหน การจัดกิจกรรม การให้ข้อมูล ดูว่าเข้าถึงตัวผู้เรียนแต่ละคน แต่ละกลุ่ม แต่ละระดับชั้น หรือส่วนรวมอย่างไร สามารถทำให้ผู้เรียนเข้ามาได้รับประสบการณ์มากน้อยแค่ไหน ได้เห็นและได้เรียนรู้ได้อย่างไร

#### ข. ข้อคิดเกี่ยวกับการสอนแนะแนว

- ทุกโรงเรียนควรมีชั่วโมงการสอนกิจกรรมแนะแนว ซึ่งสอนโดยครูแนะแนว
- ครูแนะแนวต้องอ่านมาก รู้มาก รู้หลักการสอน และใช้จิตวิทยาช่วยการสอน
- การสอนในชั่วโมงแนะแนวจะต้องสร้างเจตคติ ภาพพจน์ ให้ความรู้ ให้ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการสอนที่ถูกต้อง
- หลักสูตรเปิดโอกาสให้ครูแนะแนวมีอิสระในการสอนอย่างเสรี ด้วยการให้ผู้เรียนมีการพัฒนาตนเองในทุกด้าน ไม่มีหน่วยการเรียน ครูแนะแนวต้องใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ ดำเนินการสอนให้บรรลุเป้าหมาย
- ควรแสดงให้ผู้บริหารและครูของโรงเรียนได้เข้าใจถึงวิธีการสอนแนะแนว ที่ได้ผลให้เกิดขึ้นในตัวเด็ก

- การไม่ใช้เกมส์ช่วยการสอนก็ทำให้ผู้เรียนเกิด “การหยิ่งรู้” ได้เช่นกัน
- ควรให้ผู้เรียนประเมินตัวเองว่า เขาได้อะไรบ้างจากการเรียนการสอนทุกครั้ง
- ควรให้ออกาสผู้เรียนประเมินการสอนของเราบ้าง
- การจัดสอนแนะนำมากกว่า 1 ห้อง พร้อมกันในเวลาเดียวกัน แสดงว่าผู้บริหารไม่เข้าใจเรื่องการสอนแนะนำ ที่ยังผลให้เกิดขึ้นกับเด็กเลย
- การปราบผู้เรียนที่แซว ขึ้นอยู่กับความใส่ใจของเนื้อหาวิชา และบุคลิกภาพของ ผู้สอนเป็นสำคัญ
- การมีอารมณ์ขันของครู จะมีส่วนช่วยแก้ปัญหาได้มาก การให้ความสนใจและใส่ใจอย่างจริงจังจะช่วยมิให้ผู้เรียนแซวได้
- วิธีการของการแซวของผู้เรียนไม่เหมือนกัน วิธีการแก้ปัญหาก็ไม่เหมือนกัน ต้องลองทำลองสังเกตอย่างใกล้ชิด ครูต้องเข้าใจอย่างลึกซึ้งถึงพฤติกรรมของผู้เรียน บางครั้งอาจต้องใช้คำพูดแรง ๆ เปรียบผู้เรียนเป็นเด็กอนุบาลบ้าง บางครั้งก็อาจเพิกเฉยเหมือนไม่ใส่ใจ ให้ความสำคัญกันบ้าง
- ครูที่เตรียมเรื่องที่จะสอน กิจกรรมที่จะให้กับผู้เรียนอย่างเต็มที่ และชัดเจน จะป้องกันมิให้มีการแซวเกิดขึ้นในห้องเรียน เพราะผู้เรียนจะให้ความสนใจตั้งใจเรียน
- ผู้สอนบางคนได้เสนอแนะวิธีแก้ปัญหา ผู้เรียนแซวในห้องเรียนด้วยการแซวโต้ตอบ และยอผู้เรียนทุกครั้ง เป็นการสนุกไปด้วย การสอนควรจะตามผู้เรียนให้ทัน บางครั้งอาจดึงเอาการกระทำต่าง ๆ ที่ผู้เรียนแสดงออกมาไม่เหมาะสมมาอภิปรายกันในห้องเรียน
- ผู้เรียนแซวในขณะที่ทำการสอน ใช้วิธีแก้โดยพยายามจัดกลุ่มผู้เรียนในแต่ละกลุ่มให้มีทุกประเภท มีทั้งเรียบร้อยและเกเร ในขณะที่สอนใช้ชีวิตเดินไปทั่วห้องเรียน ไม่อยู่แต่เฉพาะหน้าห้องเท่านั้น
- การเตรียมการสอนอย่างดี ความพยายามเข้าถึงตัวผู้เรียน จัดกิจกรรมแปลก ๆ ใหม่ ๆ ให้ประโยชน์ และให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมด้วยทุกครั้งและทุก ๆ ทาง ครูใช้คำพูดโน้มน้าวให้กำลังใจ กระตุ้น สังเกต และศึกษาถึงความต้องการ ลักษณะปัญหา และวิธีการให้ความช่วยเหลือให้เหมาะแต่ละบุคคล ตลอดจนการล้วงค้น ศักยภาพ ความสามารถ และติดตามผลของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวผู้เรียนแต่ละคนแล้ว ปัญหาเรื่องการสอน การควบคุมชั้นจะไม่เกิดขึ้น ผู้เรียนจะเรียนด้วยความใคร่รู้ และด้วยความสมัครใจ

### ค. ข้อคิดเกี่ยวกับฝ่ายแนะแนวและฝ่ายปกครอง

- ฝ่ายปกครอง ใช้พระเดช ยึดหลักระเบียบกฎข้อบังคับเป็นสิ่งสำคัญ
  - ฝ่ายแนะแนว ใช้พระคุณ ใช้การควบคุมตนเอง (Self Control) ช่วยกระตุ้นและให้ความกระจ่าง
  - ฝ่ายปกครองของโรงเรียนพยายามเข้าใจผู้เรียน ทำงานร่วมมือกับฝ่ายแนะแนว และส่งผู้เรียนให้ฝ่ายแนะแนวช่วยพิจารณาหาสาเหตุและช่วยแก้ปัญหา เพราะผู้เรียนไม่ตั้งใจประพฤติชั่วซึ่งช่วยให้ฝ่ายปกครองมีความเข้าใจผู้เรียนมากขึ้น ถ้าผิดจริง ๆ จึงจะลงโทษ
  - การลงโทษก็จำเป็นต้องมี แต่การลงโทษจะต้องให้ความกระจ่างแก่ผู้เรียน ถึงผลที่ผู้เรียนได้กระทำไป
  - ในบางโรงเรียน ผู้บริหารเห็นว่าฝ่ายแนะแนวมีความผูกพันใกล้ชิดกับผู้เรียน ก็ได้มอบอำนาจการปกครองให้ฝ่ายแนะแนวรับทำ ทำให้ฝ่ายแนะแนวหลวมตัว รับเอาวิธีการลงโทษมาใช้ ซึ่งจะทำให้ภาพพจน์ของการแนะแนวเสียหาย ผู้เรียนก็จะมองครูแนะแนวเป็นเสมือนผู้คุม
- ดังนั้นครูแนะแนวจะต้องคิดให้ดี อย่าเผลอตั้วรับเอามา แต่ถ้าจำเป็นต้องรับ ก็ต้องรับมาชั่วคราว และต้องคิดให้หนักและอย่างรอบคอบว่าควรจะทำอย่างไรที่จะดีที่สุด และเหมาะสมที่สุด เพราะการที่เราต้องทำงานด้วยการมี 2 บทบาท ซึ่งตรงกันข้ามนี้พร้อมกันเป็นความลำบากใจมาก

### ง. การประมวลคุณลักษณะของครูแนะแนว

อาจารย์ได้ให้สมาชิกที่ร่วมสัมมนาช่วยกันประมวลคุณสมบัติของครูแนะแนวว่า ควรมีอะไรบ้างจากการมองดูตัวเอง เห็นจากอาจารย์ที่เลี้ยงในโรงเรียนที่ตนฝึก และจากงานรับผิดชอบที่ครูแนะแนวต้องกระทำ ซึ่งก็ประมวลออกมาได้ดังนี้

1. มีความรู้ในวิชาชีพเป็นอย่างดี
2. ต้องศึกษา ค้นคว้า หาความรู้ เกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลอยู่เสมอ
3. มีมนุษยสัมพันธ์ดี
4. มีอุดมคติ อุดมการณ์ในการทำงาน
5. มีความเสียสละ
6. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
7. มีใจรักในงานแนะแนว
8. มีความอดกลั้นต่อปัญหาที่ประสบ

9. มีจิตใจกว้าง ยอมรับฟังเหตุผลของผู้อื่น
10. มีความสามารถพิเศษ เช่น พิมพ์ดีดเป็น เขียนโปสเตอร์เป็น ฯลฯ
11. มีความตั้งใจจริงในการทำงาน และกระตือรือร้นอยู่เสมอ
12. มีอารมณ์มั่นคง หนักแน่น ไม่หวั่นไหวง่าย
13. มีอารมณ์ขัน
14. มองคนในแง่ดี
15. มีวาทศิลป์สามารถโน้มน้าวจิตใจคนได้ มีศิลปะในการจูงใจ และเอาชนะใจคน
16. มีการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี
17. มีความจริงใจ
18. สร้างความเชื่อถือให้แก่ตนเอง
19. มีความเข้าใจคนอื่น
20. มีความรับผิดชอบสูง
21. มีสุขภาพทางกายและจิตดี
22. มีความคล่องตัวในการติดต่อและการทำงาน
23. รักษาความลับเก่ง
24. มีลักษณะอ่อนน้อมแข็งใน
25. เป็นคนกล้าในการตัดสินใจ และรับผิดชอบต่อการตัดสินใจนั้น
26. ไม่สนใจคน 2 ประเภท คือพวกเบาปัญญา และพวกเบาอารมณ์
27. มีความยุติธรรม ไม่อคติหรือลำเอียง (อคติ 4 คือ ลำเอียงเพราะชอบ ชัง หลง และกลัว)
28. มีความอดทนใจเย็น
29. มีกำลังใจเข้มแข็ง ไม่เคยย่อท้อต่ออุปสรรค และไม่เคยหมดกำลังใจ
30. มีพรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา อุเบกขา และมูทิตา (รักใคร่อยากให้มีสุข สงสารช่วยคิดให้พ้นทุกข์ ยินดีเมื่อผู้อื่นมีสุข และวางใจเป็นกลาง)
31. มีอิทธิบาท 4 คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา (ทำด้วยใจรัก เพียรพยายาม ใส่ใจ จดจ่อ และพิจารณาถึงเหตุผล)
32. มีศรัทธา (Faith) 4 ประการ คือ
  - ศรัทธาในตัวผู้เรียน
  - ศรัทธาในตัวเอง



- ศรัทธาในวิชาชีพ
- ศรัทธาในกุศลผลบุญ (ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว)

#### จ. ข้อคิดเกี่ยวกับนักศึกษาผู้ฝึกงาน

การส่งนักศึกษาไปฝึกงานตามหน่วยงานเป็นกลุ่ม ๆ ละ 3-5 คน โดยมีวัตถุประสงค์ต้องการให้นักศึกษาได้เรียนรู้ การปรับตนเองเข้ากับกลุ่มด้วยกัน เพื่อที่จะสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ง่ายประการหนึ่ง และอีกประการหนึ่ง ก็คืองานนั้นเป็นงานที่กว้างขวางต้องร่วมทีมกันทำงานจึงจะสำเร็จ

- ในการทำงานใด ความขัดแย้งย่อมมี ขึ้นอยู่กับว่าเราจะพยายามปรับปรุงตนเอง และหาทางให้ความขัดแย้งลดลง ด้วยการชี้แจง ทำความเข้าใจ พยายามอดทน และใจเย็น
- ในความขัดแย้งนั้น บางครั้งก็เกิดประโยชน์ ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
- ในการทำงานร่วมกัน ควรจะยึดในหลักการและเหตุผลมากกว่าการใช้อารมณ์
- ในการทำงาน ถ้าเราไม่รู้จักคิด ริเริ่ม ไม่รู้จักหัด ไม่รู้จักลองที่จะทำ แล้วเราจะทำเป็นได้อย่างไร เราจะคอยหวังพึ่งผู้อื่นตลอดไปหรือ สักดิ์ศรีของเราอยู่ที่ไหนกันล่ะ
- ในการมองอะไรก็ตาม เราควรจะมองมาที่ตนเองดีกว่าการกระทำ ความคิดของเราเหมาะสมถูกต้องดีหรือเปล่า ไม่ควรที่จะใช้ทิฐิ อารมณ์ของตนเป็นใหญ่
- ในการมองผู้อื่น เราควรมองด้วยความเที่ยงธรรม ควรรู้จักคิดพิจารณาไตร่ตรองอย่างละเอียดถี่ถ้วน จึงจะตัดสินว่าเขาเป็นอย่างไรอย่างนี้
- ในการทำงานร่วมกัน เราควรที่จะรักษาสัมพันธภาพในการทำงานให้เป็นไปในทางที่ดี เพื่อการทำงานจะได้สะดวกและสบายใจ ควรมีการให้อภัยกันในเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ และควรพูดจาทำความเข้าใจกันให้ได้
- ในการทำงานนั้น ควรจะมีขั้นตอนในการวางแผน แล้วทำตามขั้นตอน
- ในการทำงานใด ๆ ก็ตาม ถ้าต่างมีความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมาย และทำด้วยสติปัญญา ความตั้งใจจริง ความอดทน และรอบคอบ ผลงานก็จะสำเร็จลงได้ด้วยดี
- ในการฝึกงาน เราต้องแสวงหางานที่จะทำจึงจะมีงานทำ และมีผลงานให้คนอื่นได้เห็นและรับรู้ มิใช่ให้งานเดินมาหาเรา
- ในบางกรณีการอบรมกลุ่มสัมพันธ์หรือการปฐมนิเทศ ก็ไม่ได้ช่วยหรือช่วยน้อยเหลือเกินในการปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น ถ้าบุคคลไม่พยายามจะรับรู้เลยว่า ตนเองเป็นอย่างไร และคนอื่นเขามองตนอย่างไร