

## รายละเอียดของรายวิชา

ชื่อสถาบันอุดมศึกษา	มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต
วิทยาเขต/คณะ/ภาควิชา	คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ หลักสูตรจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ

### หมวดที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

- รหัสและชื่อรายวิชา  
2500113 จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน
- จำนวนหน่วยกิต  
3 (3-0-6) หน่วยกิต
- หลักสูตรและประเภทของรายวิชา  
หมวดวิชาศึกษาทั่วไป
- อาจารย์ผู้รับผิดชอบรายวิชาและอาจารย์ผู้สอน  
อาจารย์พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ ผู้ประสานงานรายวิชา และคณะ
- ภาคการศึกษา/ชั้นปีที่เรียน  
ตามที่ทางหลักสูตรกำหนด
- รายวิชาที่ต้องเรียนมาก่อน (Pre-requisite) (ถ้ามี)  
ไม่มี
- รายวิชาที่ต้องเรียนพร้อมกัน (Co-requisites) (ถ้ามี)  
ไม่มี
- สถานที่เรียน  
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต
- วันที่จัดทำหรือปรับปรุงรายละเอียดของรายวิชาครั้งล่าสุด  
วันศุกร์ที่ 12 ตุลาคม 2556

### หมวดที่ 2 จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์

- จุดมุ่งหมายของรายวิชา  
เมื่อนักศึกษาเรียนรายวิชานี้แล้ว นักศึกษาจะเกิดการเรียนรู้ ความสามารถ สมรรถนะที่ต้องการในด้านต่าง ๆ ได้แก่
  - 1.1 เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ในด้านความหมาย ความสำคัญ ประเภท และเหตุปัจจัยแห่งพฤติกรรมมนุษย์
  - 1.2 เพื่อให้ นักศึกษาสามารถวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีได้
  - 1.3 เพื่อให้ นักศึกษานำความรู้พื้นฐานด้านพฤติกรรมมนุษย์มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชีวิตเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขทั้งส่วนตนและสังคม

## 2. วัตถุประสงค์ในการพัฒนา/ปรับปรุงรายวิชา

เพื่อปรับปรุงเนื้อหาให้ทันสมัยสอดคล้องกับสถานการณ์ มีการวางแผนการเรียนการสอนและการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญโดยผู้สอนควรมีการเพิ่มเติมเนื้อหาที่เป็นปัจจุบันในการเรียนการสอนและให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการเรียนการสอนเพิ่มมากขึ้นอีกทั้งมีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างหลากหลาย และมีความเหมาะสมกับธรรมชาติของผู้เรียน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักศึกษามีความรู้พื้นฐานด้านพฤติกรรมมนุษย์ รู้จักตนเอง เข้าใจตนเองและผู้อื่น สามารถพัฒนาชีวิตของตนเอง และปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขก่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองทั้งส่วนตนและสังคม

### หมวดที่ 3 ลักษณะและการดำเนินการ

#### 1. คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับความเป็นมา ขอบเขตของจิตวิทยา วิธีการในการศึกษาและสาขาต่างๆ ของจิตวิทยา แนวคิดของนักจิตวิทยา กลุ่มต่างๆ พฤติกรรมของมนุษย์ พื้นฐานทางชีววิทยาที่เกี่ยวกับพฤติกรรม รวมถึงเหตุปัจจัยแห่งพฤติกรรมมนุษย์ พัฒนาการในวัยต่างๆ การรับรู้ การเรียนรู้ การจูงใจ บุคลิกภาพ สุขภาพจิต การปรับตัว หลักมนุษยสัมพันธ์ การติดต่อสื่อสาร ภาวะผู้นำและการทำงานเป็นทีม และการนำหลักการของจิตวิทยาเพื่อประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชีวิตให้ดำเนินไปอย่างมีความสุขทั้งส่วนตนและสังคม

Study the background and scope of the theories and principles of psychology, the learning process and the various fields of psychology. Study perspectives from different psychologists, biological factors and effects on human behavior, human development, perception and learning, motivation, personality, mental health, adjustment, principles of human relations, communication, leadership and teamwork. Apply principles of psychology to life and social development.

#### 2. จำนวนชั่วโมงที่ใช้ต่อภาคการศึกษา

บรรยาย การฝึก	สอนเสริม	ปฏิบัติ/งานภาคสนาม/การฝึกงาน	การศึกษาด้วยตนเอง
บรรยาย 45 ชั่วโมงต่อภาคการศึกษา	ตามความต้องการของนักศึกษาและในกรณีเหตุจำเป็น	ไม่มี	การศึกษาด้วยตนเอง 90 ชั่วโมง

#### 3. จำนวนชั่วโมงต่อสัปดาห์ที่อาจารย์ให้คำปรึกษาและแนะนำทางวิชาการแก่นักศึกษาเป็น

##### รายบุคคล

- อาจารย์ประจำรายวิชาประกาศเวลาให้คำปรึกษาผ่านทาง WEB SITE ของคณะ/หลักสูตร/ระบบบริหารการศึกษา
- อาจารย์จัดเวลาให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคลหรือรายกลุ่มตามความต้องการ 6 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

## หมวดที่ 4 การพัฒนาการเรียนรู้ของนักศึกษา

### 1. คุณธรรม จริยธรรม

#### 1.1 คุณธรรม จริยธรรมที่ต้องพัฒนา

- 1) ตระหนักถึงคุณค่าของคุณธรรมและจริยธรรม
  - 1.1 ผู้เรียนมีความฉลาดทางคุณธรรม Moral Quotient (MQ)
  - 1.2 นักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพจิตวิทยาและใช้ความรู้ทางจิตวิทยาอย่างมีคุณธรรม จริยธรรมและมีจรรยาบรรณในวิชาชีพจิตวิทยา
  - 1.3 ผู้เรียนเป็นสมาชิกที่ดีภายในชั้นเรียนได้
- 2) มีพฤติกรรมที่มีความรับผิดชอบต่อตนเอง สังคม และมีจิตสาธารณะ
  - 2.1 ผู้เรียนเข้าใจบทบาทหน้าที่ของนักจิตวิทยา
  - 2.2 ผู้เรียนมีความรับผิดชอบต่อ มีวินัย การรู้ถึงบทบาทหน้าที่ของตนเอง การปฏิบัติตนเมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดีมีวินัย ทั้งต่อตนเองและต่อสังคม รู้จักเสียสละ มีความซื่อสัตย์สุจริต
  - 2.3 นักศึกษามีจิตสาธารณะ ตระหนักถึงและคำนึงถึงส่วนรวมร่วมกัน หรือการคำนึงถึงผู้อื่นที่ร่วมสัมพันธ์เป็นกลุ่มเดียวกัน
  - 2.4 นักศึกษาสามารถปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีในสังคม
- 3) มีภาวะผู้นำเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่นและสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้
  - 3.1 นักศึกษาสามารถให้คำปรึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับพฤติกรรมหรือปัญหาสุขภาพจิตของตนเองและผู้อื่น เพื่อเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้ตนเองและผู้อื่นมีสุขภาพจิตที่ดี สามารถปรับตัวเข้ากับสังคมได้อย่างมีความสุข
  - 3.2 นักศึกษาสามารถทำงานเป็นทีม มีความเป็นประชาธิปไตยและสามารถแก้ไขข้อขัดแย้ง มีภาวะความเป็นผู้นำและผู้ตาม
- 4) มีความเคารพในสิทธิและควมมีคุณค่าของตนเองและผู้อื่น
  - 4.1 นักศึกษาสามารถรับฟังความคิดเห็นต่างๆ ของบุคคลอื่น
  - 4.2 นักศึกษารู้จักและตระหนักถึงการรักษาความลับโดยเคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

#### 1.2 วิธีการสอน

จัดการเรียนการสอนโดยการสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม และความรับผิดชอบต่อประกอบกรบรรยายพร้อมยกกรณีศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลในสังคมที่มีคุณธรรม จริยธรรม โดยให้นักศึกษาได้ใช้กระบวนการเรียนรู้จากการวิเคราะห์จากกรณีศึกษา (Case Study) ที่ยกตัวอย่าง รวมทั้งใช้รูปแบบการศึกษาอื่นๆ ร่วมด้วย ได้แก่

- 1) อภิปรายร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการทำงานเป็นทีมของสมาชิกโดยการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือหัวข้อที่กลุ่มตัดสินใจร่วมกัน การอภิปรายกลุ่มแต่ละกลุ่มมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน
- 2) การสอนแบบร่วมมือประสานใจ (Co-Operative Learning) เป็นการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งให้นักศึกษาร่วมมือกันทำงาน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- 3) การแสดงบทบาทสมมติ (role-playing) แบ่งกลุ่มกำหนดและฝึกทักษะการแสดงออกตามบทบาทที่กำหนดบรรยายพร้อมยกตัวอย่าง

- 4) กรณีตัวอย่าง (cases) เป็นการใช้ตัวอย่างหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง ๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้นักศึกษาได้ศึกษาวิเคราะห์
- 5) มีการจัดโครงการ/กิจกรรมในหัวข้อที่เกี่ยวกับการพัฒนาตน
- 6) มีการปลูกฝังวัฒนธรรมที่ต้งามให้นักศึกษามีระเบียบวินัย โดยเน้นความรับผิดชอบ การตรงต่อเวลา การแต่งกายที่เป็นไปตามระเบียบของมหาวิทยาลัยผ่านกิจกรรมในการพัฒนานักศึกษา
- 7) อาจารย์ผู้สอนทุกคนต้องสอดแทรกเรื่องคุณธรรมและจริยธรรม รวมถึงจรรยาบรรณวิชาชีพในการสอนทุกรายวิชา
- 8) ปลูกฝังความซื่อสัตย์สุจริตให้เกิดขึ้นทั้งในการเรียนการสอน การสอบ การปฏิบัติภารกิจตามที่ได้รับมอบหมาย
- 9) มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรม เช่น การยกย่องนักศึกษาที่ทำประโยชน์แก่ส่วนรวม เพื่อเป็นการให้การเสริมแรงกับการทำความดีและเป็นแบบอย่างที่ดี

### 1.3 วิธีการประเมินผล

- 1) การใช้แบบสังเกต โดยสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน และการปฏิบัติตนของนักศึกษารวมถึงความสนใจ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย โดยบันทึกพฤติกรรมของนักศึกษาในระหว่างการเรียนการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรม
- 2) ประเมินด้วยการตอบคำถาม การสอบปากเปล่า การทำใบงาน และแบบฝึกทักษะ
- 3) ประเมินจากการปฏิบัติ เช่น มอบหมายชิ้นงาน หรือ แบบฝึกหัด หรือ รายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรม
- 4) ประเมินตามสภาพจริง ประเมินจากงานหรือกิจกรรมที่ปฏิบัติจริง
- 5) ประเมินจากการทดสอบ
- 6) ประเมินจากความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- 7) ประเมินผลจากการอภิปรายและการนำเสนอวิธีศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตลอดจนประเมินผลโครงการพัฒนาตนรวมทั้งความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเอง
- 8) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

## 2. ความรู้

### 2.1 ความรู้ที่ต้องได้รับ

- 1) มีความรู้ความเข้าใจในศาสตร์ที่เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต
  - 1.1 นักศึกษามีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์
  - 1.2 นักศึกษามีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับความเป็นมา ขอบเขตของวิชาจิตวิทยา วิธีการในการศึกษาและสาขาต่างๆ ของจิตวิทยา แนวคิดของนักจิตวิทยา กลุ่มต่าง ๆ พฤติกรรมของมนุษย์ พื้นฐานทางชีววิทยาที่เกี่ยวกับพฤติกรรม รวมถึงเหตุปัจจัยแห่งพฤติกรรมมนุษย์ พัฒนาการในวัยต่างๆ การรับรู้ การเรียนรู้ การจูงใจ บุคลิกภาพ สุขภาพจิต การปรับตัว หลัคนุษย์สัมพันธ์ การติดต่อสื่อสาร และภาวะผู้นำและการทำงานเป็นทีม
  - 1.3 นักศึกษาและเข้าใจถึงพฤติกรรมของมนุษย์ที่ปกติและพฤติกรรมที่มีปัญหา สุขภาพจิตโดยนำหลักการส่งเสริมสุขภาพจิตมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตให้เป็นปกติสุข

- 2) สามารถจำแนก และอธิบายองค์ความรู้ที่ศึกษา
  - 1.1 นักศึกษามีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการวิเคราะห์พฤติกรรมของตนเองและผู้อื่น และสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีได้
  - 1.2 นักศึกษามีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับจำแนกรูปแบบการแสวงหาความรู้เชิงประจักษ์ของนักจิตวิทยา โดยนำองค์ความรู้ที่ได้มาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตน
- 3) มีความรู้เกี่ยวกับชุมชนและความเป็นไปได้ของชาติและสังคมโลก
  - 1.1 นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจในเหตุปัจจัยทางสังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมของมนุษย์ที่เปลี่ยนแปลงไปในปัจจุบัน
  - 1.2 นักศึกษามีความสามารถในการเข้าใจและยอมรับกฎระเบียบของชุมชน และวัฒนธรรมที่นักศึกษาอาศัยอยู่ อีกทั้งมีความสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมที่โลกที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว
  - 1.3 นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจและสามารถติดตามความก้าวหน้าทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในสาขาจิตวิทยาในสถานการณ์ปัจจุบันได้
- 4) สามารถบูรณาการและประยุกต์ใช้ศาสตร์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมถึงดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ
  - 1.1 นักศึกษาสามารถพัฒนาองค์ความรู้ที่ตนเองได้รับจากการเรียนการสอน มาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเอง
  - 1.2 นักศึกษาสามารถบูรณาการความรู้กับศาสตร์อื่น ๆ ที่มีความเกี่ยวข้อง รวมถึงการนำหลักการของจิตวิทยาเพื่อประยุกต์ใช้ในการพัฒนาชีวิตให้ดำเนินไปอย่างมีความสุขทั้งส่วนตนและสังคม

## 2.2 วิธีการสอน

- 1) อภิปรายร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการทำงานเป็นทีมของสมาชิกโดยการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือหัวข้อที่กลุ่มตัดสินใจร่วมกัน การอภิปรายกลุ่มแต่ละกลุ่มมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน
- 2) การสอนแบบร่วมมือประสานใจ (Co-Operative Learning) เป็นการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งให้นักศึกษาร่วมมือกันทำงาน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- 3) การแสดงบทบาทสมมติ (role-playing) แบ่งกลุ่มกำหนดและฝึกทักษะการแสดงออกตามบทบาทที่กำหนดบรรยายพร้อมยกตัวอย่าง
- 4) กรณีตัวอย่าง (cases) เป็นการใช้ตัวอย่างหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง ๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้นักศึกษาได้ศึกษาวิเคราะห์
- 5) มีการจัดโครงการ/กิจกรรมในหัวข้อที่เกี่ยวกับการพัฒนาตน

## 2.3 วิธีการประเมินผล

- 1) สอบปลายภาค ด้วยข้อสอบที่เน้นการประยุกต์ การคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์สาระความรู้ที่เรียนไปสู่สถานการณ์จริง
- 2) การใช้แบบสังเกต โดยสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน และการปฏิบัติตนของนักศึกษารวมถึงความสนใจ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย โดยบันทึกพฤติกรรมของนักศึกษาในระหว่างการเรียนการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรม
- 3) ประเมินด้วยการตอบคำถาม การสอบปากเปล่า การทำใบงาน และแบบฝึกทักษะ

- 4) ประเมินจากการปฏิบัติ เช่น มอบหมายชิ้นงาน หรือ แบบฝึกหัด หรือ รายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรม
- 5) ประเมินตามสภาพจริง ประเมินจากงานหรือกิจกรรมที่ปฏิบัติจริง
- 6) ประเมินจากการทดสอบ
- 7) ประเมินจากความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- 8) ประเมินผลจากการอภิปรายและการนำเสนอวิธีศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตลอดจนประเมินผลโครงการพัฒนาตนรวมทั้งความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเอง
- 9) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

### 3. ทักษะทางปัญญา

#### 3.1 ทักษะทางปัญญาที่ต้องพัฒนา

- 1) สามารถคิดอย่างเป็นระบบ
  - 1.1 นักศึกษาสามารถในการเข้าใจและอธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายในของมนุษย์
  - 1.2 นักศึกษาสามารถอธิบายถึงสาเหตุเกี่ยวกับพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายในของมนุษย์
  - 1.3 นักศึกษาสามารถอธิบายการทำนายถึงพฤติกรรมของมนุษย์ที่ปกติและพฤติกรรมที่เป็นปัญหา
  - 1.4 นักศึกษาสามารถเข้าใจถึงหลักการควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ที่เป็นปัญหาในสังคม
  - 1.5 นักศึกษาสามารถรวบรวมและวิเคราะห์เกี่ยวกับพฤติกรรมที่มีผลกระทบมาจากปัญหาสุขภาพจิต
- 2) สามารถค้นคว้า ศึกษา วิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ ได้เป็นอย่างดี
  - 1.1 นักศึกษาหาแหล่งข้อมูลในการศึกษาในการศึกษาค้นคว้าและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล
  - 1.2 นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมภายนอกและพฤติกรรมภายในของมนุษย์
  - 1.2 นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างพฤติกรรมปกติและพฤติกรรมผิดปกติ
  - 1.3 นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Difference)
  - 1.4 นักศึกษาสามารถวิเคราะห์ความสัมพันธ์การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล (Transactional Analysis)
- 3) สามารถประยุกต์ความรู้ และทักษะของตนเองในการดำเนินชีวิตได้
  - 1.1 นักศึกษาสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional quotient หรือ Emotional intelligence) ในการปรับตัวให้เข้ากับสังคมได้อย่างมีความสุข
  - 1.2 นักศึกษาสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ รู้จักควบคุมอารมณ์และป้องกันปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้นไว้ล่วงหน้า

- 1.3 นักศึกษาสามารถสร้างโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน
  - 1.4 นักศึกษาสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตจากการสร้างโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน
  - 1.5 นักศึกษาสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้เพื่อแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม
- 4) สามารถวิเคราะห์และแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์
    - 1.1 นักศึกษาเกิดความคิดริเริ่ม และความคิดในสิ่งใหม่ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างสรรค์งานหรือกระบวนการทำงานให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น
    - 1.2 นักศึกษาสามารถแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์และเหมาะสม

### 3.2 วิธีการสอน

- 1) อภิปรายร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการทำงานเป็นทีมของสมาชิกโดยการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือหัวข้อที่กลุ่มตัดสินใจร่วมกัน การอภิปรายกลุ่มแต่ละกลุ่มมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน
- 2) การสอนแบบร่วมมือประสานใจ (Co-Operative Learning) เป็นการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งให้นักศึกษาร่วมมือกันทำงาน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- 3) การแสดงบทบาทสมมติ (role-playing) แบ่งกลุ่มกำหนดและฝึกทักษะการแสดงออกตามบทบาทที่กำหนดบรรยายพร้อมยกตัวอย่าง
- 4) กรณีตัวอย่าง (cases) เป็นการใช้ตัวอย่างหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง ๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้นักศึกษาได้ศึกษาวิเคราะห์
- 5) มีการจัดโครงการ/กิจกรรมในหัวข้อที่เกี่ยวกับการพัฒนาตน
- 6) แนะนำแหล่งข้อมูลเพิ่มเติมและวิธีการเลือกข้อมูลที่น่าเชื่อถือในการค้นคว้าเพื่อประกอบการศึกษา
- 7) ให้นักศึกษาไปสอบถามหรือสัมภาษณ์บุคคลที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อเป็นข้อมูลประกอบการศึกษาค้นคว้า

### 3.3 วิธีการประเมินผล

- 1) สอบปลายภาค ด้วยข้อสอบที่เน้นการประยุกต์ การคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์สาระความรู้ที่เรียนไปสู่สถานการณ์จริง
- 2) การใช้แบบสังเกต โดยสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน และการปฏิบัติตนของนักศึกษารวมถึงความสนใจ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย โดยบันทึกพฤติกรรมของนักศึกษาในระหว่างการเรียนการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรม
- 3) ประเมินด้วยการตอบคำถาม การสอบปากเปล่า การทำใบงาน และแบบฝึกทักษะ
- 4) ประเมินจากการปฏิบัติ เช่น มอบหมายชิ้นงาน หรือ แบบฝึกหัด หรือ รายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรม
- 5) ประเมินตามสภาพจริง ประเมินจากงานหรือกิจกรรมที่ปฏิบัติจริง
- 6) ประเมินจากการทดสอบ
- 7) ประเมินจากความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- 8) ประเมินผลจากการอภิปรายและการนำเสนอวิธีศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตลอดจนประเมินผลโครงการพัฒนาตนรวมทั้งความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเอง

- 9) พิจารณาจากหลักฐานต่าง ๆ ที่ปรากฏผลสัมฤทธิ์ในการแก้ไขปัญหา เช่น ภาพถ่ายประกอบการทำงานตามที่มีอบหมาย
- 10) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

#### 4. ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ

- 4.1 ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบที่ต้องพัฒนา
  - 1) มีความสามารถทำงานเป็นกลุ่มในฐานะผู้นำ และผู้ตามได้
    - 1.1 นักศึกษามีความสามารถในการสื่อสารกับกลุ่มบุคคลทุกระดับ
    - 2.2 นักศึกษามีความสามารถในการให้ความช่วยเหลือ และอำนวยความสะดวกในการแก้ไขปัญหาตามสถานการณ์ต่าง ๆ ทั้งในบทบาทของการเป็นผู้นำหรือผู้ร่วมทีมในการทำงาน
  - 2) สามารถริเริ่มสร้างสรรค์ แนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินกิจกรรมต่างๆได้
    - 1.1 นักศึกษามีความสามารถคิดริเริ่มสร้างสรรค์แนวทาง วิธีการ บริหารการจัดการกับกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายได้อย่างเหมาะสม
  - 3) มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นเป็นอย่างดีได้เป็นอย่างดีทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ
    - 1.1 นักศึกษามีความสามารถในการสื่อสารกับกลุ่มบุคคลทุกระดับ โดยใช้การสื่อสารภาษาไทย และภาษาอังกฤษได้อย่างมีประสิทธิภาพ
  - 4) มีการค้นคว้าและวางแผนในการเรียนรู้ และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง
    - 1.1 นักศึกษามีความสามารถวางแผนการสร้างโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน
    - 2.2 นักศึกษามีความสามารถพัฒนาตนจากการสร้างโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาได้

#### 4.2 วิธีการสอน

- 1) อภิปรายร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการทำงานเป็นทีมของสมาชิก โดยการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือหัวข้อที่กลุ่มตัดสินใจร่วมกัน
- 2) การสอนแบบร่วมมือประสานใจ (Co-Operative Learning) เป็นการจัดการเรียนการสอนที่มุ่งให้นักศึกษาร่วมมือกันทำงาน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- 3) การแสดงบทบาทสมมติ (role-playing) แบ่งกลุ่มกำหนดและฝึกทักษะการแสดงออกตามบทบาทที่กำหนดบรรยายพร้อมยกตัวอย่าง
- 4) กรณีตัวอย่าง (cases) เป็นการใช้ตัวอย่างหรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง ๆ นำมาดัดแปลงและใช้เป็นตัวอย่างในการให้นักศึกษาได้ศึกษาวิเคราะห์
- 5) มีการจัดโครงการ/กิจกรรมในหัวข้อที่เกี่ยวกับการพัฒนาตน

#### 4.3 วิธีการประเมินผล

- 1) การใช้แบบสังเกต โดยสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน และการปฏิบัติตนของนักเรียน รวมถึงความสนใจ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย โดยบันทึกพฤติกรรมของนักเรียนในระหว่างการเรียนการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรม
- 2) ประเมินด้วยการตอบคำถาม การสอบปากเปล่า การทำใบงาน และแบบฝึกทักษะ
- 3) ประเมินจากการปฏิบัติ เช่น มอบหมายชิ้นงาน หรือ แบบฝึกหัด หรือ รายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรม
- 4) ประเมินตามสภาพจริง ประเมินจากงานหรือกิจกรรมที่ปฏิบัติจริง



- 5) ประเมินจากการทดสอบ
- 6) ประเมินจากความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- 7) ประเมินผลจากการอภิปรายและการนำเสนอวิธีศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตลอดจนประเมินผลโครงการพัฒนาตนรวมทั้งความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเอง
- 8) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

## 5. ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

### 5.1 ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศที่ต้องพัฒนา

- 1) มีทักษะในการใช้เครื่องมือที่จำเป็นเกี่ยวกับด้านคอมพิวเตอร์
  - 1.1 นักศึกษาสามารถสืบค้นข้อมูลทางด้านจิตวิทยาจากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ได้
  - 2.2 นักศึกษาสามารถทำสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ ประกอบการนำเสนอรายงานโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตนเองผลงานต่าง ๆ ได้
- 2) พัฒนาทักษะการสืบค้นข้อมูลทางเทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้
  - 1.1 นักศึกษาสามารถวิเคราะห์สถิติข้อมูลทางจิตวิทยาได้
  - 2.2 นักศึกษาสามารถสืบค้นข้อมูลเพื่อประยุกต์แก้ปัญหาในการทำงาน
- 3) สามารถใช้ภาษาในการสื่อสาร ถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนความรู้กับผู้อื่นได้อย่างดี
  - 1.1 นักศึกษามีความสามารถในการสื่อสาร การพูด การฟัง การเขียน โดยการทำรายงาน และนำเสนอ และสามารถติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี
  - 1.2 นักศึกษามีใช้ศัพท์เฉพาะด้านจิตวิทยาเบื้องต้นได้เป็นอย่างดี
- 4) สามารถนำเสนอและสื่อสารโดยใช้สารสนเทศทางคณิตศาสตร์หรือการแสดงสถิติได้
  - 1.1 นักศึกษามีความสามารถในการนำเสนอโดยใช้สารสนเทศทางคณิตศาสตร์หรือการแสดงสถิติและมีทักษะการนำเสนอรายงานโดยใช้เครื่องมือและรูปแบบที่เหมาะสม
- 5) สามารถเลือกใช้ข้อมูลและสารสนเทศเพื่อการประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและสามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม
  - 1.1 นักศึกษาความสามารถดำรงชีวิต แก้ไข และป้องกันปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม
  - 1.2 นักศึกษาสามารถนำความรู้ ข้อคิด แนวทางการดำเนินชีวิตของบุคคลตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จในชีวิตมาเป็นแรงจูงใจในการพัฒนาตนเองได้

### 5.2 วิธีการสอน

- 1) มอบหมายให้นักศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเว็บไซต์ที่เกี่ยวข้อง
- 2) นำเสนอโดยใช้รูปแบบเทคโนโลยีที่เหมาะสม
- 3) อภิปรายร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group Discussion) เป็นการทำงานเป็นทีมของสมาชิกโดยการสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือหัวข้อที่กลุ่มตัดสินใจร่วมกัน การอภิปรายกลุ่มแต่ละกลุ่มมีสมาชิกประมาณ 6-12 คน
- 4) การสอนแบบร่วมมือประสานใจ (Co-Operative Learning) เป็นการจัดการเรียนรู้การสอนที่มุ่งให้นักศึกษาร่วมมือกันทำงาน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

5) การแสดงบทบาทสมมุติ (role-playing) แบ่งกลุ่มกำหนดและฝึกทักษะการแสดงออกตามบทบาทที่กำหนดบรรยายพร้อมยกตัวอย่าง

6) มีการจัดโครงการ/กิจกรรมในหัวข้อที่เกี่ยวกับการพัฒนาตน

### 5.3 วิธีการประเมินผล

1) การใช้แบบสังเกต โดยสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน และการปฏิบัติตนของนักศึกษา รวมถึงความสนใจ ความมีวินัย ความรับผิดชอบ การส่งงานที่ได้รับมอบหมาย โดยบันทึกพฤติกรรมของนักศึกษาในระหว่างการเรียนการสอนและการเข้าร่วมกิจกรรม

2) ประเมินด้วยการตอบคำถาม การสอบปากเปล่า การทำใบงาน และแบบฝึกทักษะ

3) ประเมินจากการปฏิบัติ เช่น มอบหมายชิ้นงาน หรือ แบบฝึกหัด หรือ รายงานผลการดำเนินโครงการ/กิจกรรม

4) ประเมินตามสภาพจริง ประเมินจากงานหรือกิจกรรมที่ปฏิบัติจริง

5) ประเมินจากการทดสอบ

6) ประเมินจากความรับผิดชอบในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย

7) ประเมินผลจากการอภิปรายและการนำเสนอวิธีศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ตลอดจน

ประเมินผลโครงการพัฒนาตนรวมทั้งความก้าวหน้าในการพัฒนาตนเอง

8) การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

9) ประเมินจากรายงานที่นำเสนอด้วยสื่อเทคโนโลยี

10) ประเมินจากการอภิปรายกลุ่ม และวิธีการอภิปราย

## หมวดที่ 5 แผนการสอนและการประเมินผล

### 1. แผนการสอน

สัปดาห์ที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
1	<p>กล่าวนำเนื้อหาและขอบเขตของเนื้อหาวิชาแนวทางในการเรียนการสอน</p> <p><b>บทที่ 1 จิตวิทยา : ศาสตร์ลึกลับที่ทำให้หยิ่งรู้ใจคน (ต่อ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมายของวิชาจิตวิทยา</li> <li>- ความเป็นมาของจิตวิทยา</li> <li>- จุดมุ่งหมายของการศึกษาจิตวิทยา</li> </ul>	3	<p>1. ชี้แจงรูปแบบการเรียนการสอน เนื้อหารายวิชา รวมทั้งวิธีและเกณฑ์การประเมินผลการเรียน</p> <p>2. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับจิตวิทยา : ศาสตร์ลึกลับที่ทำให้หยิ่งรู้ใจคน</p> <p>3. การอภิปรายร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group Discussion) จำนวนนศ.ที่เข้ากลุ่ม 6-12 คน ในหัวข้อ “พฤติกรรมของมนุษย์”</p>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

ลำดับที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความสัมพันธ์ระหว่างจิตวิทยากับศาสตร์อื่น</li> <li>- สาขาของจิตวิทยา</li> <li>- บทบาทหน้าที่ของนักจิตวิทยาจิตวิทยา</li> <li>- แนวความคิดของจิตวิทยายุคแรก</li> <li>- แนวความคิดทางจิตวิทยายุคปัจจุบัน</li> <li>- จิตวิทยากับการพัฒนาตน</li> <li>- โปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน</li> <li>- ประโยชน์ของการศึกษาจิตวิทยา</li> </ul>	3	<p>4. การวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง (cases study) หัวข้อ “บทบาทของนักจิตวิทยา”</p> <p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารแนวการสอน มคอ. 3</li> <li>2. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน</li> <li>3. วิดีทัศน์เกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ในปัจจุบัน</li> <li>4. ใบงานครั้งที่ 1</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
2	<p><b>บทที่ 2</b></p> <p><b>เรื่อง รูปแบบการแสวงหาความรู้เชิงประจักษ์ของนักจิตวิทยา</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ระเบียบวิธีการศึกษาแบบวิทยาศาสตร์</li> <li>- รูปแบบการศึกษาของนักจิตวิทยา <ul style="list-style-type: none"> <li>- การสำรวจ</li> <li>- การทดลอง</li> <li>- การศึกษารายกรณี</li> <li>- การประยุกต์รูปแบบการศึกษาของนักจิตวิทยา</li> </ul> </li> </ul> <p>มาใช้ในการพัฒนาตนเองให้ดำเนินชีวิตอย่างประสบความสำเร็จและมีความสุข</p>	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยาการเรียนรู้</li> <li>2. การวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง (cases study) โดยให้วิเคราะห์พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของมนุษย์</li> </ol> <p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน</li> <li>2. ใบงานครั้งที่ 2</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

ลำดับที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
3	<p><b>บทที่ 3</b> เรื่อง การทำความเข้าใจพฤติกรรมของนักจิตวิทยา</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- วิธีการเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษา</li> <li>- พฤติกรรมโดยไม่ใช่แบบทดสอบ               <ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกต</li> <li>- การสัมภาษณ์</li> <li>- การบันทึกสรีระวิทยา</li> </ul> </li> <li>- วิธีการเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษา</li> <li>- พฤติกรรมโดยไม่ใช่แบบทดสอบ               <ul style="list-style-type: none"> <li>- การใช้แบบสอบถาม</li> <li>- การใช้แบบทดสอบด้านจิตวิทยา</li> </ul> </li> </ul>	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับการวัดผลและการประเมินพฤติกรรม</li> <li>2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) หัวข้อคือ “การระบุพฤติกรรมเป้าหมาย”</li> <li>3. วิธีการสอนโดยการลงมือปฏิบัติ (Practice) โดยแบ่งกลุ่มศึกษาวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมโดยรวบรวมข้อมูลโดยใช้การสัมภาษณ์ในหัวข้อ “พฤติกรรมที่ถูกระเบียบของนักศึกษา”</li> </ol> <p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน</li> <li>2. ใบงานครั้งที่ 2</li> <li>3. แบบบันทึกที่ทำการสัมภาษณ์</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
4	<p><b>บทที่ 4</b> เรื่อง รู้เขารู้เรา...รบร้อย ครั้งชนะร้อยครั้ง</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมายของพฤติกรรม</li> <li>- ประเภทของพฤติกรรมมนุษย์</li> <li>- วงจรสัมพันธ์ภาพ</li> <li>- การพัฒนาตนคือการพัฒนาชีวิต</li> <li>- ความเป็นมนุษย์               <ul style="list-style-type: none"> <li>- สัตว์เลี้ยงคลานในสมองมนุษย์ สมองส่วนแกนกลางหรือ "ก้านสมอง"</li> </ul> </li> </ul>	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสอนโดยการบรรยายเกี่ยวกับพฤติกรรม</li> <li>2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) หัวข้อคือ “ประโยชน์ของการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์”</li> </ol> <p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน</li> <li>2. ใบงานครั้งที่ 4</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

สัปดาห์ที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
4	<p><b>บทที่ 4</b> เรื่อง <b>รู้เขารู้เรา...รบร้อยครั้งชนะร้อยครั้ง (ต่อ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมในสมองมนุษย์ "ระบบลิมบิก"</li> <li>- สมองของความเป็นมนุษย์ "ซีรีบรัม"</li> <li>- ประโยชน์ของการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์</li> </ul>	3		อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
5	<p><b>บทที่ 5</b> เรื่อง <b>เหตุปัจจัยของพฤติกรรมมนุษย์</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ระบบประสาท</li> <li>- ระบบประสาทอัตโนมัติ</li> <li>- เหตุปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีพฤติกรรมมนุษย์</li> <li>- เหตุปัจจัยทางสังคมที่มีต่อพฤติกรรมมนุษย์</li> <li>- เหตุปัจจัยทางวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมมนุษย์</li> </ul>	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสอนโดยการบรรยายเกี่ยวกับเหตุปัจจัยของพฤติกรรมมนุษย์</li> <li>2. การแสดงบทบาทสมมติ (role-playing) ในหัวข้อ "เหตุปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมมนุษย์"</li> </ol> <p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน</li> <li>2. ใบงานครั้งที่ 5</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
6	<p><b>บทที่ 6</b> เรื่อง <b>ก้าวสู่ความสำเร็จและมีความสุข ด้วยความฉลาดทางอารมณ์</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์</li> <li>- ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์</li> <li>- องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์</li> <li>- การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์</li> </ul>	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์</li> <li>2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) หัวข้อคือ "การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์"</li> <li>3. วิธีการสอนโดยการลงมือปฏิบัติ (Practice) โดยให้นักศึกษาฝึกพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

ลำดับที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
6	<p><b>บทที่ 6</b> เรื่อง <b>ก้าวสู่ความสำเร็จ และมีความสุข ด้วยความ ฉลาดทางอารมณ์ (ต่อ)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การรู้จักอารมณ์ตนเอง</li> <li>- การจัดการกับ อารมณ์ของตนเอง</li> <li>- การสร้างแรงจูงใจให้ ตนเอง</li> <li>- การหยั่งรู้อารมณ์ ผู้อื่น</li> <li>- การรักษา สัมพันธภาพที่ดีต่อกัน</li> <li>- โปรแกรมการฝึกทาง จิตวิทยาเพื่อการพัฒนา ความฉลาดทางอารมณ์</li> <li>- งานวิจัยเกี่ยวกับความ ฉลาดทางอารมณ์</li> <li>- งานวิจัยเกี่ยวกับ โปรแกรมการฝึกทาง จิตวิทยา</li> </ul>	3	<p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารประกอบการ สอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อ การพัฒนาตน</li> <li>2. ใบงานครั้งที่ 6</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
7	<p><b>บทที่ 7</b> เรื่อง <b>การเรียนรู้คู่ ความสุข</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ประวัติของ B.F. Skinner</li> <li>- ทฤษฎีการเรียนรู้การวาง เงื่อนไขแบบการกระทำ</li> <li>- ประเภทของการลงโทษ</li> <li>- หลักการใช้วิธีการลงโทษ ให้มีประสิทธิภาพสูงสุด</li> <li>- เทคนิคการควบคุม ตนเองในการดำเนินชีวิต</li> </ul>	3	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. วิธีการสอนโดยการลง มือปฏิบัติ (Practice) โดย ให้นักศึกษาฝึกการ ประยุกต์ทฤษฎีการเรียนรู้ การวางเงื่อนไขแบบการ กระทำ มาใช้กับตนเองใน การควบคุมตนเองในการ ดำเนินชีวิต</li> </ol> <p><b>สื่อการสอน</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. เอกสารประกอบการ สอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อ การพัฒนาตน</li> <li>2. ใบงานครั้งที่ 7</li> </ol>	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

ลำดับที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
8	<b>บทที่ 8</b> <b>เรื่อง การพัฒนาเพื่อความ</b> <b>สุขตลอดชีวิต</b> - ประวัติของอีริก อีริกสัน - แนวคิดเกี่ยวกับอีโก้ (Ego) - ชั้นพัฒนาการทางด้านจิตสังคม - การพัฒนาตนตามแนวคิดอีริกสัน	3	1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับการพัฒนาตนตามแนวคิดอีริกสัน 2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) หัวข้อคือ “การพัฒนาเพื่อความ <b>สุขตลอดชีวิต”</b> <b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน 2. ใบงานครั้งที่ 8	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
9	<b>บทที่ 8</b> <b>เรื่อง การพัฒนาเพื่อความ</b> <b>สุขตลอดชีวิต (ต่อ)</b> - การพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน (Ego Identity) ในช่วงวัยรุ่น - ลักษณะของผู้ที่มีเอกลักษณ์แห่งตน - การพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนในวัยรุ่น - การประยุกต์แนวคิด Psychosocial Developmental Stage ในการดำรงชีวิต	3	1. การสอนโดยการบรรยายเกี่ยวกับการพัฒนาตนตามแนวคิดอีริกสัน 2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) หัวข้อคือ “การประยุกต์แนวคิด Psychosocial Developmental Stage ในการดำรงชีวิต” <b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาการเรียนรู้ 2. ใบงานครั้งที่ 9	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
10	<b>บทที่ 9</b> <b>เรื่อง แรงจูงใจ : สร้าง</b> <b>ชีวิตที่มีสุข</b> - ประวัติของอับราฮัม มาสโลว์ - ความเชื่อพื้นฐานเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์	3	1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับการปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ 2. การวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง (cases study) วิเคราะห์ในหัวข้อ “แรงจูงใจในการพัฒนาตน”	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

สัปดาห์ที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนรู้การสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
10	<b>บทที่ 9</b> <b>เรื่อง แรงจูงใจ : สร้างชีวิตที่มีสุข (ต่อ)</b> - แรงจูงใจในการพัฒนาตนตาม แนวคิดของมาสโลว์ - ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ (Maslow's Hierarchy of Needs)	3	<b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน 2. ใบงานครั้งที่ 10	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
11	<b>บทที่ 9</b> <b>เรื่อง แรงจูงใจ : สร้างชีวิตที่มีสุข</b> - การประยุกต์แนวคิดของมาสโลว์ในการพัฒนาตน - การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – Esteem) - การพัฒนาการตระหนักในตนเอง (Self Actualization) - การประยุกต์แนวคิดของมาสโลว์ในชีวิตประจำวัน	3	1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับ การประยุกต์แนวคิดของมาสโลว์ในการพัฒนาตน 2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) แบ่งกลุ่มวิเคราะห์ ในหัวข้อคือ “การสร้างชีวิตที่มีสุข” <b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน 2. ใบงานครั้งที่ 11	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
12	<b>บทที่ 10</b> <b>เรื่อง การวิเคราะห์และเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์</b> - พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม (Heredity and Environment) - ความสัมพันธ์ระหว่าง พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม - ลำดับการเกิด - ลักษณะรูปร่าง - บุคลิกภาพแบบยูเอ็นโอ (U N O Expression Personality)	3	1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับ การวิเคราะห์และเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ 2. วิเคราะห์ตนเองตามแบบบุคลิกภาพ UNOและ PAC <b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน 2. ใบงานครั้งที่ 12	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ



ลำดับที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
13	<b>บทที่ 10</b> เรื่อง การวิเคราะห์และ เข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ ครั้งที่ 2 - เทคนิคที่ใช้ในการติดต่อกับ Under Expression Personality และ Over Expression Personality	3	1. จัดกิจกรรมแสดงบทบาทสมมุตินักศึกษาตามแบบบุคลิกภาพ UNO และ PAC เพื่อจุดประสงค์ต่าง ๆ ดังตัวอย่างสถานการณ์ต่อไปนี้ 1.1 ติดต่อกับบุคคลที่เป็น U N O	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
13	<b>บทที่ 10</b> เรื่อง การวิเคราะห์และ เข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ ครั้งที่ 2 (ต่อ) - บุคลิกภาพแบบพีเอซี (Parents – Adult – Child Model) - การนำแนวคิดและทฤษฎีไปประยุกต์ใช้	3	1.2 ติดต่อกับบุคคลที่เป็น P A C 2. จากการแสดงบทบาทสมมุติของนักศึกษาให้นำมาวิเคราะห์ตามทฤษฎี U N O และการวิเคราะห์ติดต่อสื่อสาร ของเบิร์น (Berne) (T.A.)  <b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน 2. ใบงานครั้งที่ 13	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
14	<b>บทที่ 11</b> เรื่อง จิตเป็นนาย... กายเป็นบ่าว - ความหมายของสุขภาพจิต - ความเครียดและการเผชิญความเครียด - สาเหตุการเกิดความเครียด - บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดทางจิต - วิทยาการการบำบัดรักษาทางจิต - คำแนะนำทั่วไปของนักจิตวิทยาในการรักษาผู้ป่วย	3	1. การสอนโดยการบรรยาย เกี่ยวกับสุขภาพจิต 2. การสอนแบบระดมพลังสมอง (Brainstorming) แบ่งกลุ่มวิเคราะห์ ในหัวข้อคือ “สุขภาพจิตที่ดี”  <b>สื่อการสอน</b> 1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน 2. ใบงานครั้งที่ 14	อ.พัศรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ

ลำดับที่	หัวข้อ / รายละเอียด	จำนวน ชั่วโมง	กิจกรรมการเรียนการสอน / สื่อที่ใช้ (ถ้ามี)	ผู้สอน
15	การนำเสนอผลการ นำเสนอผลงานการพัฒนา ตน	3	1. การสอนแบบร่วมมือ ประสานใจ โดยแบ่ง นักศึกษาออกเป็นทั้งหมด 2. นักศึกษาและอาจารย์ อภิปรายและสรุปผลการ นำเสนอ	อ.พัชรินทร์ ก่อเลิศวรพงศ์ และคณะ
16	สอบปลายภาค			

## 2. แผนการประเมินผลการเรียนรู้

กิจกรรมที่	ผลการ เรียนรู้	วิธีการประเมิน	ลำดับที่ ประเมิน	สัดส่วนของการ ประเมินผล
1	2.1-3.1	สอบปลายภาค	มหาวิทยาลัยจัดสอบใน ตาราง	40%
2	2.1-3.1 4.1 2.1-5.1	วิเคราะห์ศึกษาค้นคว้า การ นำเสนอ รายงาน การทำงานกลุ่มและผลงาน การส่งงานตามที่มอบหมาย	ตลอดภาคการศึกษา	40%
3	2.1-2.5	การเข้าชั้นเรียน การมีส่วนร่วม อภิปราย เสนอความคิดเห็น	ตลอดภาคการศึกษา	20%

\*ถ้ามีข้อสงสัยเกี่ยวกับแนวการสอน เนื้อหา การสอบ คะแนนและผลการประเมินผลการศึกษา สามารถตรวจสอบได้ภายใน 1 ปีการศึกษา

### หมวดที่ 6 ทรัพยากรประกอบการเรียนการสอน

#### 1. เอกสารและตำราหลัก

เมธาวิ อุดมธรรมานูภาพ และคณะ (2556) , จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน , มหาวิทยาลัยราชภัฏ  
สวนดุสิต

#### 2. เอกสารและข้อมูลสำคัญ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2544). คู่มือความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับปรับปรุง).  
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์. (2550). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพ.

กาญจนา ไชยพันธุ์. (2542). “การสร้างและพัฒนาอีควีเพื่อความสำเร็จในชีวิต” วารสารวิชาการ.  
(ธันวาคม): 12(2).

จิราภา เต็งไตรรัตน์และคณะ. (2547). **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

จิรัฐมิ ล้วนกลิ่นหอม. (2547). **จิตวิทยามนุษย์เชิงธุรกิจ**. กรุงเทพมหานคร : คณะวิชาบริหารธุรกิจ  
โรงเรียนฐานเทคโนโลยี.

นพมาศ อึ้งพระ(ธีรเวคิน).(2546). **ทฤษฎีบุคลิกภาพและการปรับตัว**.กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

นวลลออ สุภาพล. (2527). **ทฤษฎีบุคลิกภาพ**. กรุงเทพฯ : ประมวลศิลป์

บุญศรี ไพรัตน์ .(2547). **จิตวิทยาและจิตวิทยาพัฒนาการ**. กรุงเทพฯ : พัฒนาศึกษา

เพ็ญพิไล ฤทธาคนานนท์.(2549). **พัฒนาการมนุษย์**.กรุงเทพฯ : ธรรมดาเพรส

ไพบูลย์ เทวรักษ์. (2537). **จิตวิทยา**. กรุงเทพมหานคร : เอสดี เพรส.

เมธาวี อุดมธรรมนุภาพและคณะ.(2549). **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**.กรุงเทพฯ :  
โครงการศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.

สุชา ไอยราพงศ์.(2542). **การพัฒนาตน**. สงขลา :โครงการตำราวิชาการเฉลิมพระเกียรติเนื่องใน  
วโรกาสที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเจริญพระชนมพรรษาครบ 6 รอบ,สถาบันราชภัฏสงขลา.

อารี พันธุ์มณี. (2546). **จิตวิทยาสร้างสรรค์การเรียนการสอน**. (พิมพ์ครั้งที่ 1)  
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไยใหม่เอ็ดดูเคท.

### 3. เอกสารและข้อมูลแนะนำ

[www.psychola.com](http://www.psychola.com)

[www.psy.chula.com](http://www.psy.chula.com)

### วิดิทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาวิชา

วิดิทัศน์เกี่ยวกับการศึกษาการทำงานของระบบสมอง

วิดิทัศน์เกี่ยวกับพัฒนาการทางด้านจิตสังคม

วิดิทัศน์เกี่ยวกับสถานการณ์ความเครียดในปัจจุบัน

## หมวดที่ 7 การประเมินและปรับปรุงการดำเนินการของรายวิชา

### 1. กลยุทธ์การประเมินประสิทธิผลของรายวิชาโดยนักศึกษา

การประเมินประสิทธิผลในรายวิชานี้ ที่จัดทำโดยนักศึกษา จัดกิจกรรมนำเสนอแนวคิดและความคิดเห็น  
ของนักศึกษาได้ดังนี้

- 1) การสนทนากลุ่มระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน
- 2) แบบประเมินผู้สอนของมหาวิทยาลัยและแบบประเมินรายวิชา

### 2. กลยุทธ์การประเมินการสอน

ในการเก็บข้อมูลเพื่อประเมินการสอน ได้มีกลยุทธ์ ดังนี้

- 1) นำสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาเพื่อประเมินการสอน

- 2) การสังเกตการณ์สอนของผู้ร่วมทีมสอน
- 3) การทวนสอบมาตรฐานผลการเรียนรู้
- 4) ผลประเมินการเรียนรู้
- 6) การทำวิจัยในชั้นเรียน

### 3. การปรับปรุงการสอน

หลังจากผ่านการประเมินการสอนในข้อ 2 จึงมีการปรับปรุงการสอน โดยการจัดกิจกรรมในการระดมสมอง และหาข้อมูลเพิ่มเติมในการปรับปรุงการสอนดังนี้

- 1) การนำผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษามาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงการสอน ในกรณีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาต่ำ โดยวิธีการเรียนเสริม
- 3) การสัมมนาการจัดการเรียนการสอน
- 4) ระดมสมองจากทีมผู้สอน

### 4. การทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ของนักศึกษาในรายวิชา

ในระหว่างกระบวนการสอนรายวิชา มีการทวนสอบผลสัมฤทธิ์ในรายหัวข้อ ตามที่คาดหวังจากการเรียนรู้ในวิชา ได้จาก การสอบถามนักศึกษา หรือการสุ่มตรวจผลงานของนักศึกษา รวมถึงพิจารณาจากผลการทดสอบย่อย และหลังการออกผลการเรียนรายวิชา มีการทวนสอบผลสัมฤทธิ์โดยรวมในวิชาได้ดังนี้

- 1) การทวนสอบการให้คะแนนจากการสุ่มตรวจผลงานของนักศึกษาโดยอาจารย์อื่น และคณะกรรมการบริหารหลักสูตร ตรวจสอบผลการประเมินการเรียนรู้ของนักศึกษา โดยการตรวจรายงาน ข้อสอบ และการให้คะแนนพฤติกรรม

### 5. การดำเนินการทบทวนและการวางแผนปรับปรุงประสิทธิผลของรายวิชา

จากผลการประเมิน และทวนสอบผลสัมฤทธิ์ประสิทธิผลรายวิชา ได้มีการวางแผนการปรับปรุงการสอน และรายละเอียดวิชา เพื่อให้เกิดคุณภาพมากขึ้นดังนี้

- 1) อาจารย์ผู้สอนในแต่ละรายวิชารวบรวมการจัดทำรายงานผลการดำเนินงานรายวิชา (มคอ.5) ของทุกรายวิชาที่ทำการจัดการเรียนการสอนในทุกภาคการศึกษาเสนอต่ออาจารย์ผู้ประสานงานรายวิชา จิตวิทยาเพื่อการพัฒนาตน
- 2) ปรับปรุงรายวิชาทุก 4 ปี หรือตามข้อเสนอแนะและผลการทวนสอบมาตรฐานผลสัมฤทธิ์ตามข้อ 4
- 3) มีการประชุมคณาจารย์ผู้สอนเพื่อประเมินผลการจัดการเรียนการสอน ในการพิจารณา ทบทวน สรุปผลการดำเนินงาน ระดมความคิดเห็น แลกเปลี่ยนกลวิธีในการสอน รวมถึงการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นและหาทางแก้ไขเพื่อใช้ในการปรับปรุงคุณภาพการจัดการเรียนการสอน เพื่อเป็นการวางแผนการจัดการเรียนการสอนในภาคเรียนต่อไป
- 4) เปลี่ยนหรือสลับอาจารย์ผู้สอน เพื่อให้นักศึกษามีมุมมองในเรื่องการประยุกต์ความรู้กับปัญหาที่มาจากงานวิจัยของอาจารย์